



ホームページ
<http://www.kikuchi-clinic.com/>
 携帯(Docomo・au・Vodafone)も共通
 QRコード(2次元バーコード)
 を、対応した携帯電話で読み取ると、当院の
 ①ホームページのアドレス、②電話番号、③住所、
 が表示されますので、簡単にアクセスできます。
休診等の最新情報は、ホームページで
 ご確認下さい。

診察は予約優先です。診療時間内に電話で
 ご予約下さい。水曜日は検査日です。

〒581-0003 八尾市本町 7-11-18
 八尾メディカルアベニュー 2F
 TEL 0729-90-5820 FAX 0729-90-5830

(左)今年も、橿原神宮の開運大絵馬です。

謹賀新年

診療報酬は、税金と保険料でまかなわれているので、「医師は実質公務員」と財務省のお偉いさんが言ったそうです。そして、公務員の給与は下がっているの、医師の収入つまり診療報酬は下げるべきなのだそうです。

厚生労働省による2025年の医療費の予測は、141兆円(95年)→81兆円(00年)→69兆円(05年)とどんどん下方修正されています。

この10年間で、医療費が半分以下になるほどの「医療制度改革」が行われたようには思えませんが、本当に医療費を削る必要があるのかどうか、大いに疑問です。

「実質公務員」と言われて、どれだけ待遇がよくなるのかと期待しましたが、こんないい加減な役人には、頼まれてもなまってやるものかと思えます。今年もよろしく願いいたします。

4月から診療報酬が引き下げられます。全体の引き下げ率は決まりましたが、詳細はこれからです。つまり、ある手術の料金をいくらに変更するのが妥当かという話ではなく、決められた予算の中であっちを下げて、こっちを上げてというようないい加減なことです。優秀なお役人が、あとからいくらでも理由を考えます。

お願い

1月・2月、場合によっては3月まで、風邪やインフルエンザの患者さんが増えます。「風邪くらい、予約なしで診察して欲しい。」という患者さんがおられます。もちろんインフルエンザなどは突然発病する病気ですので、すぐ診察させて頂きたいのですが、1か月前から予約を入れて頂いている患者さんが多く、連絡なしで突然来院されても、すぐに診察させて頂くことは、かなり難しいことをご理解下さい。(この時期に、いつ行ってもガラガラに空いていて、すぐ診察してもらえると医療機関があれば、ぜひ教えて下さい。)

急病で診察をご希望の場合は、来院される前に、必ずご連絡をお願いします。できるだけ待ち時間が少なくなるように、診察時間を調整させて頂きます。

毎月初回の受診時には、必ず「保険証」や「医療証」をご持参下さい。

インフルエンザがそろそろ流行します

インフルエンザに感染した方が、少しずつ出ています。この10年間では、2番目に早く流行が始まったそうです。

予防接種を受けられた方も、油断なさらないようにして下さい。予防接種が一番の予防ですが、「マスク・うがい・手洗い」「人混みを避ける」「過労を避ける」なども基本中の基本です。

もし、インフルエンザかなと思われる症状、

1. 悪寒（寒け）・戦慄（ふるえ）を伴う高熱
2. つよい全身倦怠感（だるさ）・関節痛・筋肉痛
（まれに、胃腸炎の症状：嘔吐・下痢のみのこともあります）

などがあれば、早めにご来院下さい。

当院では、インフルエンザウイルスの検出キット（写真下）を使い、診断を行います。（写真は、陰性です）



インフルエンザに効く、タミフルという抗ウイルス剤（写真右）がありますが、**発症後2日（48時間）以内に服薬を始めないと効果がありません。**

（特に小児の）インフルエンザの場合には、（脳症発生の危険性があるため）**使用してはいけない解熱剤があります。**自己判断で、薬を服用しないようにして下さい。

インフルエンザに関する情報は、下記を参考にして下さい。

[日本医師会](http://www.med.or.jp/influenza/index.html)（<http://www.med.or.jp/influenza/index.html>）

[厚生労働省](http://www.mhlw.go.jp/index.html)（<http://www.mhlw.go.jp/index.html>）

[国立感染症研究所 感染症情報センター](http://idsc.nih.go.jp/index-j.html)（<http://idsc.nih.go.jp/index-j.html>）

インフルエンザの予防接種を実施中です

11月末までの接種をお勧めしておりましたが、まだの方はできるだけ早くお受け下さい。

接種後、ある程度の免疫が現れるまでには、2週間が必要です。

保存料（水銀化合物）が含まれていない、副反応（接種部位の発赤など）が少ないといわれているワクチンもあります。（残少数）

たしか、うがい薬を使うより、水のうがいの方が風邪の予防に有効だったと報告されていました。



まだ在庫はありますが、予約制です。

65才以上の方に対する助成は、1月末日までです。

副反応が全くないわけではありません。

また、効果は通常のワクチンと同等です。

40才以上の八尾市民の方は、健診（採血・検尿・心電図）が年1回無料で受けられます。

大腸がん検診（便潜血2回法）・肝炎ウイルス健診も行っています。

「**きょうの健康**」 NHK教育テレビ <http://www.nhk.or.jp/kenko/>

(月) ~ (木) 午後8:30~8:45 (金) 午後8:00~8:45
 (再放送) 翌週 午後1:05~1:20 テキストがあります。

月	火	水	木	金
		4	5	6
		(アンコールシリーズ) 足の静脈リゅう 対処の決め手		
		こぶができる原因	治療法の選び方	
9	10	11	12	13
日野原重明 健康長寿の秘訣				
老いは「成熟」	筋力維持が 寝たきりを防ぐ	長寿のための 栄養学	さわやかな心で 生きる	20
16	17	18	19	
リスクも積もれば病 メタボリックシンドローム				
ちょっと太めが 危険の始まり	脂肪が脂肪を呼ぶ	脂肪が血糖値を 上げる	脂肪が血圧値を 上げる	27
23	24	25	26	
早めに対策 今年花粉症			最近の話題から	
症状が出る前に	症状が出たら	根本的な治療	(テーマは未定)	
30	31			
思春期女性と性感染症				
増える クラミジア感染症	治療と予防			

きょうの健康Q&A (生放送)

日本医師会 (<http://www.med.or.jp/>) 提供の健康番組

「**からだ元気科**」 (<http://www.ntv.co.jp/karada/>)

毎週金曜日 11:00~11:25 読売テレビ (10チャンネル)

- | | | | |
|-------|---------------|--------|-------------------|
| 1月 6日 | あなたの“のど” お大事に | 2月 24日 | がんの痛み・疼痛緩和 |
| 13日 | アスベストの恐怖 | 3月 3日 | 女性の悩み膀胱炎 |
| 20日 | 今年はどうなる? 花粉症 | 10日 | ポタポタ落ちる手の汗 |
| 27日 | みんなが喜ぶ医療改革 | 17日 | 急増する膵臓がん |
| 2月 3日 | 冷え性撃退法 | 24日 | 貴方はあきらめていませんか? 腰痛 |
| 10日 | 笑う門には健康来たる | 31日 | からだ元気科物語 |
| 17日 | ブーツと水虫 | | |

当院では、デビットカード・クレジットカードをご利用頂けます。

呼吸機能 (肺機能) 検査をはじめました



今までは、病院に行って頂いておりましたが、この検査だけで行って頂くのは申し訳ないので、器械を購入しました。

検査は簡単で、指示通りに息を吸ったり吐いたりしていただくだけで、数分間で結果が出ます。

一番検査を受けていただきたいのは、**息切れを感じる**患者さんです。その場合、最も疑われる病名は、**COPD (慢性閉塞性肺疾患)**です。**70才以上の日本人の2割は、COPD**だと言われています。

また、喫煙されている (あるいは、されていた) 方も、一度お受け下さい。自覚症状が出る前に、検査で異常が出ることもあります。

COPD :

慢性肺気腫・慢性気管支炎などが含まれます。

原因の大部分は、喫煙です。

検査費用は、300点 (1割負担の方は300円、3割負担の方で900円) です。

検査は随時行いますので、予約は不要です。

誤解の話 (4)

7. 「ええもん食べてないから、血糖値が上がるはずがない。」

「血糖値が上がるほどの、ご馳走は食べていない。」という謙遜をされる患者さんがありますが、「値段が高い食物=カロリーが高い」とは限りません。赤身のマグロより、大トロの方が値段が高くてカロリーも高いこれは正解です。しかし、普通の砂糖より、カロリーゼロの甘味料の方が、値段は何倍もします。

8. 「昼の空いてる時間に、診てくれはったらええのに」

正午から午後4時までの時間が空いているように見えるため、そう思われるかもしれませんが、先月号で検査予定表を出しましたが、午後には、大腸の内視鏡検査 (大腸ファイバー) を行っています。大腸と同時に胃の検査 (胃カメラ) も受けられる患者さんが、たくさんおられます。

つまり、内視鏡検査を受けていただける患者さんのみ、午後の時間を使って、診察から検査まで時間をかけてさせていただきます。

低カロリーのフランス料理というの、テレビで見たことがあります。

訪問診療で、外に出ていることもあります。

人員の問題があり、検査のない日に診察だけは今のところできません。

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
午前9~12	○	○	検査	○	○	○	×
午後4~7	○	○	×	○	○	×	×

水曜日は、**内視鏡検査・超音波検査**等の検査日です。急病などの患者さんは、時間調整が必要のため電話でご相談下さい。