



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(90-5820)。水曜日は検査日です。

3月18日(土)は休診とさせていただきます。

風邪をひきました

1月26日(木)は「風邪」で寝込んでしまい、予約をして頂いていた患者さんにはたいへんご迷惑をおかけして、申し訳ありませんでした。

幸い、半分以上の患者さんには連絡がついて、予約を変更して頂き、予約制の効果と自画自賛をしているところです。

今回の風邪は、想定外の出来事で、この広報誌の制作にも影響が出ました。「ピロリ菌」のお話などは、次回からになります。

先月号も誌面の都合で書けませんでした、今年の抱負というか、今後の予定です。

当院のホームページは、アドミラルシステムという会社を利用していますが、インターネット(携帯電話を含む)で予約を管理するシステムが利用できるようになりましたので、検討を開始しました。

4月に診療報酬の改定があります。来月号から具体的なことが書けるとおもいます。

あちこちの診療所(特に内科系)が、デイサービスなどの介護関連事業を行うようになってきましたが、当院はこれ以上業務を拡張する予定はありませんので、ご了承下さい。

自分でインフルエンザの検査をしましたが、反応は出ませんでした。ただし、症状はインフルエンザそのものでした。

あと1週間早く作り始めれば済むことなのですが・・・

皆さんの多様なご希望に応えられるかどうかを検討中です。

個人的には、たまった雑誌類、CDやDVD、写真などの整理をしたいと思います。

お願い

風邪やインフルエンザの患者さんが増えています。
 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、突然来院されても、すぐに診察させて頂くことは、かなり難しいです。(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という医療機関があれば、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いただきます。

(院内滞在時間が長いと、感染したりさせたりする可能性が高くなります。)

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。

インフルエンザが大流行中です

当初は「暖冬」の予報で、インフルエンザもあまり流行しないのではないかという説もありました。ところが、厳しい寒さのため、インフルエンザが一気に流行してきました。

診察室に、八尾市医師会から送られてくる、幼稚園・小中学校などの学級閉鎖の報告FAXを貼っていますが、1月末で88件の報告が来ています。

予防接種を受けられた方も、油断なさないようにして下さい。「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。

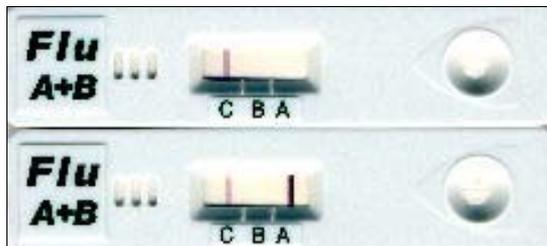
もし、インフルエンザかなと思われる症状、

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。

写真上（Cの部分に線が1本）は陰性。写真下（AとCの2本の線）は陽性（A型）。



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。**

したがって、早めに来院して頂きたいと思えます。（ただし、あまり早く検査をしても、検査の反応が陽性に出ないことがあります。）

（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.gov.jp/index-j.html) (<http://idsc.nih.gov.jp/index-j.html>)

新型インフルエンザの流行については、必要以上に騒がれているような気がします・・・

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。



正確には、「自然に治る場合と比べて、大きな差がない。」という意味です。

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
		1	2	3
もう悩まないで 女性の尿もれ				
		くしゃみや運動で起こる尿もれ	急な尿意で起こる尿もれ	
6	7	8	9	10
この気分 “うつ病” ?				
憂うつとうつ病はここが違う	人間関係で起きるうつ病	女性特有のうつ病	脳卒中後に起きるうつ病	17
13	14	15	16	
慢性頭痛 あなたの症状と対策				
しめつけられる痛み 緊張型頭痛	ズッキンズッキン 片頭痛	まひ・失禁を伴う頭痛	どんだん 激しくなる頭痛	24
20	21	22	23	
正しく理解! アトピー性皮膚炎			病を越えて	
なぜ起きる? アトピーのメカニズム	薬の効果と副作用	スキンケアのポイント	膠原病 もう一度舞台に立ちたい 安奈 淳	
27	28			
薄毛対策の最新情報				
男性の薄毛	女性の薄毛			

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)

- | | |
|----------------|-----------------------|
| 2月 3日 冷え性撃退法 | 3月 3日 女性の悩み膀胱炎 |
| 10日 笑う門には健康来たる | 10日 ポタポタ落ちる手の汗 |
| 17日 ブーツと水虫 | 17日 急増する膵臓がん |
| 24日 がんの痛み・疼痛緩和 | 24日 貴方はあきらめていませんか? 腰痛 |
| | 31日 からだ元気科物語 |

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



シーオーピーディー

COPD (慢性閉塞性肺疾患)

の早期診断のために有用とされています。

70才以上の日本人の2割は、COPDだと言われています。

息切れを感じる方、あるいは自覚症状がなくとも喫煙者 (過去に吸っていた方も含む) は一度

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 (5)

9. 「悪玉が多いと言われたので、乳酸菌を飲んでます。」

「悪玉コレステロール (LDLコレステロール)」が多くて治療中の患者さんが、こう言われることがあります。

「悪玉コレステロール」と「悪玉菌」が、混乱しているようです。

もし、その乳酸菌飲料に脂質 (脂肪分) が多い場合には、逆効果の可能性もあります。

「明治ブルガリアヨーグルト」に含まれる脂肪分は、3%です。

10. 「下痢をしたので、風邪と思って風邪薬を飲みました。」

嘔吐や下痢のために来院される患者さんが、冬場は結構おられます。その前後に「風邪」の症状を伴うこともあり、「感冒性胃腸炎」という病名を使うこともあります。

ただし、「風邪のウイルス」が原因としても、「風邪の症状」がない場合に、「風邪薬」は効くのでしょうか？

効能書きをよく読んでください。例として、よく処方される総合感冒薬、PL顆粒の効能を右欄に書きますが、熱がある時には解熱剤の成分が効くとは思いますが、けっして嘔吐や下痢に効くわけではありません。かえって胃の調子が悪くなる可能性もありますのでご注意を

「PL顆粒」の効能：感冒もしくは上気道炎に伴う、鼻汁、鼻閉、咽・喉頭痛、頭痛、関節痛、筋肉痛、発熱の改善及び緩和

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、時間調整が必要なため電話でご相談下さい。

〒581-0003 八尾市本町 7-11-18

八尾メディカルアベニュー 2 F

TEL 0729-90-5820

FAX 0729-90-5830