

Kikuchi Clinic

菊池内科
完全予約制です 電話072-990-5820
 特定健診も予約制です。受診券・健康保険証・介護保険証(65歳以上の方)をご持参下さい。大腸がん検診・肝炎検診も行っております。

ホームページ
<http://www.kikuchi-clinic.com/>
 携帯版も共通です。(softbankはv/をつけて)

メールマガジン(PC版、携帯版)を発行しています。(読者特典あり)登録は、上記ホームページからできます。

12/20(月)午前診は休診させていただきます。年末は12/30(木)午前診まで、年始は1/5(水)からです。

休診についての、最新情報は、インターネットのホームページとメールマガジン(いずれも、パソコン用と携帯電話用あり)でご案内していますので、ご確認下さい。

救急医療相談窓口 救急安心センターおおさか
 病院に行ったらいいの？
 救急車を呼んだ方がいいの？
 応急手当の仕方が分からない。
 …など

迷ったらまずここへ
#7119
(携帯電話・固定電話(プッシュ回線))
06-6582-7119
(固定電話(IP・ダイヤル回線など))
24時間 365日体制
 《緊急時は、迷わず 119番へ》
 市民からの救急医療相談を「医師」「看護師」「相談員」が24時間受付します。
八尾市消防本部

昨年10月、大阪市からスタートした事業ですが、12月1日から、大阪府内全域に拡大され、八尾市でも利用できるようになりました。
 24時間、365日、医師・看護師・相談員が救急医療相談に対応します。
 緊急性が高いと判断された場合は、救急車の出動まで対応してもらえます。

- ・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。
- ・他院で処方を受けておられる場合は、お薬手帳などをご持参ください。
- ・健診結果などをお持ちになった場合は、診察前に受付へお出しください。

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
午前9～12	○	○	検査	○	○	○	×
午後5～7	○	○	×	○	○	×	

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。

禁煙治療について

70%の喫煙者は「ニコチン依存症」という病気と考えられていて、健康保険で治療が行われます。**当院でも、11月1日付けで認可されましたので、保険診療が可能となりました。**

しかし10月からのタバコ値上げに伴い、禁煙治療の希望者が急増しており、禁煙治療薬が品薄です。現在の状況は、既に治療を始めている方が治療を継続する分の供給がやっとなり、新規に禁煙治療を開始することは、できない状態です。

製薬会社によると、**来年1月からは新規の患者さんの治療が可能になる見込み**とのことです。

現在、禁煙治療の主流は、飲み薬（バレニクリン；商品名：チャンピックス錠）を使います。**この薬を飲むと、タバコをおいしいと感じにくくなります。**通常12週間の治療を行います。

ニコチンパッチ（貼り薬）（商品名：ニコチネルTTS）での治療も可能です。

禁煙治療を健康保険をつかって受けるためには、以下の条件があります。

1. 「ニコチン依存症」と診断されること。（簡単な問診で診断できます）
 2. **ブリンクマン指数（「1日の平均喫煙本数」×「喫煙年数」）が200以上であること。**
 3. ただちに禁煙することを希望し、治療の説明を受け、文書で同意すること。
- （1,2,3のいずれかに該当しない場合は、健康保険は使えず、自費診療となります。）

インターネットを利用できる方は、ファイザーの禁煙サイト「すぐ禁煙.jp」もご覧下さい。

<http://www.sugu-kinen.jp/>

治療内容

初回・2週目・4週目・8週目・12週目の5回の受診をして頂きます。

喫煙すると、呼気中の一酸化炭素が増加します。その確認のために、受診毎に、写真右の「マイクロCOモニター」で検査をします。

治療にかかる費用は、下表の通りです。1割負担の方は、さらに3分の1です。生活習慣病などで、定期的に通院中の患者さんは、診察料や処方せん料は、重複はしませんので、もう少し安くなります。

なお、薬局での支払い額は、薬局によって多少差がある場合があります。



使用薬剤（治療期間）		ニコチンパッチ(8週間)		バレニクリン(12週間)	
禁煙治療にかかる費用		費用	自己負担(3割)	費用	自己負担(3割)
当院	初診料、再診料	7,580円	5,770円	7,580円	5,980円
	ニコチン依存症管理料	9,620円		9,620円	
	院外処方せん料	2,040円		2,720円	
調剤薬局	調剤料	2,800円	7,060円	5,980円	13,090円
	禁煙補助薬	20,730円		37,660円	
計		42,770円	12,830円	63,560円	19,070円

インフルエンザの予防接種はそろそろ終了します

北海道、沖縄から流行が始まっているようです。秋田県の病院では、入院中の高齢者が亡くなっています。

今シーズンのワクチンは、新型・A香港型・B型の3種を混合したワクチンですので、昨シーズンのように、新型と季節性の両方を受ける必要はありません。

接種回数は、今まで通り、13歳以上は1回、13歳未満は2回（4週間隔を推奨）です。当院の料金は下記の通りです。チメロサル（保存料）が含まれていないワクチンです。

		八尾市民の方		八尾市民以外の方
		生活保護世帯の方 市民税非課税世帯の方 公害認定患者さん	左記以外の方	
65歳以上	無料	1000円 60～64歳で、身体障害者手帳（心臓・腎臓・呼吸器・免疫不全で）1級の方も1000円		かかりつけの患者さんは、1000円 それ以外の方は、下記2, 3, 4
65歳未満		1. かかりつけの患者さんは、2000円 （対象期間は、昨年10月～今年9月） 2. 当院で 特定健診・内視鏡検査・超音波検査を受けた方は2500円 （対象期間は、昨年10月～今年9月） 3. メルマガ読者・昨シーズン新型または季節性インフルエンザの予防接種を当院で受けた方も2500円 4. それ以外の方は、3600円 （当院で1回目を受けた方の2回目は2550円）		

※かかりつけの患者さんとは、慢性疾患で、1年間に4か月以上受診された方、および慢性疾患以外で、6か月以上受診された方とします。（1か月に何度受診されても1回と数えます。）

※慢性疾患とは、高血圧症、脂質異常症、糖尿病、慢性肝炎・肝硬変、胃潰瘍、ガンなどで、慢性疾患管理料、難病指導管理料、インスリン注射の指導料などを保険で算定している患者さんが対象になります。

八尾市の減免対象（上の表で水色）の方は、市役所あるいは保健センターでの手続きが必要です。お問い合わせは、八尾市保健センター 電話993-8600へお願いします。

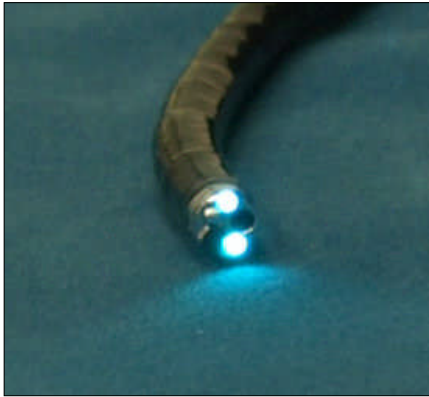
かかりつけの患者さんが、定期の予約診察時にお受けになる場合は、予防接種の事前予約は不要です。それ以外の場合は、必ず予約（日時指定）をお願いします。

インフルエンザの疑い（寒気、高熱など）での受診時のお願い

当院は、待合室も診察室もひとつしかありませんので、時間を調整する必要があります。昨年もお願いましたが、他の患者さんへの感染防止のため、ご協力をお願いします。

また、ノロウイルス感染などが疑われるような、嘔吐・下痢の場合も、簡単に感染が広がります。連絡なしで飛び込みで来られる前に、とにかく、必ず電話でお問い合わせ下さい。

胃カメラについて



当院では、胃の内視鏡検査（胃カメラ）をオリンパス社製の「**細径内視鏡**」で行っています。

口からでも鼻からでも挿入できる、細い内視鏡です。

八尾市では、当院が最初に導入しました。

10月から、最新の細径内視鏡になりました。（写真左）
ライトが2個になり、画面が明るくなりました。

経鼻内視鏡は当院でも行っております

流行の、鼻から入れる胃カメラです。

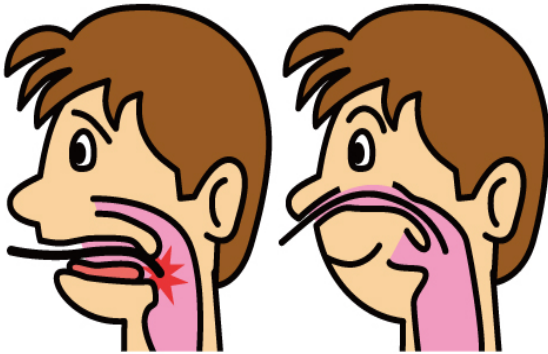
施設によっては、胃カメラの大部分を、経鼻で行っているところもあるようです。

当院では、経鼻の方が、まだ経口よりは少ないです。というのは、当院はかなり早い時期から細径内視鏡を使用していますので、経口でも十分楽だという患者さんが多いからです。

経口と経鼻で、最も違う点は、内視鏡が舌に触れるかどうかということです。実際、経鼻では舌に触れないため、**オエツとなることは、ほとんどありません。**

欠点は、**鼻が細い方（鼻の穴ではありません）や、曲がっている方は、入らない場合があります。**

また、**鼻炎の方はつらいかもしれません。**



内視鏡の「麻酔」について

「〇〇病院では、麻酔を注射してもらって、眠っている間に胃カメラが終わっていた。」ということをよく聞きます。

私が勤務医時代に、1歳の誕生日に異物を飲み込んだ男の子の胃カメラをしたことがあります。この時は、手術室で、麻酔医が全身麻酔をかけてくれて「さあどうぞ」ということで、胃カメラに集中することができました。これが本当の麻酔です。

さて、診療所で、医者ひとりと看護師という状況で同じようなことが可能でしょうか？

いや、病院でも、手術室で全身麻酔などということは、外来の通常検査では、ありえません。

では「胃カメラの麻酔」とは、何でしょうか？

普通の胃カメラの「のどの麻酔」、経鼻胃カメラの場合の「鼻の麻酔」は、局所麻酔薬を使った麻酔です。

当院でも、静脈注射をうって、楽に検査ができるようにすることはできます。

正確には、この場合に注射する薬は「**鎮静剤**」です。（大腸ファイバーの場合には「**鎮痛剤**」を注射します）

(4 ページから続く)

「鎮静」を行う場合、よく効いて、すぐに覚めて、副作用がないのが理想ですが、なかなか難しいです。**理想的な効き方は、眠ってしまう状態ではなく、意思の疏通を図れる鎮静状態**とされていますが、効き方は、年齢、体重、性別、体質、体調などで、大きな違いがあります。



内視鏡医の目標は、（検査中も検査後も）事故を起こさないことです。内視鏡検査に関する、偶発症（事故）のうち、特にこわいのは、呼吸と循環に関するものですが、その多くを鎮静剤などの副作用がしめます。

鎮静剤を投与すると、大半の方で、呼吸抑制が起こります。当院では、写真左のモニターを装着して内視鏡検査を行っていますが、ほとんどの方で、**動脈血酸素飽和度**（画面右上の96）が低下します。90を切ると危険なので、気持ちよく寝ておられても無理やり起こすことになります。

循環系では、**血圧低下と不整脈、脈拍の低下**がこわいです。

鎮静剤を使った場合、フラフラしたりしてすぐに帰れないことがあります。30分くらい休んで帰って頂きますが、昼まで（3時間くらい）起きられなかった方もあります。検査後に仕事や用事がある方には不向きです。検査後の結果説明を全然覚えておられない方もありますので、できれば、付き添いの方がおられる方が安心です。

また、血管が細い方の場合、注射液がもれて、痛みが残る場合があります。

こういったいろいろなことが起こりやすいので、鎮静剤を注射したくないと言うのが本音ですが、ご希望の場合、当院での、鎮静剤注射の目安としては、下記の通りです。

1. 70歳未満。
2. 重篤な呼吸器疾患（肺気腫など）や循環器疾患（狭心症・心筋梗塞・不整脈）がない。
3. 動脈血酸素飽和度が95以上。
4. 検査終了後、1時間以上休んで帰れるような、時間の余裕がある。
5. 車（自転車、バイクも含む）を運転して来院していないこと（帰宅時に、代わりに運転してもらえの方がおられれば可です）。

経口内視鏡で苦しかった方が、経鼻内視鏡では、鎮静剤を使わなくても楽だったということをよくあります。**鎮静剤の注射をするよりも、経鼻内視鏡をご検討下さい。**

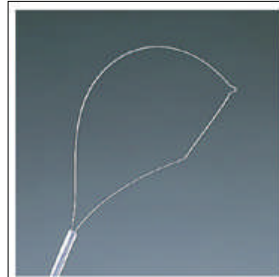


当院では、大腸ポリープの切除術を行っています。

内視鏡検査中に行う検査として一番多いのは「生検」です。写真左上の鉗子（かんし）で、2mmほどの組織を採取します。小さなポリープならこれで取り切れることもあります。ピロリ菌の検査もこれで行います。

ある程度以上の大きさのポリープは、写真左下のスネアという器具を使って、高周波電流で焼き切ります。

ポリープ切除で出血することはまれですが、出血の予防や治療には、写真右のクリップを使います。よほど大きなポリープや明らかな癌を除けば、ポリープの大部分は外来で治療ができ、入院は不要です。なお、胃のポリープの切除術は、入院して行う方が安全です。



「**きょうの健康**」 <http://www.nhk.or.jp/kenko/> (テキストが市販されています)

NHK教育テレビ (月) ~ (金) 午後8:30~8:45

(再放送) 翌週 午後0:30~0:45

「**先どり きょうの健康**」 **NHK総合テレビ** (日) 午前5:15~5:30

(その週の月~木の4本の放送のうち1本が放送されます。)

日	月	火	水	木	金
11/28	11/29	11/30	1	2	3
先どり	我慢しない 頭痛は治せる				Q&A
頭痛	4000万人 受診のすすめ	まず判別 頭痛のタイプ	特効薬あり 乱用は禁物	体操でスッキリ 生活の工夫	頭痛
5	6	7	8	9	10
先どり	動脈硬化の新対策！“脂質バランス”に要注意			運動で健康づくり スポーツ前の 動かすストレッチ	Q&A
脂質 バランス	自分のリスクを 知ろう	まずは食事で 悪玉ダウン	運動で善玉アップ		脂質 バランス
12	13	14	15	16	17
先どり	あきらめないで！ 脳卒中のリハビリ			1型糖尿病 治療最前線	Q&A
脳卒中の リハビリ	続けるコツは？	食べるを楽しく 安全に	重いマヒ リハビリのコツ		脳卒中の リハビリ
19	20	21	22	23	24
先どり	耳が聞こえにくいと感じたら		あごの痛み セルフケアで解消	食で健康づくり 年末年始 こんな 工夫で適度な飲酒	Q&A
難聴	老化？ 病気？	補聴器の最新情報			難聴
26	27	28	29	30	
先どり	アンコール放送				
栄養 バランス	食で健康づくり 肉をとって 栄養バランス改善	食で健康づくり 3種類のあぶらを 意識しよう	運動で健康づくり メタボに効果 スピードウォーキング	運動で健康づくり 筋トレで 生活が変わる	

鳥越俊太郎 医療の現場！

(日本医師会提供)

BS朝日 (BSデジタル5チャンネル) 毎週**土曜日** 午後6:00~6:30

再放送: 毎週日曜日 午前10:00~10:30

- 12/4 今年はどうなる！？ 最新インフルエンザ対策
- 12/11 急増するセックスレス ~その実態と治療法に迫る~
- 12/18 小さな命を救え！ ~NICU・新生児集中治療室の今~
- 12/25 年末スペシャル ~あの病・その後・・・~

ここが聞きたい！名医にQ

NHK教育テレビ 毎週**土曜日** 午後8:00~8:54

(再放送) 翌週金曜日 午後1:05~1:59

- 12/11・18 スッキリ解消！ 睡眠の悩み
- 12/25 (アンコール) 腰痛・坐骨神経痛