



内科・消化器内科

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/>
(菊池内科.com または 菊池内科.jp
でもアクセス可能です。)



携帯ホームページのアドレス
を変更しました。左のQRコード
からアクセスできます。

メールマガジン (PC版、携帯版) 発行中。

10/8(土), 10/12(水), 10/22(土) は休診させていただきます

最新情報は、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。

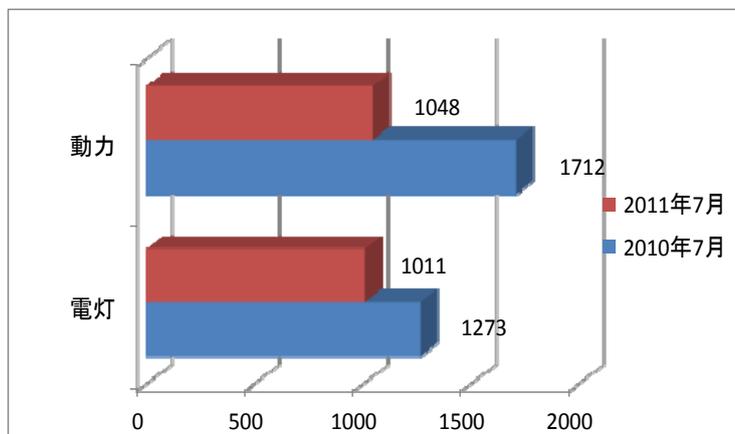
平均余命

日本人の平均余命(平成22年)		
年齢	男	女
0	79.64	86.39
40	40.81	47.17
50	31.51	37.61
60	22.84	28.37
70	15.08	19.53
80	8.57	11.59
90	4.41	5.76

9月1日は当院の開院記念日です。平成10年に開業しましたので、丸13年が経ちました。

開業したときは30代でしたが、あっという間に50代になってしまいました。平均余命は、あと30年ほどありますが、健康寿命(無障害平均余命)はそれより約5年短く、さらに実際はもっと早く動けなくなるかもしれません。あと何回元気に旅行に行けるのか、などと考えてしまいます。(この夏休みの旅行の話は、メールマガジンで)

日頃は、予約制にご協力頂き、誠にありがとうございます。街中の看板や、電話帳の広告をやめ、新規の患者さんは遺憾ながらお待ち頂いて、かかりつけ患者さんの診察・検査の確保に努めています。なにとぞご理解のほどお願いいたします。



当院の7月の電力使用量ですが(赤が今年、青が昨年)、動力(エアコン)は、昨年の61%、電灯(それ以外)は、昨年の79%、合計では69%。つまり31%の節電となりました。

この夏の電力不足は、どうにか切り抜けたようですが、原発がどんどん停止して再稼働しなければ、来年の夏はもっと厳しい状況になると思います。国はどういう政策をとるのか、早く示してほしいです。

- ・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てください。

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。

八尾市がん検診推進事業（大腸がん検診無料クーポン券）について

子宮頸がん検診と乳がん検診については、上記事業の対象となっていました。今年度から、大腸がん検診についても実施されることとなりました。

現在、70歳未満の方は、検診費用が600円ですが、対象者は無料となります。無料クーポン券の送付は9月上旬が予定されています。それ以前に、有料で受けられた方は、領収書を添えて申請すれば、自己負担金が返還されます。有効期限は、平成24年3月31日です。

（70歳未満でも、生活保護、市民税非課税の方は無料です）

年齢	生年月日
40歳	昭和45年4月2日～昭和46年4月1日
45歳	昭和40年4月2日～昭和41年4月1日
50歳	昭和35年4月2日～昭和36年4月1日
55歳	昭和30年4月2日～昭和31年4月1日
60歳	昭和25年4月2日～昭和26年4月1日

※ 対象年齢は、受診時の年齢ではなく、**今年4月1日における年齢**です。生年月日で確認してください。

検診の方法は、「便潜血検査2回法」です。2回分の便を採取し、血液が混じっていないかどうかを検査します。

特定健診の検査結果（基準値）について

特定健診の結果を説明させていただく時に、検査センター発行の、血液検査の結果表をお渡ししています。一部の検査項目で、基準値がことなるものがありますので、ご説明しておきます。

検査項目	特定健診の基準値	検査センターの基準値
LDLコレステロール（悪玉コレステロール）	119以下	139以下
AST（GOT）（肝機能）	30以下	40以下
ALT（GPT）（肝機能）	30以下	40以下
ガンマGTP（肝機能）	50以下	男性80以下 女性48以下
血糖	99以下	109以下
HbA1c（過去1～2か月間の血糖の平均）	5.1以下	5.8以下
血色素量（貧血検査）	男性13.1以上 女性12.1以上	男性13.2以上 女性11.3以上

健診では、明らかな異常（病気）になる前に、注意を喚起するという意味で、一般的な基準値よりも厳しくなっています。したがって、検査センターの結果表には、異常値を示す矢印がついていなくても、健診の結果としては異常値ということがありますので、ご理解ください。

もしかして、異常値の判定を私が間違えていることがあるかもしれません。もしお気づきになりましたら、お申し出ください。

なお、検査センターや病院の検査の基準値は、施設毎にことなっています。つまり、同じ数値でも、ある病院では異常で、別の病院では正常ということもあります。

もうひとつ、特定健診では、一部の項目では判定の仕方が特殊（理解しにくい）です。

- LDLコレステロールは、脂質異常症の診断に使いますが、メタボの診断には用いません。
- 糖尿病の判定は、10時間以上絶食で採血した場合は、血糖値でおこないます。10時間未満の場合は、HbA1cでおこないます。

予防接種の情報（いずれも予約制です）

1. 子宮頸癌ワクチン

中学1年生から高校1年生（相当年齢）の女子は、助成制度によって無料で接種が受けられます。助成の期間は、来年3月末日までです。

3回接種が必要で、2回目は1回目の1か月後、3回目は1回目の6か月後です。3回とも助成を受けるためには、1回目を9月中に受ける必要があります。（単年度事業のため、年度をまたぐことはできません。）

※現在、接種しているワクチンは、GSK（グラクソ・スミスクライン社）の**サーバリックス**です。このたび、MSD社から**ガーダシル**というワクチンが新発売となり、9月15日接種分から助成の対象となります。（3回とも同じワクチンで受ける必要があります）

サーバリックスは、HPV（ヒトパピローマウイルス）16および18型に対する2価のワクチンですが、ガーダシルは、それに加えて6および11型にも効果のある4価のワクチンです。（子宮頸癌につよく関与する16および18型は共通です。6および11型は尖圭コンジローマという性器のイボの発症原因とされています。）

※新製品は、詳しい情報がまだ少ないため、積極的にはお勧めしていません。

2. 麻しん風しん混合ワクチン

第3期（中学1年生）および第4期（高校3年生相当年齢）の接種を行っています。対象者は無料です。**進学時などに、接種証明が必要になることがあります。ぜひ接種をお受け下さい。**

高校2年生で、海外への修学旅行や留学などのために、接種が必要な方も、対象者に追加されました。（学校と保健センターでの手続きが必要です）

3. 肺炎球菌ワクチン

高齢者の肺炎の原因として最も多いのが、肺炎球菌です。1回接種すると、5年間効果が持続します。

脾臓摘出後の方は、健康保険が適用されます（3割あるいは1割負担）。

八尾市の公害認定患者さんは、無料です。それ以外の方は、6000円～8000円です。

4. インフルエンザワクチン

10月から接種開始の予定です。予約開始日、接種開始日、接種料金など詳細は未定です。

詳細は決まり次第、当院メールマガジンおよびホームページにてお知らせします。

（メールマガジン読者には、割引があります。）

医療講演会

八尾徳洲会総合病院の主催で、「救急医療」をテーマとした医療講演会が開かれます。

会場：プリズムホール 日時：10/1（土）13：30～16：00（開場 12：30）

1部 医療講演 「脳卒中の診断と治療」（鶴野 卓史・脳神経外科部長）

「心臓病の予防」（福田 貢・院長）

「当院の消化器外科の緊急手術」（加藤 恭郎・外科部長）

2部 特別講演 「患者から見た医療の現場」（鳥越 俊太郎さん・ジャーナリスト）

特設コーナーにて、AED使用方法の説明や、医療相談もあります。

パンフレットは、待合室に置いてあります。 ※粗品をもらえるそうです。

「**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)～(木) 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** (土) 午前4:15～4:30
 (その週の月～木の4本の放送のうち1本が放送されます。)

土	月	火	水	木
8/27	8/29	8/30	8/31	1
先どり	見逃さないで！ 高血圧			
高血圧	まずは血圧のリズム	血圧を測って タイプを知ろう	生活リズムを見直す	自分のタイプにあう薬
3	5	6	7	8
先どり	進む 大腸がん治療			
大腸がん	まずは検診で早期発見	治療の中心 手術	内視鏡・薬	術後のトラブル解消！
10	12	13	14	15
先どり	大災害 心の傷と不安		あなどらないで！ 体内時計の乱れ	食で健康 ミネラルを 上手にとろう
大災害	PTSD 消えない衝撃	放射線 どう向き合う？		
17	19	20	21	22
先どり	サインを見逃すな！ 股関節の痛み			運動で健康 らくらく“ママチャリ” サイクリング
股関節	運動で痛みを軽減	生活改善のポイント	痛みをとる薬物治療 と手術	

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

9/3 痛風
 9/17・24 うつ病

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

9/3 危険！？身近に潜む食中毒 ～今日からできる予防法～
 9/10 東日本大震災と医療 ～放射能を正しく知る～
 9/17 低線量被ばく ～がんはできるのか！？～
 9/24 被災地の医療 ～岩手県大槌町～

10/1 (土) に鳥越さんの講演会が、八尾プリズムホールであります。(詳しくは3ページ)

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

#7119 救急安心センター
おおさか (救急医療相談窓口)
 24時間365日体制。ただし、
 一刻を争う場合は迷わず119番へ