



Kikuchi Clinic
菊池内科

内科・消化器内科 (内視鏡・エコー)

完全予約制です 電話072-990-5820

ホームページ
<http://www.kikuchi-clinic.com/>



携帯ホームページへは左のQRコードからアクセスできます
メールマガジン (PC、携帯両対応) 発行中。

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 (クーポン使用可) ・肝炎ウイルス検診も行っております。

6/12(火)午前診、7/14(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でご案内しています。

今年も桜は咲きました



昨年の花見は、東日本大震災の直後だったため、複雑な思いがありました。

今年は、開花が遅くて、花見のタイミングが難しかったですが、「千鳥ヶ淵 (ちどりがふち) で昔君と見た夜桜が恋しくて」と誰かが歌った、東京の桜を初めて見てきました。

恒例の、法隆寺・夢殿の枝垂れ桜も見ることができました。

初めて、吉野山と岸和田城の桜も見えてきました。(吉野は、人を見に行ったようなものでしたが・・・) (ホームページでご覧下さい)

先月号でもお知らせしましたが、4月に診療報酬の改定が行われ、処方せんの様式が変更になりました。後発 (ジェネリック) 医薬品が存在する薬の場合、成分名で処方する「**一般名処方**」に変わりました。

たとえば、脂質異常症の薬「リピトール」の場合、今までの銘柄名「リピトール錠10mg」から一般名 (成分名) である「**【般】アトルバスタチン錠10mg**」と表示が変わりました。

※準備不足のため、すべてが一般名になるのには、しばらく時間がかかると思います。

※当院での処方せんの発行や、薬局での調剤や説明に、今までよりも時間がかかるかもしれませんが、国の方針ですので、ご了承ください。

※「一般名処方加算」2点が加算されるため、支払いが10円増えた方があります、申し訳ありません。

| 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

- ・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下さい。

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。

八尾市の健診・検診について

平成24年度の**特定健診**の受診券が届くと思います。受診ご希望の方は、予約をお願いいたします。なお受診には下記のものが必要です。自己負担は、無料あるいは1000円です。

1. **受診券**（自己負担額などの確認のため）
2. **健康保険証**（受診時点での、被保険者資格の確認のため）
3. 65歳以上の方は、**介護保険証**（介護認定の有無の確認のため）

肝炎ウイルス検診も引き続き行います（これは1回しか受けられません）。無料です。

大腸がん検診（便潜血検査2回法）も引き続き行います。

今年度も下記の年齢の方を対象に、**クーポン券**が発行されます。

| 年齢 | 生年月日 |
|-----|---------------------|
| 40歳 | 昭和46年4月2日～昭和47年4月1日 |
| 45歳 | 昭和41年4月2日～昭和42年4月1日 |
| 50歳 | 昭和36年4月2日～昭和37年4月1日 |
| 55歳 | 昭和31年4月2日～昭和32年4月1日 |
| 60歳 | 昭和26年4月2日～昭和27年4月1日 |

70歳未満の方は、検診費用が600円ですが、クーポンの対象者は無料です。

クーポン券の送付は6月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。

（70歳未満でも、生活保護、市民税非課税の方は無料です）

※ 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。

予防接種について（いずれも予約制です）

麻しん風しん混合ワクチン（MRワクチン）接種を行っています。

当院は、第3期（中学1年）と第4期（高校3年相当の年齢）のみで、無料です。

なお、3期・4期は平成25年3月末までの期間限定（今年度が最後）です。

現在、ほとんどの大学では、入学時等に接種証明書等の提出を求められます。

子宮頸がんワクチンも行っております。

中学1年～高校1年（相当年齢）は八尾市の助成対象で無料で受けられます。（これ以外の年齢の方は、1回16800円です）

半年間で3回の接種が必要です。3回目がインフルエンザの流行シーズンに重ならないように、できるだけ早い時期の接種をお勧めします。

肺炎球菌ワクチンも行っております。

（1回の接種で5年間効果が持続します）

日本人の死亡原因の第4位は肺炎です。

高齢者の肺炎の原因で最も多いのが、肺炎球菌で、それに対するワクチンです。

※肺炎球菌以外にも、肺炎の原因となる微生物は多数ありますので、100%肺炎を予防できるわけではありません。

| 接種料金 | |
|-----------------------|---------------|
| 八尾市の公害認定患者さん | 無料 |
| 脾臓摘出後の方 | 保険適用 |
| 慢性疾患のかかりつけ患者さん | 6,000円 |
| 慢性疾患以外のかかりつけ患者さん | 7,000円 |
| 上記以外の方 | 8,000円 |

4月から、HbA1cが国際標準化されました



HbA1c (ヘモグロビン・エイワンシー) は、血糖値の過去2か月間の平均を表す、非常に重要な糖尿病の検査です。

HbA1cの検査値には、3種類の基準値があります。

- (1) **JDS** 値 (日本の基準) **大部分の病院や検査センターの数値**
- (2) **NGSP** 値 (アメリカの基準)
- (3) **IFCC** 値 (ヨーロッパの基準) **当院の測定器 (左) の数値**
 これが、4月から (2) の **NGSP 値に統一** されました。
 (ただし、特定健診は、今まで通り JDS 値が使われます。)

| IFCC (%) (3月までの当院での測定値) | NGSP (%) (4月からの数値に換算するには) |
|----------------------------|------------------------------|
| 3.0~7.5 | +0.1 |
| 7.6~12.1 | ±0 |
| 12.2~14.0 | -0.1 |

今年3月までの当院の測定値を、4月以降の測定値と比べるための換算表は、左の表です。

3月の6.0は、4月の6.1と同じという意味です。

| JDS (%) (3月までの大部分の病院での測定値。当院の外注分はこちら) | NGSP (%) (4月からの数値に換算するには) |
|--|------------------------------|
| 2.8~5.0 | +0.3 |
| 5.1~9.7 | +0.4 |
| 9.8~13.4 | +0.5 |

一方、今までの病院や検査センターでの測定値を、4月以降の測定値と比べるための表が右です。

3月の7.0は、4月の7.4と同じという意味です。

糖尿病の治療の状態は、下の表のように、5段階で評価します。(ねずみ色の背景の行が今までの評価基準で、4月からは黄色の行になります。)

治療の目標は「優」か「良」です。この範囲であれば、合併症は起こりにくいと思います。

| 指標 | 優 | 良 | 不十分 | 不良 | 不可 |
|------------------|----------|-----------|-----------|-----------|-------|
| HbA1c (JDS)(%) | 5.8未満 | 5.8~6.5未満 | 6.5~7.0未満 | 7.0~8.0未満 | 8.0以上 |
| HbA1c (NGSP)(%) | 6.2未満 | 6.2~6.9未満 | 6.9~7.4未満 | 7.4~8.4未満 | 8.4以上 |
| 空腹時血糖値 (mg/dl) | 80~110未満 | 110~130未満 | 130~160未満 | | 160以上 |
| 食後2時間血糖値 (mg/dl) | 80~140未満 | 160~180未満 | 180~220未満 | | 220以上 |

禁煙外来を行っています



昨年1月から、禁煙治療を行っております。チャンピックスという内服薬を12週間のむ治療です(通院回数は5回です)。当院で、治療を行った方が、先月で30名になりました。(現在、治療中の方も含む) その成績ですが・・・残念ながら、禁煙に成功した方は、約2割という、惨憺(さんたん)たる結果です。

開始時に書きましたが、喫煙がやめられない方は、ニコチン依存症という病気です。**自然にやめられると誤解している方や、治そうという意志が弱い方は、ほとんど不成功です。**

当院の治療成績を上げてくれそうな患者さんの受診を希望します！
 (写真は、呼気中の一酸化炭素を測定する器械です。これを使って禁煙の状態を確認しながら、治療をします)

「**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1:35~1:50

「**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 |
|------------|---------------------------|-------------------|--------------------|---------------------------|
| 4/28 | 4/30 | 1 | 2 | 3 |
| 先どり | 原因チェック! 腰痛をしっかりと治す | | | |
| 腰痛 | この腰痛は 何が原因? | 急性腰痛症 ・ぎっくり腰 | 腰椎椎間板ヘルニア | 脊柱管狭さく症 |
| 5 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 先どり | 心臓を守る! 狭心症対策 | | | |
| 狭心症 | 早期発見のサイン | タイプ別 薬の使い方 | カテーテルと手術 治療の選択 | 再発させない! 心臓 リハビリテーション |
| 12 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 先どり | ストレスが原因? 胃と食道の病気 | | どうつきあう? 子宮筋腫 | 食で健康 ダイエットするなら 炭水化物 |
| 胃食道 逆流症 | 胃食道逆流症 | 機能性ディスペプシア | | |
| 19 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 先どり | 禁煙 今度こそやりとげる | | 知っていますか? 自分の尿酸値 | 運動で健康 安眠ストレッチ |
| 禁煙 | 脱ニコチン 薬が手助け | 吸いたい心を 切り替える | | |
| 26 | 28 | 29 | 30 | 31 |
| 先どり | (アンコール放送) 変わる脳梗塞治療 | | | |
| 脳梗塞 | こんな前触れに 注意! | ここまで血栓は とりのぞける | 再発予防薬の新常識 | 生活習慣病を トータルで管理 |

ここが聞きたい! 名医にQ

NHK教育テレビ 毎週**土曜日** 午後8:00~8:45

(再放送) 翌週**金曜日** 午後1:05~1:50

5/5・12

心臓を守ろう! 狭心症の意外なサイン

5/19・26

肩こり徹底対策

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) 翌日**曜日** 午前10:00~10:30

5/5 高齢者のぜんそく ~息切れを感じたら~

5/12 自分の細胞で腰痛予防 ~椎間板の再生医療~

5/19 つらい! 鼻づまり ~その原因を探れ~

5/26 タバコの害と禁煙 ~薬で治すニコチン依存症~