



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	機能性ディスぺプシア		
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
 5/19・26

心臓を守ろう! 狭心症の意外なサイン
 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~