



内科・消化器内科 (内視鏡・エコー)
 完全予約制です 072-990-5820
 お電話は診察開始30分前から診察終了時刻まで
 お願いします。

熱中症にご注意ください

また暑い夏がやってきました。今年も熱中症で命を落とした方がすでに出ています。特に、子どもさんと高齢者は要注意です。直射日光にあたる屋外だけが危ないのではなく、屋内でも発症することが多いです。夜間でも起こります。エアコン(クーラー)は体にわるいなどと言っている場合ではありません!

予防として大事なものは、水分の補給です。のどの渇きを感じなくても、少しずつ水分をとり続けて下さい。水、お茶、スポーツドリンクなど、いろいろなものを飲んで下さい。同じものばかりだと、成分がかたよる可能性があります。

カフェインとアルコールは利尿作用がありますので、飲んだ量以上に尿が出て、脱水を起こしやすくなります。くれぐれもご注意ください。

経口補水液(写真は、大塚製薬のOS-1)も市販されていますが、塩分と糖分が多いので、持病によっては不適當な場合がありますので、ご相談下さい。



八尾市休日急病診療所 お盆期間の夜間診療

8月14日(木)～16日(土)は、夜診(午後5時～8時半)で、内科と小児科の診療を行います。なお、17日(日)は、通常通りの診療(午前10時～11時半・午後1時～3時半・5時～8時半)を行います。

場所:八尾市保健センター(八尾市旭ヶ丘5-85-16)、電話072-993-8600

- ・毎月初回の受診時には、必ず「保険証」や「医療証」等をご持参下さい。
- ・お薬手帳・健診結果・紹介状等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。

#7119 救急医療相談窓口(年中無休) 一刻を争う場合は119番へ。

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
午前8時半～	胃カメラ・エコー						×
午前9～12	診察		検査		診察		
12時～ 検査終了まで	胃カメラ・エコー ・大腸ファイバー						
午後5～7	診察		×		診察	×	

3か月先までの休診予定のお知らせです

8/11(月), 8/14(木) 9/3(水), 9/6(土), 9/13(土)

10/4(土), 10/25(土) 11/19(水), 11/22(土) は休診させていただきます。

ご迷惑をおかけしますが、ご了承下さい。随時追加・変更する場合がありますので、最新情報はメルマガ、ホームページ等でご確認ください。

メールマガジン「きくメール」は、無料です。登録は、ホームページからできます。

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

(携帯) <http://kikuchi-clinic.msc.ms2.jp/>

フェイスブック <https://www.facebook.com/kikuchinaika>

ツイッター https://www.twitter.com/Kikuchi_Clinic

※休診日のつもりで掲載していましたが、診療日と勘違いした患者さんがおられたため、書き方を少し変えました。ご意見があればお寄せ下さい。

がんについて

「がんとは闘うな」というような、おかしな本が出ています。転移しないのは本当のがんではない「がんもどき」だから治療する必要はなく、転移したら手遅れだから治療する意味がない、というような訳のわからない理屈ですが、それを信奉している人がいるというのは驚きです。

「父親が、がんだったので、自分もなるのではないかと心配で。」と言って来院される方があります。そういう方にお聞きすると、「どこのがんかは知らない」ということがよくあります。

「がん」とは病気の種類ではありますが、病名ではありません。すべての「がん」が一つの方法で予防、検査、診断、治療などができるはずはないからです。

そのためには、正確な情報を知る必要があるのです。

1. まず「どの臓器のがんか？」です。胃がん、肺がんなどと**臓器の名前**が必要です。

また、同じ臓器でも、がんのできた**場所**も大事です。胃だと入口の方か出口の方か、大腸だと直腸かそれ以外か、というようなことです。

「全身がん」と答える方がおられます。これもそんな病名はありません。

臓器の名前がつかない「がん」といえば、(厳密には、がんではないのですが) 血液やリンパ系の、白血病や悪性リンパ腫などでしょうか。

2. 次には「**原発性**」か「**転移性**」かです。

「原発」とは「その臓器特有のがん」という意味です。「母が、大腸がんと肝臓がんと骨のがんに同時になった」という話を聞いた場合、3つのがんが同時にできたと考えるよりは、原発性の**大腸がん**が、肝臓と骨に転移したと考えるのが普通でしょう。

一般的に「原発」のがんは1個であることが多く、「転移」のがんは複数あることが多いです。

3. また、がんになった臓器がわかっても、がんの**細胞の種類**が複数存在することもあります。

たとえば「肝臓がん」という場合、通常は「**肝細胞がん**」ですが、「**胆管細胞がん**」もあります。「腎臓がん」の場合、通常は「**腎細胞がん**」ですが、「**腎盂(じんう)がん**」もあります。

肺がんだと、小細胞がん、腺がん、扁平上皮がん、大細胞がんなどの種類があります。

4. 治療で問題になるのは「**早期がん**」か「**進行がん**」かです。

これは通常、治療前に判断するのですが、治療開始後に診断が変わることもありえます。

まとめますと、むやみに「がん」を恐るだけでは、予防のしようもありません。

具体的な「がん」を想定しないといけないということです。

来月号から、臓器別に書いていきます。

この時期になりますと、夏休み特に盆休みについて、患者さんからご意見を頂きます。一番多いのは「盆に休まないで、職員がかわいそうだ」というご意見です。

当院は、1998年(平成10年)9月に開業しました。開業前に勤めていた病院は、年末年始は休みでしたが、盆休みはありませんでしたので、私は盆休みをとったことがありませんでした。

ただ、皆さんご存知でしょうが、盆休みに帰省すると交通渋滞にあいます。旅行に行くと、とんでもなく高い料金だったりしますので、とても休みを取ろうという気にはなりません。

また、盆休みしか検査が受けられないからと、毎年この時期に、内視鏡検査を受けに来て頂く患者さんもおられますので、休みにくいということもあります。

当院が8/13から15の間に(3日連続とは限りませんが)初めて休みを取ったのは08年です。以後、09年、11年、12年、13年と休ませて頂きましたが、毎年、職員には帰省や旅行などの予定があるか確認していますし、有給休暇も法定通り取ってもらっていますので、ご理解ください。

大腸がん検診のご案内

食生活の変化などに伴い、日本人の大腸癌は増加しています。女性では癌による死亡数の1位が大腸癌です（男性は肺癌、胃癌について3位）。

大腸の精密検査は、大腸内視鏡検査（大腸ファイバー）で、前号でご紹介したように、私は毎年受けていますが、なかなか毎年というのは難しい（決心がつかない）かもしれません。

血縁者に大腸癌になった人がおられる場合は、一度は大腸ファイバーをお勧めしています。過去に大腸ポリープのあった方には、3年毎の大腸ファイバーをお勧めしています。また、血便や便通の変化など自覚症状のある方にも、大腸ファイバーをお勧めします。

それ以外の方は、とりあえず、大腸がん検診をお受けになってはどうでしょうか？

検診方法は、便潜血検査（2回法）です。下の写真の検査キットで、2日分の便を採取して、血液が混じっているかどうかを調べる方法です。

生年月日
昭和48年4月2日～昭和49年4月1日
昭和43年4月2日～昭和44年4月1日
昭和38年4月2日～昭和39年4月1日
昭和33年4月2日～昭和34年4月1日
昭和28年4月2日～昭和29年4月1日

八尾市の大腸がん検診は、40歳以上が対象で、検診費用は600円ですが、**70歳以上の方、生活保護受給者、市民税非課税の方、八尾市国保加入者の方は無料**です。

また、今年度も、左表の生年月日の方には、大腸がん検診の**無料クーポン券**が八尾市から送付されます。ぜひお受け下さい。



風しん予防接種の助成事業について

平成31年3月31日まで、八尾市が接種費用の助成をします。

対象者は、1. 妊娠を希望する女性、2. 妊娠を希望する女性の配偶者、3. 妊娠している女性の配偶者、に加えて「**風しん抗体が十分でない者**」が条件です。

過去5年以内の抗体検査結果（検査は助成対象ではなく、自費検査です）、八尾市民であることが証明できるもの、母子手帳などが必要です。詳しくは市政だよりをご覧ください。

八尾市公害認定患者さん	無料
脾臓摘出後の方	保険適用
慢性疾患でかかりつけの患者さん	6500円
慢性疾患以外でかかりつけの患者さん	7000円
上記以外の方	7500円

肺炎球菌ワクチンについて

肺炎球菌ワクチンの接種は、要予約ですが、年中行っています。

（原則65歳以上。5年に1回）

高齢者の肺炎の大部分が、肺炎球菌による肺炎です。持病のない方にもお勧めします。接種料金(税込)は左記の通りです。

「**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 (月) ~ (木) 午後1:35~1:50
 「**先どり きょうの健康**」 **NHK総合テレビ** (金) 午前10:40~10:55
 (再放送) (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。)

金・土	月	火	水	木
1・2	4	5	6	7
先どり	夏のレジャー 安全健康術			
夏のレジャー	山の安全	海と川の安全	危険な虫刺され	食中毒を防ぐ
8・9	11	12	13	14
先どり	見逃すな! 危ない不整脈			
不整脈	タイプと危険度	ペースメーカーを使うとき	脳梗塞の重大リスク	突然死を食い止める
15・16	18	19	20	21
先どり	始めよう 骨粗しょう症対策			食で健康
骨粗しょう症	50代から注意!	食事と薬で骨太	2つの運動で転倒予防	夏バテ知らず! 手作りギョーザ
22・23	25	26	27	28
先どり	メディカルジャーナル	大人になって気づく 発達障害	子どものぜんそく こうして対処	運動で健康
子どものぜんそく	子どものスポーツ 頭部外傷			レッツ・フラダンス!

チョイス@病気になったとき

NHK教育テレビ 毎週土曜日 午後8:00~8:44
 (再放送) 翌週金曜日 午後1:05~1:49

- 8/2 食道がんをくい止める
- 8/9 (アンコール) おしっこの悩み
- 8/16 (アンコール) 不眠症
- 8/23 まとめスペシャル 心筋梗塞
- 8/30 (アンコール) 大人の虫歯

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) 毎週日曜日 午前10:00~10:30
 (再放送) 翌週土曜日 午後4:00~4:30

- 8/3 知っておきたい子宮の病気 ~婦人科がんと闘って~
- 8/10 (高校野球放送のため休止)
- 8/17 (高校野球放送のため休止)
- 8/24 腹部画像診断の進歩と課題
- 8/31 災害医療 ~あの日の教訓と未来~

当院での会計では、クレジットカード・デビットカード(銀行等のキャッシュカード)・ギフトカードをご利用頂けます。通常の買い物同様に、クレジットカードのポイントもつきます。