



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
にお願いします。

早いもので、今年も残すところ2か月を切りました。朝晩は急に冷え込んできましたので、お体には十分お気をつけください。

先月号で、診療科目の話を書きました。早速、患者さんから、ある事をご質問頂きましたが、案の定、受付では即答できず、お恥ずかしい限りでした。一番確実なのは、医者「あんたは、自信を持ってこの病気の診療ができるのか?」と聞くことでしょうか。

「内科」は、非常に範囲が広く、難しい科目です。当院の「内科」も「内科の病気なら何でも診られるぞ!」と自信たっぷりで掲げているのではなく、「一応、内科全般を診ることにしているけど、消化器内科が専門で、糖尿病や高血圧症や脂質異常症なら人並みには診られるけど、分野によっては研修医にも劣るかもしれない。」くらいの内科です。

病院勤務の時は、いろいろな病気を経験させてもらいましたが、現在は普通の診療で「血湧き肉躍る」ほど興奮することは少ないです。それでも他の科から「これは内科の病気」と送られてきた患者さんが、実は元の科の病気だったりすると、患者さんには悪いのですが、何となくいい気分になります。まあ、無理なことは無理と申し上げますので、とにかくご相談ください。

#7119 救急医療相談窓口
(年中無休24時間)
ただし、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	×			×

受付事務の求人をしています

特に、**夕診・土曜日**の勤務が可能な方。
パソコンの扱える方歓迎。
医療事務の資格をお持ちの方歓迎。

詳細はお問い合わせ下さい。

・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。

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(百貨店の商品券は不可)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。

3か月先までの休診予定のお知らせです

11/19(水), 11/22(土), 11/26(水) 12/3(水), 12/9(火) 午前診, 12/13(土)
(年末年始) 12/30(火) 夕診～1/4(日) 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。

メルマガ「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

特定健診は早めにお受け下さい

今年度の特定健診は、年度末の3月まで行っていますが、できるだけ年内の受診をお勧めします。その理由は、

- ・年度末に駆け込みで受ける方が多いため、ご希望の日時でお受け頂けないことがあります。
- ・冬季は、風邪やインフルエンザにかかって、受ける機会を逃すことがあります。
- ・インフルエンザの流行中に健診を受けに来られると、感染する危険があります。
- ・早く受けておかないと、市役所から電話などで催促されることがあります。

都道府県別 特定健診受診率（平成24年度）					
順位	都道府県名	受診率	順位	都道府県名	受診率
1	東京都	62.9%	40	大阪府	40.5%
2	山形県	53.6%	41	愛媛県	39.6%
3	宮城県	52.9%	42	青森県	39.5%
4	富山県	51.7%	43	岡山県	38.8%
5	新潟県	51.2%	44	山口県	38.3%
6	山梨県	50.6%	45	和歌山県	38.2%
7	石川県	49.8%	46	北海道	36.7%
8	長野県	49.6%	47	奈良県	35.5%

左の表は、平成24年度の都道府県別の特定健診受診率です。

全国平均は、44.0%ですが、わが大阪府は47都道府県中40位です。

対象を市町村国保に限定（つまり社会保険を除外）すると、全国平均は33.7%ですが、大阪府はやはり27.7%で40位とかなり低い受診率です。

その大阪府の中でも、八尾市は平均以下で、恥ずかしい数字です。

そのため、今年度から、八尾市も国保加入者の受診料を無料とし、心電図、貧血検査などを全員に無料で追加して、なんとか受診率を上げようとしているのですが、少しは受診者が増えるでしょうか？

あと、もう少しお願いの追加です。

・心電図検査が全員にあります。胸をあけて、ストッキングを脱いで頂かないといけませんので、検査のしやすい服装でお越しください。

・問診票の記入に時間のかかる方がおられます。あらかじめ来院前に家で書いてきて頂くことも可能ですので、ご希望の方はお申し出ください。

・採血の条件は、10時間以上の絶食です。食事をしてから採血をすると、わざわざ異常の結果を出そうとするようなものです。

カロリーゼロ（カロリーオフではだめです！）のものは来院前に飲んで頂いても構いませんので、いい条件で検査を受けて下さい。

・健診の結果は、保険者（八尾市国保なら八尾市）に報告します。

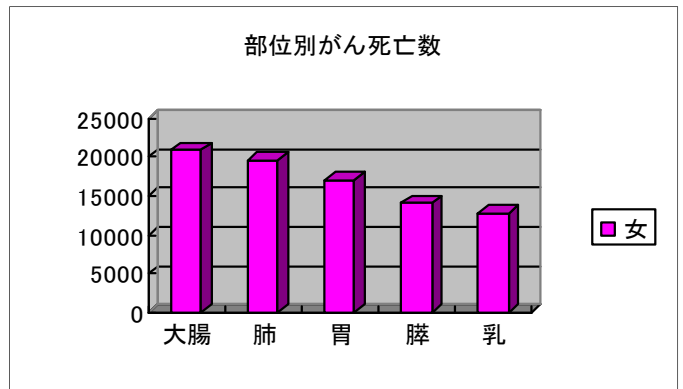
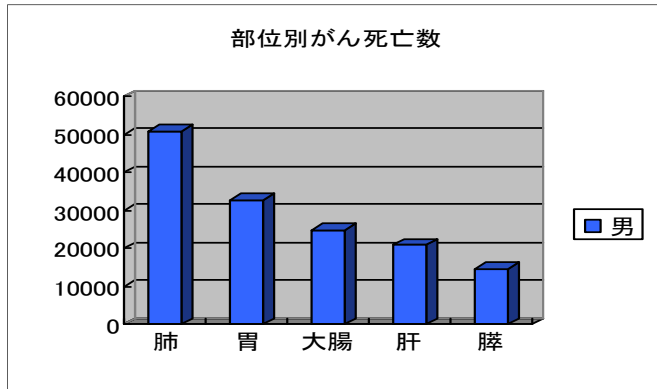
異常があれば、保険者は**特定保健指導**を行うことになっていますので、連絡が来ることがあります。

また、介護保険関係の問診で異常があった場合には、**二次予防事業**の対象者となり、これも担当部署から連絡が来ることになります。

「なんで、そんなことを言うてるんや！」と憤慨される方が時々おられますが、このことは、健診の説明書に書いてあると思いますので、よくお読みになって、ご協力をお願いいたします。

がんの話 (4) 胃がん (1)

部位別のがん死亡数 (平成23年) では、男性の2位、女性の3位で、男女合計すると約5万人の方が胃がんで亡くなっています。



胃がんの予防に一番重要なのは、ピロリ菌 (ヘリコバクター・ピロリ) です。日本人で胃がんになった人を調べると、99%の人がピロリ菌に感染していたそうです。つまり、ピロリ菌の検査が、胃がんの予防・早期発見には非常に重要です。



一部の地方自治体では、胃がん検診をバリウム検査 (写真左) から内視鏡 (胃カメラ) 検診に変更しています。(写真右は、ピロリ菌のいない私のきれいな胃です。)



ごく一部の自治体では、バリウム検査をピロリ菌の検査に切り替えたところがあります。

また、中学生にピロリ菌の検査を始めたところもあります。

昨年2月から、慢性胃炎の方でもピロリ菌治療 (除菌治療) が健康保険で認められ、当院でも多くの患者さんが治療を受けておられます。

現在、健康保険で、除菌治療を受けるためには、下記の病気であることが条件です。

1. 慢性胃炎、2. 胃潰瘍・十二指腸潰瘍、3. 胃MALTリンパ腫 (悪性リンパ腫の一部)、
4. 特発性血小板減少性紫斑病、5. 早期胃がんの内視鏡治療後

ABC分類		ピロリ菌抗体	
		(-)	(+)
ペプシ	(-)	A	B
ノゲン	(+)	D	C

バリウムや胃カメラは受けたくないが、ピロリ菌の検査は受けたいという方のために、ABC検診 (血液検査) があります。ピロリ菌の感染の有無 (抗体) と胃粘膜の萎縮の状態 (ペプシノゲン) を測定します。Aが一番きれいな胃で、C・Dは要注意となります。私はAでした。

検査料金は、2800円+消費税 (初診の場合は3400円+消費税) です。

ただし、ピロリ菌陽性とわかり、除菌治療を健康保険で受けるためには、胃カメラが必要です。なお、6か月以内の人間ドックで、胃カメラとピロリ菌の検査で診断がついている場合は、改めて検査を受ける必要はありませんので、ご相談下さい。

肺炎球菌ワクチンについて

高齢者の肺炎の多くは、肺炎球菌が原因です。当院では、高齢者（65歳以上）に対して、肺炎球菌ワクチンの接種を以前から行っていますが、今年10月から、**八尾市が、接種費用の助成を始めています。対象者には、紫色のハガキが届いているはずで**す。

接種料金（自己負担）：**2000円**

インフルエンザ予防接種と同様、市民税非課税世帯、生活保護受給者は免除されます。（八尾市役所、八尾市保健センターでの事前の手続きが必要です）

対象者：**初めて接種を受ける方**（過去に接種を受けた方は対象外です）

1. 対象年齢：平成26年度～30年度は、経過措置で、前年度の末日に64歳、69歳、74歳、79歳、84歳、89歳、94歳、99歳の方。平成26年度に限り、100歳以上の方。

（重要）**経過措置終了後の平成31年度からは、65歳のみが対象となります。**

2. 60～64歳で、身体障害者手帳（心臓・腎臓・呼吸器・免疫不全で）1級の方も対象。

今年度で66歳の方は、平成30年度に70歳で対象になります。

同様に67歳の方は平成29年度、68歳の方は平成28年度、69歳の方は平成27年度に助成を受けられます。

平成26年度（平成27年3月31日まで）の対象者 ※誕生日前でも接種可能です			
65歳	70歳	75歳	80歳
85歳	90歳	95歳	100歳以上

接種は、**予約制です**。風邪やインフルエンザの流行する、冬季の接種はお勧めしていません。時候のいい間の接種をお勧めします。一度接種すると、効果は5年間持続します。

インフルエンザの予防接種と同日に行うこともできます。（別に接種する場合は、1週間以上間をあける必要があります。）

この助成制度を利用しない場合の、接種料金は右表の通りです。（税込）

81歳の方！ 4年待ちますか？！

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

4月1日生まれについて

「年度」は、4月1日から翌年3月31日までですが、今年度で65歳になる方は、昭和24年4月2日から昭和25年4月1日生まれです。（そのため正式には、前年度の末日に64歳の方という表現になっています。）

これは法律で、誕生日の前日の24時に年をとると定められているからです。つまり4月1日生まれの方は3月31日の24時に年をとるので、3月31日生まれの扱いをされるということです。

健康保険で高齢者（70歳）になるのは、1日生まれの方は当月から、2日以降生まれの方は翌月1日からです。年金についても同様の扱いと思います。

ただし、後期高齢者医療は、誕生日から開始です。

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。

インフルエンザの予防接種を行っています

65歳以上に対する八尾市の助成は来年1月31日(土)までです。

すべての方に接種をお勧めしますが、特に**高齢の方、呼吸器疾患、循環器疾患、糖尿病で治療中の方**にはつよくお勧めします。また、デイ・サービス等に通われている方、高齢者や小さな子どもさんと同居されている方、**受験生およびその同居家族の方にもつよくお勧めしています。**

なお、関節リウマチなどの疾患で免疫抑制剤等を投与されている方、抗がん剤の治療を受けておられる方などは、ワクチン接種が不適当な場合がありますので、主治医にご確認下さい。

ワクチンの有効期間は2週間後から約5か月間です。11月末までの接種をお勧めします。

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、予防接種の予約は不要です。それ以外の場合は、必ず予約をお願いします。

年齢	接種量	接種回数	接種間隔
6か月以上 3歳未満	0.25 ml	2回	2～4週 (4週を推奨)
3歳以上 13歳未満			
13歳以上	0.5 ml	1回または2回	1～4週 (4週を推奨)

※かかりつけの患者さんとは、昨年10月から今回の接種日までの間に、慢性疾患で4か月以上あるいは慢性疾患以外で6か月以上受診された方です。
 ※慢性疾患とは、高血圧症、脂質異常症、糖尿病、脳梗塞、慢性肝炎、胃潰瘍、慢性胃炎、潰瘍性大腸炎などの生活習慣病、難病、ガンなどで「指導管理料」等を健康保険で算定している患者さんが対象です。
※メールマガジン「きくメール」読者の方は、割引しています。(助成で1000円の方を除く) 10月は2割引でした。11月は割引券が新しくなります。

接種料金	八尾市民の方		八尾市民以外の方
年齢・免除対象	生活保護の方 市民税非課税の方 公害認定患者さん	左記以外の方	(負担免除の方は、手続きをご確認下さい。)
65歳以上 および 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	無料	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と同じです。
65歳未満	1. かかりつけの患者さんは、2000円(税込、以下同様) 2. 下記の方は、2500円 ・特定健診・大腸がん検診・肝炎ウイルス検診・ABC検診・内視鏡検査・超音波検査を当院で昨年10月から今回の接種日までに受けた方 ・ <u>昨シーズン</u> 、インフルエンザの予防接種を当院で受けた方 ・ <u>過去に</u> 肺炎球菌ワクチン、子宮頸がんワクチン、麻しん・風しんワクチンを当院で受けた方 3. 上記以外の方は、3000円		

負担金免除の対象の方は、証明書が必要で、市役所あるいは保健センターでの手続きが事前に必要です。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。

よくあるご質問：受けた日に、入浴はできますか？→大丈夫です。ウォーキング・スイミングなどの運動をしてもいいですか？→大丈夫です。打った後の絆創膏は、いつまで貼っておくのですか？→当日中で十分です。すぐにはがれても問題ありません。何を食べてもいいですか？→大丈夫ですが、糖尿病・脂質異常症などがある方は、普段通りに気をつけて下さい。肺炎球菌ワクチンなど他の予防接種はいつから受けられますか？→1週間後から可能です。

「**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
10/31・1	3	4	5	6
先どり	心不全 最新情報			
心不全	これって心不全?	生活管理はどうする?	進行で変わる治療	リハビリと再発予防
7・8	10	11	12	13
先どり	目を守りたい			
目を守る	コンタクトレンズに注意	増えるドライアイ	緑内障 検査が大切	白内障 眼内レンズの選択
14・15	17	18	19	20
先どり	楽しく続けよう! 糖尿病対策 ~徳島県スペシャル~			
糖尿病	野菜を食べていますか?	体を動かしていますか?	動かには損々! 阿波踊り体操	食で健康 野菜たっぷり! 大満足メニュー
21・22	24	25	26	27
先どり	メディカルジャーナル	歩きはじめに注意! 足底腱膜炎	続く発熱・関節痛 女性に多い膠原病	運動で健康
膠原病	自殺を防ぐ			手指体操で脳を活性化

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

- 11/1 すい臓がんを見逃すな!
- 11/8 糖尿病 早期発見・克服法
- 11/15 まとめスペシャル 緑内障
- 11/22 あなどれない! 水虫
- 11/29 (アンコール) 克服したい! 骨粗しょう症

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

- 11/2 大人のアトピー ~気長に治す 最新治療~
- 11/9 難病 ~アクティブに生き乗り越える~
- 11/16 ひどい月経痛は病のサイン ~月経困難症と子宮内膜症~
- 11/23 甲状腺の病気 ~女性に多い体の不調~
- 11/30 増え続けるHIV・エイズ ~実態と治療法~