



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。

## ノロウイルスにご注意

例年、ノロウイルス感染症 (急性胃腸炎) が始まる時期です。12月がピークになりますが、今年は、新しい型のノロウイルスが流行しそうと言われています。

感染予防で大事なものは、食品の加熱と手洗いです。85℃1分間の加熱で、ノロウイルスは死にます。ただし、中心まで加熱する必要がありますので、生焼けの肉や魚介類には注意が必要です。手洗いは石けんと流水で1分以上が原則です。当院や飲食店等にも消毒液がよく置いてありますが、このようなアルコール系の消毒液はノロウイルスには効果がありません。



家庭で、急性胃腸炎が発生した場合、嘔吐したものや汚れた衣類などの処理が重要です。塩素系の漂白剤 (ハイターなど) が効果がありますので、徹底的にきれいにしてください。トイレのドアノブ、便座、トイレットペーパー、水道の蛇口など至る所にウイルスが付着していて、感染源となります。嘔吐や下痢をすると「ノロウイルスだ!」と言って大騒ぎする方が多いですが、健康な方が感染した場合には、ほとんどが数日間でケロッと治ります。抗生物質が効くわけでもなく、水分の補給だけが治療のようなものですから、家でスポーツドリンクをのんで安静にしていればいいです。ただし、乳幼児や高齢者は悪化しやすいので、**意識がはっきりしない、嘔吐したものや便に血液が混じっているなどの場合は、救急病院で診てもらう必要があります。**

・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。

当院では、クレジットカード・デビットカード (キャッシュカード) をご利用頂けます。  
なお「やおプレミアム商品券」はご利用いただけませんので、ご了承ください。

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	×		

## 休診予定のお知らせです

**10/3(土), 10(土)    11/7(土), 21(土)    12/31(木)～1/4(月)**

**は休診させて頂きます。** ご迷惑をおかけしますが、ご了承下さい。

随時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。

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](https://www.twitter.com/Kikuchi_Clinic)

**無料メールマガジン「きくメール」の登録は、ホームページあるいは下記からできます。**

<http://archive.mag2.com/0000239603/index.html>

(メールの受信制限をされている場合は、ドメインmag2.comを許可して下さい)

今年も、きくメール読者限定で、インフルエンザ予防接種の優待料金を設定しますので、ぜひご登録ください。登録方法がわからない方は、遠慮なくお尋ねください。

## インフルエンザの予防接種を開始します

先月号でお知らせしましたが、昨シーズンまでのワクチンは、A型2種類・B型1種類の計3種類を混合したワクチンでした。今シーズンからは、A型2種類・B型2種類の計4種類を混合したワクチンとなりました。

そのため、効果はより期待できるのですが、ワクチンの値段も高くなり、値上げを余儀なくされました。それでもワクチンの値段は600円以上値上がりしているのですが、500円の値上げにとどめさせて頂きました。ご了承ください。

先月号で、65歳以上の方の負担が昨シーズンまでの1000円よりも高くなるかもしれないと書きましたが、八尾市ががんばって頂いて、今シーズンも1000円となっています。

入荷次第、接種を開始しますが、65歳以上に対する八尾市の助成は10月15日(木)から来年1月30日(土)です。(期間外および2回目は65歳未満の方と同料金です)

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)

すべての方に接種をお勧めしますが、特に**65歳以上の方、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にもつよくお勧めします。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。

**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。**

予約制ですが、かかりつけの患者さんが、定期の予約診察時(検査等も含む)にお受けになる場合に限り、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。

接種料金	八尾市民の方		八尾市民以外の方
	生活保護の方 市民税非課税世帯の方 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。)
年齢・免除対象	無料	1000円	<b>かかりつけの患者さんは1000円</b> それ以外の方は、下記2・3と同じです。
65歳未満	1. <b>かかりつけの患者さんは、2500円(税込、以下同様)</b> 2. <b>下記の方は、3000円</b> ・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・骨密度測定を当院で昨年10月から今回の接種日(当日も含む)までに受けた方 ・昨シーズン、インフルエンザの予防接種を当院で受けた方 ・過去に肺炎球菌ワクチン、子宮頸がんワクチン、麻しん・風しんワクチンその他の予防接種を当院で受けた方 3. 上記以外の方は、3500円		

(2 ページから続く)

※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。

(1か月に何度受診されても1回と数えます。)

なお、最近、診療を始められた患者さんは、受診月数には配慮します。

※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、特定疾患（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。

※ホルモン剤、免疫抑制剤、抗がん剤等、特殊な薬剤を投与されている方の場合、ワクチン接種が不適当な場合がありますので、主治医にご相談下さい。

※他の予防接種（肺炎球菌ワクチンなど）と同日の接種が可能です。別々に接種を行う場合は、1週間あける必要があります。また、生ワクチン（麻しん、風しん、水痘ワクチンなど）を先に接種した場合は、4週間あける必要があります。

※メールマガジン「きくメール」読者の方は、割引します。（助成で1000円の方を除く）  
（割引額、手続き方法は、きくメールでお知らせします。）

※八尾市の減免対象の方は、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。

### 水痘ワクチンの接種を行っています（小児以外）

**帯状疱疹（ヘルペス）**は、水ぼうそうのウイルスが原因です。軽く済めばいいですが、ひどい場合は長年後遺症（神経痛）に悩まされることがあります。外国では、予防接種がよく行われていますが、日本では正式にはヘルペス予防のワクチンとしては認可されていません。

しかし、効果は間違いなくありますので、50歳以上の方にはお勧めします。1回の接種で10年以上の効果が期待できます。

慢性疾患でかかりつけの患者さん	7000円
慢性疾患以外でかかりつけの患者さん	7500円
上記以外の方	8000円

### 肺炎球菌ワクチンの接種（八尾市助成）を行っています（予約制）

接種料金：八尾市の助成の対象者：**2000円**

※市民税非課税世帯、生活保護受給者は免除されますが、接種前に手続きが必要です。

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）

対象年齢：①今年度中に65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳になる方  
対象者であれば、誕生日より前でも接種できます。

②60～64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

※平成31年度からは、65歳のみです。

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）。公害認定患者さんは、年齢に関係なく接種できます。

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

「**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  
 (翌週の月~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
9/25・26	9/28	9/29	9/30	1
<b>先どり</b>	<b>脳卒中 徹底解説</b>			
脳卒中	5つの症状を知る	脳梗塞の治療	脳出血・くも膜下出血の治療	検査でわかる高リスク
2・3	5	6	7	8
<b>先どり</b>	<b>新たな国民病 慢性腎臓病</b>			
慢性腎臓病	慢性腎臓病とは?	ステージ別の治療	2つの透析治療	腎臓によい食事は?
9・10	12	13	14	15
<b>先どり</b>	<b>十勝公開収録スペシャル ここまでできる! がん予防</b>			
がん予防	あなたのリスクは?	まずは禁煙・節酒	自分に合った体づくり	食で健康 大地の恵みでがん予防
16・17	19	20	21	22
<b>先どり</b>	メディカルジャーナル	前立腺がん 新しい薬物治療	子どもの 脊柱側弯症	運動で健康
脊柱側弯症	解明進む長寿の秘密			けん玉に挑戦!
23・24	26	27	28	29
<b>先どり</b>	<b>(アンコール) 気づきにくいホルモンの病気</b>			アンコール運動で健康
ホルモンの 病気	甲状腺の病気	下垂体・ 成長ホルモンの病気	治りにくい高血圧の 原因・副腎	安全に筋肉を増やす “スロトレ”

### 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0:00~0:44

- 10/3 息苦しさに要注意  
 10/10 (休止)  
 10/17 白血病をくい止める  
 10/24 気になる声のかすれ  
 10/31 (アンコール) あなどれない! 鼻詰まり

**鳥越俊太郎 医療の現場!** (日本医師会提供) は、9月で終了しました。

**#7119 (または、06-6582-7119) 救急安心センターおおさか**

年中無休24時間対応の救急医療相談窓口です。「病院へ行った方がいいの?」「救急車を呼んだ方がいいの?」「応急手当の仕方がわからない。」など迷ったら、電話をしてください。看護師・医師などが相談に応じます。ただし、一刻を争う場合は最初から119番へ電話を。