



内科・消化器内科
 総合内科専門医・消化器病専門医
 消化器内視鏡専門医・ピロリ菌感染症認定医

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。

・毎月初回の受診時には「保険証」「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、受付へお出してください。

湿布薬の処方枚数制限

3月になり、インフルエンザの流行も峠を越えたようですが、気温の変化が大きいので、体調には十分ご注意ください。

4月には、2年に一度の診療報酬改定が行われます。2月末時点では、詳しい内容がまだ伝わっていませんが、当院で一番関係のあることは、湿布薬の処方制限です。もちろん目的は医療費の削減です。

具体的には、1回の処方について70枚という枚数の制限が行われるようです。当院での処方では、35枚(5袋)あるいは70枚(10袋)が多いですが、一部の方でそれを超える枚数を処方しています。

現在問題になっているのは、多く処方を受けて、残った分を家族や他人に譲渡することです。

医学的な問題としては、欧米では、湿布薬は医薬品としてはあまり使われていないのだそうです。健康保険が適応されない国も多いそうです。飲み薬ではないから副作用がないと、安易にたくさん貼っている方もおられるようですが、皮膚から吸収されて全身に回りますので、使いすぎた場合の副作用は飲み薬とかわらないというデータもあります。

湿布薬の制限で、医療費が削減されれば、国は味をしめて、引き続いて風邪薬やビタミン剤、消化薬など制限がどんどん加わってくることでしょう。薬局・薬店・ドラッグストアへ行くと、鎮痛剤、湿布薬、アレルギー薬、胃腸薬など、私たちが診察をして処方せんを発行するような医薬品が多く並んでいます。それらを健康保険を使わずに、自費で買わせることによって、医療費が削減されることになるのでしょう。処方する側にもされる側にも、厳しい時代になります。

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)・**JCBプレモカード**をご利用頂けます。

クレジットカードのポイントも付きます。
 JCB、VISAなどのクレジットカード会社が発行するギフトカードもご利用頂けます。
 なお、百貨店の商品券は取り扱っておりませんので、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

3/9(水) 4/23(土) 5/14(土) 6/1(水), 6/24(金) 夕診, 6/25(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/>

(携帯ホームページは、終了しました。)

きくメールの登録はこちらです <http://archives.mag2.com/0000239603/>

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

生活習慣病 (3) 高血圧症 (2)

先月号で書きましたが、高血圧の治療の目的は、高血圧の持続によって起こる**心血管病** (虚血性心疾患：心筋梗塞、狭心症、脳血管障害：脳出血、脳梗塞) **を抑制すること**です。

特に、次の疾患や家族歴のある方は、十分な降圧治療が必要です。

高齢 (65歳以上)、喫煙、脂質異常症、糖尿病、肥満 (BMI 25以上)、メタボリックシンドローム、若年 (50歳未満) 発症の心血管病の家族歴

高血圧の診断基準を確認しておきましょう。(高血圧治療ガイドライン2014)

・高血圧は、I度、II度、III度の3段階に分類されます。

I度高血圧：140～159 / 90～99

II度高血圧：160～179 / 100～109

III度高血圧：180以上 / 110以上

上 (収縮期血圧) あるいは、下 (拡張期血圧) の程度の高い方に分類します。

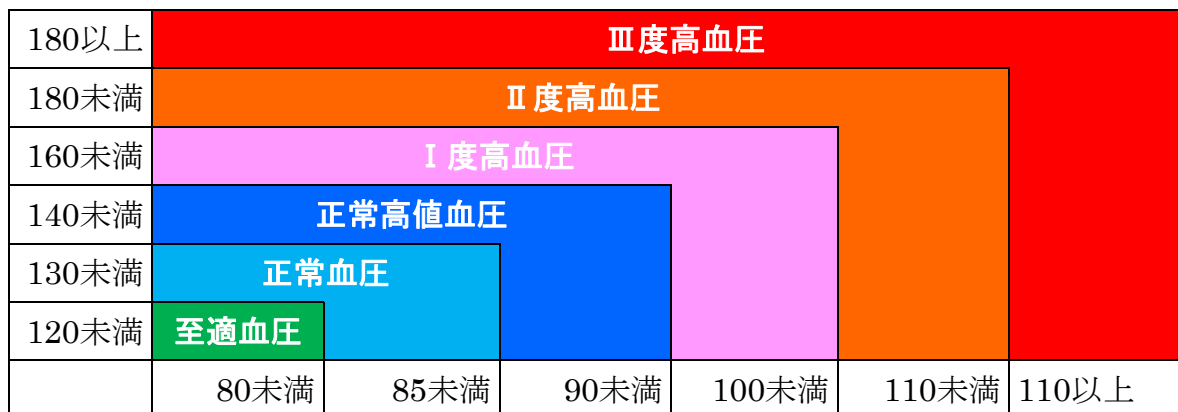
つまり、150 / 110の場合、上はI度下はIII度に該当するため、III度高血圧となります。

・正常も3段階に分類されます。

至適血圧：～119 / ～79

正常血圧：120～129 / 80～84

正常高値血圧：130～139 / 85～89



高血圧で治療中の方や、気になる方には、**血圧の自己測定**をお勧めしていますが、よくあるのが「**家での血圧と診察室での血圧が違いすぎる**」という問題です。このため「家庭用の血圧計は当てにならない」「家の血圧計が壊れている」と言って、家で測っていただけない場合が結構あるのです。

先ほどの血圧の基準において、**家庭血圧は5低く判定する**というきまりがあります。つまり、140未満 / 90未満という正常血圧の基準は、家庭血圧では135未満 / 85未満となります。また、よくあるのは「家庭では正常で、診察室では高い」あるいはその逆の場合です。

白衣高血圧：家庭では正常で診察室で高い場合

仮面高血圧：家庭では高く診察室では正常

		診察室血圧	
		140 / 90未満	140 / 90以上
家庭血圧	135 / 85以上	仮面高血圧	高血圧
	135 / 85未満	正常域血圧	白衣高血圧

両者の差が、30も40も違うと、判断が非常に難しくなります。しかし、原則として、家庭血圧の結果を優先することになっています。次回は血圧測定についてです。(次号に続きます)

長崎ランタンフェスティバルに行ってきました

もともとは長崎新地中華街の人たちが中国の旧正月（春節）を祝う行事でしたが、中華街以外にも会場を拡げて、長崎の冬の風物詩として知られるようになりました。街中に約15,000個の中国提灯（ランタン）やオブジェが飾られ、龍踊り、二胡の演奏、中国雑伎など、いろいろな催しが行われます。

開催期間は毎年変わり、今年は2月8日から22日の15日間でした。来年は1月28日（土）から2月11日（土）です。寒い時期ですが、いかがですか。



龍踊り
(中央公園会場)
飛び入りで参加も
できます。



ここは黄色のランタンです。
(中島川公園会場：眼鏡橋)

(新地中華街会場)



二胡の演奏 (中央公園会場)



あさちゃんの銀行に行ってきました



阪急宝塚線・池田駅から北へ徒歩10分

NHKの朝ドラ「あさが来た」で、あさちゃんは銀行を作りました。加島銀行（ドラマでは加野銀行）です。当時の建物としては、加島銀行池田支店の建物が、現在唯一残っています。1918年に建てられたということで、築98年になる石造りの建物です。

加島銀行は、金融恐慌の影響で昭和初期に廃業したそうで、旧・三和銀行（現・三菱東京UFJ銀行）池田支店として使われた後、現在はインテリアの店として使われています。

特定健診ご希望の方はお急ぎください

現在お手元にある受診券の有効期限は、3月31日までです。結果の受診も3月末でにさせていただきますので、早めの受診をお願いします。受診券を紛失された場合は、市役所で再発行してもらえます。

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）

現在有効のハガキをお持ちの方は、3月末日が期限です。

5年後には、ハガキは来ません。（平成31年度からは、65歳のみです）

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）

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。）

番組表は、別に発行しています

「きょうの健康」などの放送予定のページのみ、前月末までに「号外」として発行し、ご希望の方のみに配布しています。

今月号は2月29日に発行しましたが、内容未定の部分があり、それは後日に追加します。

設置場所は、待合室のテレビの上です。

#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。