



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。

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

・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。

診療報酬改定について

2年毎の改定が、4月1日から行われます。負担が少なくなるのは、糖尿病でインスリン注射をしている患者さんで、「自己注射指導管理料」が810点から750点と60点(600円)下がります。つまり3割負担の方で180円安くなります。

それ以外は、一部の血液検査で2点(20円)安くなりますが、採血料が20点から25点に上がりますので、合計額では変わらないか、運が悪いと10円高くなるかもしれません。

先月号でお知らせしましたが、湿布薬の処方枚数が制限され、**1回の処方について70枚以下**となります。湿布薬は1袋7枚のものが多く、70枚というと10袋です。20袋でも30袋でも欲しいという方もありますが、必要以上に多く処方を受けて、家族や他人にタダで配るような方が実際にあり、問題とされています。健康保険のルールは守っていただきたいです。

湿布薬の制限で、医療費が削減されれば(数十億円ともいわれています)、国は味をしめて、風邪薬やビタミン剤、胃薬・消化薬など同じ成分の市販薬があるものには制限がどんどん加わって行くことでしょう。

また、処方されても飲まなかったりして、大量の「残薬」が出ていることも問題となっています。**30日を超える長期処方については、「病状が安定し、服薬管理が可能なことを確認する」**こととされました。病状が不安定な場合は当然ですが、**残薬が多い場合は服薬管理ができないとされ「30日以内の処方にする」あるいは「分割調剤(薬局で30日ずつに分けて調剤する)」にすべき**とされました。くれぐれもご注意ください。

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)・**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い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 ～ 1 2	診察	検査	診察				
1 2 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

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

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/>

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（4）高血圧症（3）

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。

大部分の患者さんが月1回の受診ですが、自己測定をされていない方は、月1回の受診時の「一発勝負」になります。自己測定をされている方は、1日1回測定される方で月に30回、1日2回の方だと60回のデータがあるわけで、どちらが信頼できるかといえば、絶対に測定回数が多い方です。「測るたびに数値が違う」などの理由で、測定していただけない方が多いのですが、是非とも測定をお願いします。ただし、測定の条件がありますので、それはできるだけ守っていただく必要があります。

1. 測定方法：上腕式血圧計（手首式は、お勧めしていません）
 2. 測定環境：
 1. 静かで適当な室温
 2. 座って（椅子でも、正座、あぐらでも可）
1～2分安静後
 3. 測定中は、しゃべらない
 4. 測定前に喫煙、飲酒、カフェインの摂取をしない
 5. カフ（腕を締める部分）を心臓の高さに保つ
 6. カフを巻く部位は、素肌が理想（薄着なら可）
 3. 測定条件：朝：起床後1時間以内
排尿後
服薬前
食事前
夜（就寝前）：入浴直後は避ける
 4. 測定回数：1～2回
- あなたの血圧の経過——①

診 察 月 日	／	／	／	／
家族での測定月日	／	／	／	／
血 圧	朝昼夕	朝昼夕	朝昼夕	朝昼夕
(mmHg)				
200				
最 高				
血 圧				



あなたの血圧の経過 ①

診療月日	／	／	／	／	／	／	／	／	／	／	／	／	／	／	／	／	／	／	／	／
家庭での測定月日	／	／	／	／	／	／	／	／	／	／	／	／	／	／	／	／	／	／	／	／
血圧 (mmHg)	朝昼夕	朝昼夕	朝昼夕	朝昼夕	朝昼夕	朝昼夕	朝昼夕	朝昼夕	朝昼夕	朝昼夕	朝昼夕	朝昼夕	朝昼夕	朝昼夕	朝昼夕	朝昼夕	朝昼夕	朝昼夕	朝昼夕	朝昼夕
最高 血圧																				
最低 血圧																				
脈 拍																				
体重 (kg)																				
履量 チェック	●●●●	●●●●	●●●●	●●●●	●●●●	●●●●	●●●●	●●●●	●●●●	●●●●	●●●●	●●●●	●●●●	●●●●	●●●●	●●●●	●●●●	●●●●	●●●●	●●●●
メモ	あなたが気づいた 症状の記入や、ド クターからのア ドバイやアドバイス しょう。																			

また、測定したら必ず記録をお願いします。血圧手帳は無料でお渡ししております。

写真、私が使っている血圧計です。上：手首式、中：上腕式。どちらも診察室の血圧計と同じメーカー（日本精密測器）です。



また五代様に会ってきました

NHKの朝ドラ「あさが来た」は4月2日で終わりですが、久しぶりに記憶に残るドラマでした。2月号で大阪商工会議所に建っている五代友厚像をご紹介しましたが、彼が設立に尽力した大阪証券取引所（現・大阪取引所）にも銅像が建っていますので、見てきました。

場所は、地下鉄堺筋線・京阪本線の北浜駅すぐです。

なお、加野屋の中番頭・亀助（きすけ）を主役にしたスピンオフ（番外編）が4月23日（土）午後9時～10時半にBSプレミアムで放送されます。

肺炎球菌ワクチンの接種を行います

接種期間：平成28年4月1日～平成29年3月31日

対象者：接種当日に八尾市に住民登録のある、下記AまたはBの方で、**初めて接種を受ける方**
(過去に自費であっても接種を受けた方は対象外です)

A. 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

対象者の生年月日は、下の表をご覧ください。

平成31年度からは、65歳のみが対象となります。(5年後はありません)

B. 60～64歳で身体障害者手帳（心臓・腎臓・呼吸器・HIVによる免疫不全で）1級の方
公害認定患者さんは、公害医療係にお問い合わせください。(TEL 072-924-8536)

対象の生年月日に該当する方には、5月20日頃にハガキが発送されますが、上記の条件を満たすことが確認できれば、ハガキがなくても、また誕生日前でも接種が可能です。

(ハガキが来ても、過去に受けた方は対象外です。)

65歳	昭和26年4月2日～昭和27年4月1日生まれ
70歳	昭和21年4月2日～昭和22年4月1日生まれ
75歳	昭和16年4月2日～昭和17年4月1日生まれ
80歳	昭和11年4月2日～昭和12年4月1日生まれ
85歳	昭和6年4月2日～昭和7年4月1日生まれ
90歳	大正15年4月2日～昭和2年4月1日生まれ
95歳	大正10年4月2日～大正11年4月1日生まれ
100歳	大正5年4月2日～大正6年4月1日生まれ

接種料金：**2000円**

※市民税非課税世帯の方、生活保護受給者は免除されますが、**接種前に保健センター**での手続きが必要です。

(保健センター：TEL 072-994-8480)

接種は、**予約制です。**

インフルエンザなどの流行していない、季候のいい時期の接種をお勧めします。

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)

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	6,500円
慢性疾患以外でかかりつけの患者さん	7,000円
上記以外の方	7,500円

特定健診は受診券の到着をお待ちください

特定健診の受診券は、八尾市国民健康保険の加入者には、毎年4月末頃に届きます。

特定健診は受診券がないと受診できませんので、それまでお待ちください。後期高齢者や社会保険の方は、対応がことなる場合がありますので、不明な点は、それぞれの健康保険組合にお問い合わせください。

毎年ですが、年度末には駆け込みの受診が増えます。受診されると、結果のための受診も年度内に必要ですので、かなり混み合います。

11月前後は、インフルエンザの予防接種のために混み合います。冬季は予約していても、インフルエンザなどにかかったりして受診できない方もおられます。

季候のいい時期にお受けいただくことを、お勧めします。

宮古島に行ってきました



連休で沖縄の宮古島に行ってきました。伊丹から那覇経由で行きましたが、関空から1日1往復の直行便もあります（片道2時間半）。気温は大阪より10度高く、初夏の陽気でした。4月初めには海開きになります。

「宮古ブルー」といわれる緑がかった海の色は、写真では再現できません。ぜひ一度行ってみてください。

半潜水式水中観光船「シースカイ」に乗りました。サンゴ礁や熱帯魚がきれいでした。



1873（明治6）年、島の近くで遭難したドイツ商船の乗員を救助した縁で、ドイツ文化村という施設があります。

第2次世界大戦後の東西冷戦の象徴とも言える「ベルリンの壁」の一部が展示されています。

写真下中は「壁」の西ベルリン側、右はその裏側、つまり東ベルリン側です。自由主義と社会主義の違いが、色彩にも現れているようです。



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3月25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。「病院へ行ったらいいの？」「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。