



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

はて？

今期のNHKの朝ドラ「虎に翼」は、日本初の女性弁護士・判事となった三淵嘉子^{みぶちよしこ}さんがモデルです。気づいておられますか？ 主人公・寅子^{ともしこ}の口癖が「はて？」です。納得いかないことには「はて？」と、ほとんど毎回のようにつぶやいています。

私も診察中に「はて？」と感ずることがよくあります。「はて？この患者さんは、病気のことを理解してくれているのだろうか？」「はて？私がこの患者さんにしている治療は正しいのだろうか？」など、「はて？」と、考え出すときりがありません。皆さんはいかがですか？「はて？」と思うことがあれば、遠慮なくお尋ねください（納得できるお答えができるかどうかわかりませんが）。

岸田首相が、やっと自民党の総裁を諦めました。首相になることが最大の目的だったようで、国民のために何かをしたいということは、なかったようです。

結局は説明責任を果たさず、統一教会問題も裏金問題も中途半端に誤魔化したままです。

3年に一度の自民党の総裁選挙が9月にあり、今回は10人以上が立候補するという噂です。「自民党をぶっこわす」と言ったK元首相の息子も出るらしく、しかも有力候補らしいです。もし当選したら「日本をぶっこわす」にならないか心配ですが、それに乗っかろうと、ワイドショーなどでも、政治に興味のないようなタレントまでが、首を突っ込んでいます。別にタレントや芸人だからと差別しているわけではありませんが・・・

自民党の中の問題だけなら、好き勝手にやってもらっていいのですが、問題は現在の状況では、自民党の総裁は、総理大臣になるということです。つまり国民全体の問題なのです。

そして総裁選挙が終わったら、誰が総理大臣になるとしても、年内に衆議院解散・総選挙になるでしょう。自民党は今回の総裁選挙で「刷新感」を狙っていると言われています。そんなことに誤魔化されるような「民度の低い」日本人ばかりなら、日本はいよいよ終わりかなと思います。

臨時休診の予定

10/12(土) 10/25(金) 夕診 10/26(土)

今月号の原稿締め切りは、8/27でした。最新の情報は、ホームページ・きくメールで、ご確認ください。

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

メールマガジン「きくメール」(無料)の登録はこちらです。

<https://www.mag2.com/m/0000239603/> (右のQRコードで登録できます)

インスタグラム：hiroshi_kikuchi1 (主に、城巡りや旅の投稿です)



救急安心センターおおさか

#7119 (または06-6582-7119)

年中無休24時間対応の救急医療相談窓口です。看護師・医師などが相談に応じます。

特定健診(予約制)

75歳未満と75歳以上で受診券が異なります。今年度で75歳になる方で10月～3月生まれの方には、受診券が届いているはずですので、誕生日の前日までにお受けください。4～9月生まれの方には、受診券は届いていないと思いますが、ご希望の場合は受けることができます。

お問い合わせは、八尾市健康保険課(TEL 072-924-3865)へお願いします。

健診の内容は、問診・身体計測(身長・体重・腹囲)・検尿・採血・心電図・診察です。血液検査の結果は当日は出ませんので、結果のための受診が必要です。

八尾市国保と後期高齢者の方は無料ですが、社会保険・他の保険組合の方は、一部の検査項目が省かれたり、負担金が必要なことがありますので、あらかじめご確認ください。

健診に含まれない検査(胸部X線写真・骨密度測定・超音波検査(腹部・甲状腺・頸動脈)・腫瘍マーカー・胃カメラ・大腸ファイバー等)をご希望の方は、保険で可能です。あらかじめお申し出ください。(ピロリ菌検査は、胃カメラを受けられる場合に限り、保険で検査可能です)

採血は「空腹時」が原則です。空腹とは「10時間以上の絶食」です。食事をすると、血糖値と中性脂肪は異常値が出やすいです。ただし、絶食のために、脱水状態になると困ります。水やお茶その他「カロリーゼロ」の水分は、飲んでも支障ありませんので、十分お飲みください。

先月号で書きましたが、特定健診はいわゆる「メタボ健診」です。肥満プラス高血圧症・糖尿病・脂質異常症のうち2つがあれば、メタボリックシンドローム(症候群)になりますが、それが直接命に関わることは多くありません。命に関わるのは、その結果として起こる、心臓病、腎臓病、脳血管障害などです。日本人の死亡原因の1位は「悪性新生物」つまり「がん」ですが、糖尿病の方はすい臓がんになりやすく、脂肪肝から肝臓がんになることもわかっていますので、無関係ではありません。今月号では、腎臓病の話をしていきます。(次ページです)

肝炎ウイルス検診

B型・C型肝炎ウイルスの検査です。**20歳以上の方が一度だけ無料で受けることができます。**受診券はありません。肝炎ウイルスが、肝疾患(慢性肝炎、肝硬変、肝がん(肝細胞がん))の原因の7～8割を占めます。ぜひお受けください。

私は、研修を受けて「大阪府肝炎医療コーディネーター」の認定を受けています。ご質問があれば、ご相談ください。

大腸がん検診(便潜血2回法)

40歳以上の八尾市民は年1回無料で受けられます。受診券はありません。検査キットは、受付および診察室でお渡しします。

便を2日分提出していただき、1回でも陽性(血液が混じっている)なら、要精密検査(大腸ファイバー:当院でできます)となります。

ただし、肉眼でわかる血便や、便通異常、体重減少などがある場合は、検診をとばして、内視鏡検査をお受けになることをお勧めします。

また、2親等以内(親・子・祖父母・孫・きょうだい)に、大腸癌や大腸ポリープになった方がおられる場合は、一度は内視鏡検査をお受けになることをお勧めします。

慢性腎臓病（CKD）・血液透析について

慢性腎不全という病名はお聞きになったことがあると思います。慢性腎臓病の最終段階です。慢性腎不全の治療は、ほとんどが**血液透析**が必要になります。**腎移植**も選択肢にはなりますが、実際に受けられる患者さんはごく一部です。

血液透析が必要となる疾患の1～3位は、右表の通りです。

40年前には、慢性腎炎が70%を占めていましたが、かなり減り、糖尿病と高血圧が増えています。

2022年の資料では、日本中で35万人の方が血液透析を受けておられます。これは、日本人の約360人に1人に当たります。人口当たりの透析患者の数は、1位が台湾、2位が韓国、3位が日本です。

毎年4万人が新規に血液透析を導入されていますが、約3万5千人の方が亡くなっています。

血液透析の原因疾患	割合
糖尿病性腎症	40%
慢性（糸球体）腎炎	24%
（高血圧性）腎硬化症	13%

特定健診には、腎機能検査として血液検査と尿検査があります。血液検査は、毒素であるクレアチンを測り、これを年齢・性別で計算したものがeGFR（推算糸球体濾過率）で、最近はこちらが重要視されています。尿検査では尿蛋白を調べますが、精密検査ではありません。

腎不全を重症度で分類すると、下表のように、**GFRによってG1～G5の6段階**に分けられ、**尿蛋白の程度によって、A1～A3の3段階**に分けられます。この2つの組み合わせで「G1A1」のように表します。表の色分けは、緑→黄→橙→赤の順に重症度が高くなります。

重症度が高いということは、腎臓だけではなく、全身のいろいろな病気の危険度が高くなるということです。したがって、原因となる疾患の管理が大変重要です。

血液透析は、週に3回、1回につき約5時間をかけて行います。腎移植を受けない限り、一生続ける必要があります。私は、今のところ腎機能は正常ですが、透析のお世話にならないように、健康管理をしたいと思っています。

原疾患	尿蛋白区分		A1	A2	A3
糖尿病	尿アルブミン／クレアチニン比 (mg/gCr)	正常	正常	微量アルブミン尿	顕性アルブミン尿
		30未満	30～299	300以上	
高血圧 腎炎 他	尿蛋白／クレアチニン比 (g/gCr)	正常	正常	軽度蛋白尿	高度蛋白尿
		0.15未満	0.15～0.49	0.50以上	
GFR区分			重症度		
G1	正常または高値	90以上			
G2	正常または軽度低下	60～89			
G3a	軽度～中等度低下	45～59			
G3b	中等度～高度低下	30～44			
G4	高度低下	15～29			
G5	末期腎不全	15未満			

肺炎球菌の予防接種

(当日接種可ですが、問診票の記入が必要ですので、診察室に入る前に受付でお申し出ください)

日本人の死亡原因の第4位が肺炎です。高齢者では肺炎球菌が原因の多くを占めます。

対象者は1回目の接種のみ2000円の自己負担で受けることができます。

今年度から65歳のみが対象です。接種可能な日は、65歳の誕生日の前日から66歳の誕生日の前日までです。

市民税非課税世帯の方、生活保護受給者等は負担金が免除されますが、必ず接種前に八尾市保健センター(TEL 994-8480)での手続きをしてください。また、特別に負担金のことなる方があります(右表)

ワクチンの効果は5年間です。2回目以降の接種料金は

例外の方の接種料金	
八尾市公害認定患者さん	無料 (2回目以降も)
ひそう 脾臓摘出後の方 (胃がん術後など)	保険適用 (2回目以降も)

接種料金(税込)	
かかりつけ患者さん	6,820円
かかりつけでない方	7,920円

左表の通りです。

情報は「肺炎予防.jp」をご覧ください。

(<https://www.haien-yobou.jp/>)

たいじょうほうしん

带状疱疹(ヘルペス)の予防接種(予約制)

子どもの頃に感染した水痘(水ぼうそう)のウイルスが体内に潜んでいて、高齢になって免疫が低下すると带状疱疹を発症します。

ワクチン接種は、発病予防および発病した場合の症状・後遺症(神経痛)の軽減が目的です。

接種対象は50歳以上です。

商品名 (製薬会社)	水痘生ワクチン (ビケン)	シングリックス (グラクソスミスクライン)
ワクチンの種類	生ワクチン	不活化ワクチン
接種方法・回数	皮下注射 1回	筋肉注射 2回 (2~6か月間隔)
予防効果	約50%	約90%
効果持続期間	約5年	約10年

当院では表にある2種類のワクチン接種を行っています。情報は下記のサイトをご覧ください。

「带状疱疹.jp」(ビケン) <https://taijyouhoushin.jp/>

「带状疱疹予防.jp」(GSK) <https://taijyouhoushin-yobou.jp/>

6/1からの接種料金(税込)		
生ワクチン	ワクチン種類	不活化ワクチン
7,480円	かかりつけ患者さん	20,350円
8,580円	かかりつけでない方	21,450円

(左表)接種料金の改定をしました。

※先月号で、前の行の最後に誤字がありました。お詫びして訂正します。

「しましたL」→「しました。」

RSウイルスワクチンについて

さだまさしさんがTVのCMに出ています。RSウイルス感染症は、通常は「風邪」のような症状ですが、高齢者、呼吸器疾患・心疾患等をお持ちの方は、肺炎を起こすこともあります。60歳以上を対象に、ワクチン接種が可能になりました。接種料金は25,000円(税込)です。

1回の接種で2年間は免疫が維持できます。(新しいワクチンのため、2年以上効果が持続するかどうかのデータがまだないようです。)

風しんの予防接種（予約制）

※「麻しん風しん混合ワクチン」が品不足のため、入荷待ちの予約になります。ご了承ください。

風しんでこわいのは「先天性風しん症候群」です。妊娠初期に感染した場合、新生児に先天性白内障、先天性心疾患、難聴などが起こる可能性が高くなります。下記の2つの事業があります。

A「風しん5期定期接種」（今年度末で終了の予定です）

対象者は、**昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性**で、クーポン券があります。

B「先天性風しん症候群予防対策事業（八尾市）」

対象者は、八尾市に住民票のある方で、**①妊娠を希望している女性 ②①の配偶者 ③妊婦の配偶者 ④①の同居者 ⑤妊婦の同居者**です。

無料の抗体検査を受けていただき、その結果で接種対象となれば、無料で接種可能です。
(妊娠中の女性は、接種を受けられません)

接種料金（税込）	9,350円	対象外の方の接種料金は、左の通りです。
----------	--------	---------------------

子宮頸がんワクチン接種（予約制）

子宮頸がんは、VPD（Vaccine Preventable Diseases：ワクチンによって予防できる病気）のひとつです。2010年11月から定期接種となりましたが、一時積極的勧奨が差し控えられていました。副作用は問題ないとなり、22年4月から再度勧奨されています。

定期接種（無料）の対象者は、小学6年生から高校1年生（相当）の女子です。

ワクチンは、2価、4価、9価の3種類がありますが、当院では効果の高い9価ワクチン（商品名：シルガード9）の接種を行っています。

9価ワクチン接種のスケジュールは、下記の通りです。

14歳までに接種開始した場合は、2回接種が標準です。

1回目接種 → 6か月あけて2回目接種（5か月目から12か月後まで接種可）

15歳以上で接種開始した場合は、3回接種が標準です。

1回目接種 → 2か月あけて2回目接種 → 1回目から6か月あけて3回目接種
(2回目は、1回目から1か月あければ接種可。3回目は2回目から3か月以上あければ接種可)

接種が勧奨されていなかった期間に接種機会を逃した方を対象に**キャッチアップ接種**（無料）を実施しています。。対象者は、**平成9年度～平成19年度生まれ**の女子です。

接種期間は令和7年3月末までですので、ご希望の方はお急ぎください。3回の接種をこの期間に終わるためには、今年9月末までに1回目を受けてください。（来年4月以降の接種分は、自費になります）

接種時のお願い

13歳未満の方の接種には、保護者の同伴が必要です。

13～15歳の方の接種には、予診票と同意書に保護者のサインが必要です。

厚生労働省の感染症・予防接種相談窓口

TEL 03-5656-8246（平日の午前9時～午後5時）

大阪府の相談窓口

TEL 06-4397-3549（平日の午前9時～12時15分、午後1時～6時）

新型コロナウイルスワクチン接種について

●新型コロナの患者さんが、結構出ています。第11波だそうです。38℃以上の発熱で受診される方の大部分は新型コロナです。7月下旬からは発熱のない新型コロナの方も増えています。

相変わらず感染力はつよいです。家庭内で2人以上が同じような症状の「風邪」をひくことは普通起こりません。それだけで新型コロナと診断してもいいくらいです。

コロナ検査を受けていない人の「風邪」は疑わなければいけません。

新型コロナだと、まれに肺炎を起こすことがありますし、咳が長引いたり、嗅覚・味覚障害が起こることもあります。全身倦怠感が長期にわたる事例もあります。ただの「風邪」とは違う病気だということを、忘れないでください。

●新型コロナワクチン「定期接種」の情報です。

・対象は、八尾市民で65歳以上の方、60歳以上で心臓・腎臓・呼吸器等の疾患で身体障害者手帳1級をお持ちの方です。(インフルエンザの予防接種と同じ条件です)

・**接種期間は、令和6年10月1日(火)～7年1月31日**の予定です。**接種回数は1回**です。

65歳の方は、誕生日の前日から接種が可能です。

・**接種費用は、3,000円**です。市民税非課税世帯の方、生活保護受給者の方等は免除になりますが、事前の申請が必要です。接種後の払い戻しはできませんので、ご注意ください。

・**接種券の送付はありません。**

※定期的に受診されている患者さんは、昨年同様、**できるだけ診察日に接種をお願いいたします。**

※**新型コロナとインフルエンザの同日接種が可能です**ので、ご検討ください。

※使用するワクチンは、ファイザーのワクチンになる予定ですが、まだ発売になっておらず、納品の予定もわかりませんので、予約はまだ取ることができません。

たぶん10月1日からの接種は難しく、10月中旬からになる可能性が高いと思います。

●65歳未満の方の「任意接種」の接種費用は、今のところ15,000円前後になる見込みです。

定期接種の費用の内訳は、ワクチン代を含む接種費用が15,300円で、国が8,300円を助成、八尾市が4,000円を助成し、残りの3,000円が自己負担ですので、その実費相当額になる見込みです。

接種費用・接種開始時期等については、決まり次第お知らせします。当院のメールマガジン「きくメール」で一番にお知らせしますのでご登録ください。

なお、今回から、新型コロナおよびインフルエンザの予防接種は、メールでの予約は行わないことにしましたので、ご了承ください。

発熱外来について

発熱がなくても「風邪」症状のある方は、必ず電話での予約をお願いします。飛び込みで来られた方は、院外でお待ちいただくか、出直していただきます。感染拡大予防のためにご了承ください。診察時間は、原則として午前診および夕診の終了後です。新型コロナの抗原定性検査を行います。高熱の場合は、インフルエンザの検査も同時に行います。

パンダにさわったことはありますか？



菊池内科の院長は、どうとう暑さのためにおかしくなったか、年金受給者になっていよいよ認知症が始まったか、と思われた方もおられると思います。

たしかに、大熊猫(ジャイアントパンダ)は、常識的には、見るものであって、触れることができるものではありませんが、それができたのです。

2012年9月、私は2泊3日で中国・北京へ行きました。当時は反日運動が激しく、ホテル(ニューオータニ)から少し離れたところにある日本大使館周辺のデモが見えていました。ホテル周辺にも警察官が大勢いました。

私の旅は、たいてい旅行会社のツアーではなく、個人で飛行機とホテルを手配し、自由行動か現地ツアーに参加する旅です。

1日目は、火鍋(しゃぶしゃぶ)の夕食後に、中国雑技団(サーカス)の鑑賞をしました。2日目は万里の長城へ行き、夕食は北京ダックでした。

最終日は、朝食後に「北京動物園 **パンダ特別見学**」ツアーに参加しました。送迎、入園料を含めて一人600元(当時で約7,200円)でした。

「大熊猫館」に着くと、パンダ舎の裏に招かれ、関係者入口から入ると目の前に、パンダがいました。名前は覚えていません。

(左)向こうにいる一般客がこちらを見ている状況です。パンダを立たせたり座らせたりして、腕(前脚か)に触りましたが、柔らかい毛ではなく、かなり太くて硬い毛でした。

餌やり(ニンジン)もしました。竹ばかり食べているのではないようでした。

ガイドによると、名目としては「餌やりボランティア」らしいですが、ボランティアの割には結構なお値段でした。

このツアーは「マイバス」というJTBの子会社の主催でした。今でもやっているのか調べてみましたが、他社を含めても見つけれませんでした。

2015年11月には上海動物園しゃんはいに行き、パンダを見ましたが、客よりもパンダの方が多かったです。

国内外を問わず、旅行では動物園や水族館に結構行っています。

皆さんもいかがですか？



生活習慣病管理について

今年6月の診療報酬改定によって、高血圧症・糖尿病・脂質異常症の3つの疾患については、今まで「特定疾患」だったのが「生活習慣病」として管理することになりました。当院でも慢性疾患で通院している患者さんの大部分が「生活習慣病」です。この3疾患の患者さんには、身長・体重測定をして、問診票を書いていただき、「療養計画書」を発行させていただきました。

4か月に一度を目安に「療養計画書」を発行する決まりですが、問診票および署名は1回目だけの予定です。身長・体重測定については、4か月毎に行いますので、よろしくお願ひします。

またマスコミ批判になりますが、今回の診療報酬改定について、初診料や再診料が高くなって診察代が高くなるという報道はたくさんしてもらいました。現実には、ほとんどの診察において、約10点(=100円。3割負担の方で30円、1割負担の方で10円)の引き下げになっているという事実の報道はほとんどされていません。ずっと前から国の姿勢は「医者は金儲けをする悪い奴らだ」で、マスコミはそれに忖度した報道をしていると私は考えています。

薬の選定療養(保険外し)について

今年10月(来月です!)から始まる制度です。後発品のある先発医薬品について、薬価(薬の公定価格)の一部を自己負担とする制度です。全ての薬が対象になるかどうかわかりませんが、先発品と後発品の薬価差の4分の1を自己負担(実費)とするものです。また弱い者いじめですが、国の考えは「先発品を選ぶのは、ぜいたくである。ぜいたくは敵だ!」です。

たとえば、先発品が1錠100円、同成分の後発品が1錠60円とします。

→差額は40円ですので、その4分の1の10円が、実費になります。

保険が3割負担の場合、先発品の自己負担は1錠30円、後発品は18円ですが、先発品には上記の10円が加算され40円(実質4割負担)となり、後発品との差が広がります。

当院は院外処方をしていきますので、当院での会計に変わりはありません。詳しくは、調剤薬局で聞いていただく方がいいと思います。

完全予約制です (072) 990-5820

自動ドアを開ける時刻は、下記の通りです
午前診：午前8時 夕診：午後4時45分
(多少前後します) ご協力をお願いいたします。

毎月初回受診時には、健康保険証・医療証等をご提示ください。マイナンバーカード(マイナ保険証)も受付しています。
お薬手帳・健診結果・紹介状などをお持ちの方は、診察前に受付へお出しください。

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
午前8時半～	胃カメラ・エコー						水曜日の午前診は、胃カメラ・エコー等の検査優先ですが、空きがある場合に限り一般の診察を行います。 午後の検査は、都合によって行わない日がありますので、ご了承ください。 夕診は予約の患者さんが終わり次第、終了としますので、ご了承ください。
午前9～12	診察				診察		
午前診終了後	発熱外来						
発熱外来終了後	胃カメラ・エコー 大腸ファイバー						
午後5～7	診察				診察		
夕診終了後	発熱外来		×		発熱外来	×	