# Kikuchi Clinic 菊池内科

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

## 情 弱 国 家

出稿直前まで、見出しを「やなちゃん」にするかどうか迷いましたが、いくらなんでも品がないので、却下しました。「やなちゃん」って何のこと？と言う方は、かなり情報に疎い方、いわゆる「情弱」（情報弱者）です。政治は大事です。取り残されないようにしましょう。

議員が、自分の支持者らに対して「予算をつけてやった」というのは、昔ながらの自民党政治ではよく聞く話ですが、自分を支持しなかったから「予算を削ってやった」というのは初耳です。実際、道路の予算を削られた自治体があるのですから、国土交通省は否定していますが、絶対に忖度が働いていると思います。森友問題に通じるものがあります。その「やなちゃん」を「私の知恵袋」と言って更迭できなかった高市首相の「知恵」は、しれたものだと言うことです。

１０月２日に、Ｇ７（先進７か国首脳会議）の緊急オンライン会議が開催されました。当然「首脳」が参加する会議ですが、高市首相は参加せず、官僚が代理出席をしました。その言い訳が、「議題が欧米諸国に関するものなので、私が参加するまでのことはないと判断した」でしたが、石油関連の内容だったので、日本が関係ないはずはないのです。これを国会で追及されると、「会議が直前に決まったので準備ができなかった」。これも議長国フランスが数日前には開催を表明していたことがバレると、「会議用の大きなディスプレイ（画面）の準備ができなかった」と言い、そんなはずないやろうと言われると「事業者のせいで機器の接続が間に合わなかった」とコロコロとかわりました。挙げ句の果てには、直前に自民党の幹部たちと会食をしていたのがバレ、泥酔していて出られなかったという噂まで流れるに至っています。いずれにしても、重要な国際会議に参加できないほど、日本が「情弱国家」であることを露呈してしまいました。

発熱の方、熱がなくても、のどの痛み、鼻汁、咳、痰などの「上気道炎症状」の方、および吐き気、嘔吐、下痢などの「消化器症状」の方は、必ず事前に連絡のうえ、予約をお願いします。
診察時間は、原則として午前診および夕診の最後になりますが、ご協力お願いいたします。

## 休診の予定

１２／７（月）～１２／１２（土）　　１２／３０（水）～１／３（日）

ご迷惑をおかけし、誠に申し訳ありません。今月号の原稿締め切りは、１０／２８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。

## 八尾市休日急病診療所（内科・小児科）

(八尾市旭ヶ丘 5-85-16　TEL072-993-8223)
日曜日・祝日のみ　　①午前 10：00～11：30
②午後 1：00～3：30　③午後 5：00～8：30

## 今シーズンのインフルエンザと新型コロナ

今年は、インフルエンザの流行が例年より早く始まり、ワクチン接種も例年より早く受けていただいています。これから、気温が下がってくると、さらに流行が加速すると思われますが、今後の予測です。

１．流行が早く始まった分、早く（たとえば年内に）終わり、１月以降は平穏。
２．流行は早くは終わらず、例年通り春先まで継続する。
３．流行は年内に一旦終わるが、年明けから２回目の流行が始まる。

上記１なら嬉しいですが、私は３になってもいいように心積もりをしています。

### 新型コロナは終わったのか？

一時ほど流行の報道がされていませんので、新型コロナはもう終わったと思っている方も多いようです。ワクチン接種が有料になったこともあり、ワクチンを受ける方も激減しています。しかし、新型コロナはまだまだ健在ですし、右表のように昨年１年間で、新型コロナ感染によって２万人以上が亡くなっています。「自分だけはかからない、死なない」はありません。よく考えましょう。

| 年間死者数 | | |
|---|---|---|
| 年 | 新型コロナ | インフルエンザ |
| ２０２０ | ３４６６ | ９５６ |
| ２０２１ | １６７６６ | ２２ |
| ２０２２ | ４７６３８ | ２４ |
| ２０２３ | ３８０８６ | １３８３ |
| ２０２４ | ３５８６５ | ２８５７ |
| ２０２５ | ２１４９７ | ６８３８ |



## インフルエンザ・新型コロナの予防接種

接種期間は来年１月３０日（土）までですが、できるだけ早くお受けください。
接種料金は下表の通りです。６５歳以上の方で下記の方の負担金は免除（０円）になります。
①市民税非課税世帯の方　②生活保護受給者　③中国残留邦人等支援法の受給者　ただし、接種前に保健センター（TEL 072-994-8480)での手続きが必要です（窓口・郵送・電子申請）。
公害医療の方は、八尾市からの通知をご確認ください。
原則として予約制です。かかりつけの方は、混雑緩和のため、できるだけ定期の診察日での接種をお願いします。
接種料金は、以下の通りです。６５歳未満の方の料金は、諸般の事情により、昨シーズンよりも少し値上げになっておりますが、ご理解のほどお願いいたします。

| | インフルエンザ | 新型コロナ |
|---|---|---|
| 接種日において八尾市に住民登録のある方で<br>①６５歳以上の方<br>②６０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 | １，２００円 | ７，８００円 |
| 上記以外の、かかりつけの方<br>（接種日前の１年間に定期的に４か月以上受診されている方）※初診から１年以内の方は考慮します。 | ３，２００円 | １４，５００円 |
| かかりつけでない方で、当院で一度でも（何でも）予防接種を受けたことのある方 | ３，５００円 | １５，０００円 |
| かかりつけでなく、当院で一度も予防接種を受けたことのない方 | ４，０００円 | １５，５００円 |

インフルエンザワクチン２０２６／２７は、下記の３価ワクチンです。最新の流行予想によって、昨シーズンとはすべて入れ替わっています。
①A型スイス株　②A型ミシガン株　③B型東京株

新型コロナワクチンは、オミクロン株ＸＦＧ変異株対応ワクチンです。当院では、今シーズンも「ファイザー」のワクチン（商品名：コミナティ）のみを使用します。

予約は、電話（０７２－９９０－５８２０）あるいは窓口でお願いします。
電話は診療時間内にお願いします。
時間外・休日などに留守番電話に一方的に録音されただけでは、予約にはなりません。
メールでの予約およびメルマガ読者の割引は、一昨年から行っていません。

インフルエンザ予防接種の自己負担ですが、東京２３区のうち、７区では６５歳以上が無料、８区で７５歳以上が無料です。先の７区のうち、渋谷区、千代田区、港区、荒川区、足立区では、新型コロナも無料です。一番恵まれているのは、渋谷区で、インフルエンザ、新型コロナに加えて、肺炎球菌ワクチン、帯状疱疹ワクチンも無料です！　高校授業料の無償化を自慢している維新の会、次はワクチン全面無料化をしたらどうですか？！都構想よりもよっぽど人気になります！

## 帯状疱疹（たいじょうほうしん）（ヘルペス）ワクチン

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、高齢になり免疫が低下すると帯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。

| 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。情報は下記をご覧ください。

「帯状疱疹.jp」（ビケン）https://taijyouhoushin.jp/

「帯状疱疹予防.jp」（グラクソスミスクライン）https://taijyouhoushin-yobou.jp/

接種期間：年度実施（４月１日～翌年３月３１日）

※シングリックスは、２回とも対象年度内に接種する必要があります。

接種対象者：接種当日に八尾市に住民登録のある下記①～③の方。

過去に帯状疱疹にかかったことのある方も対象です。

過去に任意接種で接種を受けた方は対象外です。

①年度内に６５歳を迎える方（誕生日の前でも接種できます）

②「ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障害」があり、日常生活がほとん不可能な方（身体障害者手帳１級相当）

③令和１１年度までの経過措置として、年度内に、７０歳、７５歳、８０歳、８５歳、９０歳、９５歳、１００歳となる方。

※５年後はありませんので、該当する年度にお受けください。

| 定期接種の接種料金（１回分） | |
|---|---|
| 生ワクチン | 不活化ワクチン |
| ４，４００円 | １１，０００円 |

※不活化ワクチン（シングリックス）は、２～６か月の間隔で２回の接種が必要です。２回目が次年度になると、２回目は自費となりますので、ご注意ください。

任意接種（定期接種の対象外の方）は５０歳以上が対象です。

| 任意接種の接種料金（１回分） | | |
|---|---|---|
| 生ワクチン | ワクチン種類 | 不活化ワクチン |
| ７，７００円 | かかりつけ患者さん | ２０，９００円 |
| ８，８００円 | かかりつけでない方 | ２２，０００円 |

### 「任意接種」で「かかりつけ」に当たるかどうか

原則として、接種日前の１年間に定期的に４か月以上受診された方をかかりつけとしています。

※９月１０日に接種される場合、前年の９月１日から接種日までの受診月数です。（予防接種・健診は含みません）　※初診から１年以内の方の場合は、考慮しますので、お尋ねください。

## 肺炎球菌ワクチン

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。
肺炎球菌ワクチンは、今年度からファイザー製薬の「プレベナー２０」に変更になりました。
今までは「莢膜（きょうまく）多糖体ワクチン」でしたが、「結合型ワクチン」になりました。今までは５年毎に再接種が必要でしたが、新しいワクチンは一度の接種で生涯免疫が期待できます。

初めての接種に限って、５，８００円の自己負担で受けることができます。
ワクチンの種類にかかわらず、肺炎球菌ワクチン２回目以降は、定期接種の対象外です。

対象者は６５歳のみです（６５歳の誕生日の前日から６６歳の誕生日の前日まで接種できます）

「プレベナー２０」の任意接種（定期接種の対象外の方）の接種料金は右表の通りです。

| （任意接種）プレベナー２０の接種料金 | |
|---|---|
| かかりつけ患者さん | １１，０００円 |
| かかりつけでない方 | １２，１００円 |

ファイザー製薬の肺炎球菌ワクチンのサイト
https://www.pfizervaccines.jp/otona-haienkyukin/

ＭＳＤ製薬の「キャップバックス」も接種が可能になりました。「プレベナー２０」と同じ結合型ワクチンで１回の接種で長期間の免疫が得られますが、「プレベナー２０」とは効果のある菌の種類（血清型）が異なります。
こちらは定期接種の対象ではありませんが、任意接種ではこちらを推奨します。
接種料金は右表の通りです。

| （任意接種）キャップバックスの接種料 | |
|---|---|
| かかりつけ患者さん | １３，２００円 |
| かかりつけでない方 | １４，３００円 |

ＭＳＤ製薬の肺炎の情報サイト
肺炎予防.jp　https://www.haien-yobou.jp/

## 子宮頸がんワクチン

９価ワクチン「シルガード９」のみ扱っています。
定期接種の対象者は小学６年から高校１年（相当）の女子です。接種回数は１５歳未満は２回、１５歳以上は３回です。（１回目接種時の年齢）
任意接種は９歳以上で可能です。接種料金は、１回２９，７００円です。

その他、当院で接種を行っているワクチンです。

**風しんワクチン**（麻しん風しん混合ワクチン）
「先天性風しん症候群予防対策事業」（無料の抗体検査の結果で無料）
「風しん第５期定期接種」（新規は終了）　任意接種の接種料金は、９，３５０円です。

**ＲＳウイルスワクチン**
６０歳以上が接種対象の任意接種で、接種料金は２５，０００円です。

**Ｂ型肝炎ワクチン、麻しんワクチン**等、ご希望の方はお問い合わせください。

## 特定健診（予約制）

対象は４０歳以上です。八尾市国保加入者と後期高齢者は無料ですが、他の国保や社会保険の方は検査項目や負担金が異なる場合がありますので、受診券でご確認ください。受診券を紛失した場合は、再発行が可能ですので、保険者（八尾市役所等）にご連絡をお願いします。

検査内容は、①問診票記入、②身体計測（身長・体重・腹囲）、③尿検査（尿糖・尿タンパク）、④血液検査（貧血・肝機能・糖尿病・脂質・腎機能等）、⑤心電図、⑥診察です。
健診の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。ご了承ください。

特定健診は、生活習慣病の早期発見を目標とした健診です。それ以外の疾患が気になる場合は、以下の検査を一緒にお受けになることをお勧めします（保険適用）（要予約）。
胸部Ｘ線写真、超音波検査（腹部・甲状腺・頚動脈）、内視鏡検査（胃・大腸）、骨密度測定、呼吸機能検査、腫瘍マーカー、ピロリ菌検査（胃カメラを行う場合のみ保険適用です）
採血の追加（甲状腺、膵臓など）をご希望の方は、採血前にお申し出ください。

### 特定健診の検査項目で一般的な基準値とは異なるもの

健診は、病気と診断される前の段階で見つけるために受けるものですので、一般的な基準よりも厳しくなっています。
特定健診の検査では、下の表の項目が、一般的な基準より厳しくなっています。

| 項目 | | 一般的な基準 | 特定健診 |
|---|---|---|---|
| 血圧 | 収縮期血圧 | １４０未満 | １３０未満 |
| | 拡張期血圧 | ９０未満 | ８５未満 |
| 肝機能 | ＡＳＴ（ＧＯＴ） | ４０以下 | ３０以下 |
| | ＡＬＴ（ＧＰＴ） | ４０以下 | ３０以下 |
| | γ（ガンマ）-GTP | 男性　８０以下<br>女性　４８以下 | ５０以下 |
| 糖尿病 | 血糖 | １０９以下 | ９９以下 |
| | ＨｂＡ１ｃ（ヘモグロビンエーワンシー） | ６．２以下 | ５．５以下 |
| 脂質 | ＬＤＬコレステロール | １３９以下 | １１９以下 |

※一般的な基準とは、絶対的な数値ではありません。医療機関によっても、結構違いがあります。
人間ドック学会など、学会によっても基準値は異なります。
※たとえば、糖尿病では、健診の基準値、一般的な基準値、診断基準、治療管理目標などがあり、覚えにくいです。８ページをご覧ください。

## 肝炎ウイルス検診

B型肝炎及びC型肝炎ウイルスの検査です。肝臓がん（肝細胞がん）の原因の大部分がウイルス性肝炎ですので、肝臓がんの早期発見のためにも特定健診と合わせてぜひお受けください。

受診券はありません。２０歳以上の方が一生に一度だけ受けることができます。

当院で初めて特定健診をお受けになる方には、肝炎検診に関してお尋ねしていますが、それ以外の方でも、ご希望の方はお申し出ください。

私は４０年前から肝炎の治療に携わってきましたが、肝炎ウイルスの治療はかなり進歩してきています。この検診で陽性が判明した場合には、専門医療機関へ紹介させていただきます。

私は「大阪府肝炎コーディネーター」の認定を受けていますので、遠慮なくご相談ください。

「Ｂ型肝炎訴訟」の採血も行っています（自費）。

Ｂ型肝炎訴訟の対象者は、対象期間中、７歳になるまでに受けた集団予防接種等の際、注射器の連続使用が原因でＢ型肝炎ウイルスに感染した方、またその方から母子感染した方です。

詳細は弁護士事務所にご相談ください。

※対象期間とは「昭和23年７月１日から昭和63年１月27日までの間」です。

## 大腸がん検診

便潜血検査（２回法）です。対象は４０歳以上で、受診券はありません。

無症状の大腸がんでも、この検査がきっかけで発見されて命拾いした方が多いです。２回分のうち１回でも血液が検出されると、陽性（要精査）となります。

精査の方法は、大腸内視鏡検査（大腸ファイバー）で、当院で行っています。検査はつらいと言われますが、現在当院では、鎮痛剤と鎮静剤を併用していて、以前より楽に受けられたと言っていただいています。（年齢や基礎疾患によって、薬剤の使用に制限はあります）

自覚症状（便通異常、腹痛、下血、体重減少など）のある方は、この検診は飛ばして、最初から大腸ファイバーをお勧めします。

また、２親等以内に大腸がんにかかった方がおられる場合は、一度は大腸ファイバーを受けておかれることをお勧めしています。

### 八尾市大腸がん検診に関してのお知らせ（お願い）

検診は気軽に受けていただきたいのですが、この検診につきましては、下記にご注意ください。

八尾市保健センターから、受診に関しての通達ですが、「八尾市大腸がん検診の判定が、要精査にもかかわらず、精査を受けなかった場合、翌年度以降の検診は受け付けない」とのことです。

それでも受けた場合は、実費（４，９９５円）を請求される可能性があります。

陽性になっても、精密検査（大腸ファイバー）を受けたくない（受ける気がない）という方は、自覚症状（便通異常など）があれば、健康保険での便潜血検査は可能ですので、お申し出ください。ただし、肉眼的に血便があった場合、便検査を行う意味はありません。

また、便潜血検査で陽性になった後で、便検査の再検査を受けることも意味がありません。

## 検査機器の更新について

糖尿病の検査において、重要な検査の一つが「ＨｂＡ１ｃ」（ヘモグロビン・エーワンシー）です。

過去約２か月間の血糖値の平均を表すもので、糖尿病の診断および治療・管理には欠かせない検査です。右の表が、ＨｂＡ１ｃの基準値です。

| ＨｂＡ１ｃの基準値 | |
|---|---|
| 健診・人間ドックの正常値 | ５．５以下 |
| 一般的な正常値 | ６．２以下 |
| 糖尿病の診断 | ６．５以上 |
| 一般的な糖尿病の治療管理目標 | ６．９以下 |

| 検査 | | 糖尿病型 |
|---|---|---|
| ＨｂＡ１ｃ | | ６．５%以上 |
| 血糖値 | 空腹時 | １２６mg/dl以上 |
| | 随時 | ２００mg/dl以上 |

糖尿病の診断基準は、左の表の通りです。

ＨｂＡ１ｃと血糖値の両方が、糖尿病型の基準を満たした場合に糖尿病と診断されます。

（空腹時＝１０時間以上絶食）

（随時＝絶食１０時間未満）



ＨｂＡ１ｃの測定は、特定健診では外注しますが、糖尿病の治療中の方の場合は、院内で至急検査を行っています。

今回、今まで使っていた測定器が寿命になりましたので、新製品に更新しました。製造はシーメンスというドイツのミュンヘンに本社のある会社です。採血室に設置しております。

測定に必要な血液の量は、１μＬ（マイクロリットル）＝１ｍＬの千分の１とごく微量です。

測定時間は５分で、前の機種より１分間短くなりました。

**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。
**予約の電話も上記に準じます。**
**水曜日の夕診はありませんので、ご注意ください。**

受診時には、マイナンバーカード・マイナ保険証・スマホ保険証をご利用ください。
（現在当院での利用率はまだ６０%前後です）
これらをお持ちでない方は「健康保険資格確認書」をご提示ください。
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 | | | | | | × |
| 午前９～１２ | 診察 | | | 診察 | | | |
| 午前診終了後 | 感染外来 | | | | | | |
| 感染外来終了後 | 胃カメラ・エコー<br>大腸ファイバー | | | | | | |
| 午後５～７ | 診察 | | × | 診察 | | × | |
| 夕診終了後 | 感染外来 | | | 感染外来 | | | |

水曜日（午前のみ）は、胃カメラ・エコー等の検査優先です。空きがある場合に限り一般の診察を行います。

夕診での採血は、当院の都合で、原則火曜日と金曜日とさせていただきます。

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。