

あき乃だより



第 17 号

平成 25 年 11 月発行

みなさま、こんにちは。

朝夕冷え込む季節になりましたがいかがお過ごしでしょうか？

風邪で来院される方が増えてきました。

季節の変わり目に体調を崩されないようくれぐれもご注意ください。

また、当院でもインフルエンザの予防接種を行なっておりますので

お気軽にお問合せ下さい。

今月号は、現在、CM等で放映されていて話題の肺炎についての豆知識を掲載しております。

どうぞ、お役立て下さい。

また、インフルエンザ予防接種のご案内もございますので併せてご覧下さいませ。



意外と知らない
豆知識

～肺炎について～

厚生労働省の調べでは 2011 年現在、日本人の死因第 3 位が肺炎とされています。

しかも亡くなる方の 95%以上は、65 歳以上です。

肺炎予防の一環として肺炎球菌ワクチンの予防接種を推奨しております。

<診療時間と担当医のご案内>

休診日：祝日（日曜診療も行っております。）

受付時間は診療時間の 15 分前までです。

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00～ 13:00	奥山	奥山	七海 朱	七海	奥山 七海	奥山 岩川・畠山	奥山
14:00～ 18:00	奥山	奥山	七海 朱	休診	奥山	休診	休診

インフルエンザ予防接種を開始致しました。

ご予約は電話にて承ります。また、窓口でもお受け致しますのでお申し出下さい。

料金は 1 回 2000 円となります。

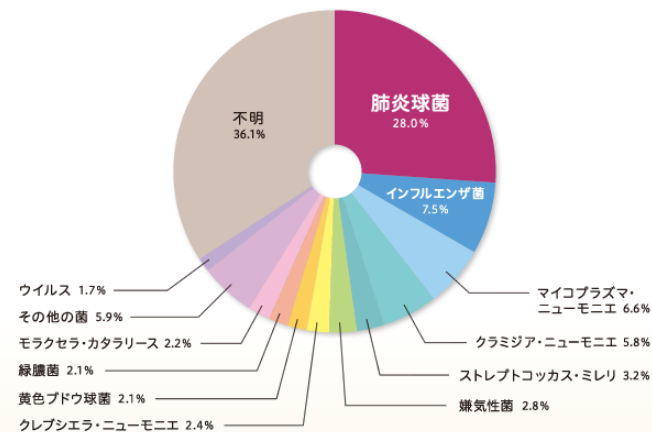
※当院では高校生以上の方にインフルエンザワクチン接種を行なっています。

※未成年の方は保護者の方同伴または保護者の方の同意書を頂きます。

※中学生は応相談となります。

その他、詳細は受付までお問い合わせ下さい。

【肺炎 778 例の原因菌（入院患者を除く）】



石田 直, 呼吸器ケア, 2003 ; 1 (4) : 436-443

肺炎球菌など、肺炎の原因となる原因菌は、季節を問わず存在しています。風邪や季節性のインフルエンザがきっかけになる場合もありますが、基本的に肺炎は時期に関係なくかかる可能性がある病気です。

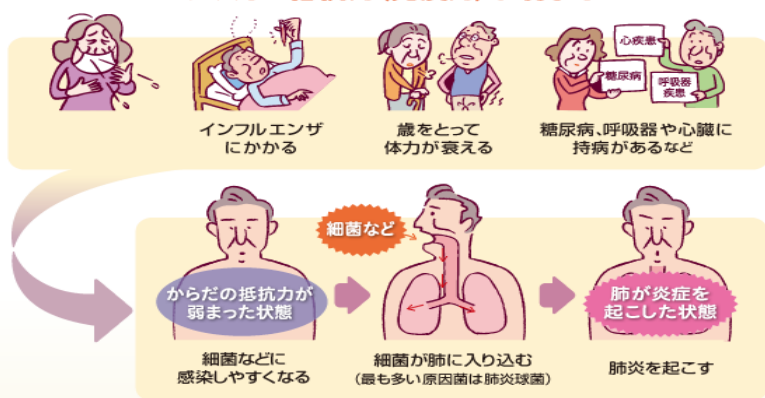
国立駅前あき乃クリニック

TEL : 042-580-1255

診療科目：内科・糖尿病内科ホームページ：<http://www.kunitachi-dm.com>

<肺炎を起こすしくみ>

からだの抵抗力(免疫力)が弱まる



<肺炎の症状>

- ・なかなか熱が下がらない。
- ・痰が絡むような咳がつづく。
- ・息苦しさ
- ・胸の痛み

<肺炎の予防>

●日常の感染予防対策

- ・うがい、手洗い、マスクを着用する。
- ・歯磨きなどで口の中を清潔にする。
- ・誤嚥（ごえん）を防ぐ。
※誤嚥とは、飲み込む運動がうまくいかなくなることで、本来、食道に入るはずの飲食物や唾液が誤って気管に入ってしまうことをいいます。

●予防接種を受ける

肺炎球菌の予防接種を受ける。

●体の免疫力を高める方法

- ・規則正しい生活をする。
- ・禁煙をする。
- ・持病を治療する。

※MSD株式会社より

当院でも肺炎球菌ワクチン接種を行っております。

1回 8400円/5年毎

※市の助成金制度はお取扱い出来ませんのでお気をつけ下さい。



インフルエンザを予防しよう！



毎年、学校や職場などで流行し話題になっている感染率の高いインフルエンザ。テレビや噂で聞いてから、あわてて予防接種のお問合せをする方がたくさんいますが、予防接種の効果は接種してすぐでるものではなく、だいたい2~4週間程度かかります。

できるだけ早めの予防を心がけ、感染をストップさせましょう！

特に下記のような方はご注意ください！

- ◆電車やバスをよく利用する、学校や職場に通っているなど、人の集まる場所によく行く方。
- ◆高齢者の方。
- ◆小さなお子様、高齢者の方が身近にいる。
- ◆出産を考えている、予定がある方。



予防接種の効果

よく「どの程度効果がある？」「予防接種は気休めでは？」などのご質問をいただきます。インフルエンザワクチンは、ウイルスが体に入ってしまったからの発症予防効果として、65歳未満の健康な成人で、70~90%の発症予防効果があると発表されています。また、65歳以上の健康な高齢者については約45%の発病を阻止し、約80%の死亡を阻止する効果という研究結果が出ています。(厚生労働省より)

予防接種だけで安心してはダメ！

インフルエンザの予防はワクチンを打てば完璧というわけではありません。基本的な「うがい・手洗い」は必ず行いましょう。また、人の多く集まる場所ではマスクを着用するのも効果的です。インフルエンザだけでなく、風邪など他の病気の予防にもなります。できる予防はしっかりと、感染の確立を減らしましょう。



当院のインフルエンザ予防接種

1回 2000円 でご予約受付中です。(高校生以上対象)

詳細はお気軽に受付、またはドクターにお問い合わせください。