



# 滝田医院ニュース

022-0001 岩手県大船渡市末崎町字細浦77番地 滝田医院  
電話0192(29)3108 内科・循環器科・消化器科・呼吸器科

日本内科学会認定内科専門医・日本循環器学会認定循環器専門医 滝田 有

第13号

発行日 2006(平成18)年 12月 1日

## インフルエンザ予防注射そろそろ予約終了です。

目次:	
インフルエンザ予防注射	1面
もうすぐ予約終了。	
予防注射について	1面
クスの貸し借りは	2面
止めましょう!	
怠け病??	2面
診察室から	2面

一日毎に日暮れが早くなり、朝晩の寒さが身にしみてきました。インフルエンザの予防注射をする患者さんが多数来院されています。これから予防注射を希望される方いくつか注意していただきたいことがあります。

毎月、定期的に診察を受けている患者さんは予防注射を予約する必要はありません。看護師のほうから事前にお声を掛けていると思います。おおむね半数のかたは既に終了しています。

定期的に診察を受けていない患者さん、または初めての方は予約が必要です。かかりつけの患者さんに付き添って来院し、予約なしに「ついでに」注射をすることは出来ません。必ずお一人ずつ予約をお願いします。

注射当日は、体調を整えて来院してください

い。体調が悪かったり、熱がある場合は注射できません。また左腕の肘より上の部分に注射しますので、腕まくりしやすい服装で診察を受けるようにして下さい。また注射後は激しい運動や飲酒は控えて下さい。

小学生以下の子どもさんは11月いっぱい  
で予約を終了しました。ご了承下さい。  
中学生も予約終了ですが受験生で予防注射が必要な生徒さんをお持ちの親御さん  
はご相談下さい。注射の本数に限りがありますので、大人の方もそろそろ予約終了となります。当院では高校生以上は一回接種、中学生以下は3週間以上間隔を空けた2回接種で行っています。例年10月から予約受け付けます。

### 年末年始休診のご案内

12月29日(金)は  
午前中のみ診療します。

12月30日(土)から

1月3日(水)まで

休診です。

1月4日(木)から

通常診療します。

休診中に診療が必要な患者さんは恐れ入りますが、医師会の当番医または  
県病・救急外来を受診願います。

### 予防注射をやる意味、やらない意味。

インフルエンザの予防注射は普通の風邪まで予防は出来ません。予防注射はあくまで「インフルエンザ」という性質の悪い高熱が出る風邪を予防するものです。「インフルエンザ」以外の風邪は注射では予防できません。

冬場は、なるべく人混みに出るのを避ける、外出から帰ってきたらうがい・手洗いをきちんと行う、疲れを翌日まで持ち越さない、無理をしない、などの一般的な予防策をきちんと講じる必要があります。

また、予防注射をしていても「インフルエンザ」にかかってしまうこともあります。体力が弱っていると免疫の力がつきにくく、予防注射

の効果も期待しにくくなります。したがって注射当日は勿論、風邪が流行り始めたら体力を温存するのが肝心です。ただ予防注射をしていたほうが、万が一かかっても軽くて済む場合が多いので、予防注射をする意味はあります。

なお予防注射はお一人ごとに判断して、受けるかどうか決めるものです。周りの人が皆やっているからと言って、気が進まないのに無理に注射を受ける必要はありません。





## クスリの「貸し借り」は絶対に止めましょう。

病院から処方されたクスリを他の人にあげたり、他の人からもらったりするのは絶対に止めてください。

クスリはそれぞれの患者さんの症状や体質、年齢などを考えていわばオーダーメイドで処方されています。他の人が使うと症状や体質が異なるため、効き目が強すぎたり、思わぬ副作用がでたりして大変危険です。場合によっては生命にかかわることもあります。

幸い、当院では悪い事例は起こっ

ていませんが、クスリの「貸し借り」があるのではないかと疑わせるお話を診察室でする患者さんもいますので今回特に紙上で注意します。

湿布や目薬は大丈夫だろうと軽く考える人もいますがそれは間違いです。合わなければ大変な副作用を生じる恐れもあります。

万が一の場合は、医師や薬剤師でなく、お薬をあげた患者さんが責任を問われますので、クスリの貸し借りは絶対に止めてください。



名刹・奥の正法寺  
(奥州市)

## 「怠け病」ではありません！ 一起立性調節障害について

11月16日夜、末崎中学校で「思春期の心と体を考える」と題して講演をさせていただきました。岩手県の学校・地域保健連携推進事業の一環として企画されましたが、小学校と中学校の学校保健委員会も兼ねたので、多数の父兄の方にご出席いただきました。お忙しい中、医師の拙い話を聞いていただきましてありがとうございます。今、話題になって新聞にも取り上げられている「起立性調節障害」(略してOD)について、説明をしました。生活リズムが時代の流れで昼型から夜型になりつつありますが、人間のからだの機能を調節する自律神経のバランスは昼型のままです。OD

はこのバランスの乱れが原因で、朝の登校時に頭痛、腹痛、めまいなど体調が悪くなり、午後には回復する、休みの日にはひどくならない、などが特徴の病気です。一見怠けているように見えますがそうではないのです。お子さんやお孫さんでこういう症状があり困っている方は、学校の養護教諭や当院医師に相談しましょう。末崎小学校では当院医師が「健康相談」も行っています。病院の診療時間内ではなかなか時間を割けないのですが、健康相談ではじっくりお話をお聞きできます。

## 診察室から

先日、大学病院の出身医局(東北大学の旧・第一内科)の同窓会に出席してきました。偉い先生方はさておき、私と同年代で、大学病院や各地の総合病院で循環器診療の第一線を今も担っている先生方と旧交を温めました。それにしてもびっくりしたのは、皆ガリガリにやせこけていることです。「お前も開業したにしては腹がまだ出ていないほうだ。」と変な褒められ方をしましたが、開業以来醜く(!)太ってしまった自分を情けなく感じるとともに、第一線の循環器の医者は(自分もかつてその位置にいたのですが)いろいろな意味で非常なストレスがかかっているのだなあ、と再認識しました。今年も大学でし

か出来ない検査や治療が必要な患者さんを何人か、大学に紹介しました。紹介した患者さんにはほぼ満足していただいているので、出身大学の存在はありがたい限りです。(勿論岩手医大や中央病院の先生方にもお世話になっています。)

また、自分自身も学会認定の専門医のレベルを貶めないように、来年も日々研鑽していきたいと思えます。元気になった患者さんの笑顔が何よりの励みです。ひきつづき皆様のご支援をお願いします。