# すまいる

Vol.35 冬号

## 年末年始休診日のお知らせ

**12/28(水)～1/4(水)**

は休診です。

**1/5(木)**

から平常通りの診察です。

## 院長通信 ～インフルエンザついて～

この冬はインフルエンザが流行しそうです。11 月初旬時点で、すでに学校ではインフルエンザが出始めています。また、南半球に位置するオーストラリアなどでも日本に先立ち冬の流行が見られたので、今年の流行は間違いなさそうです。
ここ 3 年ほどは新型コロナウイルスの影響もあり、インフルエンザの流行がなく、皆さんの免疫抗体が減っていることも理由としてあげられます。

### 《インフルエンザの特徴》

●感染後半日～2 日程度で悪寒・発熱・頭痛の症状が出る。
その後続いて、咽頭痛・咳・鼻水・下痢などの症状が出る。
○通常、高熱が 3～4 日続き 1 週間ほどで治る。
発病後 48 時間以内であれば抗インフルエンザ薬(タミフル・イナビルなど)が有効。
服用すると 2～3 日早く治ることが多い。
●高齢者は“肺炎”の合併症が多い。
○10 代男児は“インフルエンザ脳症”による異常行動(飛び降りなど)が危険であるため、長時間目を離さないなど注意をする。

当院では、10 月から 65 歳以上の高齢者を対象にインフルエンザワクチン接種を開始しました。
11 月からは 64 歳以下の方にも接種を行っています。
12 歳以下のお子さんは 2 回接種が理想ですが、
1 回接種でもそれなりの効果が期待できますので、回数にこだわらず接種しておきましょう。
インフルエンザワクチンは予約制ではありません。在庫がなくなり次第終了となりますので、ご希望の方は早めにご来院くださいね。

## ○o。スタッフ通信。o○

**こんにちは!7 月から入職した林です。**
**不慣れなことが多々あると思いますが**
**一生懸命頑張りますので**
**宜しくお願い致します。**
**今年はベルサイユの薔薇が**
**綺麗に咲いて良かったなと感じました。**
**来年はオスカルが綺麗に咲いてくれることを**
**心待ちにしたいと思います。**
**皆さんは好きなお花ありますか?**
**良かったら教えてください☺**

**事務 林**

インスタグラム
**Instagram更新中☻**

**当院のお知らせ、健康情報など**
**掲載しています✨**
**👈QR コードから**
**@kitaokaclinic へアクセス**


内科・小児科・胃腸内科・肛門外科

**(医)喜多岡医院**


| 診療時間 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日・祝 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 9:00～12:30 | ● | ● | ／ | ● | ● | ● | ／ |
| 16:00～18:30 | ● | ● | ／ | ● | ● | ／ | ／ |

※受付は診療開始30分前からです


大阪市天王寺区大道3-1-23EMAビル201 TEL06-6771-8025

## 胃腸のお話 ～大腸がん検診を受けましょう～

大腸がんは、毎年男女合わせて 15 万人以上がかかります。
がん死亡者の 1 位は肺がん、そして 2 位が大腸がんで毎年 5 万人以上が命を落としています。
しかし、他のがんと比べてとても治りやすいのが大腸がんの特徴です。
私は当院を開業するまで、12 年間大腸がんの手術をしていました。
こんなにも治りやすいがんをなぜこれほど進行するまで放っておくのか不思議でなりませんでした。
そして、開業医になり初めて理由がわかりました。
大腸がん検診(検便 2 回法)を嫌がって受けない方が多いのです！！！
大腸がん検診は、他のがん検診と比べてもとても有効で、がん死亡者数を減らす効果も
はっきり証明されています。当院ではこの 10 年間で、延べ 1000 回以上の大腸がん検診を行い、
45 名の大腸がんを発見しました。そのうち 42 名がポリープがんや早期がん、3 名が中期がん、
遠隔転移のある進行がんはなく、45 名全員が治癒しました。
(大腸がんと無関係な他病で亡くなった方はおられます。)
一方で、腹痛や便秘、貧血、痔の悪化など、自覚症状から検査し発覚した大腸がんについては
約 4 割の方しか生きておられません。

大腸がんの多くは良性のポリープから発生し、次第に大きくなりがんになっても数年間は早期がんの
状態でとどまっています。リンパ節に転移すると進行が早くなりますが、良性のポリープや早期がんの
段階で発見すれば内視鏡治療で治すことが可能です。他のがんと違って比較的時間に余裕があり、
毎年検診を受けていると早い時期に便潜血陽性(＋)が出るので、そこから精密検査をしても
充分間に合います。40 歳以上の方、ぜひ毎年大腸がん検診を受けましょう！
(住民票が大阪市にある 40 歳以上の方は 300 円、70 歳以上の方は無料で受けられます。)

## あなたの健康のために～漢方シリーズ⑶『葛根湯』～

“風邪には葛根湯”誰でも一度は聞いたことのある漢方薬だと思います。
また、落語では“葛根湯医者”と言って、どんな病気でも葛根湯を処方しておけば間違いないだろう
というヤブ医者の代名詞をして語られます。
葛根湯は、①風邪のひき始め　②寒気がする　③汗は出ない　④首や肩が張って辛い
という状態に対して効果を発揮します。つまり、風邪を引いた初日や 2 日目に服用すると早く風邪が
治るとされています。また、体を温める作用のある生薬が多く、体内の免疫細胞に働きかけて
風邪と闘う準備を整えることができ、眠くなる成分も入っていません。
粉が苦手ならお湯で溶いて飲むこともできます。
他の漢方と違って、長く続けて服用するものではありませんが、肩こりや頭痛に対してなら
数週間服用してみることに意味があると考えられています。ただし、麻黄(エフィドリン)という成分が
含まれているので、胃の弱い方や高血圧、不眠症の方は注意が必要です。
一方、同じ風邪でも症状によっては以下の漢方がおすすめです。
◆小青竜湯(しょうせいりゅうとう)　：花粉症、サラサラした鼻水が出るとき
◇麻黄湯(まおうとう)　：インフルエンザなどで関節が痛むとき
◆柴胡桂枝湯(さいこけいしとう)　：胃腸が弱く、すぐ汗が出てしまうとき
◇竹茹温胆湯(ちくじょうんたんとう)：咳、痰が長引くとき
保険適応で処方できますので、気軽に相談してくださいね。