



あゆみクリニック通信

vol.289 3月号

令和5年3月1日発行
発行所 あゆみクリニック
〒344-0023
埼玉県春日部市大枝400-4
TEL 048-731-3283
http://www.ayumi-clinic.com

R5年3月~5月の予定

3月							4月							5月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
			1 午後 休診	2 休診	3	4							1		1	2	3 憲法記念日 休診	4 みどりの日 休診	5 こどもの日 休診	6 休診
5 休診	6	7	8	9 休診	10	11	2 休診	3	4	5	6 休診	7	8	7 休診	8	9	10	11 休診	12	13
12 休診	13	14	15	16 休診	17	18	9 休診	10	11	12	13 休診	14	15	14 休診	15	16	17	18 休診	19	20
19 休診	20	21 春分の日 休診	22	23 休診	24	25	16 休診	17	18	19	20 休診	21	22	21 休診	22	23	24	25 休診	26	27
26 休診	27	28	29	30 休診	31		23 休診	24	25	26	27 休診	28	29 昭和の日 休診	28 休診	29	30	31			

★3/1(水):午後休診
★3/21(火)春分の日:休診

★4/29(土)昭和の日:休診

★5/3(水)憲法記念日:休診
★5/5(金)こどもの日:休診
★5/6(土):臨時休診

花粉症の季節到来

新型コロナウイルス第8波がすっかりおさまり、あゆみクリニックの外來はもう花粉症の患者さんで賑わっています。

この丸3年間は、クリニック通信も常に「コロナの話から目に入った事を宣言し、5月になれば新型コロナウイルス感染症(コロナ2019)もいよいよ第5類の仲間入りをしてインフルエンザウイルスと同類扱いになっていきます。しかし、基礎疾患のある人や65歳以上の高齢者は、免疫力が低いので、決して油断してはならないのです。過去を振り返ればインフルエンザ感染症であっても重症な肺炎になったり、インフルエンザ脳症になったりした症例を非常に少ない確率ではありますが診て来ました。今後、コロナ2019においても60歳以上の方のコロナワクチンを公費を使って定期的に接種していく事や、コロナ抗原検査の保険適応、入院になった場合や流行した場合のベッドの確保の仕方の問題などを国民の生命と健康を守る観点から上手に公費を使って頂きたいと最前線を守る開業医としては切望しています。

あゆみクリニックの発熱外來は、5月に第5類に移行したからと言って取り崩す訳ではありません。政府や県庁、市庁が許す限り、その施設はそのまま、**感染症の隔離外來**として存続させていきたいと考えています。この3年間でテントから**冷暖房、空気清浄機付のプレハブ隔離室**へと進化していきましたが、この設備のお陰で患者さんの**安心と信頼と治療**にだけ貢献してきたか分かりません。コロナ以前のクリニックでは、インフルエンザの流行期には外來の隔離場所が無くて苦勞したのですが、本当にこの隔離室のお陰で助かりました。現在は、隔離室での診断が付いたら**コロナ陽性者は車に戻って頂き、インフルエンザ陽性者はクリニック2階で隔離診察**しています。どちらか陰性者は、クリニック院内で**血液検査やXp撮影**をして、他の疾患の鑑別判定をしています。肺炎と扁桃腺炎で**点滴が必要**となるケースがとて多いです。

- ・新型コロナウイルスの流行状況により、予告なく診療時間など変更になる場合がございます。ご迷惑をお掛け致しますが、予めご了承下さい。
- ・火曜日の午後は休診となります。(受付13:00まで)
- ・土曜日の午後は休診となります。(受付13:00まで)
- ・慢性疾患(高血圧・高脂血症・糖尿病・喘息など)の方は予約診療をお受けください。
- ・点滴を希望される方は受付終了1時間前までにお申し出ください。
- ・PCR検査の受付は15時までです。(火・土は12:30まで)

受付時間のご案内

●休診日●
木・土(午後)・日・祝

受付時間	月	火	水	木	金	土	日
8:00~13:00	○	○	○	休診	○	○	休診
14:00~17:00	○	往診	○		○	休診	

★受付時間にご注意ください★

以下の診察をご希望の方は受付終了時間にご注意下さい

- 糖尿病**初診**の方
 - 舌下療法**初診**の方
 - 点滴**希望の方
- 午前受付:12時まで 午後受付:16時まで
糖尿病、舌下療法初診の方は指導等にお時間がかかりますので必ずこの時間までに受付をお済ませください

《外來担当変更のお知らせ》

水曜日は基本的に2診制となります!

- 午前:2診制
(院長・藤川実古乃先生)
 - 午後:2診制
(院長・実古乃先生)
- 午後は院長不在の時もありますのでご了承ください

よろしくだソウ!



コロナやインフルエンザが陰性でも、その次の鑑別判定までしてもらえなかったからと言って当院に来院される方がとても多いです。稀に急性虫垂炎や腹膜炎で**外科処置**が必要な方もいます。コロナの流行期には、どの病院に連絡して「**とはがゆい**」思いをした事が何度もありました。コロナが第5類になったら、コロナ患者においても、それ以外の疾患においても**入院調整を自院でしなければならぬ**という**点**がとても心配です。

しかし日本人は7割がワクチン接種や罹患を通して**コロナ免疫**を持ったと言われているので、今後はその免疫をいかに持続させるかの課題にしっかりと取り組んでいって、また社会全体が、自由で解放感のある世の中に戻って欲しいですね。コロナパンデミックのおかげでロシアのウクライナ侵攻が起こってもう1年になります。中国や北朝鮮もおかしな動きをしていきます。そして戦争による資源問題や物流問題が絡んで**物価上昇**という国民の痛手を来しています。昔から赤痢やチフスやスペイン風邪などの**感染症の世界的流行が社会を混乱に陥れ、戦争を来した**、大きく世界を動かして来たという事実がありますから「**コロナもこれに然り**」という事ですね。

さて、越谷梅園でも梅まつりの時期になり、春の訪れを感じる頃「**スギ花粉症**」を持っている人にとっては恐怖の季節になって来ましたね。特に今年**は例年の2.7倍**と言われています。暖かい日や風の強い日には、症状が強く出ますので注意が必要です。**マスクやメガネ**が防護用品としては必須になって来ます。

当院ではもう2014年10月から9年間**舌下免疫療法**を指導していますので、そのお陰でかなり症状が軽くなった方も沢山いらっしゃいます。3年以上行った人は、ある程度の症状の軽減効果があり、再び開始したいと思った時には再開する事ができます。ただし、舌下療法の開始時期は**スギ**が飛散していない時期なので、**5月から12月**までです。今の飛散時期は**舌下**している人は継続しながらも**症状が出現する場合には抗アレルギー薬や目薬、点鼻薬**を使って症状を改善させたり、花粉の暴露から眼や鼻を守る事が必要です。舌下を始めた人は、今は5月までは症状を抑え、**5月以降**に始める計画を立てましょう。

2月になり、**花粉症**のかかからないと**発熱外來**に来る人が結構多くいらっしゃいますので、**コロナ**と**花粉症**の症状の違いを表1にまとめましたので、ご参考下さい。花粉症であるかどうか分からない方は、一度**花粉**

大好評!! シミに「ハイドロキノン」

3.9%ハイドロキノン配合製剤
グラファ メラノキュア HQ
 価格(1本/5g約1ヶ月分)
2,200円(税込)



このような患者さまにおすすめです

- 紫外線や加齢によるシミ
 ・肝斑
 ・炎症後の色素沈着(ニキビあと)
 ・ソバカス
 などでお悩みの患者さま
- お手軽な価格なので、
 初めてハイドロキノン製剤を
 お試しいただく患者さま



インフルとコロナ同時検査キット 販売中です!!



無症状の場合、陽性者の方と最終接触日の翌日より2日目、3日目に検査をして下さい。両日とも陰性の場合のみ自宅待機が3日目で解除になります。
★症状がある場合は医療機関を受診して下さい。
価格: 1セット ¥2,000(税込)

花粉症状共通項目があり PCR検査が不要な場合 (あゆみクリニックでの 診察時に限る)



※陽性者との接触がない事が前提で...

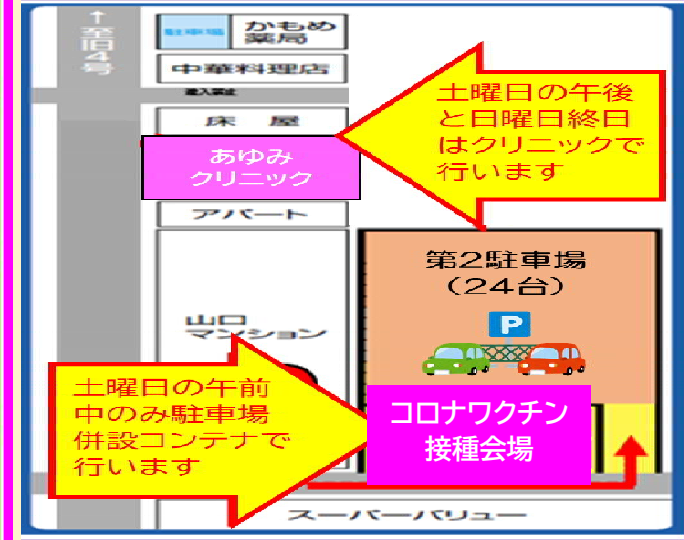


①・②・③の各症状の単独
 または合併症は「花粉症」と
 申告いただければ
PCR検査不要です。
**WEB予約では「花粉症」で
 ご予約ください。**

コロナワクチン接種カレンダーと駐車場のご案内

3月	=接種日						
日	月	火	水	木	金	土	
			1	2	3	4	
5	6	7	8	9	10	11	
12	13	14	15	16	17	18	
19	20	21	22	23	24	25	
26	27	28	29	30	31		

※日曜日の午後に乳幼児(6ヶ月~4歳)及び小児(5歳~11歳)の接種を行っています
 ※土曜日の午前中のみ駐車場併設コンテナにて接種しています
 ※土曜午後、日曜終日はクリニックにて接種しています



あゆみクリニック PCR検査から診察までの流れ

①予約・受付方法
 インターネット (<http://www.ayumi-clinic.com>) で必ずご予約の上ご来院ください。混雑具合によってはご予約のない場合はお断りさせて頂く場合がございます。来院しましたらクリニックの裏口へまわって受付をしてください。医療逼迫を防ぐ為電話で職員が直接予約を取る事はできません。

②プレハブ診察室にて検査

 クリニックの隣に設置してあるプレハブ診察室にて抗原検査、PCR検査を行います

③検査後の対応
 ●陰性の場合・・・クリニックにて検査・診察、お薬の処方
 ●陽性の場合・・・プレハブ診察室にてお薬の処方

※お車でご来院の方へ※
 近隣住民や店舗の迷惑になりますので、お車は駐車場に停めてから受付して下さい。また駐車場はアイドリング禁止となりますのでご協力をお願い致します。

表1 新型コロナと花粉症の症状の違い

主に新型コロナ	共通		主に花粉症
	PCR検査必要	下記参考	
◆発熱 ◆悪寒 ◆息苦しさ ◆強い味覚嗅覚の異常	鼻水 せき 頭痛 のど	◆目のかゆみ ◆くしゃみ ◆鼻水(つまり)	
・痒くならない	目	・痒くなる ・充血する ・涙が止まらない	
・ムズムズしない ・ねばねば、黄色っぽい鼻水 ・長引くことはない	鼻	・ムズムズする ・さらさらした鼻水 ・鼻づまりがひどい	
・くしゃみよりも咳が出る	くしゃみ 咳	・かなりの頻度でくしゃみが出る ・1日中出っ放しもしばしば	
・よくみられる	頭痛	・症状がひどい場合に	
・痛くなる(どちらかといえば)	のど	・痒くなる(どちらかといえば)	

祝

状も非常に咳が多く、その後遺症として咳が続くという人が大変多く、モストグラフでも咳喘息の所見が出ます。咳喘息の診断がついたら吸入薬にも色々なタイプがありますので、その方に合わせて先生が見立てて処方します。花粉症やコロナオミクロン株の後遺症による咳喘息に苦しまないようにこの春を乗り切りましょう。

さて3月は梅↓桜と花見の楽しみな季節でもあります。日本人の4人に1人は持っている花粉症の時期でもあります。上手にコントロールして楽しく明るい春を迎えましょう!

一方「ゾレア」は抗アレルギー薬、抗ヒスタミン薬などで1週間以上治療し、コントロール不良な方を対象とした抗IgE抗体薬です。12歳以上で4週間(又は2週間毎)に2~5月に注射します。治療前に必ず総IgE値とスギ特異的IgE値を測定する必要があり、その数値と体重で投与量が決まります。費用は3割負担で45000円~70000円くらいで、別途検査代やその他の薬剤代も含めると1万円を超す事も多々あります。ゾレアを必要とする人は翌年も必要になると毎年高額な医療費は大変ですし、根本的に花粉症症状を改善させるためには、5月以降に舌下免疫療法に切り換えていく事が大切だと考えます。年齢、症状の程度、職業、性別などの条件により色々違いがありますので、自分に最適な治療法に迷ったりする方は是非診察の際にご相談下さい。

また、花粉症の時期に多いのが、咳喘息と言って「ヒューヒュー、ゼイゼイ」という呼吸音はせずに、ただ咳き込みがひどくなるという病態があります。これは、風邪の後の気管支の炎症や花粉、ダニなどによるアレルギー反応の気道過敏性で気道が収縮する事により起こる症状です。当院では「モストグラフ」という気道抵抗検査をする事によってその状態と程度が分かりますが、小さなお子さんには体が小さい分所見が出やすいので、重く評価しない様に注意する必要があります。コロナのオミクロン株の症

症を発症すると毎年の事になります。また何に反応するのも確認しておかなければ、その季節に鼻水が出たり喉が痛くなったりするとアレルギーなのか感染症なのか悩む事になります。

今年の花粉症は例年の2.7倍なので、抗アレルギー薬だけでは症状が抑えられないという方が沢山いらっしゃると思います。そんな方々が月に1回の注射を希望されます。2020年より重症、最重症のスギ花粉症に対してゾレアという皮下注射が保険適応で使える様になり、2種類の注射剤が使えますので、ケナコルトとゾレアの違いについて説明したいと思います。

まず当院が開業以来使っていた「ケナコルト」はステロイドの筋肉注射剤で1ヶ月の持続効果があります。しかし、ステロイド剤ですので、若い女性は生理にも影響しますのでお勧めしませんし、糖尿病、胃潰瘍、緑内障などの基礎疾患のある人も疾患増悪の危険性がありますので要注意です。また、打った部分の筋肉陥没壊死という副作用にも要注意です。基礎疾患が無く働き盛りの男性で希望する方が多く、費用もかなり安いです。打つ場合には医師よりしっかりと説明を受けて同意書にサインして頂きます。