



あゆみクリニック通信

vol.310 10月号

令和6年10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



今年、平日に当院の外来に定期的に通院されている方(糖尿病、高血圧、高脂血症、喘息、アトピー、舌下療法などは、インフルエンザワクチンとコロナワクチンの同時接種の方のみ診察)等に考えてコロナワクチン接種をお勧めします。

7月にピークを迎えていたコロナの11波はそのまま横ばい状態で感染者の割合は多いままで。それに加えて、9月はマインコプラズマ肺炎も多く、それ以外の肺炎の方も沢山ありました。咳が長く続く場合には、今流行しているマイコプラズマ肺炎の検査が必要ですが、なるべく検査をたくないと云う方がいるのは困惑します。医療機関に受診したからには「疑わしきは検査すべし」なのです。日本では医療費が医療保険によって10〜30%の値段で受けられるのですから、皆さん身体が全ての基本ですので、病気を見つけたら治療する事に「んなに安くリーズナブルに受けられる国はない」という事を知って欲しいと思います。

コロナ禍においても、世界中のどの国よりも死亡率が低く、ワクチンも公費で受けられましたし、検査が受けられたのも日本の保険制度のおかげなのです。

しかし、新型コロナウイルス感染症が5類になってからは、ワクチンもインフルエンザワクチンと同等の立場になりました。つまり今年から新型コロナウイルスは、インフルエンザワクチンと同じ様に「自費」になります。しかし、新しい種類の感染症のワクチンである為、びっくりする様な値段なのです。定価が15500円です。当然原価が高く、当院では、土、日のワクチン棟での接種に限り、14800円と7000円の値引きをしますが、これが精一杯の割引です。65歳以上の方と免疫低下の基礎疾患のある認定を受けている人に限り、自己負担3000円で接種できますので、該当する方は是非接種を受けて下さい。

最後の公費ワクチン接種から1年半が過ぎていて、皆さん、新型コロナに対する抗体免疫低下が見られますので、それ以外の方でも、特に受験生などは、インフルエンザワクチンと同等に考えてコロナワクチン接種をお勧めします。

今年の冬支度(ワクチン接種)

9月は今までにない残暑の辛さが身に沁みました。残暑が厳しいと秋が短くて突然冬に突入して行ってしまうので、この10月の季節の変わり目には、皆さん風邪を引かない様に気を付けて下さい。

7月にピークを迎えていたコロナの11波はそのまま横ばい状態で感染者の割合は多いままで。それに加えて、9月はマインコプラズマ肺炎も多く、それ以外の肺炎の方も沢山ありました。咳が長く続く場合には、今流行しているマイコプラズマ肺炎の検査が必要ですが、なるべく検査をたくないと云う方がいるのは困惑します。医療機関に受診したからには「疑わしきは検査すべし」なのです。日本では医療費が医療保険によって10〜30%の値段で受けられるのですから、皆さん身体が全ての基本ですので、病気を見つけたら治療する事に「んなに安くリーズナブルに受けられる国はない」という事を知って欲しいと思います。

R6年10月~12月の予定

10月							11月							12月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5						1	2	1	2	3	4	5	6	7
			2診 実古乃Dr	2診 裕成Dr	休診	2診 実古乃Dr	2診 実古乃Dr	2診 実古乃Dr					2診 藤平Dr	休診			2診 裕成Dr	休診		2診 藤平Dr
6	7	8	9	10	11	12	3	4	5	6	7	8	9	8	9	10	11	12	13	14
休診	2診 実古乃Dr	2診 実古乃Dr	2診 裕成Dr	休診	休診	休診	休診	休診		2診 裕成Dr	休診		2診 藤平Dr	休診			2診 裕成Dr	休診		2診 藤平Dr
13	14	15	16	17	18	19	10	11	12	13	14	15	16	15	16	17	18	19	20	21
休診	休診			休診		2診 裕成Dr	休診			2診 裕成Dr	休診		2診 裕成Dr	休診	2診 実古乃Dr	2診 実古乃Dr	2診 裕成Dr	休診	2診 実古乃Dr	2診 田村Dr
20	21	22	23	24	25	26	17	18	19	20	21	22	23	22	23	24	25	26	27	28
休診			2診 裕成Dr	休診		2診 葵Dr	休診			2診 裕成Dr	休診		休診	休診			2診 裕成Dr	休診		
27	28	29	30	31			24	25	26	27	28	29	30	29	30	31				
休診			2診 裕成Dr	休診			休診			2診 裕成Dr	休診		2診 裕成Dr	休診	休診	休診				

★10/11(金)、12(土):臨時休診
★10/14(月)スポーツの日:休診
★11/4(月)振替休日:休診
★11/23(土)勤労感謝の日:休診
★12/29(日)~R7年1/3(金):年末年始休診

受付時間のご案内

一般外来受付時間	発熱外来受付時間	月	火	水	木	金	土	日
8:00~13:00	8:30~11:30	○	○	○	休診	○	○	休診
14:00~17:00	14:30~16:30	○	往診	○	休診	○	休診	休診

●休診日●
木・土(午後)・日・祝

★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ご予約の上、必ずこの時間までに受付をお済ませください

高熱や激しい下痢・嘔吐が原因で受診される患者さんへお願い

当院では、迅速な検査や点滴が出来る体制となっておりますが、時間の必要な点滴の処置が出来ない場合や入院のご紹介先を探す事が難航する場合もあり、16時以降は十分な医療を提供出来ない事が想定されます。
よって激しい下痢や嘔吐、あるいは高熱の方(特に乳幼児)は、来院受付を午前診療時間は11:00頃、午後の診療時間帯は15:30(火・土曜日は休診)までに受付を終了頂きます様ご来院の協力をお願い致します。
※特に連休前後(シルバーWや年末年始等)は入院受け入れ先を探索出来ない場合がありますので、受診時間は15:00まで(火・土曜日の午後は休診)の受診をお願い致します。

《外来2診制のお知らせ》
2診制の日があります
水曜日 → 裕成先生
土曜日 → 葵先生(不定期)
不定期に月4日連続 → 実古乃先生
宜しくお願ひ致します。

察時にお受けします。流行が収まっていますし、なるべく早く忘れないうちに同時接種する事をお勧めします。また、来年以降はインフルエンザと新型コロナの混合ワクチンが開発されるという事ですので、その予備段階としても同時接種をより多くの方にして頂きたいという考えもあります。

どうしても同時接種に抵抗のある方は、土、日の接種日の中で、希望のワクチンの時間帯に接種して下さい。また64歳以下の方は予約が必要ですが、最大限の割引を受けられますし、そのまま同時接種もできます。朝10時半頃インフルエンザワクチンを接種して、そのまま11時頃にコロナワクチンを接種するという流れが一番スムーズです。65歳以上の方や公費接種として認められている方は予約は不要ですが、時間帯別にワクチンの種類が違いますので、そこだけは「注意」下さい。

土、日の新型コロナウイルスの時間帯は11時~12時20分ですが、土曜日と日曜日では、ワクチンの種類が違いますので「注意」下さい。

土曜日は公費で一番多く接種されてきた、ファイザー社の「コミナティ」というMRNAワクチンです。過去のワクチンと同じワクチンを接種したいという方は必ず土曜日に「来院」下さい。

日曜日のワクチンは今まで、東京都でも都庁などで接種されて来た、武田の不活化ワクチンの「ヌバキソビッド」です。このワクチンはインフルエンザワクチンと同様の組み換えタンパクワクチンで、現在の国内の不活化ワクチンのほとんどがこのワクチンで、安全性と効果には実績があり、免疫の活性化を促進する為の自然由来の植物性アジュバントが添加されています。このアジュバントによって、アナフィラキシーショックがほとんど起きず、抗体の継続期間がMRNAワクチンよりも2ヶ月長い約6ヶ月とされています。副反応発生率も低く発熱が不安な方にお勧めです。予防効果については両ワクチンとも同等の効果があり、感染しても症状が軽く、合併症や後遺症の割合や程度を下げる効果があります。MRNAワクチンを今まで接種してきた方でも今回又バキソビッドを接種する事は出来ます。

12歳未満の方のファイザーワクチン「コミナティ」の入荷が日本国内で遅れており入荷が決定し次第、LINEでお知らせ致します。今回初回コロナワクチン接種の人は、1回目から3ヶ月空けて2回目を同じワクチンで接種すれば良いのですが、12歳以上は今までMRNAワクチンを接種していても不活化ワクチンを今回接種する交叉接種は可能ですが、12歳未満においては、交叉接種は不可となっておりますので、今までMRNAワクチンを接種してきた小学生以下の小児は、ファイザーの「コミナティ」の入荷を待たなければなりません。初回であれば武田「ヌバキソビッド」の接種が可能ですが、3ヶ月後に

R6年度 特定健診・春日部市がん検診が始まりました

令和6年度特定健康診査・春日部市がん検診を6月1日から実施しています。
 受診の際は、**マスクを着用**し、**風邪症状のある方は事前にPCR検査**をする等して頂き、**院内の感染防止対策**にご協力下さい。また、発熱や咳などの**風邪症状がある場合は特定健診の受診を控え**、当院の**診察時間に受診**し、30分程度で新型コロナウイルスやインフルエンザ感染症の有無が判明する検査などを致しますので予めご理解の程宜しくお願い申し上げます。

春日部市特定健診

対象	40歳～74歳の春日部市国民健康保険に加入の方
期間	令和6年6月1日(土)～10月31日(木)
検査項目	診察、計測(身長・体重・血圧・腹囲)、尿検査、血液検査、心電図

後期高齢者健康診査

対象	75歳以上の後期高齢者の方(一定の障害のある65歳～74歳の方を含む)
期間	令和6年6月1日(土)～10月31日(木)
検査項目	診察、計測(身長・体重・血圧・腹囲)、尿検査、血液検査、心電図、眼底(詳細健診対象の方)

春日部市がん検診

検診の種類	対象の方	検査法
肺がん検診	40歳以上	X線レントゲン
大腸がん検診	40歳以上	検便
肝炎ウイルス検査	40歳～70歳で過去未受診の方	採血
期間	令和6年6月1日(土)～10月31日(木)	

※国民健康保険加入および後期高齢者医療制度加入の方、生活保護または支援給付を受給している方は特定健診と同時に春日部市がん検診を受診できます。
 ※新型コロナウイルス感染症の蔓延により、受診を控えている方は、コントロールの悪化により、がんの発症が懸念されますので積極的に市のがん検診を受診される事をお勧めします。

あゆみクリニック特定健診オプション検査 腫瘍マーカー検査(男性・女性)フルセット (男性12種類・女性13種類)

検査の種類	価格	検査項目
男性腫瘍マーカーフルセット	15800円(税込)～	CEA・SLX・SCC・シフラ21・ProGRP・CA19-9・BFP・PSA・カルシトニン・AFP・PIVKA-II・P53抗体
女性腫瘍マーカーフルセット	15800円(税込)～	CEA・SLX・SCC・シフラ21・ProGRP・CA19-9・BFPTPA・カルシトニン・AFP・PIVKA-II・CA15-3・CA125・P53抗体

ガンになると健康な時にはほとんど見られない特殊な物質が、血液中に出現してきます。その特徴を利用しガンの有無を推定できる検査です。検査は健診時の採血と同時にいたしますので負担度はとても軽く済みます。

特定健診受付時間

受付予約時間	月	火	水	金	土
8:00～12:00	○	○	○	○	○
14:00～16:00	○	×	○	○	×

★当日の持ち物★ ・保険証 ・受診券 ・質問票(記入済) ・がん検診質問票(同時に検査される方)

社会保険特定健診(集合B契約)

対象	・40歳～74歳の社会保険(協会けんぽ)集合B契約の方 ・契約とりまとめ機関名に集合Bの記載がある方
期間	令和6年4月1日(月)～令和7年3月31日(月)
検査項目	診察、計測(身長・体重・血圧・腹囲)、尿検査、血液検査

検診の種類	費用	検査法
肺がん検診	600円	X線レントゲン
大腸がん検診	800円	検便(便潜血2日)
肝炎ウイルス検査	600円	採血

★注意事項★

- 健康診査受診券に記載の実施期間と異なりますのでご注意ください。
- 新型コロナウイルス感染症の流行状況によって、期間が変更となる場合があります。
- 健診期間終了間際は大変混雑しますので、ご予約の上早目の受診をお勧め致します。

も接種する事を忘れない様にして下さい。
 小児において、今回注目すべきは日本国内発売の「フルミスト」というインフルエンザ生ワクチンが流通する事です。本来4～5年前には「フルミスト」が国内で発売予定されていて、そのシーズン前から当院では、海外の「フルミスト」を毎年50人分ずつ輸入して接種しており、しっかりデータを集計していましたが、安全性、副作用、効果について、自信を持って推薦できるワクチンです。特に針刺しを怖がる小児や、免疫を確実に付けたい受験生にはお勧めです。9月号に条件として過去に不活化ワクチンを1度以上接種した事がある人と書いてありますが、過去の輸入「フルミスト」の時は、その様に規制されていましたが、今回はその規制がありませんので、今回生まれて初めてインフルエンザワクチンを接種する方でも「フルミスト」接種は可能です。また過去は3歳～64歳だったのが、今回は2歳～18歳と若い人のみに規制されました。これは希望者が多いと思われるので、有益性が高い若者のみと規制を入れた様です。
 土、日の13時30分～14時に接種を行いますので、希望者は予約を入れてお申し込み下さい。9月25日インフルエンザワクチン流通の都合で、フルミストの入荷が延期になりました。入荷次第皆様にLINEでご案内致します。これに伴いワクチン接種フルミスト枠が変更になる可能性もあります。全てLINEにてご案内させて頂きます。
 この様に、今年はワクチン接種体制が当院でも大きく変わり、臨時増刊号を既にLINEで送信しましたし、9月中旬に郵送でお手元に届いている方がいらっしゃると思いますが、少し理解し難い部分について、10月号で補足してまいりました。当院の職員も新人が数名いますので、先日職員研修で説明会を行いました。ワクチンだけでなく、機械類でも新しいものが次々と入ってくるので、皆さんが質問する事によって、頭の中で整理されていきますので、分からない所は職員にご質問下さい。
 また、市健診が10月末までとなります。まだ市健診を受けていない方はお急ぎ下さい。秋以降は外来が混み合いますので必ず「予約の上」ご来院下さい。秋と言えば、松茸、栗、柿、梨、紅葉、読書・・・と頭に浮かんでくるものがありますが、今年の秋はワクチンの大幅な拡大で、ミスの無い様、安全、安心、効果的な接種が受けられる様にあゆみクリニックは丸となって進んでいきます。

エコー検査で健康管理をしよう!

頚動脈エコー

～検査でこんな事が分かります～

- ①頚動脈のアテローム硬化による血管壁の厚さ
- ②プラークによる頚動脈の狭窄はないか
- ③コレステロール値管理における内服薬の総合的な判断

コレステロールがたまり血管が狭くなる

コレステロールなどのプラーク

血栓が形成され血管が詰まる

血栓

プラークにより頚動脈が閉塞してしまうと脳梗塞を起こし、半身不随になってしまいます。コレステロール値を管理して動脈硬化を防ぎましょう。

腹部内臓エコー

～検査でこんな事が分かります～

- ①脂肪肝の程度
- ②胆石、胆管、膵臓、胆のうのトラブル
- ③盲腸を疑う時の盲腸炎
- ④腎臓の異常(水腎症、腎のう胞など)
- ⑤膀胱の異常
- ⑥子宮卵巣や前立腺などの形態的な確認

正常肝臓

脂肪肝

脂肪肝の管理は、コレステロールの管理、頚動脈アテロームの管理との相関関係もあります。脂肪肝を放置すると肝硬変や肝臓癌になっていしまう事もあります。

肝硬変・肝臓癌

脂肪性肝炎