



令和7年2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



子宮頸がんワクチンは、ワクチン接種をしている諸外国に比べて接種していない日本の子宮頸がん罹患率と死亡率が高い為、11~16歳の女児に対して日本でもワクチン接種される様になったのですが、0.05%の方に副反応が現れ、そのうちの10%（全接種者の0.005%）の人が回復しない重症だったとして、一時ワクチン接種が見合わせされましたが、それから再び子宮頸がん罹患率が上がり、やはり「接種による有効性が副作用のリスクを明らかに上回ると認められた」「子宮頸がん予防と撲滅の為にHPVワクチン定期接種を積極的推奨していった方がよい」という結論に至り、WHOは子宮頸がんを「撲滅できるがん」と位置付けて2030年までに女性の90%以上がワクチン接種を終えるという目標を掲げています。

過去最大の花粉症到来

12月中旬より爆発したインフルエンザ(pdm2009)の流行は丁度1ヶ月経った1月中旬にはすっかり落ち着きましたが、イス取り合戦の様に空いた空間をどのウイルスが占拠するか爆発するのか、まだ分からない状況です。マイコプラズマ肺炎は落ち着いていますが、COVID19はじわじわ増えている感じがします。細菌性肺炎を患う方もかなりいらっしゃるようです。肺炎のワクチンの案内が来ている方、前回の肺炎ワクチンから5年以上経っている方は、3月までに接種を完了して下さい。特に公費接種対象の方は機会を逃さない様に気を付けて下さい。また65歳以上の方はCOVID19公費接種の対象者で、春日部市は3月末までが今季の対象ですので、受けられる方はお急ぎ下さい。よく聞かれるのですが市から接種券が来るのではなく、各医療機関に接種用紙(予約票)が置いてありますので、受付で「COVID19(コロナ)のワクチンを打ちたい」と言っていたら、春日部市の方はそのまま3000円で接種出来ますので、どうぞお申し出下さい。3月末までです。その他様々な公費ワクチンの区切りが3月末が年度末になっていますので、打ち漏れの無い様にご注意下さい。特に日本脳炎ワクチンや子宮頸がんワクチンは、一時中断していたりワクチン不足の為に中断があったりして、現在経過措置が多数の方が受けていらっしゃる様ですので、どうか漏れの無い様にご注意下さい。

胃がんもピロリ菌の除菌によって、撲滅しつつありますが、子宮頸がんもこれから同じ様にワクチン接種によって、撲滅を目指せるがんであるという事です。同じ様に肝臓がんもB型、C型の肝炎治療によって、かなりのウイルス性肝炎を予防、治療してきました。

花粉症の季節になると、一時的に熱を出す人もいますので、自分が何の花が花粉症があり、どの季節に症状が強いのかは血液検査と共に調べておいた方がよいと思われる。また⑧の生物学的製剤を使用する時には、**非特異的IgE量を目安に注射量が決まります。**

胃がんもピロリ菌の除菌によって、撲滅しつつありますが、子宮頸がんもこれから同じ様にワクチン接種によって、撲滅を目指せるがんであるという事です。同じ様に肝臓がんもB型、C型の肝炎治療によって、かなりのウイルス性肝炎を予防、治療してきました。

これだけ全身のがんの原因が明らかになりつつあり、予防や治療が取り組まれていても、日本人の死亡原因の第一位は「がん(悪性新生物)」なのです。皆さん、6月からまた年一回の市健診、がん検診が始まります。忘れず毎年受診して下さいね。

さて、今月の本題は過去最大の花粉症です。天気予報でも聞かれていますと思いますが、1月は既に春の様に暖かい日もしばしばあり、1月から既にスギ花粉の飛散が始まっていると言われています。確かに私も1月から目がシバシバしますし、鼻水が出る日があるので、抗アレルギー薬を飲む日があります。外来でも多くの方が抗アレルギー薬の処方希望しますし、目薬や点鼻薬の処方も始まっています。この調子だと3月、4月あたりは、既に花粉症がある人は悲鳴を上げそうですし、今年花粉症デビューする人は多そうです。

花粉症の季節には、まず

- ①外出時はマスクや眼鏡を使用する
- ②服についた花粉、洗濯物についた花粉をよく払ってから部屋に入る
- ③うがい、手洗いをよくする
- ④症状が少しでも始まったら、早目に抗アレルギー薬を飲む
- ⑤点眼薬、点鼻薬を併用する
- ⑥長い目で見て、舌下免疫療法を5月~12月のスギ花粉オフの季節に開始して3~5年以上続ける
- ⑦花粉のきつい時期のみ1ヶ月持続するステロイド注射をする(免疫力低下するため、医師と要相談)
- ⑧生物学的製剤(ゾレア)の注射2週又は4週に1回注射します。間隔、投与量は換算表で行う為、あらかじめ採血、精査が必要となります。抗アレルギー薬の処方をもらいに来る人は、初診では2週間~1ヶ月までしか処方できませんが、過去の処方を鑑みて、2ヶ月、3ヶ月(最長)まで処方する事は出来ます。

花粉症の季節になると、一時的に熱を出す人もいますので、自分が何の花が花粉症があり、どの季節に症状が強いのかは血液検査と共に調べておいた方がよいと思われる。また⑧の生物学的製剤を使用する時には、**非特異的IgE量を目安に注射量が決まります。**

R7年2月~4月の予定

2月							3月							4月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
						1							1			1	2	3	4	5
2	3	4	5	6	7	8	2	3	4	5	6	7	8	6	7	8	9	10	11	12
休診				休診			休診				休診			休診				休診		
9	10	11	12	13	14	15	9	10	11	12	13	14	15	13	14	15	16	17	18	19
休診		11 建国記念日		休診			休診				休診			休診				休診		
16	17	18	19	20	21	22	16	17	18	19	20	21	22	20	21	22	23	24	25	26
休診				休診			休診				20 春分の日			休診				休診		
23	24	25	26	27	28		23 大晦日	24 新年の日	25	26	27	28	29	27	28	29 昭和の日	30			
休診	休診			休診			休診	休診			休診			休診		休診				

★2/11(火)建国記念日:休診
★2/24(月)振替休日:休診
★3/7(金)、8(土)、14(金):院長出張
★3/23(日):休日当番医
★4/29(火)昭和の日:休診
★4/28(月)、30(水):院長不在
9:00~17:00

受付時間のご案内

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

●休診日●
火(午後)・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》

- 月、火曜日 →実古乃先生
 - 水曜日 →裕成先生
 - 金、第2土曜日 →勝平先生
 - 第1、3、4、5土曜日 →交代制
- ★宜しくお祈り致します。



65歳以上の方などを対象に
新型コロナワクチンの
定期接種を実施しています。



65歳以上の方は予約無しで接種できます。

●新型コロナワクチン

期間：～3月31日(月)まで

※春日部市のみとなります

費用：自己負担3000円

種類：ファイザー、武田

※春日部市の予診票はクリニックにご用意があります。接種ご希望の方はお申し出ください。

肺炎の主要な原因である

肺炎球菌の感染症を

予防できるワクチンがあります



65歳の方などを対象に定期接種を実施しています。

●23価肺炎球菌ワクチン

随時受付中。ご予約の上接種して下さい。定期接種は生涯で1回のみとなりますので、対象の方は接種の機会を逃さない様にご注意下さい。3月末で今年度接種期間が終了致します。

あゆみクリニック

★LINEで予約完了や当日のお呼び出しをお知らせいたします!!★

ご自宅で待ちたい方や買い物などで一時的に外出される方にとっても便利です。待つ場所に関係なく診察3人前になるとLINEでお知らせが届きます。

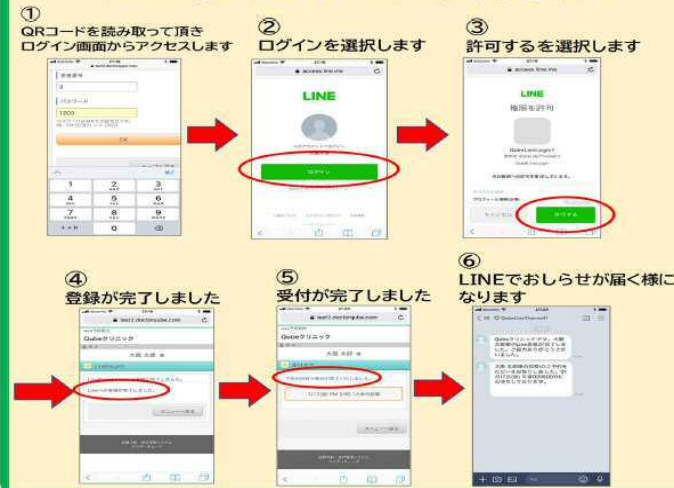
診察予約QR



※アクセス後に
友達登録を選択
してください



～LINE呼び出しシステム登録方法～



埼玉県知事から子ども食堂への支援が表彰されました!



子ども食堂は、家庭が貧しかったり親が働きに出ていて食事をきちんととれないとか、子どもの居場所がないという問題を解決する為に、県主導でできました。埼玉県は先駆けて作っていて、各小学校の近くに1施設作るという目標を掲げています。埼玉県はあと少しで達成されます。設立当時より個人とクリニック両方から支援していて、感謝状を毎年頂いています。今回県知事邸で表彰式に参加し、大野知事より直々に表彰状を頂きました。

花粉症の季節になると風邪症状(咳、鼻水、咽頭痛、発熱、くしゃみなど)なのか、花粉症症状なのか区別がつかないので、まだ自分の花粉症の種類などを知らない方は、一度採血して自分の花粉症やアレルギーの程度、種類などを検査しておいた方がよろしいと思います。
また、今年花粉症デビューの方は、2～3年経たないと、血液検査結果に反映されない事があるという事を念頭に置いておいて下さい。
春は桜や色とりどりの花が咲く季節なので、気候も暖かくなると気持ちもほんわりして来ますので、楽しみではあります。春の季節を楽しむ為には、花粉症のコントロールが欠かせません。皆さんも自分に合った方法で、どうか今年の過去最大の花粉症季節を乗り切ってください。

エコー検査で健康管理をしよう!

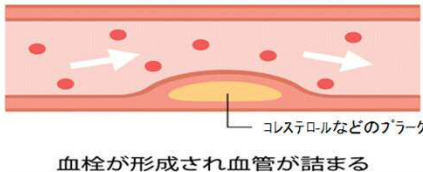
頸動脈エコー



～検査でこんな事が分かります～

- ①頸動脈のアテローム硬化による血管壁の厚さ
- ②プラークによる頸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



プラークにより頸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。

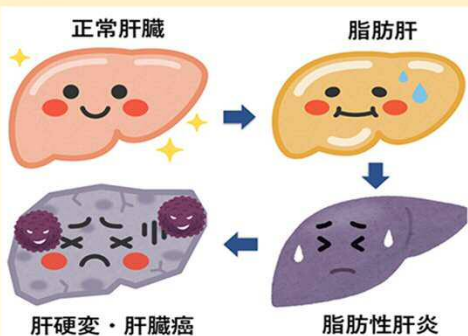


腹部内臓エコー



～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



脂肪肝の管理は、コレステロールの管理、頸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。



女性が安心して通える/
頼れる医師とクリニック

あゆみクリニック

「地域の人々と共に歩み、明るく愛される診療所を目指して!」

総合的な診療で心と体を健やかに

～快適に過ごせる院内空間～

院長先生インタビュー記事が掲載されました!

待合室に雑誌が置いてありますので、ぜひご覧ください!(*▽*)

GLOW 3月号に院長先生のインタビュー記事が掲載されました!

先取る春と深まる冬のお洒落術

GLOW 3月号

MOOMIN ストラップ付きポーチセット

深まる春と深まる冬のお洒落術