



【理念】

患者さまの立場に立ち、その方の終生にわたり健康を支え、質の高い診療と心地よい療養環境を提供します。

【基本方針】

- ★ 患者様のニーズと負担を考慮し、適正で効率的な医療を提供します。
- ★ 医療スタッフによる十分な説明と患者さまの選択に基づく開かれた医療を進めます。
- ★ 地域に根ざし、患者さまに終生かわり合いを持つ医療を目指します。
- ★ 患者さま、職員にとって「心地よい環境」の向上に努めます。



《INDEX》

- P. 1 表紙 <梅>
- P. 2 私の主治医 <帯状疱疹について>
- P. 3 くすりの謎 <花粉症について>
- P. 4 くすりの謎 (つづき)
- P. 5 新型コロナワクチン接種について
- P. 6 胃内視鏡検査(胃カメラ)について
- P. 7 胃内視鏡検査(胃カメラ)について (つづき)
- P. 8 本当はこわい歯のウワサ

○ お花紹介 ○

当院駐車場ゲート横にある桜です

『プリンセス雅』
という品種です



私の主治医



『 带状疱疹 』 について

带状疱疹は、多くの人が子どもの頃に感染する水痘（すいとう）のウイルスが原因で起こります。このウイルスは水痘が治った後も体の中に潜伏していて、疲労・ストレス・加齢等による免疫力の低下がきっかけとなって再びウイルスが活性化し、神経を伝わり皮膚でウイルスが増殖し带状疱疹を発症します。

日本人の90%以上はこのウイルスが体内に潜んでいて、特に50歳代から発症率が高くなり、80歳までに約3人に1人が带状疱疹になると言われています。带状疱疹の症状は、皮疹が出現する数日前から顔面・頭皮・背中・脇腹等の発生部位にピリピリとした痛みや知覚の異常を自覚し、その後水疱が帯状に出てきます。痛みは徐々に増していき、夜も眠れないほど激しい場合もあります。



50歳以上で带状疱疹を発症した人のうち約2割は皮膚の症状が治った後も痛みが3か月以上続く带状疱疹後神経痛（PHN）になると言われています。また、带状疱疹は頭部から顔面に症状が出ることもあり、目や耳の神経が障害されるとめまいや耳鳴りといった症状が出たり、重症化すると視力低下や失明、顔面神経麻痺など重い後遺症が残ることがあります。

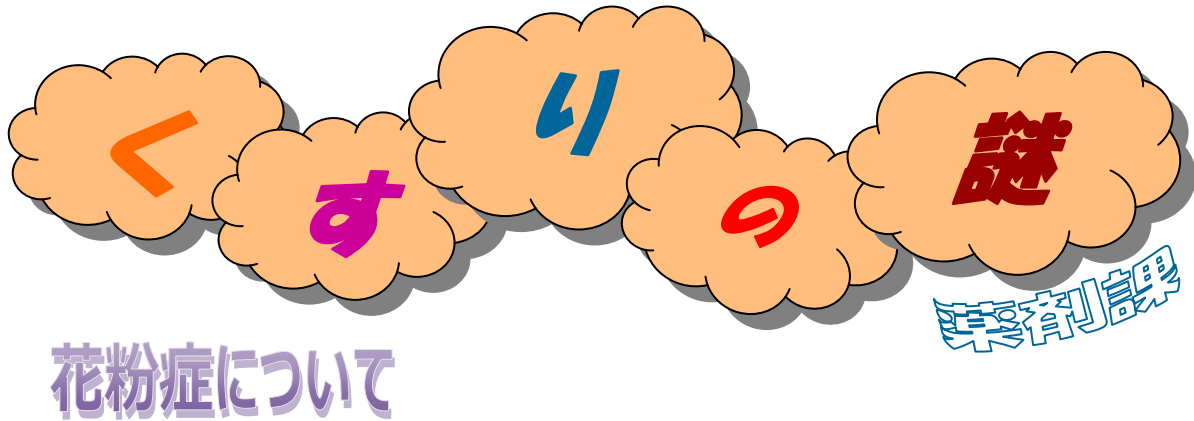
带状疱疹にかからないために食事のバランスに気をつける、睡眠をきちんとするなど日頃から体調管理を心がけ、免疫力が低下しないようにすることが大切です。

また、50歳以上の方は带状疱疹を予防するためのワクチンを接種することができます。

当院皮膚科では「シングリックス」という带状疱疹ワクチンの接種を行っています。

2か月の間隔をあけて2回の接種が必要です。2回目の接種が2か月を超えた場合であっても遅くとも6か月後までに接種する必要性があります。費用は1回2万円(税別)と高額ですが、50歳以上の方で高い予防効果が示されており、带状疱疹後神経痛（PHN）の発症を減らす効果も期待できます。带状疱疹ワクチンは完全予約制となっておりますので、ご希望の方はまずは皮膚科を受診してください。



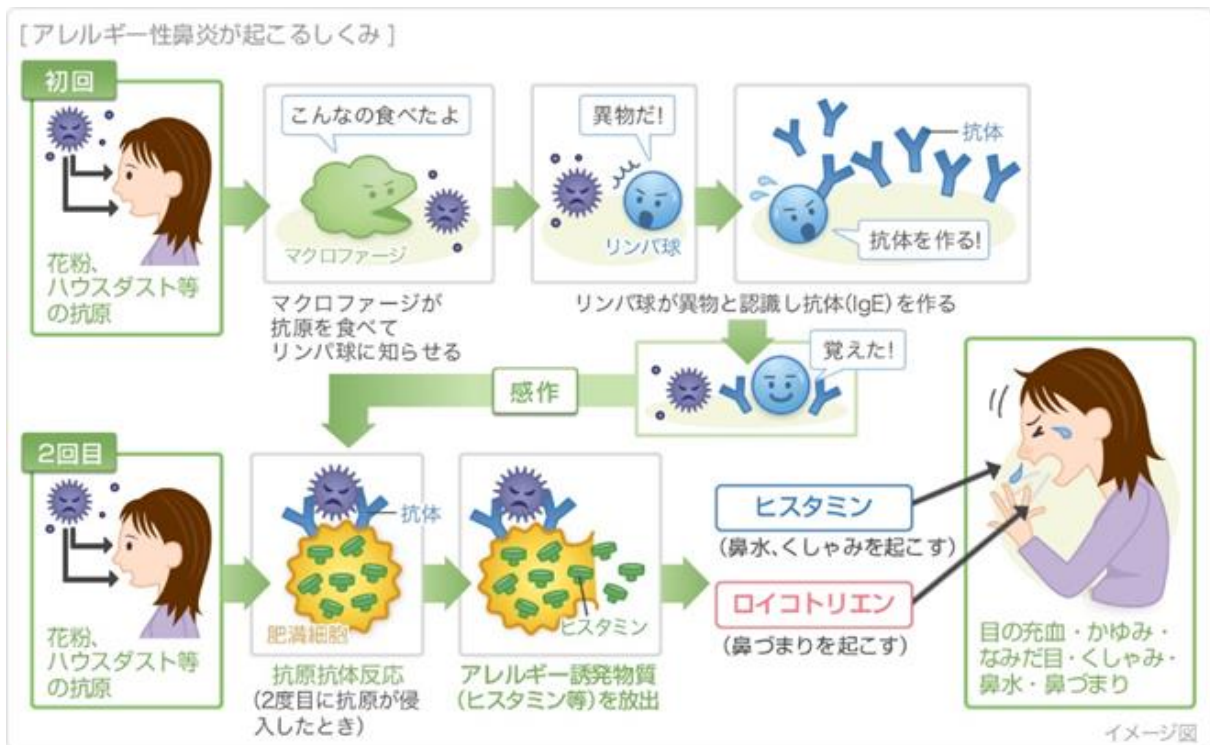


今年も、ニュースなどで花粉情報が流れる季節になりました。花粉症の方には大変つらい季節です。

今回は、花粉症に関するメカニズム、薬、セルフケア・対策について書いていきたいと思います。

【花粉症のメカニズム】

花粉症とは、スギ花粉などある特定の花粉が、目に入ったり、鼻に吸い込まれたりすることにより起こるアレルギー症状をいいます。



出典：第一三共ヘルスケア 薬と健康の情報局

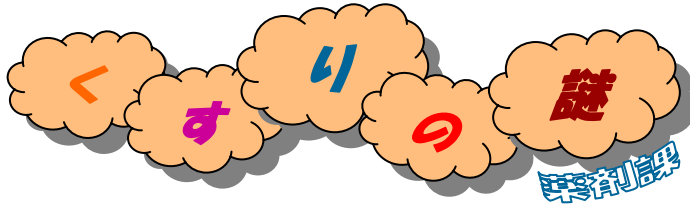
【花粉症に使用されるアレルギーの薬】

◆飲み薬

抗ヒスタミン薬：アレルギーが起こる際に体の細胞から放出される「ヒスタミン」と、ヒスタミンがアレルギー症状を引き起こすために結合する「H1受容体」との結合を抑える薬。鼻水やくしゃみ、かゆみに効果があります。

当院採用薬 …… 1日2回服用：フェキソフェナジン、アレロック（オロパタジン）

1日1回服用：デザレックス、ザイガル、ビラノア（空腹時に服用）



花粉症について

◆飲み薬（続き）

抗ロイコトリエン薬：鼻粘膜の炎症や鼻づまりを引き起こす「ロイコトリエン」の働きを阻害する薬。
特に鼻づまりに有効とされ、抗ヒスタミン薬と合わせて使用されることが多いです。

当院採用薬 … モンテルカルト

漢方薬：眠気などの副作用が少ない特徴があります。

当院採用薬 … 小青竜湯など

◆点鼻薬

局所ステロイド点鼻薬：体の中に吸収されにくく、吸収されたとしてもすぐに分解されるため、
ステロイドといっても全身的な副作用はほとんどありません。

当院採用薬 … アラミスト点鼻薬、モメタゾン点鼻薬

以上が代表的な薬になります。色々な種類がありますので、受診時、医師にご相談ください。

～注意するポイントなど～

- 抗アレルギー薬の効果発現には、数日～数週間かかるものが多いため、アレルギーの症状を
予防・軽減するためには、一定期間前から飲み始める必要があります。
- アレロック（オロパタジン）、ザイザルはインペアード・パフォーマンス（自覚しにくい集中力・判断力
などの低下）を生じやすいため、運転などの危険を伴う作業は控えるように注意が必要です。

【セルフケア・対策】

- 原因になる物質を吸わない！外出を控えたり、洋服に付着した花粉を取り除いたり、吸わないよう
にすることが大切です。
- 規則正しい生活を！しっかりとした睡眠や食生活といった規則正しい生活が症状を緩和するた
めに重要だといわれています。

セルフケア・対策を行い、必要な時には薬を使用して、花粉症の季節、少しでも症状が軽く過ごせ
たらと思います。

◆薬剤課よりお知らせ◆

最近製薬会社のいくつかで、国に認められていない製造方法で作って流通させていたことが分かり、一部製造を
中止しているところがあります。このために、他のメーカーも影響を受け、一部の薬が不足し、入荷が難しいことが
あります。入荷困難な場合、薬の効果が似ている他の薬への変更をお願いすることがあります。ご了承ください。

新型コロナワクチン接種について



倉敷第一病院では、ファイザー製とモデルナ製のワクチンを使用して新型コロナワクチン接種を実施しております。

実施日により使用するワクチンが異なりますので、ご予約の際ご注意ください。

追加接種（3回目接種）対象者には各市町村から順次3回目の接種券が発送される予定となっています。

新型コロナワクチン接種をご希望の方は、お手元に予診票が届き次第ご予約をお取りください。

接種場所：本館1階 健康管理センター

接種時間：14：00～15：00

お持ちいただくもの：予診票（事前に記入をお願いします。）

新型コロナワクチン接種済証

本人確認書類（被保険者証・運転免許証等）

当日はマスクを着用し、肩を出しやすい服装でお越しください。

※体調不良等で当日急遽キャンセルされる場合は早めに当院へ連絡をお願いいたします。

ご予約は岡山県共通予約システムによる**Web予約**または**コールセンター**でお取りください。

※当院では直接予約はできません。

また、予約状況等のお問い合わせについてもコールセンターまでお願いいたします。

胃内視鏡検査（胃カメラ）について

新型コロナウイルス感染症の流行により
がん検診の受診率が低下しています。

がんになる人の割合は2019年と2020年でほぼ変わらないと考えられますが、がん診断数の比較を見ると胃がんが一番減少しています。

コロナ流行下でも、がんは変わらず発生していると考えられ、がん検診受診抑制によりがん発見の遅れや病気の進行が懸念されています。



出典:日本対がん協会



胃がんの特徴

- 50歳以降の罹患率が高い
- 一般的に初期段階では自覚症状がほとんどない
- 胃潰瘍や胃炎と勘違いしやすい
- 早期発見・早期治療で治る可能性が高い

最近気になる症状はありませんか？今すぐチェック！

- | | | |
|-----------------------------------|---------------------------------|-------------------------------|
| ☐ 胃の不快感・腹痛 | ☐ お腹の膨満感 | ☐ 食欲不振 |
| ☐ 全身の倦怠感 | ☐ 体重減少 | ☐ 胸やけ |

チェック項目に該当する場合、医療機関への受診をおすすめします。

当院での胃内視鏡検査オススメPoint

- ・ 内視鏡センター内に専用待合いがございます。
- ・ 内視鏡検査専用マスクを着用し、安心して検査を受けられます。
- ・ 新しい細径カメラ(5.5mm)で負担の少ない検査が可能です。

当院では細径カメラ(5.5ミリ)で口からでも鼻からでも検査を行っています。

● 経口内視鏡

のどに局所麻酔をかけ、口から胃内視鏡を入れます。

● 鎮静剤を使った経口内視鏡

嘔吐反応や不安が強い方は、鎮静剤を使って半分眠ったような状態で苦痛が少なく検査を受けて頂けます。

※検査後1～2時間程度ベッドで休んで頂きます。

また、当日は自転車などの運転はできませんので、公共交通機関やご家族による送迎が必要です。

● 経鼻内視鏡（鼻から入れる胃カメラ）

鼻腔に局所麻酔をかけ、鼻から胃内視鏡を入れます。舌の付け根に触れないため嘔吐反射は起こりにくいです。会話することもできます。

胃内視鏡検査の流れ ※完全予約制です。

検査前日

21時以降は絶食です。
お水・お茶は夜間も摂取可能です。



検査当日

指定の時間までに来院してください。
(起床後～検査終了まで食事はできません。お水・お茶は摂取可能です。)

検査の準備をします。時計・メガネ・ベルト・義歯等を外して頂きます。
口からの場合：のどに麻酔のスプレーをします。
鼻からの場合：鼻出血を防ぎ、鼻の通りをよくする薬を鼻に噴霧し、
鼻に麻酔のスプレーをします。

内視鏡検査を行います。検査時間は10分程度です。

検査結果を説明します。
鎮静剤を使用した場合：検査終了後安静室で1～2時間休んで頂きます。

本当は歯こわい歯のウワサ Part2

歯科診療課



検証！ 歯周病が原因で死ぬ事もあるって本当??

検証① 歯周病ってなに？

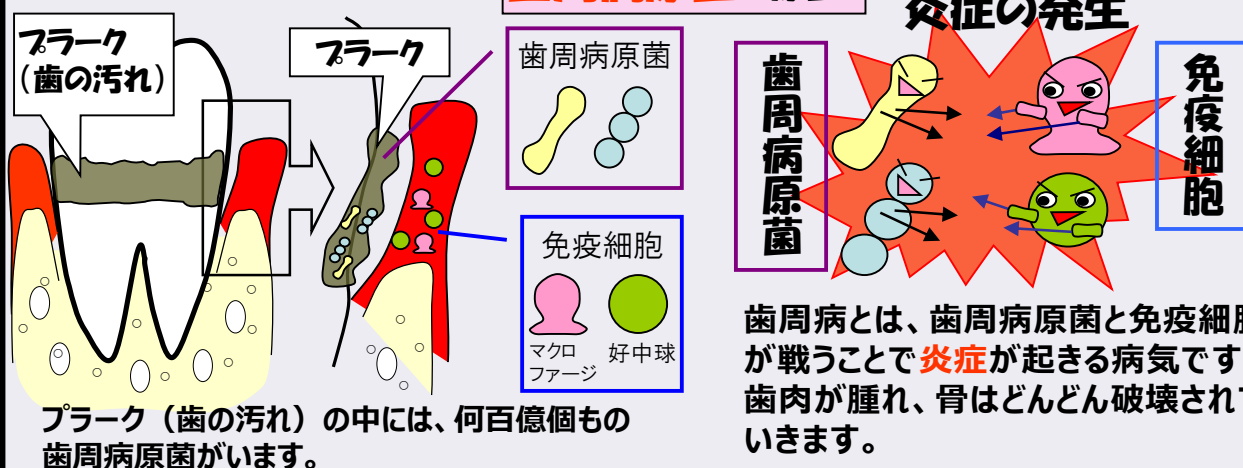
歯肉や、歯を支えている骨が破壊されてしまう病気です。



歯周病になると、歯肉が赤く腫れて、だんだん歯を支えている骨が溶けていきます。

検証② 歯周病の原因は？

歯周病原菌が原因



プラーク（歯の汚れ）の中には、何百億個もの歯周病原菌がいます。

歯周病とは、歯周病原菌と免疫細胞が戦うことで**炎症**が起きる病気です。歯肉が腫れ、骨はどんどん破壊されていきます。

検証③ 歯周病菌が体内へ？

口の中で増殖した歯周病原菌は、唾液とともに常に体内へ取り込まれるようになります。唾液が誤って肺の方に入れば、歯周病原菌が原因の肺炎になることもあります！

結果

肺炎は、死因の第三位です。直接歯周病で死ぬ事はないですが、歯周病が原因で肺炎になって死亡してしまう危険があります！

歯周病セルフチェック

し：チェックを入れてみてください



口臭が気になる。
歯磨きをすると出血する。
肩がこると、歯がうく、痛い。
舌で歯にふれると、ざらついている。
昔とくらべて、出っ歯になってきた。
硬い物が噛みにくくなった
歯間ブラシを通すとくさい。

歯石かも

1つでも当てはまる方は早めに、
歯科受診をしましょう！

歯周病は、虫歯とちがいで、あまり痛みもなく気づかない間に進行してしまいます。。。定期的に歯医者さんに診てもらいましょう