



台風十八号を迎えて

医師 大原 紗矢香

先月の台風十八号は、この地域にも大きな影響を及ぼしました。被害にあわれた方にお見舞い申し上げます。

当院には幸い被害はなく、翌日から通常通り診療をしておりますが、裏の田んぼは池となり、もう少しで駐車場に浸水してくる状況でした。

ほかの地域で台風などの災害があると「ここは大した被害も出ないしいところやなあ」と話してくださる方も多いのですが、今回のことで、自然の力の大きさ、恐ろしさを改めて知るとともに、災害はいつ自分の身に降りかかってくるかわからないものだという思いを強く持ちました。

今回の教訓をもとに、クリニックでも災害時における対処について改めて見直すことにしています。

避難指示を受けて、避難所に行かれた方も多かったと思いますが、いざとなると、何を持っていけばいいのかわからなかったという声も聞きました。

今回は、災害時の対応について、医療に関係することをお話しします。



まず、普段決まって内服する薬のある方の場合、数日分の薬を避難用具の中に入れておきましょう。東日本大震災のときにも、着の身着のまま避難された方が多く、普段血圧の薬を飲んでいないことはわかっていても、その薬の名前や服用量はわからず、すぐに薬が処方できないことが問題となりました。たとえ数日分でも持

っていれば、薬の名前や量はわかるため、支援が届いた場合に、同じ薬を飲み続けることができます。薬そのものがなくても、お薬手帳など内容のわかるものがあれば問題ありません。また、毎日は飲まないけれど、症状が出た時に必要になる薬（狭心症の薬や、喘息の薬など）も、同じように考えましょう。

また避難所は小学校や中学校の体育館など、たくさんの方が集まる場所になります。

インフルエンザなどの感染症が流行しやすい環境です。予防接種には自分が病気になるか



らないという効果はもちろん、大きい流行を防いで集団を守るといふ効果も期待できます。予防接種を受けていない三十、四十代の男性に風疹が流行したことは記憶に新しいですが、この年代の方は麻疹（はしか）の予防接種も受けていないため、その流行も心配されます。

一時期、MRワクチン（麻疹風疹ワクチン）の流通が不足しましたが、現在は接種可能となっております。竜王町からは今年度いっぱい補助も出ていますので、特に対象となる方は接種をご検討ください。また、例年通りインフルエンザの予防接種も開始します。（六十五歳以上は十月から、それ以外の方は十一月から）

「備えあれば憂いなし」という言葉がありますが、どんなに備えていても、急に起こる災害に対応することは難しいものです。できる準備を日ごろから、もう一度心がけていきましょう。



## 血糖コントロール目標が3段階になりました

看護師 宮井由里子

HbA1Cは過去1〜2か月の血糖の平均値を反映する血糖コントロールの重要な指標です。これまでは、「優」「良」「可（不十分）」「可（不良）」「不可」の5段階に分けられ、まぎらわしい表現とも言われていました。今年6月1日から改訂され、「正常化を目指す6.0未満」「合併症予防のための7.0未満」「治療強化が難しい場合の8.0未満」の3段階になりました。

たとえば、高齢で、認知症があり、寝たきりの患者さんのHbA1Cと働きざかりの若い人と同じ判定をするのではなく、患者さんに個々に治療目標があつて良いのではないか、という考えです。今回の改訂では、それぞれの患者さんの状態に合わせて個別に目標を設定することが強調され、その人に最も適した糖尿病治療の実践をバックアップしています。

患者さんにとっても治療の目標がいつそう明確になり、大きなメリットがあると思います。糖尿病の怖さはなんといっても、心筋梗塞や脳梗塞、腎症や網膜症、神経障害に代表される多くの合併症です。その予防目標として7.0%未満が推奨されています。



## \*お知らせ

### インフルエンザの予防接種について

六十五歳以上の方のインフルエンザの予防接種を十月から、そのほかの年齢の方の接種を十一月から実施致します。詳細は決定次第、別紙及び院内掲示でお知らせ致します。

## \*お知らせ

### 医師の不在について

左記の日程、都合により各医師が不在となります。ご迷惑をお掛けしますが、予めご理解をお願い致します。

十月七日（月） 森医師不在

十月十二日（土） 寺岡医師不在

十月二十五日（金）夜診のみ 森医師不在

十月二十六日（土） 森医師不在

十月二十六日（土）

十時半以降 雨森院長不在

十一月八日（金） 雨森院長不在

十一月十六日（土） 雨森院長不在

十一月二十二日（金）

夜診のみ 雨森院長不在

十一月三十日（土） 大原医師不在



### 予約診察をご利用の皆様へ

当院は、予約の方と予約外の受付順番の方を平行で診させて頂いております。予約診察の方を診察にお呼びできるのは、診察予約の時間から二〇分以内とさせて頂いております（たとえば、九時の予約の方は、九時から九時二〇分の間にお呼びさせて頂きます）。

予約の方はなるべく予約時間内にお呼びできるように努めておりますが、診察の内容によっては予約が遅れる場合があります。安心してお待ち頂けるようお声かけさせて頂きますので、ご理解の程よろしくお願い致します。

また、予約はお電話でもお取り出来ます。当日でも予約をお取り出来る日もありますので、どうぞお問い合わせ下さい。