



あなたはなんて名前のだんな薬を使っていますか？

医師 平田 詞子



寒空がふえ、朝晩はしっかりと冷え込むようになってきました。このような時期には、寒暖差に体が対応しようとして、血圧が激しく変動する結果、脳卒中、心筋梗塞、大動脈解離など、いわゆる血管が詰まったり切れたりする病気が増えてきます。みなさんはいかがお過ごしでしょうか。



世の中にはたくさんの種類の薬があふれています。みなさんは、自分が普段飲んでいる薬がなんて名前で、どんな効果があるのかご存じでしょうか。

私は今、総合病院と診療所で勤務していますが、受診される患者さんみなさんに、今飲んでいるお薬について質問しています。それは、患者さんが今飲んでいるお薬を知ること、今までかかった病気や、今治療中の病気、これからの治療や検査にあたって気をつけたいといけなことがある程度わかるからです。

しかし、自分が今飲んでいるお薬の名前と効果を正確に言える患者さんは少ないです。一番最初にそのお薬が処方される時に、医者や薬剤師さんからの説明はあっても、毎日を過ごすうちにその記憶は薄れ、「血圧の薬」「胃の薬」などふんわりとした記憶だけが残ります。たくさんのお薬を飲んでいる人は、より何の薬を飲んでいるのか把握しにくくなるでしょう。



そこで、みなさんにぜひお願いしたいのが、お薬手帳の活用です。新しい病院にかかる時も、普段の定期通院の時も、また外出や旅行に行くときも、ぜひお薬手帳を携帯してください。今までの治療経過を知る良い参考書になるとともに、お薬の飲み合わせをチェックできたり、出先で急に体調を崩して病院に駆け込むことになった時にも、お薬手帳は有用です。



最近ではスマホなどでデジタル化されたお薬手帳も普及しつつあります。自分に合うスタイルを探しながら、今一度、自分の飲んでいるお薬について確認してみてくださいね。





外反母趾（がいはんぼし）

看護師 宮井 由里子

外反母趾とは、足の親指が人差し指側に“くの字型”に曲がることをいいます。原因は足先を圧迫するような靴の着用や、加齢による足背の筋力低下などが挙げられます。また遺伝的に生まれつき外反母趾になりやすい人もいます。裸足の民族の中にもおられるそうです。



先日、仕事終わりにふと足の指の痛みを感じました。以前から外反母趾がありましたが、痛くなったことはありませんでした。

帰宅し見てみると、親指が赤くなり人差し指に当たっていたところに小さな傷が出来ていました。その日は一晩中痛かったです。

朝、ふと5本指の靴下があったのを思いだし履いてみると、なんと痛みがなくなりました！お風呂できれいに洗って、よくマッサージをして、5本指の靴下を履いて、足の指でグーパーしたりしています。今まで興味がなかった5本指の靴下が、今はかわいく履くのが楽しみです。



糖尿病の患者さんはお誕生月にフットケアのお話をさせてもらっています。今更ながらフットケアって大切だなと思いました。小さな傷ひとつあっても気になって、痛くて眠りも浅かったからです。

大切な足、きちんとケアしましょうね。



医師の不在のお知らせ

【 12月 】

- ・ 1日（金）…………… 田中医師
- ・ 7日（木）…………… 青井医師
- ・ 9日（土）…………… 田中医師
- ・ 13日（水）…………… 園医師
- ・ 16日（土）…………… 中村医師
- ・ 23日（水）…………… 園医師

【 1月 】

- ・ 20日（土）…………… 田中医師
- ・ 22日（月）…………… 中村医師

【 年末年始 】

- ・ 令和5年12月29日（金）～ 令和6年1月3日（火）



インフルエンザの予防接種をおこなっています。

インフルエンザワクチン接種は12月28日までとなっております。ご注意ください。詳しくはホームページをご確認ください。

オンライン診療を開始しています

国の方針により、新型コロナウイルスによる特例措置で認められていた電話での診察は7月31日で終了となりました。それに伴い、当院では8月より“0歳から中学生までの方”を対象としたオンライン診療を開始させていただきます。詳しくはホームページをご覧ください。

マイナ保険証をご利用いただけます

＜オンライン資格確認について＞

- ・ 当院は診療情報を取得・活用することにより、質の高い医療の提供に努めています。

4月から診療報酬の改定により、下記の点数が加算されます。

マイナ保険証を持参された場合（初診）：2点

通常の保険証を持参された場合（初診）：6点・（再診）：2点

