



クリニックだより



院長より ～開院2周年のご挨拶～

2010年10月によねだクリニックを開院し、お陰様で2周年を迎えることが出来ました。これもひとえに地域住民、医療関係者および取引業者の皆様のご支援ご厚情によるものと感謝しております。今後も、医療を通して、地域住民のお役に立てるよう、スタッフ一同頑張っております。

医療理念

- ① 私たちは、患者さんと信頼関係を築き、温かい医療を提供し、健康の喜びを共有します。
- ② 私たちは、地域住民が安心して暮らせるよう、社会資源と連携し、当院の役割を果たします。

【特集記事】なぜ秋に喘息が悪化するの？

●風邪・喘息・秋の花粉症（鼻炎）の密接な関係

「実りの秋」「読書の秋」「スポーツの秋」など、多くの人には過ごしやすい秋となりました。しかし、喘息持ちの人、秋の花粉症がある人、免疫力の弱い子供さんにとっては、手放しで喜べる季節ではありません。読者の皆さんの中にも、「毎年10月になったら風邪を引く」「キンモクセイの匂いを嗅ぐ季節になると喘息が悪化する」「サンマの美味しい季節、家族でサンマを食べていても鼻炎の調子が悪くて何となく憂うつになる」など、思い当たる節があるかもしれません。これら風邪・喘息・鼻炎の三者はお互いに密接な関係があります。

●喘息の増悪因子としての風邪

誰でも年に数回は風邪を引くと思います。秋に風邪を引いた場合、その多くはライノウイルスというウイルスが原因です。ですから、風邪薬を飲んだり、安静にしたりすれば、数日で軽快します。抗生物質も不要です。しかし喘息患者さんにとっては「たかが風邪、されど風邪」です。喘息が悪化する原因はたくさんあります。具体的には、気候（寒さ、気圧の変化）、ストレス、過労、寝不足、アレルゲンの曝露（ダニ、ハウスダスト）、タバコの煙などです。そして最も重要な原因が風邪なのです。風邪は「喉と鼻の風邪」と表現されるように、喉の痛みと鼻汁が主な症状です。しかし多少なりとも気管支にも炎症が広がっています。ですから喘息持ちの人は風邪をきっかけに喘息が悪化するのです。

●one airway one diseaseという考え方

「one airway one disease」を直訳すると「一つの気道に一つの病気」となります。気道とは、鼻から始まり、喉、気管支、そして肺までの空気の通り道のことです。これらの空気の通り道は解剖学的にも似た構造をしています。ですから喉に付きやすいウイルスは気管支にも付きやすいですし、喉に炎症が起こると気管支にも炎症が波及しやすいのです。これが普通なら単なる風邪で終わるはずが、喘息持ちの人にとっては喘息が悪化する理由なのです。「one airway one disease」とは気道に生じる感染症（鼻炎、咽頭炎、気管支炎）と気道のアレルギー（喘息、アレルギー性鼻炎）を総合的に診療しようという考え方から生まれた言葉です。すなわち感染症とアレルギーを個別に治療するのではなく、今後生じるであろう症状を先回りしながら治療していくわけです。「風邪がなかなか治らない」「風邪が治ったのに咳だけが続く」というのは、実は喘息やアレルギー性鼻炎が悪化していたという場合もあるのです。ですから私は、喘息患者さんには、早めに抗生物質を処方したり、気管支拡張薬を風邪薬より長めに処方したりして、喘息患者さんのQOLが低下しないように注意しています。

●喘息とアレルギー性鼻炎は合併しやすい

また、喘息患者さんは高率でアレルギー性鼻炎を合併することが知られており、中には鼻症状の悪化に伴って喘息が増悪する患者さんもおられます。このため鼻炎のコントロールは、喘息管理の観点からも重要と言えます。秋の花粉症（ブタクサやヨモギが代表的です）や通年性アレルギー性鼻炎（ダニやハウスダストが代表的です）の人で、喘息持ちの人は、鼻炎の治療もきちんとしておくことが、「one airway one disease」の観点からは理にかなっているのです。

●なぜ秋に喘息が悪化するのか？

秋は風邪の代表的な原因ウイルスであるライノウイルスが流行します。ブタクサやヨモギによる秋の花粉症が流行します。台風や寒さなど気候の変化が大きい季節です。これらが喘息と密接に関連していることを理解していただけたでしょうか。喘息の人は、①普段から体調を整え風邪を引きにくくする、②喘息の治療をきちんと行い気道の炎症を抑えておくことで風邪を引いても発作を起こりにくくする、③鼻炎を合併していれば鼻炎のコントロールも同時に行っておくことで、健康な人と同じような生活の質を維持していただきたいと思っております。



インフルエンザ予防接種のご案内

インフルエンザ予防接種を行います。小児、高齢者、糖尿病や喘息などの持病のある人、医療・介護・福祉関係者は早めに接種しましょう。



【接種時間と予約】

- ・（月）（火）（水）（金）の午後3:00～3:30を予防接種の専用枠としております。
- ・上記時間以外に接種を希望される場合は、来院順となります。
- ・希望日の前日までに、電話にてご予約ください。その際、お名前、年齢、電話番号、接種希望日をお尋ねします。

【料金】

- ・65歳以上の方は、鳥取市から郵送される「予防接種のお知らせ」に記載された金額です。予防接種券の有効期間は、平成24年12/31までです。
- ・65歳未満の方（自由診療の方）は3000円です。

【その他】

- ・13歳未満は2回接種です。13歳以上は1回接種が原則ですが、受験生などをご相談下さい。
- ・予防接種を受けて、インフルエンザに対する抵抗力がつくまでに2週間程度かかり、効果は約5ヶ月間とされています。

鳥取市健康診断、各種がん検診のご案内

鳥取市健康診断、各種がん検診を行っております。予約制ですので、ご用命の方は、電話か窓口でお問い合わせください。

【健康診断】

- ・問診（既往歴、服薬歴、喫煙歴など）
- ・身体計測（身長、体重、腹囲）
- ・血圧測定
- ・医師の診察
- ・検尿（尿糖、尿蛋白）
- ・血液検査
コレステロール、中性脂肪、肝機能、腎機能、尿酸値、血糖またはHbA1c



【がん検診】

- ・肺がん検診（胸部レントゲン、喀痰細胞診）
- ・胃がん検診（胃カメラ）
- ・大腸がん検診（便潜血）
- ・肝炎ウイルス検査（B型、C型肝炎ウイルス）

診察時間	月	火	水	木	金	土
午前8:30～12:30	○	○	○	○	○	○
午後3:30～6:30	○	○	○	休	○	休

ご意見・ご要望などございましたら、お気軽に院長またはスタッフにお申しつけください。ホームページの「ご意見箱」もご利用下さい。

