GSC

合田外科新聞

URL http://homepage3.nifty.com/GODA/index.htm

平成18年1月
第31号
合田外科
TEL　0797-71-2132
FAX　0797-74-1430

最近の話題：医療制度改革（続き）

昨年１１月３０日に政府・与党により医療制度改革大綱案がまとめられました。この綱案に基づき、本年初頭に法案が国会に提出され、正式に決定される見込みです。新聞等で御存知のことと思いますが、内容をおさらいしてみます。

❶２００６年１０月より；Ⅰ：７０歳以上の方で現役並みの所得（夫婦世帯で年収５２０万円以上）がある場合、窓口負担は３割とする。Ⅱ：医療型療養病床（介護もかねた入院）に長期入院している高齢の方の食費の一部と光熱費などを自己負担とする。Ⅲ：医療費が高額になった場合の自己負担限度額を引き上げる。Ⅳ：所得が高い人工透析患者の方は自己負担額を引き上げる。

❷２００８年より；Ⅰ：一般の所得の方は６９歳以下は３割負担、７０－７４歳は２割負担、７５歳以上は１割負担とする。Ⅱ：７５歳以上の方を対象とした新しい高齢者医療保険制度を創設する。Ⅲ：現在３歳未満となっている乳幼児の窓口負担軽減の対象を小学校入学前までに拡大する。

小児に対しては負担軽減となりますが、高齢者にとっては概ね負担増加となる見込みです。特に７０－７４歳の方、また７０歳以上で所得が高い方には影響が大きいようです。もちろん医療機関に支払われる診療報酬も大幅に引き下げられますので、医療人である私達にも大きな影響があり、正直言って大変に困ってしまいます。しかし、少子高齢化の進展を考えると、現在の国民皆保険制度を維持するためには国民各層の負担増はやむをえないと思うしかありません。今回、議論にのぼっていた保険免責制度（一回の受診毎に１０００円までは保険が効かないようにする）や医療費総額管理制度（毎年の医療費の枠を決め、それを越えた分は支払わないようにする）といった皆保険制度を揺るがす制度は御来院の患者様に頂いた署名の力もあり、阻止することができました。御協力ありがとうございました。全国で１０００万人を超す署名を頂き、医療に関しての国民の皆様の思いを政府・与党に訴えかけることができました。これからも財政主導で様々な医療改悪が試みられることと思いますが、ぜひとも阻止しましょう。

病気の知識：皮膚科編：④ 皮脂欠乏症

外気が乾燥する晩秋から冬にかけて、高齢の方では足を中心に乾燥症状が出現します。これは加齢によって保湿をになう皮脂が減少しているからで、老人性乾皮症とも言われます。痒みの強い湿疹ができることもあり、厄介なものです。対策としては入浴時には洗い過ぎないようにし、弱い石鹸を使うようにしましょう。また暖房を控えめにして湿度を十分に保つようにして下さい。症状が強い方の場合には保湿のための外用薬がよく使われます。また痒みが非常に強い場合には、抗アレルギー薬を用いることもあります。乾燥肌でお困りの方はお気軽に御相談下さい。

医院よりのお知らせ

①歯科閉鎖に関して

平成１４年８月より当院３階で歯科診療を行ってまいりましたが、昨年１１月１３日、担当歯科医師である当院副院長、合田暁が急逝致しました。享年３５歳、あまりに突然の別れでした。歯科御利用の患者様には大変御迷惑をおかけ致しましたが、このような事情のため１２月１日付けで歯科は閉鎖する運びとなりました。どうか御了承下さい。歯科開設以来わずか３年間という非常に短い期間ではありましたが、弟は精一杯診療に取り組んでいました。少しでも皆様のお役にたてたと思って下さるならば、亡き弟も天国で喜んでいることと思います。時々は弟のことを思い出してやって下さい。

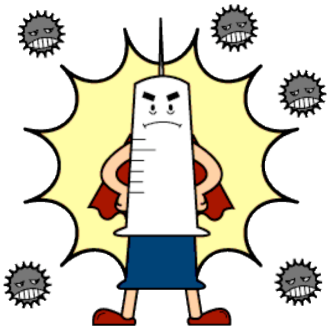
合田外科
院長
長兄　　合田　潔

②新年の御挨拶にかえて

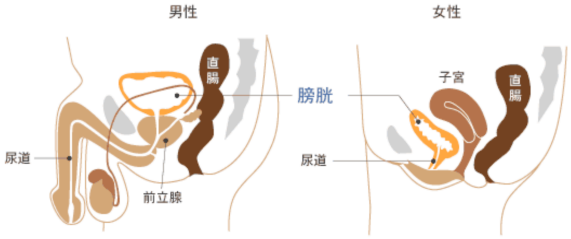
例年、御来院の皆様には年賀の御挨拶をお送りしておりましたが、本年は喪中につき控えさせて頂きました。正直申しあげて私も大変残念で辛い気持ちで一杯で、弟の死を現実のものとは受け止めがたく、なかなか前向きの気持ちにはなれません。まだまだ折にふれ涙が溢れてきますが、なんとかがんばってやっていきたいと思っております。歯科がなくなりまた外科だけとなってしまいましたが、どうか本年も宜しくお願い致します。

③インフルエンザに関して

インフルエンザワクチンの接種はもうお済みですか？例年インフルエンザは１２月の末からポツポツと見られ、１～２月にかけて流行だします。ワクチンはインフルエンザに対して非常に有効な予防となりますが、効果がでるまでに１ヶ月程かかります。原則的には１２月初旬までに済ませておくべきですが、もしまだお済みでないならば１月末までは接種可能ですので急いで下さい。ワクチンを打たなかった方で高熱や全身倦怠感などのインフルエンザ症状がでた場合にはすぐに治療が必要なので気をつけて下さい。



薬の知識：⑬ 泌尿器科治療薬



泌尿器科の病気は様々ですが、当院では以下のような薬剤を用いています。【膀胱炎】膀胱炎の多くは特別な原因なく菌の感染により起こるもので、単純性膀胱炎と呼ばれています。当院では主にクラビットという抗生剤を用いています。【神経因性膀胱】頻尿・失禁等の症状がでてくるもので、薬剤が効きにくい場合もありますが、当院では主としてブラダロン・バップフォーという薬剤を用いています。また漢方薬の牛車腎気丸（ゴシャジンキガン）という薬剤が効く場合もあり、当院でも用意しています。【前立腺肥大症】前立腺肥大症は男性だけの病気ですが、高齢の方の多くは程度の差こそあれ、前立腺が肥大しています。症状は残尿感・頻尿などで、このような症状に対して当院ではフリバス・ミニプレスという薬剤を用いています。泌尿器の気になる症状がおありの場合はお気軽に御相談下さい。

GSC

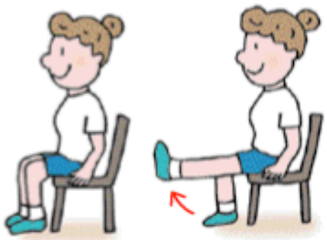
合田外科新聞

URL http://homepage3.nifty.com/GODA/index.htm

平成18年3月
第32号

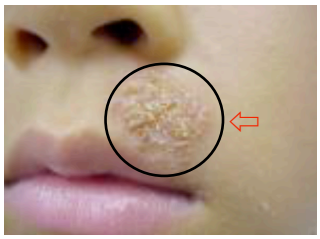
合田外科
TEL　0797-71-2132
FAX　0797-74-1430

最近の話題：介護保険制度改訂



介護保険制度が今年の４月から大幅に改訂されます。介護保険制度は平成１２年から開始され、現在では広く利用されるようになってきています。従来、高齢者の介護は家族によって行われてきましたが、負担の大きさの為に、社会で介護するという理念の基に介護保険制度が創設されました。このように介護保険制度は元々は家族で介護するには負担が大き過ぎる重度の方を対象とするものでしたが、制度が浸透するにつれ、軽度の方の利用が増加するようになってきました。例えば宝塚市では平成１７年末で、要支援・要介護１の軽度の方が５３％を占める様になっていますし、日本全国でも同様です。軽度の方の利用が増加した結果、介護保険の財源は非常に厳しくなり、今回の改訂が行われることになりました。すなわち今回の改訂は医療保険の場合と同じで「お金が足りなくなったので、何とかせねば！！」という発想で行われるのです。今回の改訂内容は宝塚市では具体的には以下のようになっています。①予防重視型システムへの転換：軽度な方を対象に筋肉トレーニングなどを行うことによって、重度にならないようにする。つまり重度になればなる程お金がかかるので、それを阻止しようということです。また軽度の方のサービスの利用を制限する可能性もあります。②新たなサービス体系の確立：宝塚市では大規模な特養や老健施設は、亀井町にできたものが最後となります。今後は定員が３０人未満の小さな施設や夜間対応型訪問介護施設などが整備される予定です。大きな施設ではお金がかかるので、できるだけ安く済ませようという訳です。③サービスの質の向上：介護事業者に介護サービス情報を公表させ、また事業者に規制をかける。介護保険事業は社会福祉協議会のような公共性が高い団体が行っているものから、どこの何ともしれない怪しげな業者が行っているものまで千差万別です。民間活力をいかす為に容易に事業ができるようになっているのですが、不適切な業者は排除しなければなりませんので、このこと自体は望ましいと思われます。医療にしても介護にしても財政問題が一番ネックになるのはやりきれませんが、これも制度の持続の為には仕方がないことなのでしょうか。

病気の知識：皮膚科編：⑤ ヘルペス



最近時々ヘルペスの方がいらっしゃいます。ヘルペスは単純疱疹ともいい、昔かかった水痘（水疱瘡）が治った後に体調が悪い場合などにでてきます。典型的には右図の⇦のように小さな水泡がたくさん密集して現れ、痛みを伴う場合もあります。図のように口の周辺にでることが多いですが、眼の周りや陰部にでることもあります。治療は症状が軽い場合には塗り薬だけで治まりますが、ある程度炎症が強い場合には飲み薬が必要になります。抵抗力が弱るとでてくるので、何度も続いて起こる場合には重大な病気が隠れている場合があり、注意が必要です。

医院よりのお知らせ

①平成１８年度宝塚市民検診に関して

平成１８年度の宝塚市民検診が４月より始まります。当院では宝塚市より委託を受けて、基本検診・大腸癌検診・肺癌検診・前立腺癌検診を行います。基本検診は血液検査・尿検査・心電図検査などによって生活習慣病（高血圧・高脂血症・糖尿病など）を見つけだそうというものです。また肺癌検診は胸部レントゲン検査、大腸癌検診は検便、前立腺癌検診は血液検査で各々の癌を早期に見つけようというものです。職場で検診がある方はともかく国民健康保険の方はこういった検診を受ける機会はあまりありませんので、ぜひとも検診を受け、病気の早期発見に役立てて下さい。国民健康保険の方には市から補助金がおりますので前立腺癌検診以外は無料で検診が受けられます。なお乳癌検診は今年度からレントゲン併用（マンモグラフィー検診）のみになり、特殊な機械が必要な為、当院では施行致しません。

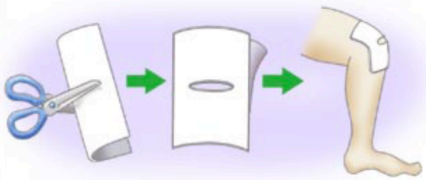
②インフルエンザ

この冬は記録的な寒さで雪の日も多く、大変でしたね。体調を崩された方も多かったのではないでしょうか？今シーズンはインフルエンザワクチンの予防接種をされる方が昨年よりも多く、また昨年とは違いワクチンも割合よく効いていたようで、当院ではあまりインフルエンザに罹った方はお見かけしませんでした。但しワクチンを接種されなかった方では、どかんと重症になられた方もちらほら見受けられましたので、やっぱりワクチンは早目にうっておくのが無難です。

③宝塚市長の件

宝塚市長のＫ・Ｗ氏の逮捕にはびっくりしましたね。私は宝塚市医師会理事として市長に陳情することがあり、他はともかくお金には潔癖だと思っていただけに残念です。次の市長には清廉であると同時に、Ｋ・Ｗ氏時代には軽視されていた高齢者や障害者などの社会的な弱者に対して十分に配慮をされる方を望みます。

薬の知識：⑭ 抗炎症薬（経皮用）



湿布や塗り薬などの経皮用抗炎症薬は当院でも非常によく使っています。これらの薬剤は腰・肩・膝などに痛みがある時に、また打撲などの外傷後に痛みを和らげる為に用いられます。よく勘違いされるのですが、こういった薬剤はあくまでも症状の緩和の為に使うのであり、湿布を貼ったからといって病気が治っていくという訳ではありません。但し、痛みは非常に辛いものですから、痛みが少しでも楽になるのなら効果があると言えます。当院ではボルタレンテープ・レイナノンテープ・ミルタックス・ゼポラス・ラクティオン（１）・ハリホット（１）・ナボールゲル（２）・セクターローション（３）・ハイシップ（４）を使用しています（１：温湿布、２：どろっとした塗り薬、３：さらっとした塗り薬、４：スプレー）。湿布などは大体２～３時間で成分が吸収されますので、あまり長い時間貼る必要はありません。皮膚のかぶれに気をつけて下さい。

GSC

合田外科新聞

URL http://homepage3.nifty.com/GODA/index.htm

平成18年5月
第33号

合田外科
TEL 0797-71-2132
FAX 0797-74-1430

最近の話題：メタボリックシンドローム

メタボリックシンドロームという言葉を耳にしたことはありませんか？高血圧や高脂血症（≒高コレステロール血症）、糖尿病などは心臓や脳などに大きな病気を引き起こす原因となり、生活習慣病と呼ばれているのはよく御存知のことと思います。最近、こういった生活習慣病は各々全く別個のものではなく、互いに関連しあっており、肥満ー特に内臓に脂肪が蓄積する内臓脂肪型肥満ーが原因であることが判ってきました。そこでこのような内臓脂肪型肥満によって様々な病気が起こり易くなった状態をメタボリックシンドロームと名付けたのです。肥満は脂肪のたまり方によって二つに分けられます。脂肪が下腹部やお尻の皮下にたまった皮下脂肪型肥満とお腹の内臓（特に小腸）の周りにたまった内臓脂肪型肥満の二つです。皮下脂肪型肥満は内臓脂肪型肥満と異なり病気にはあまり結びつかないとも言われています。事実、皮下脂肪型肥満の典型である相撲取りで極端に心臓発作や脳卒中が多い訳ではありません。但し、この二つの肥満は外見だけではなかなか見分けがつきません。輪切りのレントゲン検査であるＣＴ検査をすればはっきりと区別がつきますが、簡単にできる検査ではありません。そこでウエストサイズを用いて、男性では８５ｃｍ以上、女性では９０ｃｍ以上の場合に内臓脂肪型肥満（≒メタボリックシンドローム）の疑いとしています。メタボッリクシンドロームの方は何も極端な肥満という訳ではありません。ちょっと小太りで、少し血圧が高く、少しコレステロールが高めで、少し糖尿のけがある位の方が殆どです。一つ一つは大したことはないように思われますが、問題は一人の人に軽い異常でも色々なものが集まっていることで、大きな病気が起こる危険性は高くなります。ではいったいどうすればいいのでしょうか？答えは簡単です！！減量です！！とにかく肥満が原因なので、食事を工夫してカロリーを減らし、体を動かすことです。可能ならば禁煙もした方がいいでしょう。少し減量しただけで血圧・コレステロール・血糖値などは大幅に改善することがよくあります。さあ、ドキッとされた方は私（＝院長）と一緒に減量にチャレンジしてみませんか？

病気の知識：皮膚科編：⑥ 水虫（白癬症）

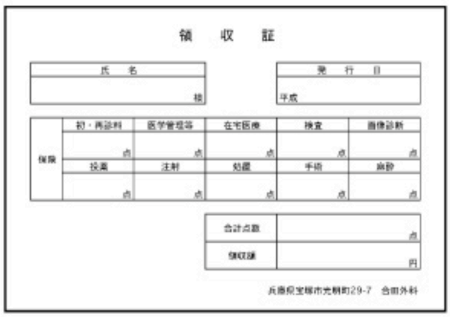
これからの季節、水虫に悩まされる方も多くなってくるのではないでしょうか？水虫は白癬菌というカビの一種によって引き起こされる感染症です。典型的なものでは足の指の間が白くジュクジュクとしてきます（写真上）。その他にも足の裏がガサガサになったり（写真下）ブツブツができたりするタイプもあり、正確な診断には顕微鏡での検査が必要です。水虫は足だけではなく手・頭部・股部・爪にできることもあります。大部分は塗り薬のクリームで対処できますが、爪の場合には長期間、薬を服用しなければならないこともあります。どうかな？と思ったらお気軽に御相談下さい

医院よりのお知らせ

①ダイエットに関して

左ページの「最近の話題」でメタボリックシンドロームに関して説明致しましたが、このような状態ではダイエットは極めて重要となります。昔から「腹八分に病なし。」と言われていますが、食べ過ぎ（≒肥満）が体に良くないことは知られていたようです。事実、ネズミの実験ですが、腹八分どころか腹六分にすると著しく寿命が伸びることが明らかとなっています。さてそれではいったいどのくらいが望ましい体重でしょうか？体重は身長によって大きく異なるので、一般にはＢＭＩ（体重ｋｇ÷身長ｍ÷身長ｍ）の値を用い、２２前後が理想的と言われています。これはＢＭＩ２２が一番健康で病気になりにくかったという研究に基づいています。つまり身長が１５０ｃｍで５０ｋｇ、１６０ｃｍで５６ｋｇ、１７０ｃｍで６４ｋｇが理想的となります。理想の体重にするのはなかなか困難ですが、メタボリックシンドロームでは少し体重が減っただけでもかなりの改善効果が見られますのであきらめずにがんばりましょう。もちろん体重が減れば骨格に対する負担も減るので腰痛や膝痛も軽くなっていきます。巷にはダイエット情報が溢れていますが楽してできるものではなく、摂取カロリーを減らすのが大原則です。これは人間の本能に逆らうことになるので難しいですが、食事の内容に気をつけ、食べ過ぎないようにするしかありません。運動で使用するカロリーは思った程ではなく、運動でやせる為には毎日何十キロとマラソンでもしない限りは不可能です。ともかく食べるのを減らしましょう！！

②領収証



４月より医療制度が改訂され、右のような領収証が必要となりました（６ヶ月の猶予あり）。当院でも現在発行できるように準備しておりますが、事務職員が手書きで作成しますので、どうしても時間がかかり、お待たせする時間が長くなることもあるかと思います。御来院の患者様には大変に御不便をおかけ致しますが、御容赦お願い致します。

薬の知識：⑮ ジェネリック医薬品

「ジェネリック」という言葉を聞いたことはありませんか？最近薬に関してよく使われている言葉です。ジェネリック（ｇｅｎｅｒｉｃ）とは「一般的な」という意味です。医薬品には多種多様なものがありますが、通常固有の名前がついています。例えば有名な「アスピリン」はバイエル社が付けた名前ですが、一般名は「アセチルサリチル酸」といいます。薬は開発に巨額の費用がかかりますので発売後数十年間は特許が認められ、価格は高値安定となります。しかし特許が切れると開発費が不要な分だけ他の会社が安く作れる様になり、同じ成分の安価な薬（後発品）が出現します。このような後発品は基本的に一般名で処方する為にジェネリック医薬品と呼ばれるのです。ジェネリック医薬品は特許が切れたものなので最新の薬ではありませんが、古くてもいい薬は多いので、当院では適正なものはジェネリック薬品を使用するようにしています。

GSC

合田外科新聞

URL http://homepage3.nifty.com/GODA/index.htm

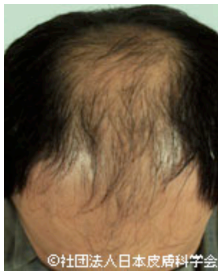
平成18年7月
第34号

合田外科
TEL　0797-71-2132
FAX　0797-74-1430

最近の話題：ＡＥＤ

ＡＥＤという言葉を耳にしたことはありませんか？最近、新聞やテレビなどでよく取り上げられているので御存知の方も大勢いらっしゃるかと思います。ＡＥＤはＡｕｔｏｍａｔｅｄ　Ｅｘｔｅｒｎａｌ　Ｄｅｆｉｂｒｉｌｌａｔｏｒの略で、日本語では自働体外式除細動器と訳されます。愛知万博でもＡＥＤのお陰で命が助かった方がいらっしゃいましたが、これは心臓に電気ショックを与える器械なのです。人が突然に亡くなる場合を突然死と言いますが、突然死の多くは心室細動という心臓の病気が原因で起こります。心臓はポンプのような働きをしており規則正しく収縮を繰り返すことによって血液を体中に送り出しています。ところが心筋梗塞などのいわゆる心臓発作によって、あるいは胸を強く打撲して起こる心臓震盪などによって、規則正しい心臓の動きが乱れ、心臓が単に震えて痙攣するだけで収縮しなくなることがあります。この状態を心室細動と言います。心室細動では心臓は完全に停止している訳ではありませんがポンプとして血液を送り出すことができません。そのままでは数分で死に至ります。このような時にＡＥＤで心臓に電気ショックを与えると（専門的には除細動と言います）心臓が再び規則正しく収縮を繰り返せるようになります（もちろん１００％成功する訳ではありませんが・・）。以前はこのような器械は医療関係者以外は扱えず、また特定の医療施設にしかありませんでしたので実際に町中で人が倒れても殆どどうすることもできませんでした。しかし高円宮がスポーツ中に突然死されたことを受け、一昨年に法律が改正され、一般市民でもＡＥＤが使用できるようになりました。現在、ＡＥＤは公共施設など多くの人が集まる場所を中心に配置が進められおり、宝塚市でも学校や市施設・救急車などに設置されつつあります。ＡＥＤの使用は難しくはありません。倒れている人の胸と腋にワッペンを貼って器械に繋ぎ、後は器械が自動的に心電図を解析して電気ショックが必要なら指示をしてくれます。指示に従ってボタンを押せば完了です。とはいえいきなり本番ではとまどうことも多いでしょうから、講習会が盛んに行われていますのでぜひ参加してみて下さい。

病気の知識：皮膚科編：⑦ 脱毛症



一口に脱毛症と言っても様々で、円形脱毛症の様に毛が脱落するものや毛は抜けないものの細く短い軟毛になる男性型脱毛症（右図）など多くの種類があります。特に気にされることが多いのは男性型脱毛症ですが、これは男性ホルモンが多い方に見られ、頭髪は薄くなりますがひげや胸毛は濃くなります。脱毛は自然現象であり「病気」ではありません。従来は発毛剤の使用や植毛等で対処するしかありませんでしたが、最近「プロペシア」という内服薬が発売されました。これは処方箋が必要な薬品で保険は効きませんが、御興味がおありの方は御相談下さい。

医院よりのお知らせ

①熱中症に御注意を！！

６月中旬から急に暑くなってきました。これから真夏にかけてどんどん暑くなっていきますが、この季節に注意しなければならないのが「熱中症」です。気温が高かったり、激しい運動などで体内でたくさんの熱が発生することが原因で起こります。症状は軽い場合には手足やお腹の筋肉に痛みを伴う痙攣が起こる程度ですが、ひどくなると目眩・頭痛・嘔吐などが起こったり、極端な場合には意識障害を起こして死亡することもあります。日本では熱中症は７月・８月の午後に多く発生しますが、日射しが強く気温が高い時はできるだけ戸外の活動は控えるようにしましょう。戸外での活動は日射しが弱く気温が低い朝夕だけとし、帽子やパラソルを使って直射日光を避けましょう。また汗をかくと水分だけではなく塩分も失われますので、薄い塩水で補うようにして下さい。こまめに休息をとって無理をしないことが肝心です。脱水が激しい場合には早目に点滴を受けるのも重要です。

②お盆休みのお知らせ

８月１４日（月）・１５日（火）の２日間、お盆にて夏期休診とさせて頂きます。御来院の皆様には御不便をおかけ致しますが、宜しく御了承お願い申し上げます。

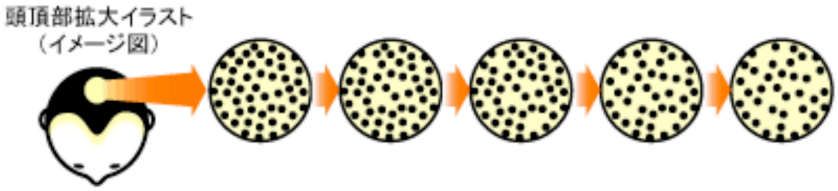
日	月	火	水	木	金	土
8/13	8/14	8/15	8/16	8/17	8/18	8/19
休診	休診	休診	診療	診療	診療	診療

③介護保険の認定いかがですか？

４月から介護保険の審査基準が変わり、従来より厳しく判定されるようになったようです。当院では主治医の意見書の作成を行っており、また私（＝院長）は介護保険の審査にも出向くなど介護保険制度に関わっています。何か介護保険に関して御質問があればお気軽にお尋ね下さい。

薬の知識：⑯ 経口男性型脱毛症治療薬

「病気の知識」のコーナーでふれましたが、最近、男性型脱毛症に対しての内服薬「プロペシア」が発売されました。男性型脱毛症は男性ホルモンによって脱毛が促進され（下図）ますが、この薬は男性ホルモンの働きを抑えることによって効果を発揮します。５０％以上の方で何らかの効果（脱毛の改善や進行の抑制）が見られると言われています。１日１回の内服を６ヶ月以上続けると効果が現れてきます。この薬は男性ホルモンの働きを抑制することから女性には効きませんし、またストレスが原因の円形脱毛症にも効果はありません。大きな副作用は報告されていませんが男性機能が減弱することはあるようです。保険は効きませんが御希望の方にはお取り寄せ致しますので御相談下さい。



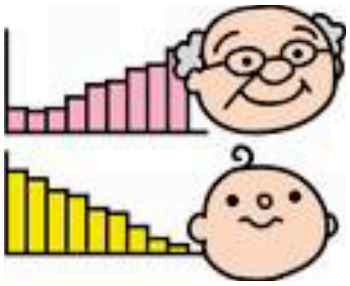
GSC

合田外科新聞

URL http://homepage3.nifty.com/GODA/index.htm

平成18年9月
第35号
合田外科
TEL 0797-71-2132
FAX 0797-74-1430

最近の話題：少子高齢化



日本の人口が昨年遂に減少しだしました。２００５年の日本人の出生数は１０６万７千人、死亡数は１０７万７千人で、差し引き１万人の自然減少となりました。今後も減少は続き、２０５０年には総人口１億人、２１００年には総人口６４００万人になると推定されています。このように人口が減少する最も大きな原因は出生数が減少していることです。１人の女性が生涯に産む子供の数は現在平均１．２人台で、父親と母親合わせて２人に対して子供が１．２人ですから、このままでは人口がどんどん減っていくことになります。生活水準が向上するにつれ出生数は減少する傾向があり、先進国だけではなく、最近では韓国・中国・タイ・ベトナムなどアジア各国でも平均出生数は２人を割っており、早晩人口が減少していくものと考えられます。出生数が減少する反面平均寿命は伸びていく傾向にありますから、どんどん社会が高齢化していくことになります。それでは社会が高齢化していくとどんな不都合があるのでしょうか？高齢化するということは働く人が減る、即ち労働人口が減るということですから経済に最も大きな影響が現れます。日本は現在世界でも有数の経済大国ですが、将来的には経済は衰退し、国際的な影響力も低下していくものと懸念されています。また国内においても現在と同程度の生活水準を維持するのは困難になるかもしれません。日本全国で道路などの社会資本を維持するのは難しくなるでしょうから、地方は段々と切り捨てられていくことでしょう。また世代間を越えた扶養システムである年金・医療などの社会保障制度が維持できるかどうかも心配です。ここ数年、年金・医療では大きな制度の変更があり、負担の増大や給付の削減が行われていますが、少子高齢化を見越した変更なのです。このような状態を根本的に解決するためには出生数を増やすしかありませんが、女性の社会進出による晩婚化、教育費負担の増大による少子化は一朝一夕にはどうにもできません。低出生率や人口減少を前提に高齢者・女性・若者など社会の支え手を増やす必要があると考えられます。また移民の受け入れも考える必要があるかもしれません。厳しい時代になりそうです。何とかがんばって乗り切りましょう。

病気の知識：泌尿器科編：① 膀胱炎

膀胱炎は膀胱の中に大腸菌などの細菌が入り、炎症が起こる病気です。症状としては排尿時の痛みや残尿感、また排尿の回数が増えることなどがあげられますが、ひどい場合には悪寒と共に高熱がでることもあります。男性に比べて尿道の短い女性で多く見られます。大概は一過性のものですが、繰り返す場合には大きな病気が潜んでいる場合があり注意が必要です。通常の膀胱炎は水分をしっかりとって尿の量を増やし、抗生物質を服用することによって１週間程でおさまります。ちょっとおかしいかなという場合には早めに受診して検尿で確かめましょう。

医院よりのお知らせ

①インフルエンザワクチン

まだまだ残暑の厳しい毎日とはいえ、一時期に比べると少し朝夕が過ごし易くなってきたようです。さて、当院では今年も例年どおりインフルエンザワクチンの接種を行ないます。昨シーズンはあまりインフルエンザの流行はみられませんでしたが、今シーズンはどうでしょう？高齢者の方でワクチンを接種されている方が年々増加していますので、ワクチンの効果であまり流行しないようになっているのかもしれません。毎シーズン時期が遅くなるとワクチンが不足気味になるので、特に６５歳以上の方、またインフルエンザに罹ると重症化し易い持病のある方は早めに受けるようにしましょう。１０月中旬より接種開始予定です。

＜インフルエンザワクチン接種料金＞

	お一人	お二人以上
65歳以上	1000円／人	1000円／人
13歳以上65歳未満	4000円／人	3000円／人
13歳未満	3000円／人	2000円／人

左表は宝塚市民の方の場合です。６０歳以上で特定の疾患のある方（身体障害１級等）は１０００円で接種可能な場合がありますので受付にお尋ね下さい。

②健康づくり講座

市の広報で御覧になった方もいらしゃるかと思いますが、宝塚市では毎年秋に健康づくり講座を開催しております。今年は９月２７日より全１０回にわたって開催されます。私（院長：合田潔）は１０月２５日の「骨折を防ごう（骨粗鬆症の話）」に司会及び相談医師として出務予定です。宝塚市医師会では兵庫県や宝塚市と共に、夏には健康大学講座を、また秋には健康づくり講座を開催し、市民の皆様の健康管理をサポートしております。ぜひとも御参加頂き、皆様の健康管理の一助にして頂ければ幸いです。

薬の知識：⑰ インフルエンザ関連薬剤（再掲載）

インフルエンザに関連した薬剤としては、まず予防の為のワクチンがあげられます。ワクチンはインフルエンザが流行する随分前に流行するであろうタイプを予測して製造されますので、予測が外れてあまり効かない場合もありますが、一般的にはワクチンによってインフルエンザや肺炎による高齢者の入院は３０～７０％減少すると言われています。また治療薬としては抗インフルエンザウイルス薬が用いられています。この薬剤はインフルエンザに罹ってから４８時間以内に使用すると大きな効果があり、早く治り、また重症化しにくくなります。予防の為にも使用できるようになっています（但し予防投与の場合は保険適応外です）。また診断の為の薬剤も開発され、受診したその場でインフルエンザかどうか判るようになっています。まずはワクチン接種で予防に努め、それでも罹ったかなという場合には早目に受診し、診断薬で確認して、インフルエンザの場合には抗インフルエンザウイルス薬を服用するというのが標準的な対処法です。