

令和4年7月1日発行
 発行所 あゆみクリニック
 〒344-0023
 埼玉県春日部市大枝400-4
 TEL 048-731-3283
<http://www.ayumi-clinic.com>



経済恐慌の不安と これからの感染症

ここ2年半の間、クリニック通信の話題は常に新型コロナウイルスの感染状況についてでした。5月の連休明けから感染状況が落ち着いてきて、私が見るところ、6〜8月までの3ヶ月位は大きな流行に見舞われる事なく、3年振りの旅行や余暇を楽しめる時期を迎えたと言えます。旅行会社も動き出し、県民割や都民割も発車して、これから余暇利用に拍車がかかってくると思います。

一方で、全世界を襲った新型コロナウイルス感染症は、世界のバランスを崩してしまい、共産主義国ロシアのウクライナ侵攻という大きな悲劇を生み出し、感染症による多くの死者だけでなく戦争による多くの死者まで生み出してしまいました。そして、これから、経済バランス、資源バランスの崩れた世界では、大恐慌の様相を呈して来る恐れがあります。

当面、私達の生活の中では、物価の上昇、円安に伴う海外旅行費の高騰でしょうか。海外旅行が高騰するのは嫌ですが、その反対に海外旅行者の流入によるインバウンドの恩恵で、日本経済が復興して行く可能性もあります。今後日本が国として生き残っていく為には、インバウンド消費に期待するところが多いですね。さらに、小麦の高騰に対しては日本で消費が滞っている米を利用した米粉パンの開発、消費や海外への輸出などが期待されます。グルテンフリーの米粉は小麦アレルギーの人に対して優しいですし、日本人の体質には小麦粉よりもずっと米の方が身体に優しいのです。特に日本のお米は美味しいですから、上質の米粉が出来上がりますし、農家の作ったお米が無駄にならずに済みます。また、給食などでも利用すると、給食費の節約にも繋がるのではと期待します。

大豆、とうもろこしなどの豆や農作物の自給率は戦後ほとんど低下していますが、世界状況が不安定な現代においては、なるべくエネルギーにして、農作物、家畜類にして自給率を上げていく欲しいという思いがあります。農林水産省でも、食料自給率を10〜20%向上させる事を目標設定しています。

R4年7月~9月の予定

7月							8月							9月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
					1	2		1	2	3	4	5	6					1	2	3
				7	8	9					11山の日	12	13					8	9	10
3	休診			休診			7	休日当番医	休診	休診	休診			4	休診			休診		
10	休診			休診			14	休診			休診			11	休診			休診		
17	休診	18月曜日		休診			21	休診			休診			18	休診	19月曜日		休診	23月曜日	24
24	休診			休診			28	休診						25	休診			休診		
31	休診																			

★7/18(月)海の日:休診
 ★8/7(日):休日当番医 9:00~17:00
 ★8/8(月)~8/10(水):夏季休診
 ★9/19(月)敬老の日:休診
 ★9/23(金)秋分の日:休診

- ・新型コロナウイルスの流行状況により、予告なく診療時間など変更になる場合がございます。ご迷惑をお掛け致しますが、予めご了承下さい。
- ・火曜日の午後は休診となります。(受付13:00まで)
- ・土曜日の午後は休診となります。(受付13:00まで)
- ・慢性疾患(高血圧・高脂血症・糖尿病・喘息など)の方は予約診療をお受けください。
- ・点滴を希望される方は受付終了1時間前までにお申し出ください。
- ・PCR検査の受付は15時までです。(火・土は12:30まで)

受付時間のご案内

●休診日：木・日曜日・祝日

受付時間	月	火	水	木	金	土	日
8:00~13:00	○	○	○	休診	○	○	休診
14:00~17:00	○	往診	○	二診制	○	休診	休診

★受付時間にご注意ください★
 以下の診察をご希望の方は受付終了時間にご注意下さい

- 糖尿病初診の方
- 舌下療法初診の方
- 点滴希望の方

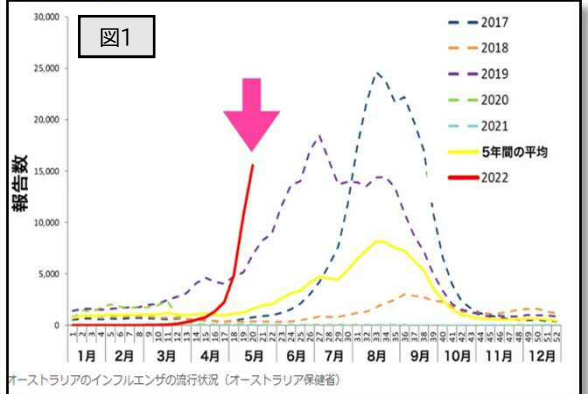
午前受付：12時まで 午後受付：16時まで
 糖尿病、舌下療法初診の方は指導等にお時間がかかりますので必ずこの時間までに受付をお済ませください

＜外来担当変更のお知らせ＞
 水曜日に2診制の時間帯ができます！

- 午前：2診制
- 午後：第2、第4

藤川 実古乃先生
 第1、第3、第5
 2診制
 (院長、実古乃先生)

今新型コロナウイルス感染症が落ち着いている中であって、冬を迎えている南半球のオーストラリアでは、インフルエンザの流行が5月から驚異的に高まっている(図1)のをみなさんはご存知ですか？南半球のオーストラリアでインフルエンザが流行すると、同じ年の北半球では、必ず同じ様な状況になるというのが、毎年の動向です。ここ3シーズンでインフルエンザの大きな流行が見られなかった理由は、

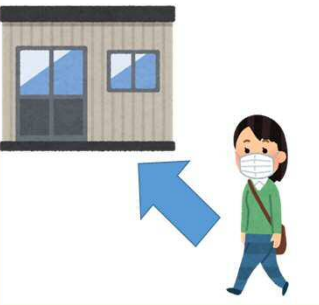


- ① 新型コロナウイルスで感染対策が徹底していた為、インフルエンザを始め他のウイルスにおいても特に大きな流行がなかった。
 - ② 海外との行き来がほぼ無かった為、海外からのウイルス輸入がなかった。
 - ③ シーズンを終えて今、オーストラリアでインフルエンザウイルスの大流行が始まった理由を考えてみると、
- ① 新型コロナウイルス対策が緩和され、病院などを除き屋内でもマスク着用義務の緩和が進んでいる。
- ② オーストラリアでは今年2月より海外からの入国制限が全面的に解除され、人々の動きが非常に活発になっている。
- ③ また、3年間流行がなかった間に、人々の中で、インフルエンザに対する免疫力が非常に低下した可能性が高い。
- という事も流行の要因となっていると考えられます。日本でも5月から水際対策が緩和され、入国者数が少しずつ引き上げられています。また、団体ツアー客を受け入れ始めて、今後ウイルス感染拡大の要因が少しずつ膨らんでいくでしょう。つまり、8〜9月あたりから、インフルエンザだけでなく、コロナウイルスの感染再拡大も懸念されています。
- 日本でのインフルエンザや新型コロナウイルスの感染拡大を防ぐ為には、
- ① 手洗い、うがい、マスクの使用などの感染対策
 - ② 10月から始まるインフルエンザワクチンの予防接種。特に重症化リスクの高い
 - ③ A・O歳未満の子の接種⑥60歳以上の高齢者⑦妊婦⑧基礎疾患のある人は必ずワクチン接種をして頂きたいです。
 - ④ 新型コロナウイルスワクチンも全員が3回目までは接種する様に、②の③④の人は4回目も必ず接種。3回目から5ヶ月以上経っている人はコロナ抗体があるか数値を確認して、2000未満の方は遅かれ早かれ接種をお勧めします。
- ここで、1つ注意して頂きたい事は、インフルエンザワクチンは10歳未満のお子さんにはワクチン接種してないと、重症化のリスクが高くインフルエンザ脳症になる確

あゆみクリニック PCR検査から診察までの流れ

予約・受付方法
インターネット (http://www.ayumi-clinic.com) かお電話にて必ずご予約の上ご来院ください。
受付は歩きや車にかかわらず、クリニックの裏口にて、入室せずにインターホンを押してお待ちください。

歩き・車（薬希望あり）でご来院の場合



プレハブ診察室にて検査
クリニックの隣に設置してあるプレハブ診察室にてPCR検査を実施します

検査結果のお知らせ
・症状があり、薬の必要な方（12時までの検査結果）
⇒ 当日
・症状の無い方
⇒ 18:30
・土曜日の検査結果
⇒ 翌日の風頃

その後の治療
PCRの結果で陰性の場合、2日以内（中1日）であれば通常の患者さんと同じように受付いたしますので診察券をお持ちになり、ご来院ください。

抗原検査キットを販売、配布しています！



★特定健診の「早得」
8/31までに特定健診を受診された方に受診者1名につき1セットプレゼント！！
★現在コロナワクチンを接種した方に接種者1名につき1セットお配りしています！
★購入をご希望の場合は、1セット¥1500（税込）にて販売中！

検査キット内容
・抗原キット、検体採取用スワブ、試薬
・取扱説明書、分かりやすい隔離期間解説文
★実際に医療現場で使用されている精度の高い新型コロナウイルス抗原検査キットです。

注意点
★抗体検査ではありません！コロナに感染しているかどうかを検査するキットです！検査の際は発熱など症状が強いている時にお使い下さい。症状が弱いと正確な判定が出ない場合があります。

コロナワクチン 予防接種カレンダー

■ = 接種予定日
モデルナと小児用ファイザーは予約無しで接種できます！大人用ファイザーのみ要予約です！！

7月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

8月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

9月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

10月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

★9月からは土日みの接種となります

■ 午前のみ（午後はインフルエンザ予防接種）

コロナワクチン予防接種会場案内図



スーパーバリュー
スーパーバリュー
P 24台
マンション
アパート
あゆみクリニック
床屋

ココ！
左折10m
クリニックから線路の方に直進後、スーパーのある十字路を左折してください。10m先にあるプレハブが接種会場となります。

直進

率がとても上昇するので、ここ3年間流行しなかったからと甘く見ず、**今年は必ず流行すると思ってワクチン接種**する事をお勧め致します。

また、年齢を問わず、コロナウイルスに感染したら、必ず**抗ウイルス薬を服用**する事をお勧め致します。ワクチン接種していてもかなり重症化するケースもありますので、18歳以上しか服用できませんが、**熱が高い人や倦怠感、咳、関節痛**などの症状が強い人は、症状の軽減にも繋がりますし、**合併症の予防や軽減**にも繋がります。**抗ウイルス薬を飲める人は、**

- ① 18歳以上の成人
- ② 60歳以上の高齢者
- ③ 基礎疾患のある人
- ④ ワクチン接種をしていない人
- ⑤ 喫煙者
- ⑥ 肥満者（BMI30以上の人）
- ⑦ 症状が強いので医師が危険と判断した人

です。また反対に、**18歳未満、妊婦、授乳婦は禁忌**（投与してはいけない）になっています。

当院のPCR検査機械は、COVID-19だけでなく、同時にインフルエンザAとインフルエンザBも検出の有無を確認できますので、この冬は発熱があれば、**コロナ**のか、**インフルエンザ**なのかきちんと判定されますので、治療までの時間が短くて済みます。抗ウイルス薬はより**早期に投薬**する事が肝心です。

また6月になって、世界的に「**サル痘**」の流行がWHOにより懸念されています。天然痘に似た病原体ですが、天然痘ワクチンが打たれなくなると久しいので重症化が心配です。しかしこれから詳細が明らかになっていくと思われませんが、**接触による感染**という話がありますので、コロナウイルスやインフルエンザの様に近くにいるだけでどんどん拡がっていく感染症ではないので、心掛けや注意により防げるもの様です。

6月より市の**特定健診**が始まっています。10月末までですので、早目の受診をお勧めします。8月末までの受診であれば「**新型コロナウイルス抗原検査キット**」をお配りしていますので是非ご利用下さい。この3年間、受診控えをしていた方は、**癌の腫瘍マーカー検査**などのオプションを是非チェックしてみてください。また当院で**ピロリ菌除菌**をした方が沢山いらっしゃると思いますが、除菌した後の**定期スクリーニング**が大切です。5年以上胃カメラをやっていない人は必ず受ける様にして下さい。また**ペプシノーゲン検査**という血液で胃の萎縮度（癌のなり易さ）をチェックする検査が**1630円**でできますので、ピロリ菌除菌した人は是非チェックして下さい。

秋になれば、インフルエンザワクチン接種などの冬支度が必要になりますし、新型コロナウイルスワクチンの4回目接種が必要になってきますので、夏は少しだけ羽を伸ばして過ぎた後は、気を引き締めて今年の冬支度に取り掛かって下さい。

あゆみクリニックで糖尿病模範患者として、小池一枝さんが表彰されました！！

小池一枝さんコメント
糖尿病になって20年、藤川先生にお世話になりここまで来ましたが、結果は良かったり悪かったりの状態で先生には申し訳なく思っております。2019年1月に思いがけない病気になり、19日間の入院生活をしました。おかげさまで退院後は元気にしておりますが、昨年6月に再び入院をして、不整脈の手術でペースメーカーを入れました。2度の入院で最近では元気がなく毎日が寂しいです。しかしよくよせずに前の様に元気になるまで糖尿病の結果も頑張りたいと思います。

小池 一枝

小池さんの優良模範会員受賞に寄せて
小池さんは、あゆみクリニックの糖尿病患者さんの友の会発足当時、近所に引っ越して来られました。内服薬を色々飲んでいるのに、HbA1Cが8.0%以下に下がらず眼底出血が進行して悩んでいました。2型糖尿病ですが、内因性インスリン（自分の体で分泌するインスリン）が枯渇していたので、インスリン注射を導入してからHbA1Cは6.2%前後にコントロールされ、それから20年以上ずっとすばらしいコントロールを続けています。時代の変遷と共に血糖自己測定の方法も変わり、指先から腕の持続スキャン血糖測定を使いこなし、インスリンも1日4回毎日欠かさず打ってコントロールされています。しかし、当初から眼底出血があっただけで分かった様に体中の血管が脆くなっている為、肺の病気、心臓の病気など大病を患い大きな手術もされています。開院当初よりあゆみクラブの歩く会には欠かさず参加され、食事会や行事には沢山お手伝いもして頂きました。20年という年月があっという間に過ぎてしまい、80歳を過ぎてピンピンされていて、まさに優良模範会員にふさわしい方です。当院で3人目の受賞者ですが、今後も当クリニックのあゆみクラブからさらに多くの会員の方が受賞されるのを楽しみにしております。小池さん、元気に長生きしましょう！

院長 藤川 万規子

