



☆予防接種のお知らせ☆

早めのワクチン接種で予防に努めましょう



◎インフルエンザワクチン

インフルエンザは予防が大切です。日ごろからの予防として、手洗い・うがいも大切ですが、インフルエンザワクチンの接種が一番の予防策と言われています。とくに抵抗力の弱い高齢者や乳幼児、持病のある方は注意が必要です。予防接種をすることで発病のリスクを下げること、感染した場合には重症化しないで軽く済むということが期待できます。

インフルエンザの流行は、11月から12月ごろに始まりピークは1月から3月になります。ワクチン接種後抗体ができるまで1~3週間、その後3~4カ月で抗体は徐々に減っていきます。流行前までに免疫をつけるには10月中旬から下旬に、ピークに合わせるならば11月中には接種を終えるのが良いでしょう。

当院では、10月1日（月）から開始予定です。

☆インフルエンザと風邪の違い☆

	インフルエンザ	風 邪
発症時期	冬季に流行	一年を通じて
発 熱	38℃~40℃の高熱	ないか、もしくは微熱
主な症状	全身倦怠感 食欲不振、関節痛	くしゃみ、のどの痛み、鼻水、鼻づまり
症状の進行	急激	緩やか
治療法	タミフルなどの抗ウイルス薬	対症療法(病気によって起きている症状を和らげたり、なくしたりする治療法)

◎高齢者肺炎球菌ワクチン

肺炎は、日本人の死因の上位を占めており、その9割以上が65歳以上の高齢者です。肺炎の原因はさまざまですが、最も多い原因菌は肺炎球菌によるものです。この肺炎球菌によって引き起こされるいろいろな病気（感染症）を予防する一つが肺炎球菌ワクチンの接種です。肺炎などの感染症を予防し、重症化を防ぐ効果が高くなります。また、インフルエンザによって肺炎になることも少なくないことから、インフルエンザワクチン・肺炎球菌ワクチン両方の予防接種を受けることで、より肺炎の予防効果があがります。「高齢者肺炎球菌ワクチン」は、予防接種法に基づき各自治体の実施する予防接種となっており、対象となる方は接種費用の助成が受けられます。助成方法等詳細は、下記担当課にお問い合わせ下さい。

鎌倉市 鎌倉市市民健康課 0467-61-3942 藤沢市 藤沢市健康増進課 0466-50-8430

インフルエンザワクチン・高齢者肺炎球菌ワクチンのことなど詳細については、
内科外来 0467-31-7603 にお尋ねください。医師とご相談のうえ、
接種の効果等を十分ご理解いただき、予防接種を受けることをお勧めします。



『防災の日』を機に…日ごろの備えと防災意識を再確認!!



毎年9月1日は『防災の日』です。すでに食料・飲料水の備蓄、家庭内での安否確認方法など、さまざまな災害対策を取られていていると思いますが、この日を機にいま一度、災害時の対策を見直してみてもいいのではないでしょうか。

そんな中、地震などの災害時でもスムーズに薬物治療を受けるためのツールとして『おくすり手帳』への関心が高まっているようです。薬の服用履歴やアレルギーの有無などを記録しておくこの手帳。2011年の東日本大震災でも重要な役割を果たし、その大切さが改めて認識されています。

おくすり手帳は、いわば薬の日記帳です。この記録があれば、万が一の時、医師や薬剤師はその人の症状や必要なお薬がわかります。災害はいつどこで起こるかわかりません。

また災害の混乱時にはかかりつけの病院にいけない可能性があるため普段からおくすり手帳を携帯しておくことも非常に重要です。何冊も手帳がある人は1冊にまとめておくともよいでしょう。



第36回 患者様と職員の文化祭

～開催期間：2018. 10. 21(日) から11. 24(土) 正午まで～

「入院・外来患者さんおよびご家族と職員とのコミュニケーションを図り、相互信頼を深めること」を目的とした『患者様と職員の文化祭』が、皆様のご協力のもと、今年で36回目を迎えることになりました。毎回、愛好家の方、地域住民の方、近隣の学生の方など多くの方々に、絵画・写真・手工芸・書などの作品を出品いただき厚くお礼申し上げます。今年は、10/21(日)から11/24(土)正午までの開催となります。



第35回 文化祭作品より

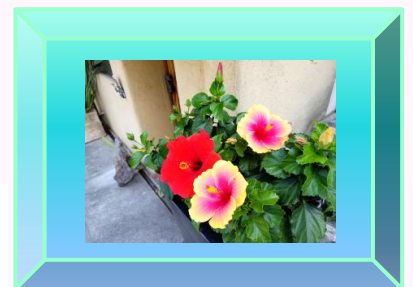
出品申込期間は、9/3(月)から10/1(月)までとなります。詳細につきましては、受付窓口にご案内ならびに出品申込書をご用意しております。なお、当院ホームページ (<http://www.suzuki-hp.ne.jp>) からご覧いただくことができます。

皆さまの多数のご参加を心よりお待ちしております。

☆行集後記☆

残暑お見舞い申し上げます。今年の夏は猛暑で大変でした。9月になっても暑い日が続いております。いかがお過ごしでしょうか。この時期は、カラダに脱水症状が多発します。こまめに水分や塩分補給をしてください。

さて今月号のお知らせ『患者様と職員の合同文化祭』が36回目を迎えます。ぜひ、皆さまもご参加し盛り上げてく脱水さい。9月3日より出品申し込み受付中です。



医療法人 社団 南浜会 鈴木病院
〒248-0033 鎌倉市腰越一丁目1番1号

TEL 0467-31-7651
<http://www.suzuki-hp.ne.jp>

