

6 月号

今年も夏がやってきましたね。夏と言えば水遊び、プールの季節です。

お子さんをお持ちの方は経験があるかもしれませんが、プールに入る事でかきやすくなる病気があります。みんなですぐにプールでなぜ、病気になるいやすくなってしまうのでしょうか？

プールはたくさんの方が利用します。公共プールの水は消毒されており、大量の水ですので、細菌やウイルスはほとんどいないのですが、ヒート板やタオルの共有、直接接触などが感染の原因になる可能性が高いです。また、水そのものが影響する病気もあります。



溺水

溺れる事です。予防方法は監視をしつかりすること。体調万全にしておくこと。前日の深酒は絶対にやめましょう。もし、溺れている人を発見した場合、はすぐに救助を呼びます。そして、救命措置を行います。最初は呼吸ができていても、次第に息ができなくなってくることもありますので、救急車を必ず呼ぶようにしてください。

咽頭結膜熱（プール熱）

アデノウイルスによる感染症です。その名の通り、咽頭炎、結膜炎、発熱が主症状です。たくさん目の目やにや目の充血が生じ、喉の痛み、発熱していたら典型的ですが、症状がすべてそろわないものもあります。熱の期間は1〜5日程度。咳、鼻水を伴う事もあります。治療法は特になく、解熱鎮痛剤で自然に治るまで様子をみます。症状がある間はプールはもちろんの事、登校はできません。

水いぼ

伝染性軟属種ウイルスによる皮膚の感染症です。体の表面にプチプチとした発疹があちこちにできます。皮膚科医はとりましようと言う事が多いですが、小児科医は感染性は低く、自然に治る病気で重症になることもほとんどない

いからそのままにしましょう。
説明することが多い印象です。
ブルを制限する必要はありませんが、タオルの共有や直接接触はさけるようにしましょう。

外耳道炎

外耳道に細菌が繁殖して炎症が起きる病気です。症状は耳の痛みで、耳をひっぱった時に痛むのが特徴です。原因は耳に水が入って出て来なかったときに生じやすいです。治療法は抗菌薬の点耳を行います。予防法は耳あかがあると外耳道に水がたまりやすくなるので、耳掃除をしておくことをおすすめします。

正しく病気を知って、楽しく
プールで遊びましょう。

スタッフ紹介



吉田昌子
事務スタッフ

הגות

二月から受付としてお世話になっております。今まではまだ大丈夫と思ひ健康の事を考えていましせんでしたが、こちらに来るようになり少し考えるようになりました。

患者様の声

一、出勤は電車に乗らず、なるべくウォーキングをする。行きは家から駅までの15分、帰りは家まで30分歩いて通っています。歩数としては5000歩ぐらいです。

二、一年前から続けているヨガを継続する。40歳〜70歳の幅広い年齢の方々と無理せず筋肉の弛緩と緊張を繰り返しながら筋力アップをしています。猫（犬ではありません）の散歩の時もながらヨガをしています。健康に気をつけながら頑張りたいと思います。よろしくお願いします。

毎日の様にデジビくはきく病
 氣の家度の医学にいらゝ放逐
 されていゝのとも興味と
 持て見たりありまゝ
 近年は草芥をけりし事か
 らきとなり問診もしなく
 づはいつたふなりたか
 ぬは始めは倒れし事と
 思ひたがてふか年輩と
 年の変化あるのしそれ
 たりたに能くはなりまし
 地或医療とめされてあら
 けり

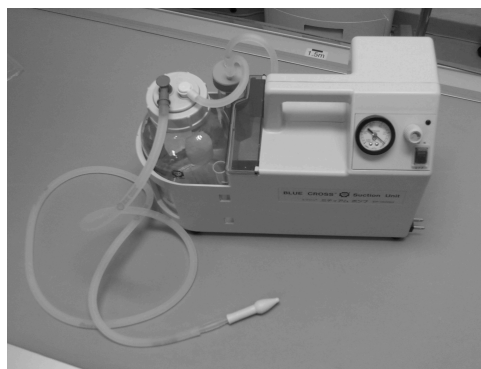
前、院長先生に長い間
あせ話になりました。
また、これから
小坂家庭医療クリニックと
なり、息子さんに
診察していただくことを
うれしく思います。

励みになる、お便りありがとうございます。これからも日々改善を重ね、皆様がよりいやされ、元気になれるよう努力して参ります。

受付にはがきをご用意しておりますので、是非、皆様のお声をお聞かせください。

お鼻吸い、耳あかとりが当院でもできる ようになりました

今まで、お鼻吸い（鼻汁吸引）と耳あかとり（耳垢除去）は耳鼻科にお願いしていましたが、単純なものなら当院でも可能になりました。赤ちゃんの鼻水がたくさん出て苦しそうなときや耳がガサガサするときなど、お気軽にご相談ください。



「安心！お家で医療」 ～訪問診療の～案内～

お体が不自由になってきて、この先もお薬など治療が必要だけれども一人では通院が大変になってきている方はいらっしゃいませんか？

私たち、こさか家庭医療クリニックはどんなお病気、症状の方でももちろんがんを患い最後を住み慣れたご自宅で迎えたいという方もご自宅での診療を行います。もし専門的治療が必要な場合で患者様やそのご家族さまのご希望であれば適切な医療機関へ紹介いたします。

よく知らない診療所にしかも「家庭医療」というあまり聞き慣れないところに大切なご家族や患者さんを紹介してより悪くなってしまうのは嫌だとお考えでしょうか？そうした強い責任感をもっておられる方こそ、当院に一度、ご相談ください。どんなご相談でも喜んでお受けいたします。診察時間内に直接来院されても構いませんし、お電話での相談も歓迎いたします。そのときに診療方針やどんなケアが可能なのかをご確認することができます。あるいは訪問診療（定期的にご自宅へお伺いして診察すること）をしたいが周囲が理解してもらえない場合は、ご相談いただければ、話し合いの場を提供いたします。

もし、周りで通院に困っている方やそのご家族の方がいらっしやいましたら皆さんにお知らせください。そしてもしこれを読まれている訪問看護ステーションの方や医療機関の方がいらっしやいましたら、患者様をご紹介いただきましたら定期的にカンファレンスを行って、より質の高い安心できる医療を提供していきたいと考えております。お気軽にご相談ください。

うす毛・発毛（AGA）外来の～案内 医者を使って、自信を取り戻せ！

働き盛りの男性の皆様、毎日のお仕事おつかれさまです。エネルギーにあふれるその姿は男らしさの象徴ですね。そんな中、こんなことで自信を失ったりしていませんか・・・？

例えば、最近、抜け毛が多いとか、髪の毛が薄くなってきたとか・・・。でも、こういった症状は1日1回お薬を使い続けるだけで、解決できるかもしれません！

副作用は大丈夫なの？

お薬を使用するので副作用は心配です。今まで薬なんか定期的に飲んだことなんてほとんどないという方もいらっしやると思えます。確かに副作用のないお薬はありません。使用するフィナステリドという薬の主な副作用としては性欲減退や勃起不全、人によっては肝機能障害などです。ですので、医師とともに効果がでていのか？副作用はでないのか、やめるべきか続けるべきか？を一緒に相談しながら判断していきましょう。

本当に効果あるの？

研究結果では6～12ヶ月でミノキシジル（市販で買える発毛剤：商品名リアップ、ロゲインなど）とフィナステリドを一緒に使用した場合、半年～1年で約9%髪の毛が増え、4年後には24%の髪の毛の増量がみられました。

受付で言うのが恥ずかしい

せっかく勇気を振り絞って来られたのに、受付で薄毛外来と伝えるのに恥ずかしかったり、自信をもつとなくしてしまったりしてしまいませんか？受付で「今日はどうされましたか？」と聞かれても正直に話す必要はありません。そのようにお伺いする他ないので、当院でもそのようにさせていただいていますが、「風邪」なり「調子が悪い」なりなんでも適当におっしゃっていただいて、問診票に「AGA外来」と記入して頂けると幸いです。

私たちはあなたにどうか自信を取り戻してほしいのです。そして、より活発に、より社会に、より家族に貢献され、もっと明るい社会を作ってほしいと考えています。

※AGA外来は自費診療になります。

たくさんのお薬を飲んでいて、減らしたいと考えている ご友人の方はいらっしゃいませんか？

もしかしたら、お薬を減らすことができるかもしれません。

まずはお電話を

こさか家庭医療クリニック

電話 078-591-8070

ホームページ <http://kosaka-katei.com/>

北鈴蘭台駅前 コープ北側テナント

こさか家庭医療

検索