



【あおぞら】

Vol.1 2021.3月

篠崎内科クリニック

<はじめに>: スギ花粉が元気よく飛び回っている今日この頃ですが、皆様いかがお過ごしでしょうか。この度、目まぐるしく状況が変化し色々なニュースが錯綜する時代にきちんとした情報を届ける必要があると考え、当院独自の情報誌「あおぞら」を発行することといたしました。これから定期的に提供して参りますので、よろしくお願い致します。

<お知らせ>: 当院では丁寧な診察することをモットーとしておりますが、現在の診療体制ではお待たせする時間があるかと思えます。そこで、お急ぎの方や、とりあえず検査のみ受けてほしい患者さんの希望も考慮して、受診形態を「通常診察」「薬のみ」「検査のみ」の3種類設けることと致しました。原則として「薬のみ・検査のみ」の患者さんは「体調に変化が無く、医療相談が無い方」を対象と致します。これらを希望される方は診察に時間を要さないため、「通常診察」の合間に入れさせて頂きます。そのため来院の順番通りとはならないこともあります。どうぞご了承ください。なお、「薬のみ」は2回連続までとさせて頂きます。

また、3月より受付2名、看護師1名が新たにスタッフとして加わりました。皆とてもやさしい心と熱意にあふれております。まだまだ不慣れな面がありご迷惑をお掛けするかもしれませんが、暖かい目で見守って頂けると幸いです。スタッフの増員に伴い4月をめぐりに「医療クラーク」を導入したいと考えております。診察室に1名カルテ記入の補助として入りますのでご了承ください。

<コロナワクチンについて>: コロナワクチンについて不安を抱えている方は非常に多いと思えます。日々のニュースで「何人にアナフィラキシーが出た」「脳出血を起こした人がいる」といった情報を目にすると不安に思うのは当然だと思います。しかし、3/15現在で熊本県では500人にひとりが新型コロナウイルスに感染しております。ワクチンで副作用が出るよりもかなり高確率で感染してしまう計算です。基礎疾患をお持ちの方から受けた方がいいのかとの質問を頂きますが、基礎疾患をお持ちだからこそコロナで重症化しやすいため受けることをお勧めしております。

まとめると、「コロナで重症化する確率」>>>「ワクチンで重症化する確率」となっております。ただし、これは確率の問題でありワクチンは任意接種ですので、あとは皆様のご判断で良いかと思えます。十分に納得して決断してください。

<Youtube で各疾患の解説動画を配信しております>:

昨年11月よりYoutubeに様々な疾患に関する解説動画を投稿しております。このチャンネルは「知る事で健康寿命を延ばす」をコンセプトに、そのヒントとなる知識を詰め込んでおります。このような動画を作ろうと思ったきっかけは、日々の診療で患者さんに詳しく説明する時間がなかなか取れないことと、当院のコンセプトである「死ぬまで元気」を目指すためには若い頃にきちんと病気と向き合う必要がありますが、若い方ほど放置しがちであるためです。高血圧や糖尿病などの慢性疾患は、「若いから大丈夫」という言葉は通用しません。若い頃に発症した場合は、そのまま放置すると若い頃に合併症を起こして、若いのに寝たきりになる可能性があります。そのため、特に40~60代の方に見て頂きたいと思っております。

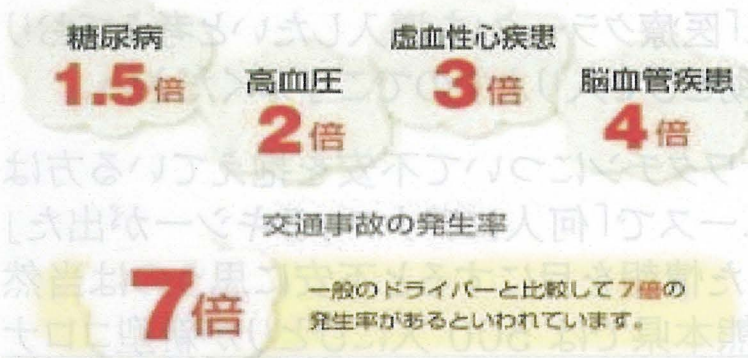
これまで「死ぬまで元気を目指して」に始まり、「認知症予防」、「骨粗鬆症」、「動脈硬化」、「当院の感染対策」についての動画を投稿しております。月に1回、一つのテーマについて数本の動画を投稿予定です。専門的な内容はほとんどありませんので、ぜひ見て学んでいただければとても嬉しく思います。

ちなみに営利目的・宣伝目的ではありませんので、Youtube上では匿名（「しのクリ」名義）で動画投稿をしております。

今月は「睡眠時無呼吸症候群(SAS)」について解説しています。SASは日中の眠気・倦怠感の症状を起こす他、動脈硬化を進行させることで下記のような動脈硬化性疾患を高率に合併します。

【↓睡眠時無呼吸症候群の合併症の一例】

【しのクリチャンネル】



【睡眠時無呼吸の動画】



①症状



②合併症



③診断



④治療