



【あおぞら】

Vol.6 2021.9 月

篠崎内科クリニック

<今月のトピックス>：季節外れの大雨が続き、全国で土砂災害等が起こ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。被害者の方々におかれましては心よりお悔やみ申し上げます。新型コロナに関して第5波はまだまだ収束の気配を見せず連日記録を更新しております。県内でも 8/22 現在で165人にひとりが感染している状況です。しかし感染者の多くはワクチン未接種の若い方で、ワクチン2回接種後の方は感染しても重症化がかなり防げています。ただしデルタ株は小児にも感染力が強いため小さなお子様がいらっしゃる家庭はこれまで同様十分にお気をつけください。

ワクチンは現在12歳以上が対象となっておりますが、宇城市ではようやく10代にも順番が回ってきております。8/22 時点で日本では 4800 万人の方がワクチン2回接種済みとなっております。世界的にもデルタ株は感染者数を増やしておりますが、海外ではワクチン接種が進んでおり、「入院患者の 97%、死亡者の 99.5%がワクチン未接種者」であることより、感染を防ぐ事よりも経済を活性化する方に舵を切っております。ワクチンだけでは完全に収束させるには不十分なようですが、日本でも内服の治療薬が開発途中であり実用化されればようやくインフルエンザと同様の扱いになるのではないかと考えております。

当院も一般外来だけでなく、発熱外来やワクチン接種にも尽力しております。明るい未来に向けてこれからも共に歩んでいけたら幸いです。

<オンライン診療について>：8/10 よりオンライン診療が可能になりました。

オンライン診療は前回も説明しましたが、**一番のメリットは時間が節約できること**です。通院・診察待ち・会計待ちの時間がありません。また、来院しないため感染のリスクを減らすことができます。

デメリットは検査や身体診察ができないことです。しかし、オンライン診療の**数日前に血液検査のみ済ませておく**ことで、オンラインの際に血液検査の結果を踏まえて診察を行うことができます。血液検査のみであれば混雑時を除き、短時間で終わります。ただし、日を改めて診察になる事で検査のみの日にも再診料(3割負担で390円)が必要となります。オンライン診療で待ち時間を短縮したいが検査もしたいという方は、このような診察手段も可能となりますのでご参考になれば幸いです。

また、今後はウェアラブルデバイスの進化によって時計で血圧や酸素濃度、血糖等が測れるようになる未来がすぐそこまで迫っています。そうなればオンライン診療のデメリットがもう少し改善されるのではないかと思います。

<休診日のお知らせ> :当番医の代休として 10/19(火)、1/18(火)を休診とさせていただきます。また、10/16(土)は院長不在のため休診とさせていただきます。皆様にはご迷惑をお掛けしますがよろしくお願い致します。

<当院で可能な検査紹介> :今回は**睡眠時無呼吸症候群(SAS)**の検査について紹介させていただきます。SASは**睡眠中に呼吸が止まる、または低呼吸となる病気**で、**潜在的には多くの患者さんがいる**と言われております。院長も軽度ではあります。SASと診断されております。SASは深い睡眠に入る時に息が止まるため熟眠できなくなり、**日中の眠気・倦怠感・居眠り運転や集中力の低下、起床時の頭痛**などを起こします。また、酸欠状態を繰り返すため**心臓や血管にダメージが蓄積**し、心不全や脳梗塞などのリスクが高くなり非常に危険です。

しかし、検査が簡便でないため多くの方は気付かれずに重症化してしまいます。以前友人が34歳で心不全になり命を落としかけた事がありました。**検査は自宅で機械を着けて寝るだけ**です。装着時の違和感はそれほど強くありません。**肥満がある方、アゴが小さい方(痩せてるけど二重あご)、いびきが大きい方、上記の症状がある方は要注意**です。当院で検査可能ですので気になる方はお声掛けください。

【検査】



【治療】
(CPAP)



<今月の動画> :今回は「**炎症**」について説明させて頂いております。**炎症は非常に多くの病気で起こる現象**であり、我々も病気の説明の中で一番多用する単語のひとつです。**風邪も肺炎もリウマチもケガでも炎症が起こりますが、体内でどのような事が起こっているかイメージできていますか?**「炎症」についての理解が深まれば**医師や看護師の説明がより深く理解**できることは間違いありません。医療者の中には患者さんが炎症ぐらい知っているだろうと思って話す方もいますし、**これからの人生でも数えきれないほど「炎症」に関わると**思います。これを機に学んで頂けると必ず役に立つと思いますので是非ご覧ください。

【炎症のメカニズム①】

【しのクリチャンネル】

