



【あおぞら】

Vol.2023.12月



篠崎内科クリニック

次回休診日(年末休暇)

12月29日午後～1月3日

お間違えのないようお願い致します

<休診日のお知らせ>:その他現在決まっている休診日の日程です。

2024年1月23日(火) (1月21日 当番医の代休)

<今月のトピックス>: 秋を感じる間もなく急に冬模様となった感じですが、皆様体調管理はできていますでしょうか。前はインフルエンザにかかってしまったことを報告したばかりでしたが、今回は11月上旬に新型コロナにかかってしまい、立て続けにご迷惑をおかけしたこと心よりお詫びいたします。恐らくしばらくはインフルエンザにもコロナにもかからないと思いますので一層精進して参りたいと思います。

2023年は「医療Dx元年」と言われているのはご存じでしょうか?Dx化とは簡単に言ってしまうとデジタル技術を利用して業務を効率化する事ですが、今年4月からはマイナンバーカードを使用したオンライン資格確認の導入が各医療機関で義務化されました。来年度は電子処方箋の導入も義務化されるようです。そのような状況で当院は診察に集中できる環境を作るため以前よりWeb予約やオンライン診療、キャッシュレス決済、電子カルテのマルチモニターシステム等様々なシステムを取り入れております。そして今月のトピックスですが、クリニックの**公式LINE**を開設いたしました。公式LINEの何が便利かと申しますと、予約やAI問診・事前問診、ホームページ・Youtubeの閲覧など、便利な機能をギュッとまとめているという事です。また、今後はここにQRコード化したデジタル診察券を入れることで これまでの紙の診察券を極力廃止していこうとも考えております。 そうすれば**診察券を忘れることもありませんし、簡単に受付できるようになるため業務効率化で待ち時間の短縮にもつながる**かと思っております。また、当院から「インフルエンザワクチン開始しました」「ワクチンのキャンセルが出ました」「忘れ物がありました」などのお知らせも時期に合わせて発信していこ



うかと思っておりますのでぜひご登録ください。右の QR コード、もしくは友だち検索で「@430mqgj」と入力し、友だち追加をお願いします。

ホーム画面・トーク画面は右のようになっております。メニューボタンを押すと各々のページにジャンプします。

少し AI 問診について説明いたします。

AI 問診とは、**具合が悪いときに症状を入力すると可能性が高い疾患を 10 個提示してくれて、受診をすべきかどうかも教えてくれる非常に優れたシステム**です。稀な病気や気付きにくい病気も AI 問診が教えてくれることもありますので、**誤診を防ぐ効果**も期待できます。以前より当院ホームページに載せておりましたが、ややわかりづらかったかと思えます。

AI 問診を済ませておくと、その情報は当院で閲覧できますので、診察から治療までの流れが非常にスムーズになります。よろしければ受診前に AI 問診をしておくことをお勧めいたします。

また、現在の Web 予約システムにも事前問診がありますので、体調に変化があっても無くてもそこに記載して頂けると診察までの時間が削減できますので是非ご活用ください。

今年は例年と違いインフルエンザの流行がすでに始まっております。今までインフルエンザは 12 月末から 3 月に大流行するのが常でしたが、新型コロナの影響がこのようなところにも及んでおります。社会情勢を一変させたコロナですが、これからも負けずに頑張ってくださいませ♪

<Ns 通信:命の危機！温度差による血圧変動でのヒートショック(°Δ°)>

ヒートショックとは**急激な温度変化により体が受ける影響のこと**で、暖かい今から冷たい浴室・脱衣室、トイレなど、温度差の大きいところへ移動すると、身体が温度変化に晒されて、血圧が急変し、脳卒中や心筋梗塞などを引き起こします。

高齢者、高血圧・糖尿病などの動脈硬化の基盤がある人、肥満や睡眠時無呼吸症候群、不整脈のある人は影響を受けやすいそうです。

ヒートショックを防ぐには、①入浴前に脱衣室・浴室を暖める(お湯を張る時、シャワーから給湯するとシャワーの上記で浴室の温度が上がります)、②お風呂の温度は 41 度以下、湯につかる時間は 10 分以内を目安に、③浴槽から急に立ち上がらないようにしましょう、④食後すぐの入浴、飲酒後、医薬品服用後の入浴は避けましょう、⑤入浴前に同居人に一声掛けて意識してもらいましょう。

ヒートショックは 10 度以上の温度差がある場合に特にリスクが高まりますゴ



ミ捨て等ちょっとした外出をする時でも薄手の服装は避け、コートなど羽織ってしっかり防寒対策をしましょう！！