



## 篠崎内科クリニック

### 次回休診日

# 7月13日(土)～16日(火)

## お間違えのないようお願い致します

**<休診日のお知らせ>**：現在決まっている休診日の日程です。

8月19日(月)・20日(火) ※お盆休み(8月13～15日は通常通り診療)

10月18日(金) ※10月17日(木)は午後も診療いたします

10月22日(火) (10月20日 当番医の代休)

12月20日(金) ※12月19日(木)は午後も診療いたします

2025年1月14日(火) (1月12日 当番医の代休)

**<今月のトピックス>**：先月は夏日になることもある暑い4月でしたが体調崩さず過ごせましたでしょうか。今月のトピックスとしましては、先月号でもお伝えしましたが、まずは**診療報酬(診察料)改定**に関して金銭に関わるデリケートな事ですので 再度周知させていただきます。

まずは当院へも多くの方がいらっしゃっておりますが、**糖尿病・高血圧・脂質異常症(高脂血症)の方の診察料が変更となります**。現在の状況や目標が書かれた療養計画書という書類が発生し、そちらにサインをして頂く必要もあります。また、当院では従来通り従量課金制(検査をした分だけ料金が加算される)のままに対応しようと思っておりますが、病院によっては基本の診察料は高くなりますが、その中に検査費用が含まれる方で請求される場合もあると思っております。その他、現在の物価高を反映してスタッフの基本給を上げた医療機関に適応される「外来ベースアップ評価料」や、電子化を進めている医療機関に適応される「医療DX推進体制整備加算」などがあります。要するにこれまでクリニックと病院の違いはあれ、どの医療機関にかかっても基本的な診察料は同じでしたが、今後は国が定める基準を満たしている・満たしていないで病院によって診察料が変わって参ります。6月からは負担額が数十円～数百円これまでと異なる可能性があります。ご



理解ご協力のほどよろしくお願いいたします。

さて、最近の感染症の状況ですが、インフルエンザ・感染性胃腸炎（嘔吐下痢症）に関してはほとんど収束いたしました。当院でも4月の途中からインフルエンザが陽性になった方はいらっしゃいません。新型コロナもかなり少なくなりましたが、まだ時々陽性になる方はいらっしゃいます。ただし、これまでの経過からこのまま来冬まで流行が無いとは考えにくく、今夏ももし昨年同様の経過をたどるとすると **8月ごろに再度流行する可能性は十分にあるかと考えます**。4年前と比べると集団免疫も形成され、ワクチンや治療薬も開発されたためさほど怖い病気ではなくなっておりますが、高齢者やステロイド内服中の方など**免疫力が低下している方は今でも重症化する可能性があります**し、治療薬に対する補助が無くなり3割負担で3万円もかかるようになっております。アルコールによる手指消毒は全ての感染症予防になりますので、今後も十分な感染症対策は継続して参りましょう。

ちなみに今更ですが皆さん正しい手指消毒の仕方はご存じでしょうか？念のためここで紹介させていただきます。コツとしましては

- ①手にしっかり適量を取り、揮発するまで15秒以上こすり合わせる！
- ②塗り残しがないようにまんべんなく塗広げることを意識！

**アルコール消毒は一定以上の濃度が無いと殺菌作用が期待できません**。よくトイレにアルコール消毒を置いてあるのを見掛けますが、流水で手を洗った後に手を乾燥させずに消毒を使用しても濃度が薄くなりほとんど役に立ちません。十分に水を拭きとってから 使用するようにしてください。また、もちろんアルコールがかかっていない場所は殺菌できませんので、多めの消毒液をまんべんなく手に塗広げるようにしてください。



## <Ns 通信:災害時の避難生活で気を付ける足の疾患と予防法!!>

熊本地震からはや8年が経ちました。最近また各地で地震が多く発生しています。いざという時の為に対応を考えておく必要があります。今回は**フットケア**についてまとめました！災害時だけに限らず長時間座ったままでいたり、動かないでいたりすると気を付けてほしいのが**深部静脈血栓症**です。足から心臓へと血液を戻す血管である静脈に血の塊（血栓）ができてしまう病気で重症化しやすく、死に至る危険性もあります。血栓を作らないためには血流が悪くなるのを防ぐことが重要です。予防法として座ってできる足の運動があります。

- ①座っている時も足のつま先や足首を動かす！

② 足先から膝に向かってさすり上げるようにマッサージする！

③ 太ももを交互にあげる！

④ 膝を伸ばす！

などがあります。後は足を清潔に保ち足病変を防ぐ事も大切です。

災害や地震はいつ起こるか分かりませんので少しでも覚えておいていただけたらと思います。ぜひ時間がある時にやってみてください☆彡