



内科・胃腸科・呼吸器科・放射線科

# ゆとりが丘クリニック 便り

〒020-0638 岩手県滝沢市土沢541番地

TEL 019-699-1122 / FAX 019-699-1121

平成28年11月29日(2016) 第0042号

## 『ゆでたまご』

院長メモ



滝沢のはずれ、自衛隊駐屯地にほど近い一見バラックにも見える長屋住宅のほぼまん中に私の向かう患家がある。トタンで打ち付けられた引きドアの表に、ぶら下げられたボール紙が風ではためいていた。降り始めた雪の中近づいていく

と、何やら黒いマジックで文字が書かれている。**先生ここです**

昼下がりにしては暗い部屋に入ると、隣家とは幾層かのベニヤ板で隔されているだけのようで、壁四隅は少々ゆがみ、窓際からは北風が容赦なく部屋に吹き込んできた。

『調子どうですか？』私の問いかけに40才を過ぎたばかりの独身一人暮らしの男性のSさんは、癌末期特有の痩せこけた躰で答えた。『まあ、なんとか。先生、外は寒かったべ。まず、ゆでたまご食べてけろ。』と私に何かを差し出した。部屋の暗さに目が慣れてくると、フチが欠けて使い込んで黒ずんだごはん茶碗の底に、冷えきってやや色の変わったゆでたまごが一個ころがっていた。

私はそれをほぼばりながら、あれこれと診察を始めた。無理してコートは脱いだもののビニール敷の床が冷たすぎて靴下の裏がかじかんだ。『春まで病院にもどろうか？』という私の問いかけに『おれ、ここでいいよ。』とSさんは笑いながら答えた。

ストーブの火の始末を注意し、ゆでたまごの礼を言って帰ったが、なぜか心の奥まで冷え込んだような気がした。

結局これが最初で最後の往診となり、数日後、午後の多少明るい陽差しの入りこんだその部屋で、私は死亡診断書を書いた。『先生が、おれのゆでたまご食べてくれてうれしかった。』と言っていたと、あとで看取りをした訪問看護師から聞いた。

### 12月休診日・診療時間のお知らせ

- ★ 12月 3日(土) 午後休診  
医師会会議出席の為
- ★ 12月17日(土) 午後休診  
滝沢市医療懇話会  
出席の為

### 年末年始休診日のお知らせ

12月30日(金)～1月4日(水)

1/5(木)より通常通り診療致します

(日曜・水曜・祭日は休診日です) 平成28年12月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3 ★
④	5	6	7 午前検査外来	8	9	10
⑪	12	13	⑭	15	16	17 ★
⑱	19	20	⑳	22	㉓	24
㉕	26	27	㉘	29	㉚	㉛
①/①	①/②	①/③	①/④	○=休診日 ★=診療時間変更		

※ 場合により変更になる場合がございます。御了承願います。

# インフルエンザの予防 ～対策は万全に～

## 予防が第一

毎年、冬から翌年の春にかけて流行し、日本での患者数はおよそ1,000万人と推定されています。

インフルエンザの一番の対策は、かからないようにすることです。

予防の方法として、ワクチン接種、うがい・手洗い、マスクの着用、咳をする時にティッシュなどで口を押さえる「咳エチケット」、日頃からの体調管理などがあります。どれか一つで完全に予防できるものではないので、なるべく多く対策を取り入れることが大切です。

## ワクチンによる予防を

インフルエンザは、ワクチンを打つことで予防できる感染症の一つです。

ワクチンは、感染症の原因であるウイルスや細菌の成分の一部、またはウイルスや細菌そのものを弱らせて作ります。私たちはそれを飲んだり注射したりすることで、体に「ばい菌が入ってきたぞ!」と思わせ、それに対する抵抗力(免疫といいます)を呼び覚ますことができます。

インフルエンザのワクチンによる免疫の効果は約半年間なので、毎年打つ必要があります。流行前の10月から11月にかけて医療機関で接種できます。



## かかってしまった時は、 早めの受診を

インフルエンザワクチンを打っても、残念ながら完全に予防できるわけではありません。打たない人と比べて、打った人はインフルエンザにかかる可能性をおよそ半分にすることができます。

インフルエンザの治療薬は数種類ありますが、どれもインフルエンザウイルスをこわす作用はなく、これ以上増えないように抑え込みます。そのため、体内でウイルスがあまり増えていない早い時期に使うことがより効果的です。ワクチンを打っていても症状に心当たりがある時は、早めにかかりつけ医を受診しましょう。

指導：山形大学医学部附属病院 検査部 部長・病院教授 森兼 啓太  
(日本医師会「日医ニュース：健康ぶらざ No.471」より抜粋)

当クリニックでは、次の通り**インフルエンザ予防接種**の受付を行っております。

接種受付期間：H28年11月1日～H29年1月31日

接種受付終了時間：18時

(今後の接種状況によっては受付終了時間を繰り上げる場合がございます。)

このマガジンは当クリニックホームページ(クリニック便り)でもご覧になれます。

ゆとりが丘クリニック

検索