

# よつば通信

2010 2号

清家クリニックニュースレター



こんにちは。院長の清家正弘です。春日通り沿いに移転して約4ヶ月がたち、患者様にも「広くて快適になった」「場所がわかりやすくなった」とご好評頂き嬉しく思うと共に、私自身も毎日新しい気持ちで診療に臨むことが出来ています。これからも地域の皆さまのお役に立てるよう、努力して参りますのでどうぞ宜しくお願い致します。

今年の夏は本当に暑いですね。体調を崩しやすい時期です。ビタミンB群、良質なタンパク質などのバランスの取れた食事、こまめな水分補給、十分な睡眠をしっかり取り、普段の生活から熱中症を予防するように心掛けましょう。又、首元や頭を冷却シート等で冷やしてあげることも効果的です。

## 【患者様からの質問 Q&A】

**【胃がん検診はこちらで受けられますか？】** 現在文京区でおこなっている無料の胃がん検診はバリウム検査のみが対象のため、当院で行うことができなくなりました。しかしバリウムではなく、胃カメラによる検査が可能となりました。胃カメラ(検査は鼻や口のどちらでも可能です)は鮮明に直接胃の中を見ることができ、バリウムでは見落としがちな小さな病気まで見つけることが出来る為、年に一度、ご自身の胃の調子を確認する意味で検査をお勧めします。

**【混み合っているとき、一度外に出ることは可能ですか？】** 当院は予約制ではない為、時間帯によっては患者様が集中することもあります。事前にお電話で混み具合を確認して頂くか、一度受け付けして頂き順番が近づいたらこちらからご連絡することもできますので、スタッフまでお申し出ください。

**【具合の悪いとき、待ち時間に横になることはできますか？】**

座って待つことがつらい患者様は処置室ベッドにて横になって頂くことが可能なので、遠慮なくスタッフまでお申し出下さい。

## 健康診断

7月より40歳以上の方を対象とした文京区の健康診断が始まりました。生活習慣病の発症や重症化を予防するためにも、必ず受診しましょう。

実施期間は(4~9月生まれの方が)7月1日から8月31日まで

(10~3月生まれの方が)9月1日から10月31日まで

となります。受診方法などについては加入している医療保険者から直接対象者へ案内があります。詳しくは区の健康推進課保健係(03-5803-1229)までお問い合わせ下さい。

健診は毎日実施しておりますが原則予約制とさせて頂いているため、お早めのご予約をお願い致します。

(血液検査もございますので、健康診断当日朝は食事をとらずにご来院ください。)

**ご希望の方、またご質問のある方はお気軽に院長、スタッフまでお申し出ください。**

## 子宮頸癌ワクチン(サーバリックス)について。



子宮頸がんとは子宮頸部(子宮の入り口付近)にできるがんです。女性なら誰にでも起こりうる病気で、日本では1日に約10人が子宮頸がんで亡くなっています。幅広い年代の女性に見られますが、特に最近では20代、30代の女性に急増しています。自覚症状がないため、進行すると妊娠や出産にも影響を及ぼします。子宮頸がんワクチンは子宮頸がん発症原因の多くを占めるウイルスであるHPV16型、18型の感染をほぼ100%予防することができます。最近ではHPV45型にも予防効果が確認されました。接種対象者は10歳以上の女性で、費用は一回15000円で、三回の接種で十分な効果が得られます。待合室に詳しい詳細の載ったパンフレットがございます。ご質問などありましたらお気軽にお問い合わせ下さい。

## 🍀 ワクチン予約に関するお願い 🍀

当院では患者様に予約を頂いてからワクチンを取り置くシステムとなっておりますが、在庫スペースやワクチン使用期限の関係でワクチンのお取り置きは接種予定日から一ヶ月とさせて頂いております。連絡がない場合はワクチンが他の方へ回ってしまう事もございます。もし、やむをえず延期する場合は必ずお電話にてご連絡をお願い致します。又、DPTなど続けて打つワクチンは回数分まとめて取り置くことも出来ますので、何回目のワクチンで何本希望か、をお知らせ下さいませようにお願い致します。



## 小さなお子様をお連れの患者さまへ

このたび小さなお子様が靴を脱いで自由に遊べるようにキッズスペースを設けました。

おもちゃ・絵本の汚れが気になる方は消毒アルコールをご用意しておりますのでご自由にお使いください。またご使用になったものは次のお子様楽しく遊べるためにも元の場所へとお戻しください。

また、トイレにはおむつ交換台をご用意しておりますので自由にご使用ください。授乳、その他お手伝いが必要な方はお気軽にスタッフまでお声掛けください。



## 皆さまからのご意見、ご要望をお待ちしています

気になる病気や健康のこと、聞いてみたいこと、知りたいことなどがありましたらどしどしご要望をお聞かせ下さい！ポストは入り口横(空気清浄機上)にございます。

皆さまから頂いた貴重なご意見は、今後のクリニック作りに役立てていきたいと考えております。



〒113-0034 東京都文京区湯島3-38-13 坂東ビル2F



# 清家クリニック

内科・消化器内科(内視鏡)・循環器内科・小児科

tel.03-3831-2438

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:30	○	○	○	○	○	○	／
15:00~18:30	○	○	／	○	○	／	／

休診日 水曜午後・土曜午後・日曜・祝日