

町立診療所からのお知らせ

最近、町立診療所での午前中の診察で1時間程度の待ち時間が生じ、皆さまにご不便をおかけしています。

午後の診察は比較的待ち時間が少ないため、時間に余裕のある方は、午後からの受診をお勧めします。

町立診療所では一人一人丁寧な診察を心掛けていますので、ご理解とご協力をお願いします。

幌延町立診療所受付時間

午前：8時30分～11時00分

午後：1時00分～4時30分

診療所だより

診療所長：田川 豊秋



続 インフルエンザ

今年も冬を迎えインフルエンザの流行しやすい季節となりました。日本と季節が逆になるオーストラリアでは、今冬（つまり日本の夏時期）にインフルエンザは猛威をふるい、昨年の2倍以上の感染者および6倍の死者が出たとの報告があります。南半球と全く同じタイプのウイルスが流行するとは限りませんが、例年以上に気を付ける必要はありそうです。前回インフルエンザの予防についてお話ししました。ワクチン接種しただけでは予防にならず、手洗い・うがいが大切なことをしっかりと認識しておいてください。

今回はそれでもインフルエンザに罹ったらどうするか…のお話をします。まずインフルエンザかそれ以外の疾患かの鑑別ですが、皆さんが思い浮かべる綿棒を使って鼻粘液を調べる方法は決して万能ではありません。検査で陽性となるくらいまでウイルスが体内で増殖するには、発症後半日以上を要すると言われますし、感染していても陰性結果となることもあります。結局は、発熱や倦怠感などの症状を勘案しながら総合的に判断することになります。



ではインフルエンザと診断されたらどうするか？「インフルエンザに効く薬をもらおう」と考えられるかも知れませんが、残念ながらインフルエンザウイルスそのものをやっつける薬はありません。処方されるのは「これ以上ウイルスが増殖しないようにする」薬です。ウイルスと闘い、これをやっつけるのは皆さんの体に備わっている「免疫」に頼るしかありません。インフルエンザの治療に一番大切なのは、薬ではなく皆さんの体力です。特に発熱し何も口にできないほど体力が弱っているときには、努めて水分を摂取してください。脱水となった細胞ではウイルスと闘う免疫力を発揮することができないからです。

インフルエンザに罹ると、体がツライ自分はもちろん家族や周囲の方にも大きな影響を及ぼせてしまいます。正しい知識と方法で「伝染らない・伝染さない」よう冬を乗り切りましょう。

医療漫談「インフルエンザ」

町立診療所で、田川所長による第7回目の医療漫談を開催し、「インフルエンザ」をテーマに講演を行いました。皆さんは、インフルエンザ予防のために気を付けていることはありますか？菌をもらわないようごみを避けたり、



マスクを着用するなどの予防法がありますが、インフルエンザは発症している人が触ったものからの感染が多いため、特に「手洗い」が一番の予防法であるとのことでした。

今後インフルエンザが流行する季節になりますので、皆さんも予防を心掛けましょう。

これからも、漫談形式でさまざまなテーマを紹介していきますので、多くの参加をお待ちしています。

お問い合わせ先：町立診療所 電話・告知端末機：5-1221