



# いずみ診療所 診療案内



受付時間		診療科目	月	火	水	木	金	土
午前	9:00 ~ 12:00	内科	齊田	齊田	齊田	伴	齊田	齊田
		物療		○	○	○	○	×
午後	13:30 ~ 16:30	内科	齊田	齊田	高橋 (呼吸器)	伴	休診	休診
		物療	○	○	○	○		
		整形外科				本橋		

2020年6月

- ※ 診療を受ける際は、健康保険証の提示をお願いします。
- ※ 金曜日午前の三宅医師は19日から診療の再開予定です。
- ※ 健康診断の19日(金)、26日(金)の2日間のみ予約にて実施します。

## 増資・新規加入申込書

お名前 \_\_\_\_\_

ご住所 \_\_\_\_\_

お電話番号 \_\_\_\_\_

(加入の方のみ) 生年月日 T・S・H 年 月 日

口 円



## 生協いずみ診療所だより

2020.6.1 発行 NO.115  
発行・責任 いずみ診療所 和泉中央南4-19-13  
☎802-2416

\* 今月号の記事はすべて5月16日のものです

## 梅雨シーズンの感染症にご注意!!

じめじめとした日が続く6月はカビ、目に見えないウイルスや小さなダニなど微生物の活動が活発になる時期です。人体に悪影響を及ぼすものも少なくありません。

### 【水虫】

カビの一種「白せん菌」が発病した感染症のこと。水虫患者さんの落とした皮膚のかけらが付着することで感染します。予防は每晚入浴して足や身体を清潔にすることや指と指の間を丁寧に洗うのもコツです。

### 【夏かぜ】

この時期に活発になるウイルスの代表はコクサッキーウイルス、エンテロウイルス、アデノウイルスです。通常のかぜと同じくのどや鼻から体内に侵入して発病します。発熱と口内炎(コクサッキーウイルス)、腹痛や下痢(エンテロウイルス)、40℃近い高熱とどの痛みや目やに(アデノウイルス)等、ウイルスによって症状の特徴が違います。



### 【その他】

カビによって発症する「夏型過敏性肺炎」、人から人へ感染し激しいかゆみを伴うダニによる「疥癬(かいせん)」と呼ばれる皮膚病、「喘息、アトピー性鼻炎・皮膚炎」なども発症することがあります。



これらを予防するにはまず家の中をこまめに掃除する、よく換気を行う、エアコンの除湿機能を使うのも有効です。また、ベッドや布団はダニの温床になりがちなのでシーツやタオルケットを毎日洗濯するのが理想。難しければ布団乾燥機を使ったり掃除機をかけたりすることでダニをへらすことになります。洗濯するときは熱湯に10分ほどつけてから洗濯機に入れるのも効果的のようです。

手洗い、うがいを続けてこの時期の食中毒にも注意して過ごしましょう。

## 「腎臓病の血液検査について」



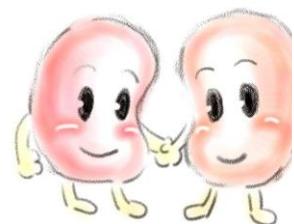
私は高血圧症、脂質異常症、高尿酸血症、腎機能低下等々の病気で平塚にある病院の腎臓内科にて治療を続けています。今回は血液検査の話を行います。腎臓疾患の血液検査で主なものにクレアチニン、BUN（尿素窒素）、eGFR があります。市の特定健診等でもこの血液検査は実施しますのでお手持ちの結果表を参考にご覧になってください。また、今後、健康診断を受けられる時の参考にしてもらえると嬉しいです。血液検査ではよく「基準値」を基に判定します。基準値とは決して正常値のことではありません。基準値とは健康な人の95%が入る範囲で年齢や性別で異なります。それでは具体的にその中身をみていきます。

検査項目	基準値	どういうものか、何がわかるのか
クレアチニン	男0.61~1.04 女 0.47~0.79	筋肉内にあるクレアチンの最終物になります。腎臓でろ過され排泄されるものですので腎臓機能の指標になります
尿素窒素 (BUN)	8~22	蛋白が身体の中で分解されたときにできる老廃物でこれは腎臓から尿中に排出されます。腎臓での排泄が低下すると尿素窒素の濃度が高くなります
eGFR	90 以上 正常又は高値 60~89 正常又は軽度低下 45~59 軽度~中程度低下 30~44 中程度~高度低下 15~29 高度低下 14 以下末期腎不全	腎臓の重要な働きのひとつに、血液中の老廃物や塩分をろ過し、尿として体の外に排出することがあります。この働きをしているのが糸球体です。糸球体のろ過機能を測定するためにクリアランス検査がありますが時間もかかり簡単にはできません。そこで多くの人のクリアランス検査の結果を利用して作られたのが eGFR 値です。これはクレアチニン値、年齢、性別から計算をして求めるものです

私の場合はこの1, 2年はクレアチニン値2.7~2.9、尿素窒素は30~35、eGFRは20を超えていましたが、今年の4月にクレアチニン値は初めて3を超え、eGFR

は18台になってしまいました。治療を始めた頃から、担当医から「クレアチニン値が3を超えるかeGFRは20を切ったら、腎移植や透析等の治療方法の説明に入ります」と話されていました。8月の通院時から具体的な治療方針について説明を受けることになっています。治療内容の話はまた後日とさせていただきます。次回は血液検査の話の続きさせていただきます。

K（カリウム）や脂質についての説明ができたと思います。（事務長 川本）



## ～新型コロナウイルス感染症について～

帰国者・接触者相談センターに相談いただく目安は下記の通りです

### 【帰国者・接触者相談センター045-664-7761】

- ・息苦しさ（呼吸困難）、強いだるさ（倦怠感）、高熱等の強い症状のいずれかがある場合
- ・高齢者、糖尿病、心不全、呼吸器疾患等の基礎疾患のある方で発熱や咳などの比較的軽い風邪の症状がある場合
- ・上記以外の方で発熱や咳などの比較的軽い風邪の症状が続く場合  
(症状には個人差がありますので強い症状と思う場合にはすぐに電話してください。解熱剤などを飲み続けなければならない場合も同様です)

一般的な相談は横浜市新型コロナウイルス感染症コールセンターでも相談することができます

### 【横浜市新型コロナウイルス感染症コールセンター045-550-5530】

相談すると近くの病院や診療所にかかるように指示される方も多いようです。ご存知のようにいずみ診療所は入り口を分けることができず、待合室も狭く、お待ちいただく部屋の確保も困難な状況です。そのため受診をお断りさせていただく場合がありますのでご了承ください。

また、電話での処方箋発行は行っておりませんので、ご了承ください。



### 感謝申し上げます

通院中の患者様、近隣の組合員の皆様や近くの社会福祉法人の皆様からマスク、手指用ジェル、カップ等の物品をいただきました。お礼を申し上げます。皆様も大変な中、あたたかな心遣いに職員一同、感謝申し上げます。

### 今年度の健康診断について

毎年、健康診断を6月第1金曜日から開始していましたが、今年度の健診は新型コロナウイルス感染症にて非常事態宣言が出されたこともあり十分に予約を取ることができませんでした。今年度の健診は例年より遅らせて6月は19日と26日の2日間のみ予約にて行います。7月からは毎週金曜日と第1、第3火曜日の午前に実施する予定です。

