

(4) 無料送迎バスのご案内

戸塚駅西口(三菱UFJ銀行前)から、戸塚診療所・戸塚病院行きの無料送迎車が運行されています。
お気軽にご利用ください。(月・水・金の隔日運行です) 2020年11月1日より変更になりました。

戸塚駅コース(月・水・金)	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨
戸塚病院 発	8:00	8:45	9:35	10:20	11:05	11:45	13:30	14:20	15:10
戸塚駅西口 (三菱UFJ銀行前)	8:10	8:55	9:45	10:30	11:15	11:55	13:40	14:30	15:20
戸塚診療所	8:17	9:02	9:52	10:37	11:22	12:02	13:47	14:37	15:27
新宮之谷トンネル(シ ャーメゾン前)	8:20	9:05	9:55	10:40	11:25	12:05	13:50	14:40	15:30
ぐみさわ東ハイ ツ(郵便ポスト前)	8:27	9:12	10:02	10:47	11:32	12:12	13:57	14:47	15:37
戸塚病院 着	8:32	9:17	10:07	10:52	11:37	12:17	14:02	14:52	15:42

ニコニコ食堂&カフェは当面の間中止とさせていただきます。

診療体制表 2021年4月

	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~ 12:00 受付終了	外山 (一般内科) (消化器)	外山 (一般内科) (消化器)	薄葉 (一般内科)	古屋 (一般内科)	外山 (一般内科) (消化器)	(胃カメラ) 外山 (第1週)
			外山 (胃カメラ)		川瀬 (神経内科) (もの忘れ外来) 第1・2・4週	鈴木ちぐれ (一般内科) 第1・3・5週
午後 13:30~ 16:30 受付終了	鈴木 (一般内科)	外山 (一般内科) (消化器)	外山 (一般内科) (消化器)	塚原 (糖尿病予約)	森 (整形外科) 第1・3・5週 初診は11時受付終了	外山 (第2・4週) (一般内科) (消化器)
		山崎 (整形外科)	野末 (神経科予約)		塚原 (第2・4週) (糖尿病予約)	
夜診 17:30~ 19:00 受付終了			外山 (一般内科) (消化器)		14:00~ 矢野 (一般内科) (循環器)	
			加瀬 (神経科予約) *18:50まで			

※薄葉先生休診のお知らせ 4月7日(水)は休診です。代診は北田先生です。よろしくお願ひします。
※発熱の症状がある方は、マスクの着用と合わせて事前にお電話でのご連絡をお願いします。
※休診期間中、急病の方は生協戸塚病院(TEL:045(864)1241)又は#7119にご相談ください。

(1)

2021, 3/25 発行

戸塚診療所だより

発行 戸塚診療所だより編集委員会 第196号
戸塚区戸塚町3880番地2 TEL045-864-3511
医療生協ホームページ <http://www.mc-kanagawa>



『花粉症について』

～ 新型コロナウイルスとの違いって何だろう? ～

今年も花粉の多く飛ぶ季節になりました。
日本人の4割がスギ花粉の症状があるともいわれ
ており、つらい症状で苦しんでいる方も多いと思ひます。

最近ではスギ以外の花粉症でお悩みの方も増えてきています。

春のスギ花粉は勿論のこと、3月~5月のヒノキ、4月~10月のイネ科、さらに8月~10月
にかけてのブタクサやヨモギなど、1年に何度もピークがあり、常に何かしらの花粉が飛散して
いることがわかります。

花粉は本来、人間にとって無害なたんぱく質ですが、免疫システムが誤作動して異物と認識する
ことがあります。その場合、異物を攻撃する抗体がつくられ、本来は起こらないはずの行き過ぎ

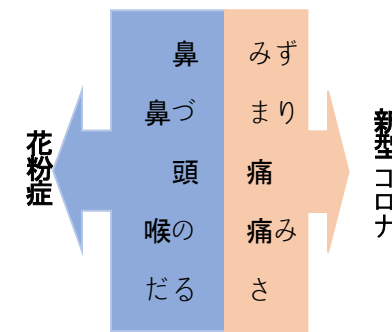
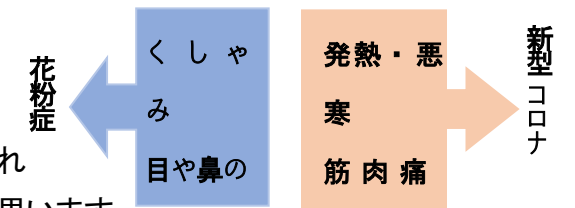
た免疫反応(=アレルギー反応)が起こり、鼻や目の症状を起こ
します。

今は、新型コロナウイルス感染拡大で不安や心配が多いと思ひま
すが、花粉症と新型コロナウイルスの症状の違いはどこにあるで
しょうか。

くしゃみが発作的かつ連続して起こり、透明でサラッとした鼻水
が出ます。

また、モーニングアタックといつて特に朝方に鼻の症状が強くなり、目がかゆく、涙がでること
と多いのが特徴的です。また天候で症状が変化することも大きな特徴です。雨が降ると花粉の飛
散がおさまるため症状は軽くなり、晴れると花粉が大量に飛散するため症状がひどくなります。

次ページへ続く⇒



(2) つづきです。

特に雨が降った翌日に晴れると、症状がいつそう強まります。毎シーズン花粉症に悩まされている人なら、「今年も花粉症が始まった」とわかるでしょうが、新たに“花粉症デビュー”をする人も少なくありません。



天候によって症状が変化するようなら、花粉症の可能性が強いと考えていいかもしれません。

ただし、花粉症の人は、目がかゆいので目をこする、鼻水が出るので鼻をかむといったことで、手で顔に触れる機会が増えます。

手が新型コロナウイルスに汚染されていたら感染する機会が増えることになります。つまり、花粉症と新型肺炎の症状が合わせて出ている可能性も

あるのです。

次に新型コロナウイルス感染症の特徴は、比較的症状が全身に広がりやすいところに特徴があります。

一般的な風邪やインフルエンザの症状と似ていますが、花粉症の症状と異なるのは特に38度を超えるような発熱、咳や喉の痛みに加え、頭痛、全身の関節痛や筋肉痛を伴う点です。



特に息切れや味覚障害は新型コロナウイルスの感染を疑う症状ではしばしば経験されるものの花粉症で起こることはほとんどありません。

花粉症で鼻づまりがでたときにも、こういった症状がでることがありますので、区別に使うには難しいかもしれません。ただし、鼻水はないのにただ匂いがかかしいという場合は、新型コロナウイルス感染症らしく、花粉症らしくないといえます。

花粉症によるアレルギー性鼻炎は、新型コロナウイルス感染症の症状と多くの点で共通しています。

花粉症のようであったとしても、新型コロナウイルス感染症の可能性は否定できません。

ご自分の症状や健康状態を観察し、微熱が続くようであれば、医療機関に相談するようにしてください。



～ コロナ禍でも自分でできる花粉対策 ～

- 外出時・・・鼻をかむ前に手指消毒をする。サングラスやメガネを着用する。マスクをする。
- 帰宅時・・・衣類や髪をよく払って家に入る。手洗い後、うがいや洗顔をしてから鼻をかむ。
- 室内・・・換気は窓を小さく開けて短時間に。空気清浄機は出入り口付近に設置。

この流行はいつか必ず終わります。そして、そのあと日常がまた始まります。そこまでお互いなんとか乗り切りましょう。

(3)

戸塚診療所を利用していただいている患者様には、医療難民になってもらいたくないという思いから、この間何度も話し合いをして、自院でCOVID-19の検査ができる器械を購入しました。

以前から外部委託をし、COVID-19の検査をしておりましたが、自院で行うことで検査結果をより早くお知らせすることができるようになります。結果がでるまでは、陰性であっても外出ができないということがありましたが、その期間が短くなるというメリットがあります。



受診方法は、以前同様事前に発熱予約センターに (ID NOW 新型コロナウイルス 2019) 電話をしていただいでから、診療所にご連絡ください。

少しでも安心して過ごせるように、お手伝いをさせて頂きたいと思います。

～ 署名にご協力をお願いします。～

75歳以上の医療費の窓口負担を2割に引き上げる方針をめぐり、年収200万円以上を対象とし、引き上げの時期を2022年10月から翌2023年3月までの年度後半とすることで合意しました。国会で審議され、決まれば2022年10月以降に導入されることとなります。

75歳以上の窓口負担は表のように変わろうとしています。

改正の内容は、「年収200万円以上の方は1割負担から2割負担に変わる」ということです。

対象者としては約370万人です。年収383万

円以下で200万円以上の方が対象になります。年齢を重ねると慢性的に病気と付き合わないとならなくなります。医療費もばかになりません。

負担が大変だから、病院に行くのを先延ばしにしようと考えたりもします。コロナ禍ですでに先延ばしにし、持病も悪化している人も少なくないのです。これ以上、医療機関にかかれないという状況が続く事があってはならないと思います。「誰もが安心してかかれる」そんな社会であってほしいという願いから、私たちは「75歳以上医療費窓口負担2割化に反対する請願署名」に取り組んでいます。署名用紙は診療所にありますので、近くにいらしたときは是非、署名をしていただきたいと思います。

