



今回のテーマは予防接種と冬場のかゆみについてです。



最近、テレビのCMで見かけるけど、肺炎球菌ワクチンってなんですか？



肺炎は日本人の**死因の第4位**！
肺炎の原因には様々ありますが、その多くは微生物(細菌、ウイルス、カビなど)が肺に感染することによって発症します。
高齢者の方は免疫が落ちやすいので、かかりやすくなります。
65歳以上の方にはオススメしています。
自費になりますが、1回の接種で**5年間有効**です。
(今年接種すれば2016年まで)
ちなみに当院では**6,500円**にて実施させていただいております。



インフルエンザの症状は？
どうしたらかかりにくい？



インフルエンザはA型またはB型インフルエンザウイルスが呼吸器(のど・気管・肺など)に感染することによって起こる病気です。
感染後1~2日の潜伏期間の後に38℃以上の発熱が出て、身体がだるい、痛いなどの全身症状の後、せき・たんなどが出て、1週間くらいで回復します。
(最近では、高熱など典型的な症状が出ない場合もあるようです)
子供と高齢者は免疫力が弱いので、うつりやすく危険とされています。

- 予防法は・・・
- ◎人ごみに行かない
 - ◎家に帰ったら、手洗い・うがいをする
 - ◎規則正しい生活をする
 - ◎バランスのよい食事をする
(温かい物、ビタミンの多い物)

これらは基本です。
それと、**ワクチンの接種も効果的**です。



**当院では肺炎球菌ワクチンの接種をしています
(要予約)
インフルエンザワクチンを受けられます
(~1/31まで)**

**いつでもお気軽にご相談下さい
(在庫がなくなり次第終了いたします)**



皮膚のトラブルありませんか？



寒くなってから、最近
身体がかゆいんやけど・・・？



皮膚に発疹(ブツブツ)が出ていないのに「かゆみ」が出る状態を「皮膚掻痒症(ひふそうようしょう)」と言い、特に高齢者の方に多く見られる辛い症状です。
年を重ねると共に皮膚の表面の脂質(あぶら)が少なくなって乾燥することによって起こることが多いです(乾皮症)
だから、空気の乾燥する冬に多くなるんですね。



どうしたらいいのかわかる・・・？



入浴は熱すぎるお湯やボディソープ、ナイロンタオルを避けて、身体はゴシゴシこすりすぎないようにしましょう。
(皮脂(皮膚表面のあぶら)は必要なものです)
入浴後は湿り気があるうちに保湿剤を塗ります。
寒くなると室内の乾燥が強くなるので、加湿器もいいですね。
電気毛布やカイロは、低温やけどや乾燥の原因にもなるので、使う時は気を付けましょう。



当院では、**月曜日の午前(9～12時)**と
木曜日の午後(14～17時)に
皮膚科の先生が来られます



その他、何か少しでもお身体の事で気になることがある方は
いつでもご相談下さいね♪



医療法人 岡田病院

