

ご存知ですか？ 医療費控除



去年1年間に支払った家族全体の医療費が10万円を超える場合、税金が還ってくることをご存知ですか？

例えば、入院や通院、出産などで多額の医療費を支払った場合は、保険などからの補てんを差し引いても10万円を超える場合、3月15日(金)までに「医療費控除の明細書」を所得税の確定申告書に添付して所轄税務署に提出することで医療費控除が受けられます。(申告額は200万円が限度)

【医療費控除が受けられる額】

- 次の算式で得た額が年間所得から控除されます。2018年度分の医療費控除の対象となるのは、2018年1月1日から12月31日の間に実際に支払った医療費です。ただし、昨年末に治療を受け、年が明けてから支払った医療費は次年扱いとなりますので、領収書の支払い年月日をご確認ください。

※1 2018年中の 医療費支払総額	—	保険などで 補てんされた額	—	※2 10万円	=	※3 医療費控除額
--------------------------	---	------------------	---	------------	---	--------------

※1：申告する本人のほか、控除対象配偶者や扶養家族はもちろん、収入があるために扶養家族にならない配偶者や子供の医療費、生計が一緒の親族全員分の医療費を合算して申告できます

※2：所得の合計額が200万円までの人は、10万円ではなく所得の5%

※3：最高200万円まで

- また2017年分の確定申告から、領収書の提出代わりに「医療費控除の明細書」の添付が義務付けられたほか、新たに医療費控除の特例として「セルフメディケーション税制」が追加されました。手続きの方法や詳細は最寄りの税務署または市町村の税務窓口へご相談ください。

感染予防のため咳エチケットを

インフルエンザが流行しています。インフルエンザは咳やくしゃみの飛沫(しぶき)により感染します。電車や職場、学校などの人が集まる場所で、咳やくしゃみをする際は「咳エチケット」を実践しましょう。また、こまめな手洗いも大切です。

【3つの正しい咳エチケット】

①マスクを着用する

*鼻からあごまでを覆い、隙間がないようにつけましょう

②(マスクがない時は)ティッシュ・ハンカチで口・鼻を覆う

③(マスクやティッシュ・ハンカチが使える時は)上着の内側や袖で口・鼻を覆う



【路線バス】白浜～亀田病院線 3月16日より廃止に



館山日東バス株式会社が運行する路線バス「白浜～亀田病院線」(安房白浜～亀田病院)においては、今般、利用者の減少が続いていました。

そのため、路線維持が困難な状況となり、2019年3月15日(金)の運行を最後に廃止されることとなりました。通院などで同路線をご利用の方はご承知おきますようお願いいたします。

あわーず ベビー OURS baby で 一時預かり保育開始



「健診や外来受診をしたいけれど…その間、子どもをみてくれる人がいなくて困っている」という就学前のお子さまをお持ちの方に朗報です。

亀田グループの社会福祉法人太陽会と当院が運営する企業主導型保育所「OURS baby(あわーずベビー)」(鴨川市東町601番地1、清宮悦子園長)では、1月より生後3ヶ月～就学前のお子さまを対象とした一時預かり保育サービスを行っています。

保護者の方の通院・冠婚葬祭・習い事・ショッピング・美容院など、理由を問わずご利用いただけます。完全予約制ですので、事前に電話でご予約の上、ご利用ください。なお、利用料は定期利用と不定期利用、時間帯などで異なりますので、詳しくはホームページ(<http://www.ours-baby.jp/>)をご覧ください。

■定員：1日8名

■対象：生後3ヶ月～就学前

(こども園児・保育園児・幼稚園児可)

■サービス時間：月曜日～日曜日 7:00～20:00

■電話予約番号：04-7096-5820

bayfm「MEDICAL UPDATES」

春原佑紀さんがラジオパーソナリティを務めるベイエフエムの午後のワイド番組『it!! (イット)』では、毎週火曜日午後3時から、当院のスタッフが出演する「MEDICAL UPDATES」のコーナー(約10分)が好評放送中です。

2月は川名清子乳がん看護認定看護師が出演いたします。ぜひ、お聴きください。



第10話 出産後の便失禁

はじめに

便失禁とは、便のコントロールが上手くいかず、自分の意思に反して肛門から便がもれる状態です。海外での報告では出産から6ヶ月間で4人に1人以上の人がガスや便のものの経験があると言っています。今回は分娩を契機に生じた便失禁について述べていきます。

どんな原因で起こるのか

出産後から肛門のみならず膣周囲、尿道周囲の触った感じが、便意や尿意がわかりづらいと感じる人が多いと思います。出産は短時間で胎児の大きな頭や体が骨盤内の臓器や周囲筋肉を押し広げて通過していくため、少なからず骨盤内組織に打撲のようなダメージを与えます。そのため、一時的に便意や尿意、肛門をしめる感覚が鈍くなることがあります。多くの方では出産後1ヶ月を経過する間に肛門周囲の感覚は戻ってくるはずですが。

出産後1ヶ月経過しても症状が改善しない場合は次にあげる2つの可能性があります。

1つ目は肛門をしめる筋肉である肛門括約筋の損傷です。通常は出産直後に産婦人科医により切れた筋肉の縫合がなされますが、しかしながら修復が不十分な場合には便失禁が生じることがあります。

2つ目は、肛門を支配する陰部神経のダメージです。この神経は骨盤内の仙骨という部分から肛門近くまで伸びている神経であり、分娩時間が長いと神経が引き伸ばされてダメージが生じ、便失禁が起こることがあると言われています。

どのタイミングでどんな病院へ行ったら良いのか？

出産後から1ヶ月経過しても便失禁の症状があるようなら産科医師や助産師さんへ相談すると良いでしょう。

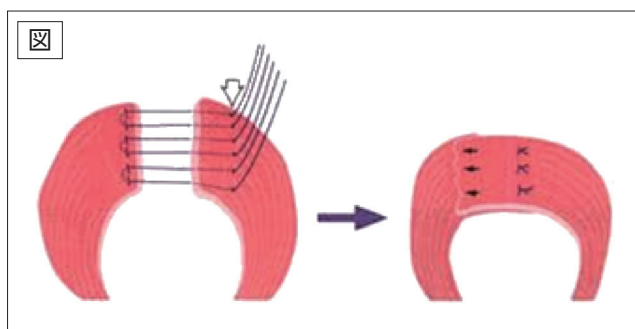
具体的な治療はなにか？

治療は手術を行わない「内科的治療」と手術を行う「外科的治療」に分けられます。肛門管超音波検査で肛門括約筋が切れていない、もしくは損傷が十分に手術で修復されている場合にはまずは内科的治療を開始します。

内科的治療の内容については第3話「便失禁の治療」の項目を参照してください。

外科的治療は現時点では2つあります。切れた肛門括約筋を縫い合わせる肛門括約筋修復術(図)と排便に作用する神経を刺激することで便失禁を改善させる仙骨神経刺激療法です。

肛門括約筋修復術の適応は、出産時切れた肛門括約筋が十分に修復されておらず損傷の程度が大きい場合です。肛門括約筋修復術は手術によって見た目を出産前のように改善することが望めますが、手術後長期間が経過すると肛門の収縮能力が低下するとの報告があります。もう一方の仙骨神経刺激療法は手術後長期間経過しても肛門機能を保つと報告されていますが、磁気を使った検査を受けることができない、電池の交換が必要などのデメリットもあります。どちらの手術を選択するのかは、主治医とよく相談してください。



自身でできることはあるのか？

出産から1ヶ月間の肛門周囲の感覚が戻らない時期には無理に肛門をしめる体操をすることは必要ありません。まずはダメージを受けた肛門周囲や骨盤底組織の負担を減らして回復するのを待ちます。具体的には便が硬くならないように(形はあるが軟らかいが最適)する、トイレの時間を短くする、重いものを持たない、長時間の立ちっぱなしを避けることです。

医師紹介

とみた 富田
あやか 彩香 医師

- ①担当科目
- ②診療における得意分野
- ③趣味
- ④ひと言



- ①小児科
- ②旅行、お菓子作り
- ③子供たちが、笑顔で健やかに成長していけるよう一生懸命取り組んでいこうと思います



Kameda Medical Center

亀田ホームページ <http://www.kameda.com>