

季節性インフルエンザワクチン 新型コロナワクチン

10月1日から予約開始

	季節性インフルエンザワクチン		新型コロナワクチン	
ワクチン種類	フルミスト	不活化	コミナティ(ファイザー)	
対象年齢	2歳～18歳	生後6ヵ月～13歳未満	13歳以上	12歳以上 ③
投与方法	鼻腔内に噴霧	皮下注射		筋肉注射
接種回数	1回	2回	1回	1回(初回接種は2回) ④
金額(税込/1回)	8,500円	4,000円	4,000円 ①	15,500円 ①
接種場所	クリニック3階		クリニック3階(初回は感染症内科外来) ④	
接種期間	未定	2024年10月21日(月)～12月20日(金)		2024年10月下旬～終了時期未定
接種可能な曜日	月曜日・火曜日・木曜日	月曜日・火曜日・水曜日・木曜日・土曜日		金曜日
接種開始時間	14:00～		14:00～	
予約	完全予約制 ②	ワクチンの在庫状況により当日受付も可能		予約制
	NOBORI Web予約不可	NOBORI web予約可能(感染症内科) web予約の方法 →		QRコード
	予約センター 04-7099-1111 (8:00～17:00/日曜・祝日・第3土曜除く)			

① 65歳以上、もしくは、60歳から65歳未満の方で心臓、腎臓、若しくは呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障害を有する方は、自治体からの助成があります。

② フルミストは完全予約制(ワクチンの入荷時期が未定)です。接種当日、不活化ワクチンからフルミストへの変更はできません。

ワクチンの種類変更希望の方は、予約変更をお願いいたします。(予約開始は亀田ホームページでお知らせいたします)

③ 生後6ヶ月～4歳、5歳～11歳用のワクチンの入荷時期や価格は未定です。分かりしだい、ホームページと亀田ニュースでお知らせします。

④ 今回初めて新型コロナワクチンを接種される方は2回接種が必要です。初回接種は感染症内科外来(クリニック2階)で行います。感染症内科の予約をお取りください。

各ワクチンの詳細はこちらから



10月1日より 長期収載の先発医薬品を希望する場合は一部の患者さまに特別料金がかかります

このたびの診療報酬改定により、国の後発医薬品(ジェネリック医薬品)使用推進の方針に伴い、先発医薬品の処方希望される場合は、特別料金(選定療養費)をお支払いいただきます。服用されている先発医薬品によっては、従来通り選定療養費(実費負担)が発生しない場合もあります。ご不明の点は、診療についてはおかけの医師へ、それ以外は最寄りの窓口職員におたずねください。

詳しくは

厚生労働省ホームページをご参照願います→

先発医薬品 最初に承認・発売された新薬。

後発医薬品(ジェネリック医薬品) 先発医薬品の再審査期間や特許期間終了後に発売された同じ成分、同じ効き目の薬。



10月はピンクリボン月間 乳がんのセルフチェックや定期的な健診を

乳がんは日本人女性の9人に1人が発症しています。自治体の検診では40歳から2年に1度のマンモグラフィー検診が推奨され、高濃度乳房の方は超音波検査との併用もお勧めです。早期発見・治療で完治率が高まりますのでセルフチェックや定期的な健診を行いましょ。

bayfm「MEDICAL UPDATES」

FM ラジオ局ベイエフエム『it!!(イット)』では、毎週火曜日の午後3時から、当院のスタッフが出演する「MEDICAL UPDATES」のコーナーが好評放送中です。

10月は亀田総合病院 看護師採用推進室の入月修司室長が、医療現場で働く看護師の仕事についてお話しします。

亀田クリニックは、10月19日(第3土曜日)休診です。

変わる 片頭痛治療

脳神経内科
(亀田脳神経センター)
福武敏夫



第7話

どんな因子が片頭痛発作を誘発するのか？



片頭痛もちであってもいつ頭痛発作が起きるか分からないことが多いですが、長く経験していると、自分の発作がどんな時に起こりやすいかある程度分かってきます。

おそらく、明るすぎる光の影響が大きいと思われていますが、自覚されているかは分かりません。その中でも太陽の光や、少し前にはLED電球とそれを使った車のヘッドライトがかなり誘因になっているようでした。しかし、LED電球は減光されてきています。

次に、においや騒音の影響が考えられます。それは空気がきれいでも静かな南房総から東京に出かけたら発症する人で分かります。もちろん、電車やバス、自分で運転しないマイカーなど移動手段のせいかもしれません。

以上はともかく、まず睡眠と天候とストレス(忙しさや疲れなど)をお訊きします。睡眠は睡眠不足だけでなく、寝すぎた時のことが大事です。これは日常生活のリズムが崩れた時や休日にゆっくり寝た後に片頭痛発作が出やすいことがあります。それまでの適度な(?)緊張が発作を抑えていたのか、平日の過度な(?)緊張により片頭痛誘発物質がたまってくるせいなのか、真相は不明です。大分以前のことで、土日の休みごとに頭痛が起きて、こどもと遊べない気の毒な若い父親がいました。可能な限りの予防治療を試みましたが、うまくいきませんでした。今なら新しい皮下注射の予防薬の適応だったと思います。

天候では、低気圧が近づいてくるのが一番ですが、

関係ない人もいます。これは「頭痛一着」というスマホアプリを使うと、気圧の下降時を爆弾印で教えてくれるので、頭痛の始まりを記録していけば分かります。中には、台風が千葉の真上をとおる時だけ発症する中学生がいました。

その他の天候因子としては、暑さ、寒さ、梅雨、季節の変わり目、気温の急な変化など多様にあります。

片頭痛には女性ホルモンの影響もありますので、生理(月経)の前もよくある誘因です。この点は「女性と頭痛」の回で詳しく解説します。

頭痛は脳底の血管が拡張することで起こるため、血管が拡張するような急な運動や飲酒が誘発することもあります。食べ物では、チーズやチョコレートがよく悪玉にされていますが、本邦では実際には影響のある人が少ないように思います。少なくとも食べて片頭痛が誘発されれば避ければよいことで、始めから食べないのはもったいないです。

コーヒーはカフェインを多く含むので、片頭痛の急性期治療として安全で効果的と思われます。実際、多くの鎮痛薬や昔の片頭痛薬にはカフェインが含まれていました。しかし、少数の方には誘発因子になるかもしれないかもしれません。いずれにしても、カフェイン摂取を中止することは発作を誘発する可能性があり、お勧めできません。ただし、カフェインの取り過ぎは片頭痛の慢性化を引き起こすことがあり、1日200mg(コーヒー4杯程度)までが推奨されます。市販の頭痛薬の服用しすぎが薬剤過量性頭痛を起こす理由は含有されている鎮静剤のためかも知れませんが、鎮静剤による眠気を防ぐために(?)加えられているカフェインのせいかも知れません。

その他によく知られている誘発因子としては空腹があります。言い換えれば低血糖です。まだあまり意識されていないのは肩こりです。髪の毛をポニーテールにまとめることも頭痛を誘発するようです。



医療エッセイのバックナンバーはこちらからご覧いただけます。

<https://medical.kameda.com/general/about/magazine/index.html>

医師紹介

つねみ あさこ
常見 亜佐子 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糖尿病内分泌内科(医長)

②糖尿病、内分泌疾患

1型糖尿病、CGM・インスリンポンプ、患者会

③ダンス、ランニング、ビール、ピアノ、サーフィン

④“疾患を持ち合わせながら、よりよく生きる、よりよく暮らす”をサポートします。共にいる時間を楽しみましょう。お待ちしております!



Kameda Medical Center

亀田ホームページ <https://www.kameda.com>