

あったか～いお鍋の恋しい季節となりましたが、厚着しすぎたり、暖房に頼りすぎて免疫力を低下させてはいませんか？ 昨年は、新型インフルエンザが流行し、多くの人がマスクや手洗い、うがいで予防し、ずいぶん危機意識をもって頂いたように思います。



現在、インフルエンザの発症はまだ少なく、冬風邪の代表とも呼ばれるノロウイルス(吐き気・嘔吐・下痢・腹痛を伴い、微熱37～38度程度の発熱症状)が流行ってきていますが、この一般的に風邪と呼ばれるもの(普通感冒)とインフルエンザとはどこが違うのかみなさんご存知ですか？

風邪とは、主にウイルスによって引き起こる呼吸器の急性炎症で、このウイルスは200種類以上あるといわれています。その中に、インフルエンザやその他のウイルスによる感染症があります。

この2つの大きな違いは、普通の風邪(感冒)が咳やのどの痛みから始まり、比較的症状が軽いのに対し、インフルエンザは全身の痛みで始まり高熱が続き、高齢者等重症化する場合があるということです。



	普通感冒	インフルエンザ
主な症状	比較的軽い症状 鼻水・咳・のどの痛み	寒さやだるさ等全身倦怠感 関節・筋肉・頭等の痛み 咳等の呼吸器症状
発熱	ないもしくは微熱	高い(38度以上)
発症	ゆっくり	急激
合併症	あまりない	肺炎・脳症・気管支炎等

「風邪は万病の元」とも言われるくらい、ひどくなると命に関わることもあります。

特に生活習慣病(糖尿病・肺疾患等)の方は、重症化しやすいともいわれていますので、日頃から十分な睡眠をとり、バランスの良い食事とビタミンの補給をし、適度な運動をすることにより、抵抗力のある身体づくりを心がけましょ～。



インフルエンザ予防接種のお知らせ

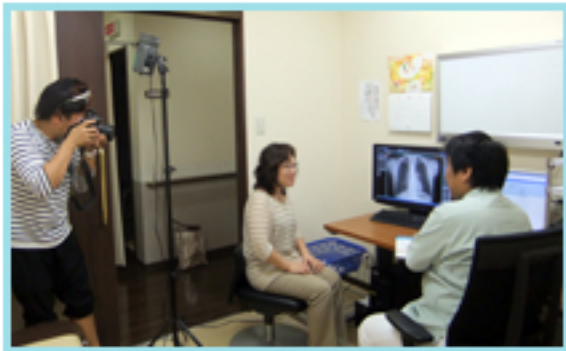
今シーズンのワクチンは新型と季節性を合わせたもので接種は1種類です。

- 大人(13才以上) 2,500円
- 小児(小学生以下) 2,000円
- 堺市居住の高齢者 1,000円

受付又は
電話にて予約下さい



佐々木内科クリニックのひみつ



▲関西ウォーカーの撮影風景です

関西ウォーカー 10月20日号にて
当院の禁煙外来が紹介されました。

はじめての取材に先生も緊張ぎみでしたが、なごやかに撮影も進み、りりしい姿(!?)の先生と共に当院が紹介されています。

当院にも雑誌がおいてありますのでよかったですらご覧下さい。

禁煙外来について

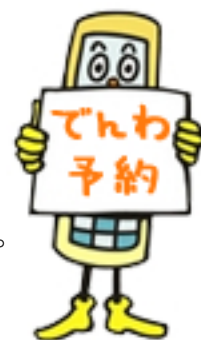
10月1日のたばこ税値上げ以来、多くの方が禁煙治療を望まれるようになり、現在お薬が品薄状態にあり、禁煙外来を一時中断しております。

皆様にはご迷惑をおかけし、申し訳ございません。

当院では、お薬の入荷次第再開を予定しており、順に予約を受け付けております。

お手数をおかけしますが、まずはお電話にてご予約頂けますようお願い申し上げます。

 **予約電話番号：072-250-0200**



＊冬休みのお知らせ＊

12月28日(火)午後～1月4日(火)まで休診させていただきます。

(28日午前は通常通り診療を行っております。)

よろしくお願い申し上げます。



編集後記

ついにエコポイントが終了してしまうと慌ててテレビを買いに行かれた方いませんか？

はい  私です。

みなさん思いは同じようで、本当にひどい目にあいました。

テレビの説明を受けるのに○時間、購入するのに○時間・・・

足を棒にしながら待っていたのですが・・・某有名電気店の対応は素晴らしかったのです。

長時間の待ちへの気遣いと笑顔と丁寧さに心がほぐされました。

そして改めて「自分達がきちんと出来ているかな～!？」と考えさせられ

「患者様いつも待っていてくれてありがとう」と感謝した1日でした。

本年はどうもありがとうございました。

来年もよろしくお願い申し上げます。

編集者 佐々木 えり子



携帯サイト

