

いしかわ いいん しょうしん
石川医院通信

154

診療案内

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|---------------|---|---|---|---|---|---|---|
| 午前 9:00~12:30 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | / |
| 午後 2:30~ 7:00 | ○ | ○ | ※ | / | ○ | / | / |

※ 乳幼児健診/水曜日 午後 2:30~(予約制)一般診療は午後4時からとなります。

◆ 他に、小児の心理相談「のびのびクラブ」を行っています。(完全予約制)

お知らせ

- ★毎週 金曜日の午後は、診療担当医が変更になります。
- ★7月30日(土)の診療は、担当医師が変わります。
- ★8月18日(木)~8月20日(土)の期間は、院長夏休みのため、診療担当医師が変わります。

BCG 接種日程(完全予約)

以下は受付時間: 12時20分~12時30分

7月5日(火)・7月15日(金)・7月27日(水)

8月9日(火)・8月17日(水)・8月26日(金)

発行者/医療法人社団 櫻美会 石川医院

〒174-0071 東京都板橋区常盤台1-61-3 ☎03(3960)3940

ホームページアドレス <http://www.ishikawa-iin.or.jp/>

※ 電話番号はお間違いのないようご注意ください



石川医院 2022
7-8月

※看護師から※

今回は「香り」と健康についてのお話です。

「香り」(例えば柔軟剤や芳香剤など)は、シーンに合わせて使うことで、気持ちをリラックスさせたり、周囲を心地よくさせる効果があります。しかし、香りの好みは人それぞれ異なるので、自分はよい香りだと思っても他の人にとっては不快なこともあります。

最近、「香害」が話題になっています。これは合成洗剤や柔軟剤などに含まれている成分が頭痛や吐き気、めまい、咳、呼吸困難などの症状を引き起こすというものです。香りや消臭効果の持続時間を長くさせたり、いろいろな香りの商品が増えています。例えば香り(あるいは消臭)の成分をプラスチック製のマイクロカプセルに閉じ込め、そのカプセルが弾けることで香り(消臭)が続くのです。その他、擦ると香りのする絵本など、私たちは化学物質を無意識のうちに取り込んでいます。

この化学物質に対して、過敏な人がいます。この場合、頭痛や吐き気などの症状だけでなく、生命の危険に及ぶこともあります。自分が洗濯や香りの成分を使わないように気を付けていても、学校や職場の人たちが無意識に使用している柔軟剤やハンドクリーム、香水などによって具合が悪くなり、社会生活に影響が出てしまうことがあるのです。

つまり、「香り」は人それぞれに好みが違う、香りの成分によって健康に害を及ぼすことがある、ということです。「香り」をたのしむときにも周囲への配慮を忘れないようにしましょう。

これから暑い時期には汗のニオイが気になりますよね。ニオイも気になりますが、汗をかいたら水分補給を！熱中症にくれぐれもご注意ください。

*参考資料 明日の医療を考える月間保団連 March 2022 3 No1366

※受付・事務から※

★令和4年度の板橋区民健診(検診)は、11月30日までです。完全予約制です。あらかじめのご予約をお願いいたします。

★新型コロナワクチン接種は、接種券が届きましたら予約ができます。完全予約制です。(電話予約可)

★予防接種は、全て完全予約制です。

あらかじめ予約をしてください。(※お取寄せになるワクチンもあります。)

★傘や靴の取り間違えにご注意ください。当院は責任を負いかねます。

★発熱や体調の悪い時、新型コロナウイルス感染症にかかったかもしれないと思うときは、まず電話で問い合わせをお願いします。

★院内では、引き続きマスクの着用をお願いいたします。

※院長から一言※

7月になると、夏本番で熱くなるのではないかと心配しています。熱中症にならないよう、気をつけてください。今年は、6月にそれほど暑くなかったため、暑さに慣れていない人が多いと思います。気温が高い時間帯には、できれば外出を控えてください。温度計をみながら、こまめにエアコンの温度調整をするのがよいでしょう。脱水にならないよう、水分を積極的にとりましょう。

話は変わりますが、今、南半球でインフルエンザが猛威を振るっています。このことと、直近の2年間、日本国内でインフルエンザの流行がなかったことから、今年の冬はインフルエンザが日本でも大流行するのではないかと、という予測がでています。これに限らず、世界では新たな感染症の流行もみられており、余談を許しません。屋内や交通機関を利用する時や、屋外でも密集している際には、マスクをするなど、引き続き感染症予防にご配慮ください。

*インフルエンザの予防接種は、今のところ10月1日に開始予定です。