

いしかわ い いん つうしん 石川医院通信

169

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

★原則として毎週火曜日午後と第4土曜日は、診療担当医が変更になります。

★1月3日(金)は休日医科診療を行います。
(電話連絡のうえお越しください。)

BCG 接種日程(完全予約)
 以下は受付時間: 12時00分~12時10分
 1月8日(水)・1月17日(金)・1月28日(火)
 2月5日(水)・2月14日(金)・2月26日(水)

発行者/医療法人社団 櫻美会 石川医院

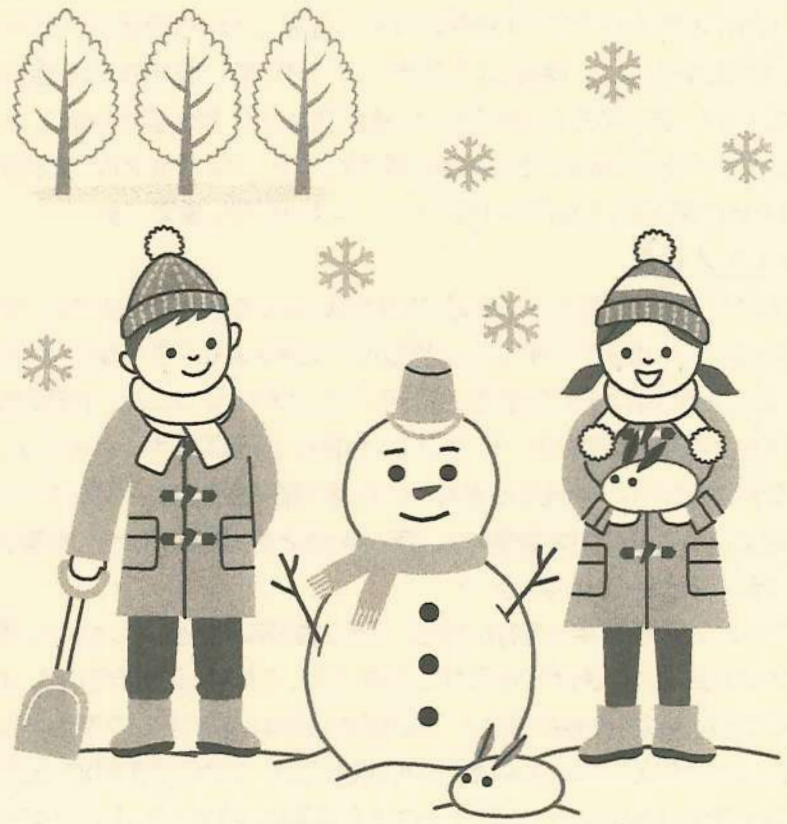
〒174-0071 東京都板橋区常盤台1-61-3

☎03(3960)3940

<https://www.ishikawa-iin.or.jp/>
 (予防接種のWEB予約が始まりました)



※ 電話番号はお間違いのないようご注意ください



※看護師から※

冬は特にご注意!

☞ノロウイルスによる食中毒

食中毒は1年を通して発生しますが、特に冬になるとノロウイルスによる食中毒が増えます。11月から増え始め、12月から翌年1月が発生のピークとなっています。ノロウイルスは感染力が強く、アルコール消毒が効かないという特徴があります。包丁やまな板の消毒は塩素系漂白剤などが使用されます。ノロウイルスによる食中毒は、汚染された食材を、生あるいは十分に加熱しないで食べたりするなどして、感染することで起こります。

☞症状は?

感染から発症までの時間(潜伏期間)は24時間から48時間で、主な症状は吐き気、おう吐、下痢、腹痛、37℃から38℃の発熱などです。通常、これらの症状が1日から2日続いた後、治癒します。また、感染しても発症しない人や、軽い風邪のような症状ですむ人もいます。しかし、持病のある人や乳幼児、高齢者などは、脱水症状を起こしたり、症状が重くなったりする場合がありますので注意が必要です。また、ノロウイルスは、症状が治まってからもしばらくの間、便から排出されますので、手洗いが特に重要です。

☞ノロウイルス対策

『持ち込まない』『つけない』『やっつける』『ひろげない』ことです。『持ち込まない』ために日頃から手洗いを行い、腹痛や下痢などの症状があるときは食品を扱わない。『つけない』ためには、調理を行う際は十分な手洗いを行う。『やっつける』ためには、料理の際は十分に火を通す(中心温度85度以上、90秒以上の加熱)、調理器具はしっかり洗う、消毒を行う。『ひろげない』ために、嘔吐物やおむつの処理の際に感染しないようにすること。

●**とにもかくにも手洗いが大切**です。家に帰ったとき、調理するとき、食事をするとき、トイレに行ったあと手を洗いましょう!

★新型コロナウイルス感染症の流行が発生してから約5年が経過しました。その間にコロナ以外の多くの感染症の流行が抑えられてきましたが、これから迎える冬には、インフルエンザやノロウイルス以外の食中毒など、冬の感染症がコロナ前の勢いで復活することが予想されます。これに加えてコロナも再燃する可能性が高く、この冬は多くの感染症が同時流行することが予想されます。いままで行ってきた手洗い、咳エチケットなどの予防対策を怠らずに継続していきましょう。

*参考資料 厚生労働省「感染性胃腸炎(特ノロウイルス)について」政府広報オンラインc

※受付・事務から※

★ 予防接種・乳幼児健診の予約はインターネットからも予約可能です。

※詳細は当院ホームページ又はスタッフにお声掛けください。

★ 発熱のある場合(3日以内)は事前に必ずお電話で発熱外来の予約を取ってからお越しください。直接いらしても、診察できません。

★ 健康保険の種類によって、引き続き行える健診があります。また令和6年度骨粗しょう症検診は、令和7年2月28日までとなっております。予約制です。

★ 受診の方は

① 順番表にお名前を記入してから、診察券を受付に渡し、保険証の提示、またはマイナンバーカードの操作を行ってください。

② 引き続き院内では3歳以上の方のマスクの着用をご協力をお願いいたします。

③ 外出時・お戻りの時は必ず受付に、お声掛けください。

何卒ご協力をお願いいたします。

※院長から※

本格的な寒さが到来しました。乾燥も顕著ですから、乾燥肌などのトラブルが増えますね。まず、お部屋の加湿が大事です。加湿器を使う場合は、フィルターなど内部を定期的にお掃除してください。加湿器を使うのではなく、部屋の中に濡れたバスタオルなどの洗濯物を干すのでもよいです。

お肌の乾燥対策も大事です。特にお肌の弱い方、小さい子どもさんは、市販の保湿剤が合わない時がありますから、お医者さんに処方していただけたらよいと思います。

また、入浴の際ゴシゴシと強く洗うと、皮膚の表面を壊してしまってよくないので、からだ

を洗う時は優しくお願いします。かゆみが強いときは、掻くと皮膚の表面が傷になって悪循環です。このような場合も、医師にご相談ください。

その他、わからないことは診察の際に遠慮なくお尋ねください。

*手洗いうがい励行で、感染症を予防しましょう。

うがい・手洗いで
風邪予防!

