



岡野クリニック にゅーす

医療法人社団 貴昌会

岡野クリニック

〒343-0808

越谷市赤山本町7-2

☎048-969-0223 FAX048-969-0224

特集コーナー インフルエンザの予防接種

十月一日からインフルエンザの予防接種が始まります。インフルエンザウイルスは他の風邪のウイルスとは違い、症状の重さや経過が全く異なります。その予防、万一感染した場合も軽症で済みますことには有効なのが予防接種です。インフルエンザワクチンは、毎年「流行りそうなウイルスの型」を予測し作られているので毎年接種する必要があります。特に乳幼児は二回の接種が必要で、初回の接種から三〜四週あけて二回目の接種を行なうのが理想的です。生後六ヶ月から接種が可能ですが、アレルギーのある赤ちゃん、子供さんの場合は院長に相談の上、接種する事をお勧めします。またウイルスに負けないためには抵抗力(体力)をつけることも大切です。栄養バランスと十分な休養を心がけましょう。

在宅シリーズ〜訪問看護

前向きに明るく日々を送っていらっしゃる九十一歳のご婦人を紹介致します。ご自分のお歳、持病と上手に付き合っており、出来る範囲で家事をこなしていらつしやいます。そして年に二回、お子さん、お孫さんに絶賛され、もう何十年も続けているのが、毎年春と秋の彼岸に作られる「五目ちらし」です。それは、干し椎茸、レンコン、筍、人参、油揚げといった具材を細かく刻むことから始まります。それらの具にだし汁、砂糖、酒、みりん、醤油、干し椎茸の戻し汁を加え、二日がかかりで

煮て、酢飯に混ぜ、仕上げに錦糸玉子、紅生姜、刻み海苔という大変手間のかかるご馳走です。毎年「もうやめよう」と考えるそうですが、ご家族の喜ぶ顔が浮かび「作っちゃうのよ」と話してくれました。今では、娘さんが手伝い「おばあちゃん五目ちらし」を受け継ごうとなさっています。お二人の暖かいやり取りを見ていて、私も「五目ちらし」に挑戦してみようと考えています。

ひびくまのま



自分の身体の状態を知っておく事は、病気の予防、初期段階で疾病を見つける上で大変重要な事です。がん検診、特定健診などは進んで受けるようにした方が良いでしょう。また、かかりつけ医を持つ事も同様に大切な事だと考えています。急な身体の変化を見出し、大病を回避することが出来る事もありますし、救急で搬送された場合も、これまでの身体の状態を把握しているかかりつけ医の情報は、治療の上で大いに参考になるからです。

4階リハビリ・今月のあて 〜運動器不安定症〜

運動器不安定症、聞き慣れない病気ですね。骨や関節・筋肉・末梢神経など、体を支え、動かす重要な器官が運動器です。その機能が衰えて、転倒・骨折・閉じこもりなどの危険度が高まり、寝たきりなど要介護状態になりやすい病気が運動器不安定症です。骨粗鬆症、変形性関節症、変形性

すたっふ便

連絡事項が三つございます。
・五月から始まったがん検診も来月十日で終了になります。健診がまだの方はご注意ください。
・一日からインフルエンザの予防接種が始まります。
・八日、午後一時半より三Fリハビリ室にてAED(自動体外式除細動器)の講習会を行ないます。参加希望の方は受付にお申し出ください。

十月の予定ー神無月

休診日 五日 十二日 十三日
十九日 二十六日



※二十八日竹林先生はお休みです。午後四時半より六時半まで院長が診察します。
※三十一日は院長学会出席の為、五時半までの受付になります。
※四階リハビリ古川先生が十七日より二十五日まで海外研修の為お休みです。水曜日、土曜日のみ通常通り診療します。

