

10月

たけおクリニック通信 第88号

☆☆ 総院長のひとりごと

10月になりました。

今年は夏が終わったら、秋ではなく一足飛び冬になった印象を持つ昨今です。さて、そろそろ風邪・インフルエンザの季節です。インフルエンザの予防接種が本格的に始まりました。接種は10月1日から開始しています。本年のインフルエンザ予防接種の生産量は2,500万本程度、昨年と同様です。しかし、10月1日現在では1000万本程度しか出荷されていないため、必ずしも十分な在庫があるとは言えません。そのため予防接種の予約を行っていない医療機関もあるようです。幸い当院はある程度の量を確保することができているため、10月3日現在ご希望の方に実施させていただいております。

しかし、予防接種の生産は数か月の期間を必要とするため急に増やすことはできません。よって一度大流行となれば、欠品騒ぎが起きる状況がここ数年つづいています。以前は、11月に入った頃から十分ではとも考えられていましたが、その11月に在庫がある保証がないため必要な方は早期に接種することをお勧めするしかないと考えております。

幸い今年は、まだ大きな流行の報告がありません。ご希望があれば、医師・スタッフに一声お声掛けください。

朝晩寒暖の差が更に、激しくなる日もあります。体調に注意され無理なくお過ごしください。

師長のつぶやき

10月になりました。

暑い夏が長くお疲れ感がでていますが、皆様はいかがでしょう。9月も自然災害が列島を襲いました。また、人工物（関西国際空港）は自然の前には無力になることも知りました。想定を超えた停電も北海道を襲いました。

備えあれば、ですが日頃から意識していないといけない、と節に感じた今年の夏でした。

被災された方々や関係者の皆様にお見舞い申し上げます。

さて、秋は食欲の季節でもあります。

糖尿病の人は食べてはいけないんだよね～と言われますが、食べてはいけないものはありません。量や時間を守っていただければ大丈夫です。四季のある日本ですから、季節のものを食べていきいきと生活していただきたいと思います。そして、合わせて運動です。巷には情報があふれています。ご自身に合った運動や食事を取り入れていただけるといいと思います。

看護師Sのひとこと



先月 北海道で発生した地震は ブラックアウト（初めて聞きました）という北海道全体への大きな影響が出ました。被災した方々にお見舞い申し上げます。

防災意識は 少し持ち合わせているつもりでいましたが 長期間に渡る停電と断水に 自分だったらどうなっただろうか、と考えてしまいました。

当クリニックは 自家発電もありませんし 停電すると 電子カルテが開けなくなります。日頃より継続通院いただいている皆様には 処方されている薬の名前を 覚えておいていただくか おくすり手帳を薬局で薬を受け取るたびにお出しいただき 情報更新していただくと助かります。

また 冷蔵庫で保管する未使用のインスリンは 暑い時期であれば 保冷バッグに移していただいたりするなどの応急措置が必要になるかと思えます。

また 脱水は糖尿病に悪影響です。断水に慌てないよう 日頃から ペットボトルの水を常備しておきたいですね。

今年は災害が相次いでいます。もうこれ以上 被害をもたらす災害が発生しませんように。

10/27 第4回 さんちゃ会

「正しい歩き方を学ぼう！&スムージーを飲む会」を開催いたします!!

お気軽にお声掛けください(▽)/

2018年10月発行 第88号

たけおクリニック 総院長 竹尾 浩紀 東京都世田谷区太子堂4-22-7 森住ビル3F