

NO.40 R3.7 発行：三重耳鼻咽喉科 津市観音寺町 445-15

Tel:059-228-0100 Fax:059-228-0133

ホームページ：<http://www.miejibika.com/>

<待合室を改装します！>

当院、昭和 57 年に開院して今年で 40 年目になります。建物自体は頑丈ですが、色々とほころびも見られるようになってきたため、ご来院頂く皆様が少しでも快適に過ごして頂けるよう、待合室を改装することにしました。

コロナの流行という未曾有のパンデミックにより、世の中の常識が変わりました。マスク着用、手指消毒、ソーシャルディスタンスが当たり前の世の中です。待合室で長時間待つことは、感染機会を増やすことになり、誰しも好まなくなりました。インターネットによる予約システムをご活用頂き、順番が近づいてからご来院頂く方も増えております。そのような状況の中、比較的ゆったりと過ごして頂けるような空間を意識し、待合室の改装をいたします。8月のお盆休み明けに完成予定です。

待合室にどうしても備えなかったのは、万が一地震が起こったときに、待合室にいらっしゃる方々が頭を隠すことのできる「机」や「カウンター」などです。受付前のカウンター下もご利用頂けます。また、照



明も落下しにくいものに変更します。美しく居心地の良い、機能的な待合室を目指したいと思います。

<コロナ以外にも感染症はたくさんあります>

コロナの流行以来、どうしてもコロナに目が行きがちですが、実はコロナ以外の風邪や感染症の方がよっぽど多いです。コロナ以降、多くの方々が人との接触を避け、マスク・手指消毒を実践した結果、昨年はインフルエンザを始め多くの感染症は流行しませんでした。つまり風邪を引く人がとても少なかった印象です。このためか、免疫を付けられなかった年少児たちが、4月になって保育園が始まると同時に次々と風邪を引き始めました。また子どもたちの風邪が年長の兄弟や両親、祖父母など家族に広がり、一家皆で風邪を引く・・・といった現象がこの夏場になっても続いています。風邪症状のほとんどが、「咽頭痛」「鼻汁」「たん



「咳」など耳鼻咽喉科に関わる症状ばかりです。例年と違う印象なのが大人の重症例が多いこと。しかも、本来免疫力の低下した人がなりやすいような感染症（ヘルペスや咽頭カンジダ症など）が見られます。夏は暑さで体力が奪われやすく、また脱水になりやすいため喉の感染症が心配な時期です。しっかり水分と栄養を補給して免疫力を高めておきましょう！

<コロナワクチンについて>

5月から順次ワクチン接種がスタートしました。65歳以上の高齢者の方々、基礎疾患をお持ちの方々には優先的に接種を始めましたが、現在津市は徐々に接種可能年齢を引き下げ、順次接種人数を増やしてきています。当院では診療の合間に接種させて頂くため、1

日に接種できる人数が限られておりますが、できる限り多くの方々に接種できるようにしていきたいと思っています。

ワクチンに関しては様々な情報が行き交っており、特に副反応をご心配になる方が多いと思います。しかし、これほど発症予防効果の高いワクチンはありません。是非多くの方々に接種して頂き、コロナにかからない体になって頂きたいと思っています。

当院で接種するワクチンはファイザー製の「コミナティ」です。12歳以上で接種が可能です。ワクチンは予約制で行っています。

専用ダイヤル (090-6086-0100) へ電話をして頂き、予約をお取り下さい。2回接種が推奨されており、1回目と2回目は3週間空けて接種します。1回目でアナフィラキシーなどの強い副反応がなければ、2回目の接種は通常通り出来ます。基本的には、「どんな薬を飲んでいても」「どんな病気を持っていても」「これまでどんなアレルギー症状がでたことがあっても」接種できます。過去に重度のアナフィラキシーなどを起こされた経験のある方は、メリットとデメリットを考慮し、接種するかを検討しますが、接種してはいけないわけではありません。相談して決めさせていただきます。接種当日に熱があったり体調が優れない方は接種できません。その場合は2回分の予約をキャンセルして頂き、新たに2回分の予約をお取り下さい。

接種は肩より少し下の「三角筋」という筋肉に接種します。インフルエンザのワクチンよりも痛くありません。肩まで出る服装でお越し下さい。接種後は15～30分院内で待機して頂きます。

副反応として多いのが、接種部位の痛み(72%)、疲労(55%)、頭痛(46%)、筋肉痛(33%)(%はいずれも2回目接種時)です。いずれも1～2日で消失します。12～15歳の小児の方はそれぞれ10%ほど高い割合で出現するようです。

心配される副反応として「アナフィラキシー」という強いアレルギー反応と、「心筋炎」「心膜炎」があります。

「アナフィラキシー」とは、蕁麻疹や息苦しさ、喉の詰まり、気分不良、嘔気・嘔吐、腹痛、意識障害など様々な症状が出る強いアレルギー症状です。放置すると命に関わる危険性があります。多くは接種後15～30分以内に起こると言われています。アナフィラキシーを疑う場合はすぐに適切な処置が行えるよう、緊急薬剤や医療器材を揃えていますのでご安心下さい。頻度は100万回接種のうち6回くらいとかなり低い頻度です。比較的女性に起こりやすいと言われています。

「心筋炎」「心膜炎」はごく稀ではありますが、若い男性に多い傾向がある副反応だそうです(頻度不明)。接種後数日以内に胸の痛みや動悸、息切れ、むくみ等の症状が現れたら速やかに医療機関(心臓ですので総合病院の内科、お子様は小児科をお勧めします)を受診して下さい。

副反応の情報を聞くと怖くなる方もいらっしゃるかもしれませんが、ワクチンを2回接種し2週間以上経つと、コロナに対して95%以上の予防効果が獲得できます。12～15歳では100%の有効率です。現在高齢者接種が進み、高齢者の感染者や重症例は激減しました。一方、患者相の若年化が進んでいます。コロナに感染すると、命に関わる重篤な症状や後遺症を来す恐れがあります。なるべくかからないために、当院では積極的に接種をお勧めしています。ご質問のある方は、診察時に遠慮なくお声がけ下さい。

