加藤内科広報新聞　２月号

大阪は５年ぶりの雪景色となりました。
これからの時期は朝方と昼間の気温差が大きく
なりますので、体調には十分気を付けて下さい。

高齢受給者証が新しくなります。

現在、窓口負担が１割負担の高齢受給者証をお持ちの方は、
有効期限がH23年３月31日までとなっております。

４月より２割負担に変更の予定でしたが、来年の３月まで据え置きとなりました。
堺市より順次郵送されますので、新しい受給者証が届きましたら、窓口まで
ご提出をお願い致します。

※１　所得の変更や世帯構成が変更になった場合、負担割合が１割から３割に
　　変更になる場合があります。

※２　窓口負担が３割負担の高齢受給者証をお持ちの方は、変更はありません。

毎月月初めには、保険証の提示をお願いします。

また、保険証の変更がある方は窓口までお申し出下さい。

診察・受付時間のご案内

診療時間　　（休診日　　木曜の午後・土曜の午後・日曜・祝日）

午前診　　AM９：００　～　１２：００

（受付時間　　診察のみ　１１：４５まで　　点滴・検査・リハビリ希望　１１：３０まで）

午後診　　PM５：００　～　８：００

（受付時間　　診察のみ　７：４５まで　　点滴・検査・リハビリ希望　７：３０まで　）

予防接種のご案内

ＭＲ(風疹・麻疹)ワクチン

２期・３期・４期の接種期限は３月31日までとなっております。
対象年齢を過ぎると無料で接種出来なくなります。

対象年齢

第１期：生後１２ヶ月～２３ヶ月
第２期：小学校就学前１年間（平成１６年４月２日～１７年４月１日生まれ）
第３期：中学１年生（平成９年４月２日～１０年４月１日生まれ）
第４期：高校３年生（平成４年４月２日～５年４月１日生まれ）

【高血圧】のお薬について　Q&A

持病をお持ちの方は、お薬についていろいろな疑問があると思います。
今回は『高血圧』をお持ちの方からよく聞かれるご質問を載せてみましたので、
参考にしてみてください。

Q１：薬はずっと飲み続けないといけないの？

Ａ１：塩分を控える、適度の運動を続けるなど、日常生活の改善や
体重の減量などで、血圧が目標数値以下となれば、お薬を中止することもあります。
但し、食生活を見直してもなかなか改善しない方や、体質的な高血圧の方の場合は、
飲み続けないといけないことになります。

Q２：朝のお薬を飲み忘れたらどうしたらいいですか？

Ａ２：１日１回朝食後にお薬を飲む方は、昼食後に飲んでも大丈夫です。
１日２回朝・夕食後にお薬を飲む方は、昼・夕食後に飲んでも大丈夫です。
１日３回毎食後にお薬を飲む方は、朝は飲まないで、昼食後から決められた量を
飲んで下さい。
朝飲み忘れたからといって、昼食後に朝の分を合わせて飲むことはやめて下さい。

**Q３：血圧が安定してきたのでもうお薬を飲むのをやめました。
体調も良いのでいいですよね？**

Ａ３：血圧のお薬の中には、ゆっくり効き始めて、効き始めると効果が長く持続する性質が
あります。
従って、しばらくお薬を飲み続けると、血圧が安定し、持病が治った様に感じられる方が
いらっしゃいます。が、それは持病が治った訳ではなく、お薬が効いているためなのです。

高血圧は症状がほとんど表に出なく、『サイレントキラー(静かなる殺人者)』と
呼ばれるほど、知らない間に血管や心臓に負担をかけています。
放っておくと、突然『脳卒中』や『心筋梗塞』などを起こすことになり、
死に至ることにもなりかねません。
副作用が怖いためお薬を飲むのがいやな方、また自己判断でお薬の飲み方を
調節したり、お薬を中止している方は、“高血圧をそのまま放っておくことの方が怖い”
ということを頭において、まずは、かかりつけ医にご相談して下さい。

お薬に関してのご質問、またいろいろな“ご質問について”
のパンフレットも作成しています。
ご希望の方は、お気軽にスタッフまで
お声をかけて下さい。

次回　　３月２０日　発行予定