



## クリニックだより



今年の冬は、今のところ気象庁の予想通り西日本は暖冬の様です。  
そのためか、1月中旬の時点では、新居浜地方のインフルエンザ流行は  
昨年に比べてやや少なめと思われます。

しかし、油断は禁物です。東日本や九州の一部では、大流行の兆しを見せて  
おり、年末年始の帰省や旅行、これからピークを迎える入学試験等で多くの  
人が公共の交通機関を利用して移動しますので、全国に広がる恐れが高まっ  
てまいります。

基本的なことですが、十分な休養と睡眠をとり、外出時や多くの人が集まる  
場所では防寒具とマスクの着用を忘れないようにしましょう。インフルエンザ  
ウイルスは、寒冷と乾燥を好みます。暖房と加湿・保温に留意して下さい。

十分予防対策を講じワクチンも接種していたとしても、絶対に罹らないとい  
う保証はありません。もし、突然の高熱、関節や筋肉の痛み、倦怠感などの症  
状が出ましたら、早めに医療機関を受診しましょう。(抗インフルエンザ薬は発  
症後48時間以後は無効或いは効果不十分と言われております)ただし、発症  
後5~6時間は検査キットに反応しない場合がありますので、ご注意ください。

近年、抗インフルエンザ薬の進歩は著しく、ほとんどのケースで1回だけの  
投与(吸入薬または錠剤)で治療は完了します。現在は、A型が主流ですが春  
先以降はB型の流行が予想され、A,B型のどちらにも罹る場合もありますので、  
一度罹ったからといって安心しないでください。

ところで、2月中旬からはスギ花粉の飛散が始まります。花粉症の方はもち  
ろんのこと、突然感作されて発症する場合がありますので、早めの対策をお勧  
めします。

最後にお知らせを一つご報告します。当クリニックは今年4月から開設5年  
目を迎えることになりました。ご利用になられる方も徐々に増えてまいりまし  
たので、利便性を向上させるべく、4月以降はこれまで休診でした木曜日も、  
午前中は診療することにいたしました。どうぞご利用下さい。

まだまだ寒い日はしばらく続きます。防寒対策をしっかりと立てて元気に過  
ごしましょう! 『冬来たりなば春遠からじ』ですよ!