

(この用紙は資源保護のため再生紙を利用しています)

9月

巡回診療  
日程表



◎毎月1回は保険証の提出をお願いします◎

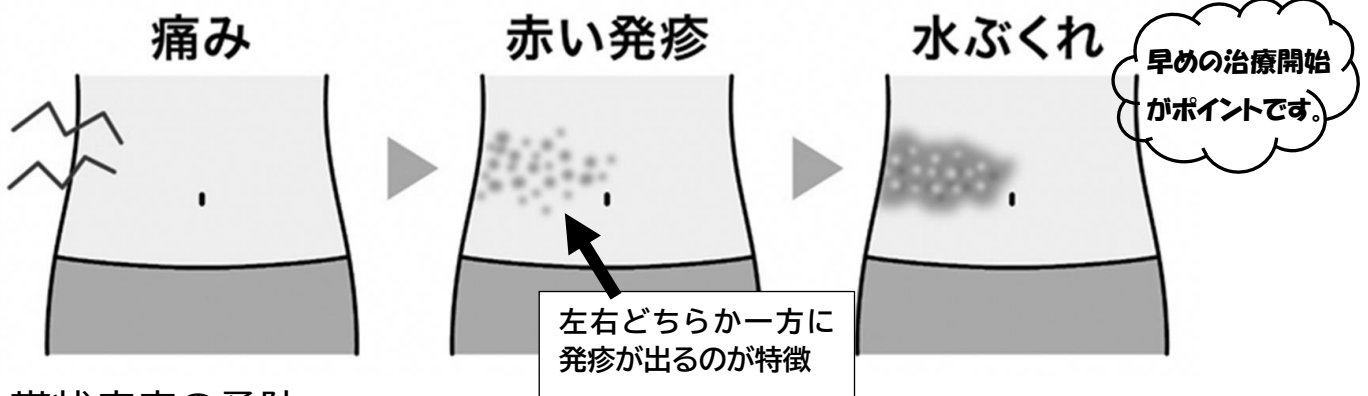
会場	診療日	受付時間	担当医
見立	7(木)・28(木)	2:00~ 2:30	佐藤医師
虫崎		3:00~ 3:15	
北小浦	21(木)	2:00~ 2:30	
黒姫		3:00~ 3:30	

会場	診療日	受付時間	担当医
鷺崎	13(水)	1:50~ 3:00	石塚医師
藻浦	4(月)・25(月)	2:00~ 2:50	大森医師
北鶴島		3:15~ 3:40	
願	11(月)	2:00~ 2:30	
真更川		3:00~ 3:40	

## 50歳から気をつけたい带状疱疹

带状疱疹とは、水痘(いわゆる水ぼうそう)の原因となる「水痘・带状疱疹ウイルス」が引き起こす、発疹などの皮膚症状と痛みが現れる病気です。日本人の多くは幼少期に水ぼうそうにかかっており、9割以上の成人がこのウイルスを保有しています。どの年代でも発症しますが、特に50代から発症率が急激に上昇します。

症状としてはまずピリピリ、チクチク、ズキズキといった「神経痛」が出て、1週間程度で痛みがある部分に赤い斑点が見られるようになります。その後赤い斑点内に水ぶくれができ、水ぶくれが破れてただれた状態になり、最終的にそこがかさぶたになって治まる、という経過をたどります。



### ④ 带状疱疹の予防

带状疱疹は、数年前に50歳以上を対象とした予防ワクチンが承認され、接種する人が増えつつあります。ワクチンを接種することで発症率が抑えられるだけでなく、もし発症してしまっても重症化を防ぐことが期待できます。接種希望の方は、かかりつけ医に相談してみてください。また、带状疱疹の発症には免疫力の低下が大きく影響します。睡眠をしっかりと、ストレスや疲労をため込まない生活を心がけましょう。