



涼しくなってきた。今年の残暑が自分の子どもの頃の約40~50年前の真夏の暑さに匹敵すると聞いて、さもありなんと思った。自宅に冷房は無かったし扇風機で充分涼しかった。暑さのために人が死んだというニュースを聞いた覚えもない。体力と精神力と知恵が要求される時代になったものだとつくづく思う。

さて、来月の阿久比町の「高血圧」の発表をまとめていて考えた事。我々内科医には動脈硬化によって血管が詰まり、脳・心・腎がやられて早死にするのが常識だ。だから高血圧に加え、糖尿病、コレステロール、喫煙、肥満、運動不足など動脈硬化を促進する全てを一律に排除しようとする。それぞれの因果関係を病態生理として学んできたから。しかし多くの方はそれらの繋がりをやはり理解できていない。だからとても気をつけているようだが、大切なポイントが抜けていたりする。発表ではその辺りをなるべくわかり易く伝えたい。健康に良い事を「意識して続ける」から、「無理せず行っている」という状態まで習慣を変える事が大切だ。私の発表がその一助になればいいと思う。

さて、予想通りコロナワクチンが来年以降、インフルエンザ同様年に1~2回の定期接種になる。皆さんには是非接種して頂きたい。現在これだけ流行っても重症化しなくなったのは、今までの頻回の接種のおかげだ。スペイン風邪で多くの人間を死滅させたインフルエンザが、現在低い死亡率にとどまる理由の1つは、ワクチンをそれ以後くり返し行ったこと。ワクチンによる疑似感染で起こる副作用は実際に感染するよりはるかに軽度で済む。コロナウイルスを克服するための基礎免疫を持つためには、まだまだワクチン接種回数が不足しているのだ。インフルエンザに限らず特に感染症の医療については、歴史を学ぶことが極めて大切だと思う。



ハーブ内科皮フ科 理事長 竹内 秀俊

スタッフブログを毎週更新中!

ハーブ内科 検索

発行元:(医)ハーブ内科皮フ科・(株)ハーブライフケア

所在地 知多郡阿久比町横松宮前 67

TEL 0569-49-2752/FAX 0569-49-2753

## 【快想デイ】

敬老の日因んで毎年恒例の敬老会を行いました。敬老の日まつわるクイズや、年間の国民の祝日を計16日、皆さんで考え答えてくださいました。

そしてスイーツバイキングを行い、可愛くて美味しそうな3種のデザートを召し上がって頂き『おいしいね』と、たくさんの声が聞こえてきました。

最後は快想デイサービスを利用されている長寿上位男性5名、女性5名の方のご長寿をお祝いし、表彰させて頂きました。

いつまでも健康で長生きしてくださいね♥



## 【予防接種のご案内】

### 〈新型コロナワクチン予防接種〉

9/20~対象者接種開始  
当院にて接種歴のある方は、窓口・電話にて予約可能

### 〈インフルエンザワクチン〉

10月下旬からインフルエンザワクチン接種開始  
10月中旬より予約開始。  
接種料金、接種開始日はワクチン入荷の関係にて後日当院ホームページ、LINEにて掲載いたします。

9月中旬からコロナ・インフルエンザ感染者が増えています。ここ数日は毎日感染者が5~6名ほどいます。秋の寒暖差で免疫低下にて感染率も上がります。是非、コロナ・インフルエンザに感染しない、感染しても軽症で済むようにワクチン接種をしましょう。

感染拡大しないためにも是非ワクチン接種をお願いします。

