院内報　NO.323　2018年　　11月 1日発行

QRコードで
携帯サイトへ
簡単アクセス

MPC まつだ元気っ子通信

鳥取県倉吉市新町3丁目1178　　TEL：(0858)22-2959　　FAX：(0858)22-2977
E-mail：rmatsuda@apionet.or.jp　　URL：http://www.mpc-kodomo.sakura.ne.jp
予約専用URL　http://www.matsudasyounika5489.com

朝、晩めっきり冷えこむようになりました。今年もそろそろ冬支度。月日が経つのは早いものですね。寒いからといって暖房をし過ぎると、空気が乾燥し、皮膚の乾燥をまねき、かゆみを引き起こします。適度に加湿をして空気の入れ替えもしましょう。もちろん、室内は禁煙にして、家族の方にも協力してもらいましょう。お肌の乾燥がひどい時には、入浴直後に保湿剤を使用して、こまめにスキンケアしましょう。
これからインフルエンザを含めた、風邪が流行します。うがい、手洗い、マスクをしてしっかり予防しましょう。

11月の予定

※詳しくは**ホームページ・QRコード/院内のボード**に記載してありますのでご覧下さい。
この他にも変更になることがありますのでご確認ください。

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5 午後受付6時まで	6	7	8	9 午後受付5時まで	10 休診
11	12	13	14 午後受付6時まで	15	16	17
18	19 午後受付6時まで	20	21 午後受付6時まで	22	23	24 休診
25	26 午後受付6時まで	27	28 午後受付6時まで	29	30 午後診察5時から	

【変更内容】

5(月) 会合のため午後受付6時まで
9(金) 会合のため午後受付5時まで
10(土) 学会のため休診
14(水) 会合のため午後受付6時まで
19(月) 講演のため午後受付6時まで
21(水) 会合のため午後受付6時まで
24(土) 学会のため休診
26(月) 会合のため午後受付6時まで
28(水) 会合のため午後受付6時まで
☆30(金) 会合のため午後診察5時から
※11月・12月はインフルエンザ予防接種とのため午後診察の時間帯が変更となります。

院長担当健診の予定

11/ 13(火)　倉吉市3歳児健診
20(火)　三朝町5歳児健診
27(火)　三朝町3歳児健診

診療時間　8:30～12:00
15:00～18:30
休診：木曜日午後・日曜日
祝祭日

まつだ小児科で早朝ノルディックウォーク♪

毎週木曜日 朝6時45分からノルディックウォークをしています。まつだ小児科から打吹公園までの約20分程度のコースです。(ノルディックポールを使ってみたい方は、火曜日までにご連絡いただければポールを準備いたします。子ども用もありますのでお問い合わせください(無料)
※雨天・悪天候の場合は中止とさせていただきます。

＜予防接種＞

●一般外来の診察時間内
午前９時～11時まで　午後4時～4時30分まで
（木曜日は午前９時～10時30分まで）
インフルエンザの予防接種が開始しましたので
午後の予防接種は人数に限りがあります。
※ワクチンの準備などがありますので
あらかじめ受付(電話：22-2959)ご予約ください。

※ 電話でのお問い合わせは
午前9時～午後5時までにお願いします

＜健診＞

完全予約制（３～５人）
毎週 月・火・金　午後１時半～３時まで
※ご希望の方は**お早めに**受付でお申し込みされるか、
お電話（受付22-2959）でご相談ください。

◆小児科休日診療のご案内

場所：**厚生病院**　TEL：22-8181
時間：**午前10:00～午後1:15**
中部小児科医会の会員が小児救急を担当しています。
当院院長の担当日　11月はありません

◆インターネット予約のご案内

従来の電話による診療予約に加え携帯電話・パソコンからの
インターネット予約 が可能となりました。どうぞご利用ください。

【お願い】
学会、会合等の都合により受付を早く終了することがあります。
1ヶ月ほど前から院内に表示してありますのでチェックしていただくと助かります。
ホームページ(HP)もご確認いただければ幸いです。
お間違えのないよう受診してください。皆様のご協力をお願い致します。

☎ 予約電話番号 23 - 5489（ニイサン ハ ゴヨヤク）

RSウィルス感染症

RSウイルス感染症は秋から冬にかけて流行しやすい風邪症状を引き起こすウイルス感染症で、小児、特に乳幼児に多く発症し、9月から本格的に流行する事が多くなっています。風邪の症状で始まり、乳幼児では細気管支炎・気管支炎・肺炎をおこしやすく、特に、1才未満では細気管支炎で呼吸困難となり、重症化しやすく、喘息などの呼吸器や心臓に慢性疾患をもっている場合は注意が必要です!

【症　状】
・発熱・痰のからんだ苦しそうな咳・鼻汁
・ゼーゼーヒューヒューと言う呼吸音（喘鳴）
・細気管支炎を起こすと呼吸困難を
　伴うようになります。

【治　療】
・RSウイルス感染症に直接効く薬はありません
・症状をやわらげる対症療法
・安静にして水分を十分に摂る

【予　防】
・手洗い・うがい・マスクをしましょう。
・乳児はこまめに鼻を吸ってあげましょう。
・人の混み合うところへの外出はさけましょう。

【検　査】
・RSウイルスの診断には迅速検査があります。
・RSウイルスがいるかどうかを綿棒で鼻汁を取り
　約8分で結果が出る迅速検査で、今のところ、保険適応
　で検査出来るのは1才未満児が対象です

足の計測をしています

歩き始める1歳前後は土踏まずはなくべた足で足底全体をついて歩くヨチヨチ歩行です。
3～4歳頃になると活発な動きによって土踏まずが形成され、その後8～10歳頃までに大人と同じような土踏まずとなります。しかし、運動不足や足に合っていない靴を履き続けると、足に何らかの変形が見られるようになります。

当院では1才過ぎて、しっかり歩けるようになったお子さんを対象に健診時に足長、足幅、足囲の測定を行っています。
足型をみるフットプリントは3才以上で行っていますのでご相談ください。

○外反母趾（がいはんぼし）
「親指が外向きに曲がっている状態」

○内反小趾（ないはんしょうし）
「4，5趾が内向きに曲がっている」

○扁平（へんぺい）足（そく）
「土踏まず」が形成されていない

健診時以外の時間でも足趾や足について気になる時は、お声をおかけください！！

今月のおすすめ絵本

『ダンデライオン』

ドン・フリーマン／作　アーサー・ビナード　／訳

ティーパーティーに招待されたダンデライオンは、着飾って出かけていきます。けれど気づいてもらえずしょんぼり。やがて雨が降ってきて…ありのままの自分の心地よさに気付かされる絵本です。

紹介：美穂ママ

※おすすめ絵本は、当院待合室にもおいてあります。