

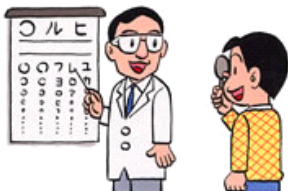
# 片桐眼科通信 vol. 1

2012. 2月発行  
発行元：片桐眼科クリニック  
発行人：院長 片桐喜彰

## <ごあいさつ>

みなさんこんにちは。院長の片桐喜彰です。  
毎日寒い日が続いていますが、いかがお過ごしですか？

さてこの度、片桐眼科通信を発行することになりました。季節ごとに、眼科の病気に関するトピックスや話題など、普段の診察時間ではなかなかお話しできないような内容を紙面を通じてお伝えできればと思います。待ち時間やご自宅で、楽しみながらお読みいただけましたら幸いです。何卒 よろしく願いいたします。



## <「今日の出来事ノート」使っています>

当院が活用しているものの1つに、「今日の出来事ノート」があります。その日1日の院内での出来事のうち、印象に残っていることをスタッフ各自が要約して付箋に書き、ノートに貼っていきます。

例えば「〇月〇日 今日は混雑したため、患者さんからどのくらい待つのか聞かれることが多かったです。」「〇月〇日 前回より視力が上がっていたお子さんが本当に嬉しそうにしていました。それをみて私も心が和みました。」「〇月〇日 検診日のお知らせハガキは、次の受診日を忘れなくて助かる、とおっしゃっていただきました」などです。

些細なことですが、その1つ1つを院長とスタッフ全員で共有することにより、普段目が届かないことや気づかなかった事の改善につながっています。例えば待ち時間の件では、番号札の配布でおおよその目安がわかるようになりました。また、院長とスタッフの意見交換や意志疎通にも大いに役に立っており、何より患者さんからの言葉は私たちの仕事の意欲につながります。

今後もクリニックの診療、接遇の向上に役立てていきますので、気付いたことがあればみなさんもどうぞ遠慮なくご指摘ください。

## <今月の特集：花粉症について>

### <その症状、花粉症？>

2月に入り、そろそろ花粉症が気になる季節になりました。昨年は例年をかなり上回る量のスギ花粉が飛散して、初めて花粉症を発症した方も多かったようです。中には、症状が出ていても「私は大丈夫」「花粉症のほずがない」と信じて疑わず、症状がひどくなって受診される方もいらっしゃいます。お気持ちはわかりますが、今や花粉症もれっきとした病気ですので、症状に合わせた対策をすることが肝心です。

そこで、この時期にこんな症状が出たら、花粉症を疑いましょうというものをまとめました。

目がかゆい 目が赤い 目がゴロゴロする  
異物感が強くて、目を外して洗いたくなる  
ねばりのある、白いめやにが出る 目がかすむ

くしゃみが連発する 鼻水が出続ける  
鼻がかゆい 鼻が詰まって息苦しい(夜眠れない)

体がだるい 口やのどが渇く 下痢をする  
微熱が出る 眠い 頭がいつもより働かない

特に全身症状は、風邪と間違えられることも多いです。あなたは、いくつ該当しましたか？

### <私、本当に花粉症？>

それでも半信半疑な方、また春だけでなく他の季節にも同じ症状が出る方には、アレルギー検査をお勧めしています。どちらも20分ほどで結果がわかります。

#### ①血液検査

・ほとんど痛くない方法で指先から少量の血液をとります  
・スギ、ヒノキ、カモガヤ、ブタクサ、ハウスダスト、イヌ、ネコなどに対するアレルギーの程度がわかります

#### ②涙液検査

・涙を採取してアレルギーがあるかを調べる検査です  
・ただし、何に対するアレルギーかはわかりません  
・血を見るのは嫌だ、という方におすすめです

### <実際にどうしたらよい？ 初期療法について>

当院では「初期療法」をお勧めしています。アレルギーの目薬や飲み薬は、使い始めてから効果が充分発揮されるまで2週間ほどかかります。そのため、症状が出てから開始しても、しばらくは症状が改善しないことがあります。

今年の飛散開始は2月中旬～下旬とのこと。今から薬を始めることで、憎き花粉を迎え討ちましょう！

詳しくは当院ホームページへ→<http://www.k-eye.jp/kafun/>

\*次号では花粉症最盛期の対処方法を集めます