

ゆとり

* * Topics * *

TOPICS 1 マイナンバーカードについて

TOPICS 2 带状疱疹ワクチン

TOPICS 3 院内でのマスク着用をお願い



TOPICS 1 マイナンバーカードについて

■マイナンバーカードとは

マイナンバーが記載された顔写真付のカードのことです。
マイナンバーカードは、プラスチック製のICチップ付きカードで券面に氏名住所、生年月日、性別、マイナンバーと本人の顔写真等が表示されます。本人確認のための身分証明書として利用できるほか、自治体サービス、e-Tax等の電子証明書を利用した電子申請等、様々なサービスにもご利用いただけます。

1人に1つ。
マイナンバー



◎健康保険証として利用するメリット

- ・窓口での**限度額以上の支払いが不要**になります。
 - ・確定申告の**医療費控除が簡単**にできます。
- そのほかにも利用するメリットがあります。

当院ではマイナンバーカードの
健康保険証利用が可能です。
ご利用に関しては各受付にご相談ください。



引用：マイナンバーカードについて - マイナンバーカード総合サイト



医療法人積仁会
島田総合病院

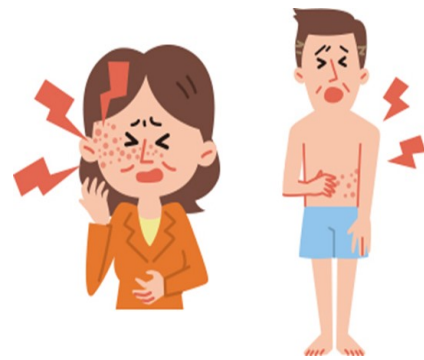
〒288-0053
千葉県銚子市東町5番地の3
TEL. 0479-22-5401 FAX. 0479-23-3613
URL <http://www.shimada-hsp.or.jp/>



当院ホームページ用QRコード

帯状疱疹とは

水ぼうそうと同じウイルスで起こる皮膚の病気です。体の左右どちらかの神経に沿って痛みを伴う赤い斑点と水ぶくれが多数集まって帯状に生じます。



帯状疱疹の経過

(1)初期の症状

帯状疱疹の初期の症状は、体の左右どちらかの神経に沿って生じる皮膚の痛みや違和感、かゆみなどです。痛みは神経の炎症によって引き起こされます。多くの場合、皮膚症状の数日前から1週間ほど前に生じますが、皮膚症状と同時、あるいはやや遅れて生じることもあります。痛みは「ピリピリする」「ジンジンする」「ズキズキする」と表現されるほか、「焼けつくような」と表現されることもあります。程度はさまざまです。皮膚症状が現れる前後には、発熱したりリンパ節が腫れたりすることもあります。

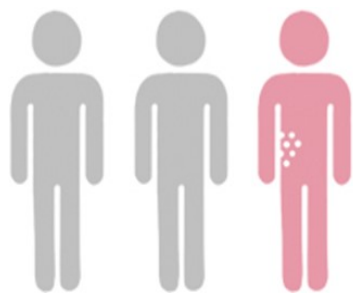
(2)発疹がでてくる

発疹は、皮膚の痛みや違和感、かゆみなどが起こった場所に現れます。最初はわずかな盛り上がりや丘疹と呼ばれる小さなぶつぶつです。胸や背中、腹部など多くは上半身に現れ、顔面や目の周りにみられることもあります。

(3)水ぶくれを経て治っていく

発疹は、その後小さな水ぶくれに変化していきます。水ぶくれは初め、数ミリくらいの小さなものが数個みられるだけですが、次第に数を増していきます。新しいものと古いものが混在し、帯状に分布します。このように水ぶくれ(疱疹とほぼ同じ意味)が帯状に集まって生じることから、「帯状疱疹」と呼ばれます。水ぶくれは、血液を含んだ黒ずんだ色になることや膿がたまることもあります。水ぶくれや膿は1週間ほどで破れ、その後かさぶたとなり、皮膚症状は3週間前後で治まりますが、色素沈着や傷跡が残る場合もあります。





80歳までに
約**3人に1人**が発症

加齢、疲労、ストレスなどによる免疫力低下が発症の原因となることがあります。

50歳代から発症率が高くなり、80歳までに約3人に1人が带状疱疹を発症するといわれています。疲労やストレスなども発症のきっかけになりますが、糖尿病やがんなどの免疫力が低下する病気が原因になることもあります。

带状疱疹にならないために

带状疱疹にならないために必要なことは、日頃から体調管理を心がけること！
免疫力が低下しないようにすることが大切です。

带状疱疹は、加齢や疲労などによる免疫力の低下に伴い、

誰でも発症する可能性のある病気です。

带状疱疹になりにくい体づくりのためには、食事のバランスに気をつける、睡眠をきちんととるなど、日頃から体調管理を心がけることが大切です。



また、**50歳以上の方は、ワクチン接種で予防することができます。**

带状疱疹ワクチンには、**不活化ワクチン**と**生ワクチン**があります。

生ワクチンは、病原体となるウイルスや細菌の毒性を弱めて製造されています。

不活化ワクチンは、病原体となるウイルスや細菌の感染力が失活、もしくは病原体を構成する物質をもとにして製造されています。

当院、予防医学センターでは、
带状疱疹のワクチン接種も行っています。

予約方法や料金などお気軽にお問い合わせください。



予防医学センター直通 **☎0479-22-0063**

令和5年3月13日以降、マスク着用は、個人の判断となりましたが、**医療機関受診時などはマスク着用が推奨**される場面とされています。

受診時や面会時などは、ご自身と患者さまを守るためにもマスクの着用をお願い申し上げます。

※2月時点での情報です。最新情報は厚生労働省HP参照下さい。

周囲の方に、感染を広げないために

マスクを着用しましょう



受診時や医療機関・
高齢者施設などを訪問する時



通勤ラッシュ時など混雑した
電車・バスに乗車する時

ご自身を感染から守るために

マスク着用が効果的です



高齢者



慢性肝臓病
がん
心血管疾患 など

基礎疾患を有する方



妊婦

重症化リスクの高い方が感染拡大時に混雑した場所に行く時

本人の意思に反してマスクの着脱を強いることがないよう、
個人の主体的な判断が尊重されるよう、ご配慮をお願いします

※事業者の判断でマスク着用を求められる場合や従業員がマスクを着用している場合があります

