

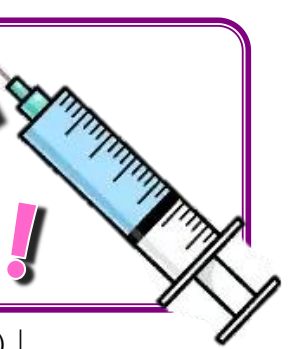
ほほえみ



第161号

(医) 録三会 美濃加茂市 太田町 2825	
太田病院	TEL 0574-26-1251
クリニック	TEL 0574-26-2220
中部台ケアセンター	TEL 0574-23-1155
更紗	TEL 0574-23-1011
つるかめ訪問看護	TEL 0574-27-6535
居宅介護支援事業所	TEL 0574-23-0600
中部長寿支援センター	TEL 0574-49-8591

带状疱疹ワクチン 予約受付中です！



最近テレビのCMなどでよく耳にする「带状疱疹(たいじょうほうしん)」。

当院では、带状疱疹ワクチン(シングリックス)予防接種の予約を受け付けております。

正しい知識を持つことで、発症のリスクを減らし、症状が現れた際には迅速かつ的確に対応できるよう備えましょう。

●申込方法

窓口 : 平日 9:00 ~ 17:00

お電話 : 平日 14:00 ~ 16:00

(電話番号: 0574-26-2220)

●料金

■任意接種 : 19,000 円/回

■助成対象者 : 8,000 円/回 (美濃加茂市・加茂郡)
6,500 円/回 (可児市)

1. 令和8年度内に65歳を迎える方
2. 60歳から64歳で身体障害者手帳1級程度の方
3. 令和8年度内に70、75、80、85、90、95、100歳となる方

●接種回数

2回 ※1回目を接種後、2ヶ月～6ヶ月以内に2回目を接種
(当院のワクチンは「シングリックス」を使用)

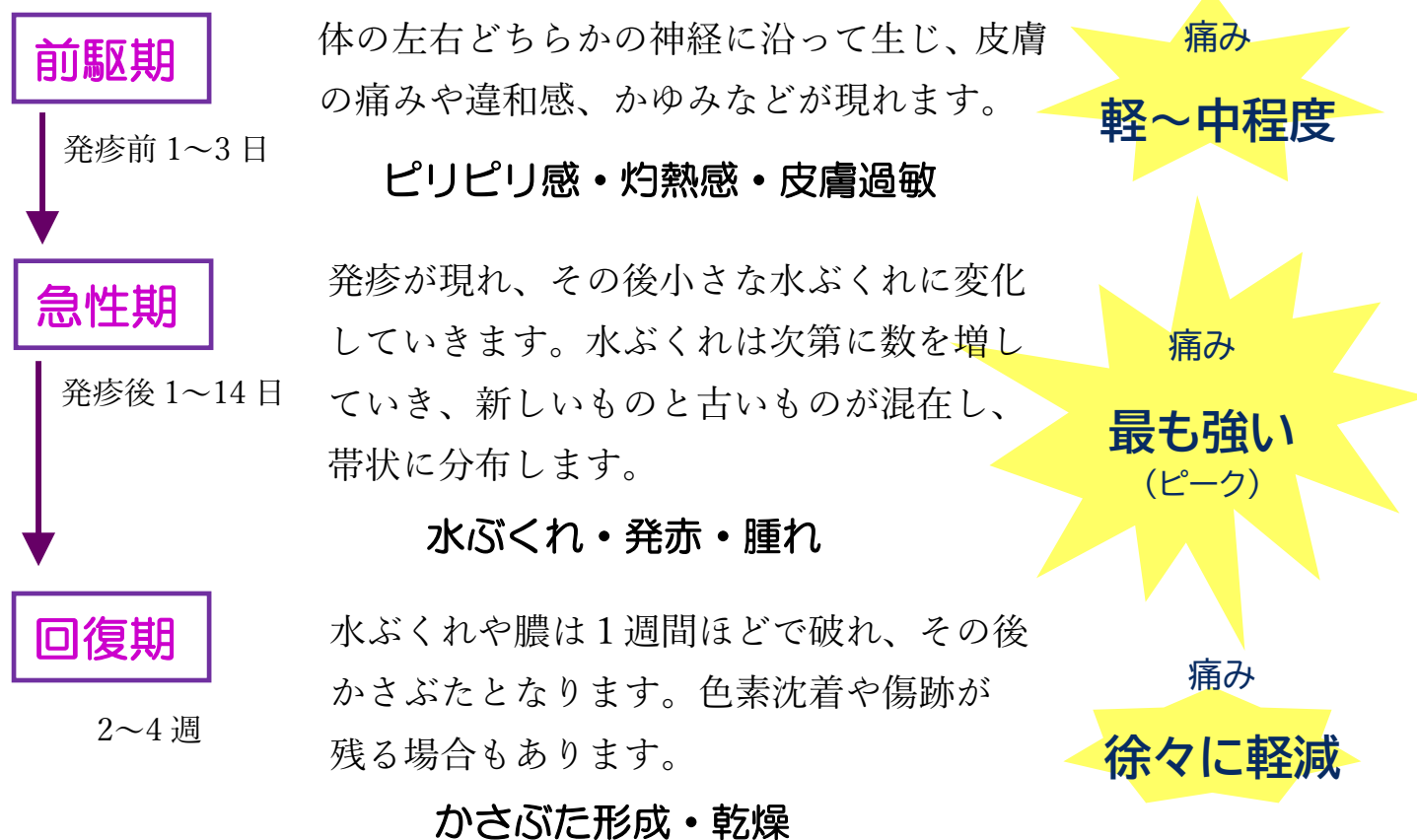
※お住いの自治体にてご確認ください

◆「带状疱疹」とは・・・

子どもの頃にかかった水ぼうそうの原因となるウイルスが再活性化し、神経に沿って赤い発疹や水ぶくれが带状に現れ、ぴりぴりとした痛みや違和感、かゆみを伴う感染症です。



◆帯状疱疹の症状



◆回復期間の目安

年齢は帯状疱疹からの回復速度に大きく影響します。

高齢になるほど免疫機能が低下しており、神経が傷つく程度も強くなりやすいことから、若い人よりも回復までに時間がかかると考えられます。

特に、顔や頭に発疹が現れた場合、痛みが消えるまでに時間がかかることが多く、人によっては一生痛みが消えないこともあるため、早めの受診、早めの治療の開始が極めて重要です。

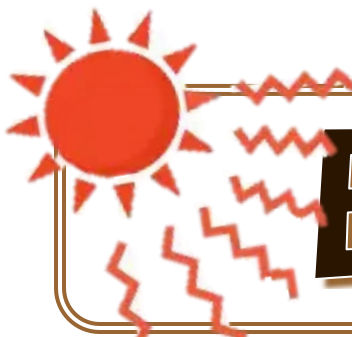
年齢層	皮疹が治るまで（目安）
50 歳未満	2～3 週間
60～65 歳	3～4 週間
65 歳以上	4 週間前後～それ以上

◆早めの受診がカギ！

治療開始が遅れると、帯状疱疹後神経痛（PHN）などの後遺症リスクが高まります。

発疹が出てから 72 時間以内に抗ウイルス薬を開始することが、症状の軽減と後遺症予防に最も効果的です。





日焼けはやけどです

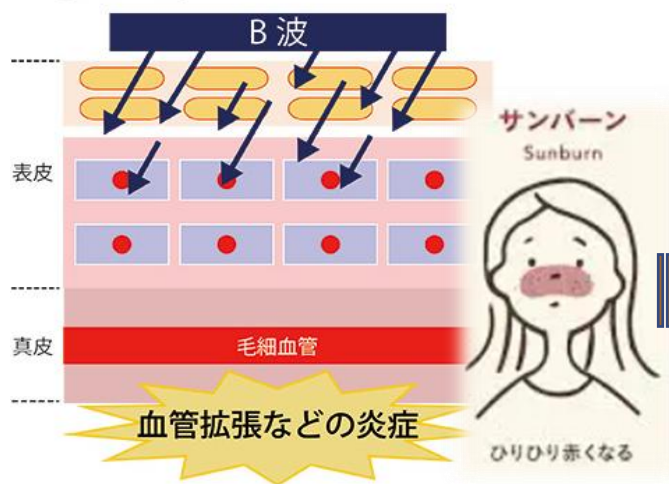
多くの方が「日焼け＝健康的な小麦色」と思っていますが実は大きな誤解。

実際は、「日焼け」は紫外線による「やけど」（皮膚細胞の損傷・炎症）です。

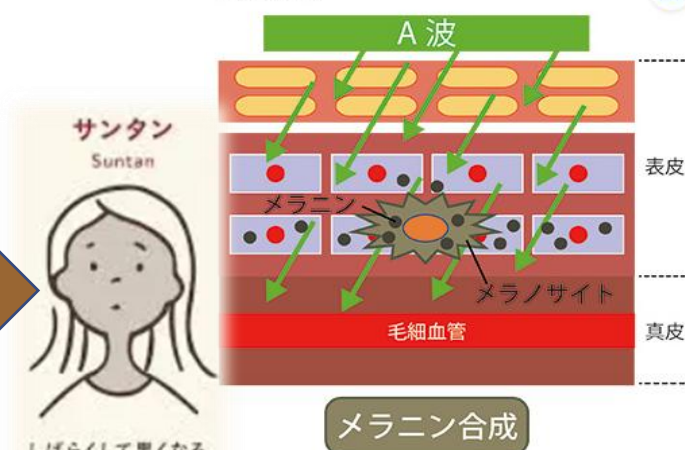
◆「日焼け」のメカニズム

強い紫外線により皮膚細胞が傷つき、赤くヒリヒリする「サンバーン」という炎症を起こし、数日後、「サンタン」と呼ばれる色素沈着を起こします。

【サンバーン】



【サンタン】



◆重症のサイン(受診の目安)

- ・水ぶくれ（水泡）ができている
- ・強い痛みが続く、眠れないほどヒリヒリする
- ・発熱や悪寒
- ・吐き気や頭痛、めまい
- ・日焼けの範囲が広範囲に及んでいる

このような時は
医療機関での治療を
おすすめします！

◆7月の紫外線は危険！

7月の紫外線は「量」「強さ」とともにピークを迎えます。

曇りの日でも紫外線は 80%以上届き、日陰でも約 60%届きます。水面・コンクリートの照り返しで紫外線量は 1.5 倍になることも。

「曇っているから大丈夫」は誤解なのです。

紫外線の強さと量の変化



◆日焼け止めを上手に利用！

紫外線線の UVB（B 波）と UVA（A 波）を防御してくれるのが「日焼け止め」です。
化粧品的一种ですが薬に近い存在です。

★UVB（B 波）

表皮に届き、赤くヒリヒリする
“サンバーン”を起こす

UVB を防ぐ力
SPF



★UVA（A 波）

真皮まで届き、シミ・しわ・
たるみの原因になる

UVA を防ぐ力
PA

「SPF」が「1」で約 20 分間サンバーンを
遅らせます

つまり・・・

SPF50 なら

⇒ 20 分×50＝約 1000 分（約 17 時間）

「PA+」の+の数が UVA を防ぐ指数

PA+ 効果あり

PA++ かなり効果あり

PA+++ 非常に効果あり

PA++++ きわめて高い効果あり

<シーン別のおすすめ>

●通勤・買い物 ⇒ SPF20～30 / PA++

●公園・スポーツ ⇒ SPF30～50 / PA+++

●海・プール ⇒ SPF50+ / PA++++

適量をムラなく塗り、
2～3 時間ごとに
塗り直しましょう！

太田メディカルクリニックからのお知らせ

★休診

※変更する場合もありますので、受付窓口近くの掲示板にてご確認ください。

堀 景 太 朗	医 師	7 / 22 (水)・8 / 19 (水)
長 谷 川 隆 司	医 師	8 / 1 (土)
佐 々 木 恵 美 子	医 師	8 / 3 (月)
渡 邊 健 太	医 師	8 / 3 (月)～8 / 8 (土)
齋 藤 真 理 子	医 師	8 / 5 (水)～8 / 6 (木)
宮 城 元 博	医 師	8 / 14 (金)
井 藤 孝	医 師	8 / 15 (土)
鈴 木 智	医 師	8 / 27 (木)

★休日急患診療所当番日

* 7 月 2 6 日 (日)

* 8 月 3 0 日 (日)

※受付時間 9:00～16:30

あとかき

暑い夏に風鈴の音色。聞くだけで涼やかさが広がります。風鈴はもともと中国の「占風鐸（せんぷうたく）」がルーツで風による吉凶を占っていたものが日本に伝わり、“夏の涼”を呼ぶ道具へと変化したのだとか。この風鈴の高く澄んだ音は、人が涼しさを感じやすい周波数に近いと言われ、脳が“冷たい”と錯覚することで涼しいと感じるのだそう。音で涼を呼ぶ日本の文化。改めて素敵ですね。

次回は令和 8 年 9 月 7 日 (月) に発行予定です <経営企画部>