



2月はインフルエンザ流行のピークです。今年に入って患者数はやや減少しているものの、都市部で流行しており、各都道府県では警報レベルに達しています。予防も大切ですが、発症してしまったら感染拡大を防ぐため、発症後5日間、また、熱が下がっても2日間は外出を控えましょう。詳しい予防方法や対処法が知りたいときは、ファミリー健康相談へ電話してください！ヘルスアドバイザーと顧問医師が連携して適切なアドバイスをします。

ヘルスアドバイザーから
今月の一言

セカンドオピニオン

セカンドオピニオンという言葉は、第二の意見という意味で、さまざまな専門性の高い事柄で使われています。もともとは一人の医師（主治医）の診察を受けている患者が他の医師の意見を聞き、主治医と治療法などを決めていくときの判断材料、またはそれを得るということから使われ始めたものです。

患者自らが治療の決定に主体的に関わっていく、または決定を委ねられるなどの際に、複数の専門家の意見を聞きたいと思うことは当たり前感覚として根付いてきていますが、実際には主治医との関係に影響を及ぼすのではないかと心配して躊躇する方も多いようです。しかしながら、主治医とともに治療を決定していくためのセカンドオピニオンですから、心配は無用なはず。むしろ、主治医とは、今心配なことや治療後のQOL（生活の質）、生き方などを伝えていける関係を維持していくことが大切になってくるのではないのでしょうか。

ファミリー健康相談では、こんな相談が...

Q:インフルエンザにかかり、3日前イナビルを吸入し熱が下がる傾向にあったのですが、再び熱が上がり始めました。再受診したほうがよいでしょうか？

A: 現在 37.9 度くらいで上昇しているとのことですが、頭痛は軽減し、水分も摂ることができ、睡眠もとれているとのことなので、今は様子を見てください。ただし、このまま熱が上がり続けるようであれば再受診してください。

Q:4歳の子どもですが、日中に発熱しました。病院に連絡をしたのですが、12時間後に来るように言われました。なぜでしょうか？

A: 単なるかぜか、インフルエンザかの判定をする場合、発熱後12時間以上でないとう正しい結果が出にくいといわれています。「12時間後」とはそのことを考慮してのことと思われる。

Q:胃がんにかかっています。セカンドオピニオンを受けようと思っているのですが、主治医に伝えるべきでしょうか？

A: これまでの検査結果や主治医の治療方針をセカンドオピニオンを受けてくれる専門医に明確に伝えることが重要なため、主治医に伝えるようにしてください。

Q:足裏全体が低温火傷になりました。痛みが続いているのですが、以前処方された軟膏で様子を見てもよいでしょうか？

A: 低温火傷は時間の経過とともに悪化してることがあります。皮膚に変化がないようであれば軟膏で様子を見てもよいのですが、皮膚に変色があるようなら再受診してください。



ご自分の健康、ご家族の健康で気になることがあったなら、ファミリー健康相談に相談です！
相談専用電話番号は各健康保険組合のホームページまたは健康保険組合発行の冊子等をごらんください。