

みやはら耳鼻科通信

発行/ 医療法人 南輝 〒702-8034 岡山市南区福浜西町6番 17号 ☎086-237-4133

初めての方でも順番予約できます！

「みやはらブログ」も日々更新中！

朝8時から診療しています。

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
8:00-12:30	●	●	●	/	●	●	/
15:00-18:30	●	●	●	/	●	/	/

秋からいよいよ寒いよモードに入りつつありますね。ここからは病院やクリニックにお世話になることが増えてくる時期になりますね。今回はお医者さんや歯医者さんに行こうと思った時に「こんなこと知っておいたらいいな」ということをつらつらと書いてみました。

【「受付時間」に気を付けよう！】

咳が続く。。。心配なので病院の呼吸器内科を受診してみよう。で、病院に行くときに気を付けてもらいたいのがこの「受付時間」です。病院のお医者さんは時間に追われまくりなので、「受付時間」が過ぎると、「時間外対応（救急外来）」のお医者さんが診察することになるのです。

そうすると、「次の通常の受付」ができるまでのつなぎの診察になるので、「なんじゃこりゃ？」みたいな診察になりがちです。

もし、病院に行こうと思ったら、受付時間の時間内に受診手続きをするようにしましょう。

【病院は診察日にも気を付けて！】

病院のお医者さんの業務には診察の他に学会発表をしたりすることもあります。この「学会出張」というのが意外と結構な頻度であったりするので。学会出張している時はそのお医者さんの外来は当然休診になってしまいます。また、外科や耳鼻科といった外科系の科では「緊急手術で休診」というドタキャンみたいな休診もあったりします。ですので、病院を受診しようと思った時に紹介状を持って行っても受診できなかった・・・みたいなことがないように当日電話して受診することをお勧めします。

【クリニックを受診する時のちょっと得するテクニック】

ちなみにクリニックを受診する時のちょっとしたテクニックです。

お医者さんも人間なので、やはり「だれだれからいいよと言われて受診しました」と、

言ってもらえるととても嬉しいものです。

問診票には、もしどなたからか「いいよ」と勧められて受診した場合には「〇〇さんから勧められました」みたいに一言書いておくといいと思います。

【病院やクリニックで待ち時間をできるだけ短くしたい！】

一番のポイントは「混雑する日を避ける」ということです。

狙い目は火、水、木曜日です。逆に間違いなく混む、というのは土曜日。その次が月曜日や祝日の前後です。もしどうしても混雑が予想される日に受診しなければいけない時は、診療開始時間よりも15分くらい前に並ぶ、あるいはオープンしていれば先に受診手続きをするようにするのが良いです。朝一番の受診が難しければ、順番予約を導入しているクリニックなら順番予約をうまく活用してみましよう。



【歯医者さんについて】

先月号で取り上げた、「特に気を付けたい歯医者さん選び」、歯医者さんがややこしいのは歯医者さんの中でもジャンルが分かれている点です。例えば、歯並びを専門にやっている歯医者さん（矯正歯科）では虫歯治療はしていない、とか。それは一般歯科よ、みたいなの。まともな歯医者さんもある程度いるとは思いますが、たくさんあります。。。。それで、とりあえず「ここ、いいよ」という歯医者さんをチョイスしてみました。

【一般歯科】

草野歯科医院

岡山市北区野田屋町 2-7-13

TEL：086-221-1174（予約制）

休診日：木・日・祝日

ここは診断が確実で、ていねいな歯医者さんです。

朝早くから診察をしていて、水曜日はなんと、朝7時から！！

虫歯で通院しているけど、なんかいつまでたっても終わりが見えない……。そんなお悩みの方は一度草野歯科でご相談を！

【矯正歯科】

大塚矯正歯科クリニック

岡山市北区幸町 8-18

TEL:086-234-0006

休診日：水・木が主体ですが詳しくはホームページをご覧ください。

岡山市内では7名ほどしかいない、矯正専門の歯医者さんです（虫歯の治療など一般歯科的な診療はしていません）。

後までひっぱりたくない、お子さんの歯並びの矯正も「取り外しのできる装置（プレオルソ）」で無理なくできるなど、「歯並びをよくしたいんだけど、どこがいいのかわからない……」というお悩みの方にお勧めです。

いびきや無呼吸がある方、注目！自宅での検査や治療が可能

睡眠時無呼吸症候群

この病気のコワイところ

- ・寝不足からの病気（高血圧や心臓病）や**注意力低下による交通事故**を起こしやすいです。

当院の検査や治療のメリット

- ・**自宅で検査や治療が可能**です。病院へ通院する必要はありません。
- ・治療には月1回の通院が必要ですが、**できるだけお待たせしないシステムを導入**。

〈ご注意いただきたいこと〉

- ・いびきがひどくても無呼吸が少ない方もおられます。
- 検査結果を踏まえて患者さんに一番あった治療方針を提案させていただきます。

