



# 岡野クリニック にゅーす

医療法人社団 貴昌会

岡野クリニック

〒343-0808

越谷市赤山本町7-2

☎048-969-0223 FAX048-969-0224

### 特集コーナー これからの健診・保険指導

平成二十年四月から、厚生労働省指導の下、生活習慣の改善に重きをおいた健康診査、保健指導を重点的に行なう事となりました。これまでは健診の後、精密検査、治療の必要性を促し、その疾患の治療を中心とした保健指導を行なってきました。今後は、健診結果からご自分の身体状況を理解し、生活習慣の改善の必要性、具体的に何をすれば良いかを、個々人の生活習慣に合わせ保健指導を行なっていくというものです。当院では以前より「糖尿病教室」を行なってきました。これは現在の症状を重症化させない、また改善の為に食事、投薬方法、生活習慣について指導してきたものです。これからは、これに予備軍の方々を加え、積極的に指導してゆこうというのが、厚生労働省が考えるこれからの健診・保健指導なのです。健診受診者全員には、その結果が示すご自分の身体状況を十分に理解していただき、必要に応じた保健指導を行い、より健康的な生活習慣を提案し、ニーズにあったアドバイス、その後の経過を見守ってゆこうというものです。

今後は健診者の皆さんの年齢、性格、現在までの生活習慣、家庭環境、職場環境等を把握した上での積極的な保健指導が必要になってきます。その為に、当院では今まで以上に医師、看護師、保健士、管理栄養士、薬剤師、理学療法士等と診療を行なっています。これからの健康診査方法などはクリニックニュース、ポスターなどでわかりやすく表示、説明いたします。

### ひげドクアッセ



特集コーナーでもご紹介したように、四月から、健康診査に基づき保健指導に重きを置くようになります。これは当院が開院するにあたって基本理念としてきたことです。フアミリドクターとして、地域の「よろず医療相談所」でありたい。疾病の予防と早期発見・早期治療、慢性疾患の管理、在宅診療、在宅ホスピスと、患者さんの治療は勿論の事、ご家族の健康管理のお手伝いをさせていただく為には、その生活習慣を理解する事から本来の治療、保健指導が行なえると考えてきたからです。これからも地域の皆様のニーズに出来る限りお答えできるようにスタッフ共々頑張っております。

### 4階リハビリ・今月のあて 花粉症に効くツボ

まだ風が強く寒い日が続きますが、今月は花粉症のツボ刺激療法です。花粉症の根本治療には時間がかかりますし、投薬治療が主ですが、簡単なツボ刺激療法で不快な症状を緩和できる方法をご紹介します。先ず、鼻の症状ですが、頭の生え際中央から親指一つ分上・上星(じょうせい)、小鼻のすぐ両側・迎香(げいこう)。目は目頭と鼻の根元の間・承泣(しょうきゅう)、目尻から外へ親指半分・骨の窪み・童子髻(どうしびょう)。頭痛には眉毛の端と目の端の中央から外側に親指

### すたっふ便



春一番が吹いたのもつかの間、冬の嵐が吹き荒れ冬に逆戻りのよう日々もありましたね。でも日に日に陽が長くなり、花粉症の心配をしなければならぬことでも春を感じる事が出来ます。二十日の「春分の日」、この春分は本格的な春の到来を告げる日とされています。この日を境に昼の時間が長くなり、少しずつ暖かさも増してきます。雛祭りも春を感じさせてくれる行事ですね。雛人形を飾って祝うようになったのは室町時代から、庶民の間に広まったのは江戸時代からと言われています。片付けは早めに済ませましょう。遅くなると婚期が遅れる、とよく耳にします(笑)。

### 三月の予定ー弥生

休診日 二日、九日、十六日

二十日、二十三日、三十日

在宅シリーズはお休みします。

