



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

台風と気管支喘息

一年を通して気管支喘息の発作の多い時期をみると、多いのは九月下旬から十月、季節は秋。もうひとつはアレルギー性鼻炎などが出てくる春から梅雨にかけてです。梅雨時、秋の台風シーズンに温度の変化も激しく体調を崩しやすい事も多く発作の原因になります。また、台風も喘息と大きな関係があるようです。喘息は気道の炎症が原因でおこる病気、気道は低気圧が接近すると炎症が悪化するのです。台風も雷雨もただの雨もみんな低気圧です。台風は特に気圧の低い低気圧です。喘息の持病をお持ちの方が「台風が怖い」と仰るのはこういうことでしょう。今では吸入療法のおかげであまり季節を気にせずにごすことができるようになりました。

訪問看護日誌



「やっとな願の家」家族旅行ができました。旅行を計画しては、患者さんの容体に変化が起き、「今回は見送ろう」を何度も繰り返してきたご家族の声です。旅行から帰ったご家族は旅先での思い出話を楽しそうに話してくれました。帰りお言葉を頂きました。「旅行を許可してくださいって、本当にありがとうございます。父はとても楽しそうで、心なしかいつもより食も進んだようでした。入院していたら、こんな旅行はできませんでした。」

旅行前にも様子を見に来てくださって、『大丈夫、楽しんでいらつしやい』そう言うってくださった先生と看護師さんのお陰です。父の様子を見ながらまた近くに出かけてみたいと思っています。また楽しい旅行を計画してくださいね。

ひげドラッグいせ



日本人の平均寿命が過去最高を四年連続更新した事が新聞で紹介されています。女性は二五年連続の世界最長寿、男性は五位です。がん、心疾患、脳血管疾患の三大疾患と肺炎の死亡率が下がった事が影響されていると言われています。がん検診や特定健診が当たり前のように浸透し、肺炎予防の肺炎球菌ワクチンの認知度も高くなったためでしょう。ところが、世界的にも長寿国と言われる我が国で、百歳以上の多くの高齢者の安否確認ができていないばかりか、大阪市では一二〇歳以上の高齢者五千人以上が戸籍上生存している状態でした。これでは発表された平均寿命に疑問が生じます。憤りを覚えるのは私だけでしょうか。

4階リハビリ・今月のあじ

夏バテ予防食品

今年の夏は酷暑、夏バテ気味の方も多いのではないのでしょうか。暑い日は発汗も多く、疲労倦怠、息切れ、動悸などの不調を引き起こす原因になります。東洋医学では汗が身体全体をみずみずしく保つ水分の仲間だと考えています。汗をかくと、身体

全体の水分が減少し、同時にエネルギー(気)も消耗します。身体に水分を生じる食べ物も上手に摂取し、夏の養生を心がけたいものです。お勧めの食品は「梅」、漢方では梅などの酸味の多い食品には、体液を生み出す作用、汗のかき過ぎを抑える作用、抗菌、抗アレルギー作用があると考えられています。栄養学的にも梅には多量のクエン酸が含まれ、身体のエネルギー源となっています。食事時に一個の梅干しでも十分です。なるべく酸味の多い食品を摂取し、疲労回復に役立てましょう。

すたっふ便



蝉の声に代わって、コオロギや鈴虫の声が聞こえてくるようになってきました。虫の声は「いいなあ」と感じる事ができるのは、日本人が音楽や言葉聞く左脳で虫の声を聞くからで、右脳で聞く西洋人にとっては雑音にしか聞こえないそうです。虫の声を聞く楽しみは、平安時代、貴族の間で楽しむことが流行したことに始まり、江戸時代には「虫売り」が登場し、「虫聴き」を庶民も楽しむようになったようです。秋の夜長、江戸風流にならって「虫聴き」を楽しんでみませんか。

九月の予定ー長月

休診日 五日 十二日 十九日

二十日 二十三日

二十六日



※二十一日(火)竹林医師はお休みの為、院長が午後四時より診察いたします。
※4階リハビリは十五日、二十二日、二十九日の水曜日はお休みです。