



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 〜うんちの話④〜

東日本大震災の後、便秘を訴えるお子さんが増えているようです。通常の便秘の場合は便が硬くて排泄できない事が多いのですが、そうではないお子さんも多いのです。そこで、数人の方に最近の生活状態を詳しく伺ってみると、震災後、福島原発の放射能漏れも報道に、外で遊ばせる事が少なくなっているようです。今でも、毎日のように起こる余震がストレスを与えている事も原因の一つでしょう。一人でトイレに行けなくなってしまうお子さんもいました。便秘解消には繊維質の食べ物第一ですが、身体を動かす工夫もしてあげてください。便秘を訴えた時には、決してせかしたりせずに、本人が望んだ場合には側にいて安心させて排便させるようにしましょう。

訪問看護日誌



「やつと落ち着いてきました」交代で通いながらご両親の介護をなさっているご姉妹三人が震災直後を振り返って話してくれました。直後は電話も中々通じない、電車は動かない、停電になったらどうしよう。そんな不安の中にあっても両親の面倒をみることを止めるわけ

にはいけない、そんなプレッシャーに押しつぶされそうにもなったそうです。「でも何とかなるものですね。連絡ノートを作ったんですよ。両親の状態はもちろんです。私たちの身体の具合や予定、買ってきた欲しいものなど、どんな細かい事も書くことにしました。それがずいぶん役に立ちました」連絡ノートは、今でも大いに役立っているそうです。

ひげドク(くらむ)



三月の震災以後、今も余震は起こっています。計画停電も回避されており、少しづつ通常の生活に戻れているように思いますがいかがでしょうか。小さなお子さんをお持ちのご家族は安心できない事も多いのではないのでしょうか。これからも不安に思われる事はいつでもご相談ください。尚、薬品につきましては、この震災で被害を受けた製薬会社の供給が十分ではなく、また被災地への薬品補給のため、以前のように長期での処方箋をお出しできない場合があります。ご迷惑をおかけしておりますが、何卒ご了承ください。

4階リハビリ・今月のうんち 〜一病息災〜

患者さんの中には、度々病気にかかり、不調な症状をお持ちの方は、普段からご自身の体調を自覚されているので、症状の變

化に敏感で、小さな病気や症状はあるけれども、大病にならずに済んでいる場合があるようです。ちよつとした変化に早くに気付き、早期に治療を受けることができるからでしょう。中国のことわざ「小病不断 大病不犯」(小さな病気や症状はずつとあるが、大病はおかさない)という言葉はあります。日本では「一病息災」という事ですね。「持病は無し」、そう思われる方も定期的に検査を受けて、ご自身の身体の状態を知っておく事が大切です。普段から体調の変化に気を配り予防・養生を心がけたいものです。

すたっふ便



二日は八十八夜、「夏も近づく八十八夜」と唱歌に歌われるようにこの時期は茶摘みの最盛期です。古くから八十八夜に摘み取られたお茶は質が良く、また人という末広がりの方が重なる事から縁起が良いとされ、この日に摘み取ったお茶を飲むと長生きできると伝えられています。

十日よりがん検診が始まります。当クリニックでは、肺がん、大腸がん、胃がんの検診を行います。尚、胃がん検診は予約になりますので、受付にお問い合わせください。

五月の予定一臈月

休診日 一日・三日・四日・五日・八日

十五日・二十二日・二十九日

