

たんぽぽ

第57号

平成11年10月発行
兵庫県養父郡養父町堀畑八番地の二八

森 医 院

〒670-0333 電話079655-0113

在宅療養中の母がショートステイに1週間滞在した機会に、女房と二人で神戸の街に出かけた。震火で大きな被害を受けた難や長田の通りはまだまだ空き地が目立つが、三宮周辺は復興も早い。サンチカの南端から神戸国際会議館に続く地下街もようやく開通し、スターバックスというアメリカからやってきたコーヒーショップ（なかなかいけているコーヒーでした）には人があふれ、見上げるビルには市民が憩える空中庭園がオープンした。あれから5年も経たないというのにトルコと台湾におきた大地震。これは単なる偶然ではなく、今、地球は地震活動期にあり、今後100年は警戒と備えが必要だともいわれる。

コンピュータの2000年問題も厄介だし来年早々には介護保険も始まるし新世紀を控えた。医者の世界も何だか騒々しくなってきた。ふたりでの外出は久しぶりで、ウインドーショッピングをゆっくりさせてもらった。ぶらぶらと歩き疲れたので休憩を兼ねて目に入った新装まもないイタリヤ・レストランを選んだ。昼食時で店は混雑していたが何とかテーブルにつけた。器も



コレステロールとは何か シーズ5(最終回)

望ましい血清コレステロール値は 220 mg/dl 以下

最近日本でおこなわれた1万人以上を対象とした調査で、血清コレステロール値が200mg/dl以上になると虚血性心疾患(動脈硬化でつまった結果おこる心疾患のこと)の頻度が高くなるということがわかりました。そして220mg/dl以上の場合はなんらかの治療が必要との提言もあります。

しかし、値が高くてもすぐに症状がでるわけではなく長い年月かけて動脈硬化がすすみ、心臓の血管が75%以上ふさがった時初めて狭心症状があらわれてくるといわれています。

虚血性心疾患(狭心症・心筋梗塞など)の多かったアメリカでは食事指導をはじめとするキャンペーンを行ない大幅に減りました。日本でも高血圧に対する認識が国民に広く浸透して脳卒中が大幅に減りました。

これと同じように私たち一人一人がコレステロールへの認識を深めて虚血性心疾患の増加に歯止めをかけることが可能になります。

※ コレステロールについてわかっていたたけましたかわからない所は 医師看護婦に御相談下さい。

テレホンサービス(0796)55-0151

- 10月のテーマ
- 女性のクラミジア感染症
 - キシリトールについて
 - 男性の脱毛症
 - 市販されたH₂ブロッカー胃腸薬の注意
 - ビルの安全な使用方法

- 11月のテーマ
- 覚醒剤・シンナー中毒の怖さ
 - 乳幼児の食事と歯
 - 肩こりについて
 - お年寄りとりウマチ
 - アトピー性皮膚炎とステロイド軟膏



院長

骨折はどのようなしくみで治っていくのだろうか

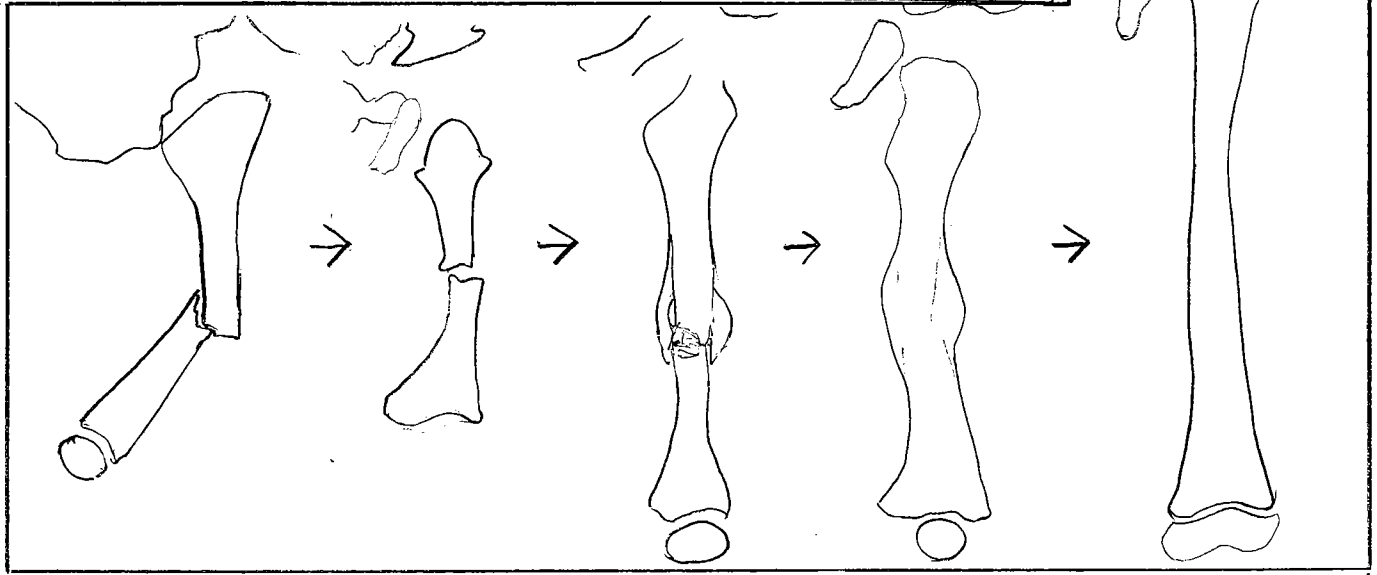
『骨は固定さえしてやれば治ってしまう』というくらいすばらしい自己矯正機能をもっています。成長期には、長い骨にある程度の弯曲変形があっても自然に矯正されてしまうほどです。図は新生児の大腿骨（ふともも）の骨折がもとの状態に治癒したものです。

骨折が治癒するまで骨のなかではどんなことが起きているのでしょうか？
最初、骨のなかの血管が破れ内出血して血腫（血の塊）ができますが、これは血管をふさいで出血を止めたり、折れた骨のすき間を埋めるという大事な役目を果たします。これが2週間くらいで肉芽組織（傷の後に新しくもりあがってくる組織）に変わり、さらに仮骨になっていきます。

仮骨は新しい血管や線維組織、軟骨などからできている海綿質様（小さな穴が無数にあき、綿のようにやわらかく、水分を吸う）の構造で、骨としてはまだ弱いものですが、徐々に骨の新生と吸収が繰り返されて本来の骨組織につくりかえられていきます。

この仮骨の形成が骨折の治癒には重要なポイントです。

（新生児の大腿骨骨折）
旺盛な仮骨形成と自己矯正力により4年半で回復した図です



彼岸花 墓参 せぬ 赤痛い
なれる 吾に 手話

職員紹介 奥美和子さん

ふれあいボックス

（匿名希望）

森医院に勤務して早、5ヵ月。仕事にも慣れ、すっかり森医院の一員です。友人とカラオケで唄ったり、ワイワイおしゃべりするのが大好き！かと思えば魚釣りが得意と言う多趣味で、やんちゃな23才の女の子です。皆さん、気軽に声をかけてあげて下さいね！

お知らせ

国民健康保険証が平成11年12月より更新されます。月に一度保険確認をさせて頂きますので、窓口にお出し下さい。又、保険証変更時も窓口ご連絡して下さい。

編集後記

今回のたんぽぽはいかがでしたか？
毎回皆様に喜んで頂けるように職員一同頑張っています。たんぽぽにこんな事を書いてほしい”と希望がありましたら、気軽に声をかけて下さい。お待ちしております。
次回たんぽぽ発行は平成12年1月です。お楽しみに！