

たんぽぽ

森 医 院

TEL 079-665-0223 FAX 079-665-0635

http://www2.ocn.ne.jp/~moriin/

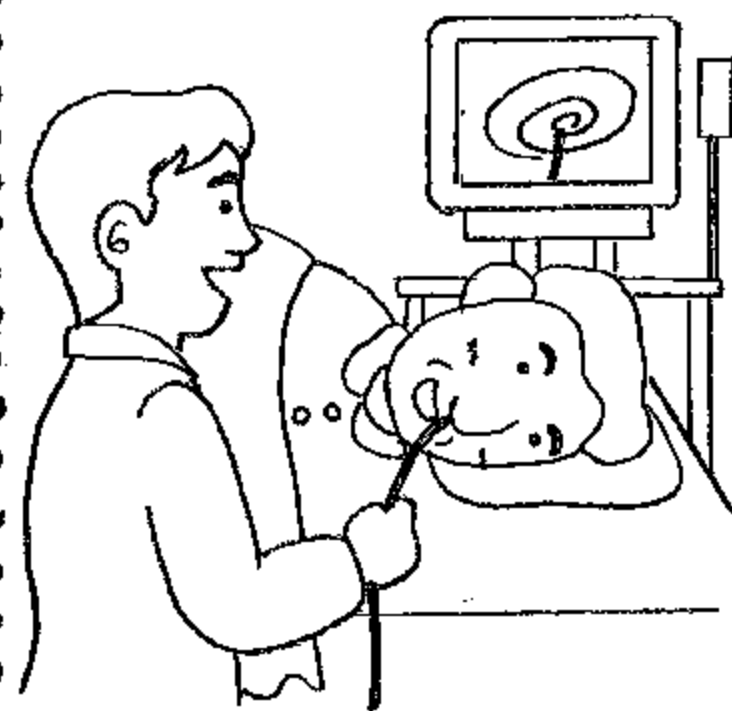
e-mail mori-clinic@fureai-net.tv

＝自演胃カメラ体験記＝

医者も人の子、病気になることもある。風邪や腹痛、下痢などはみなさんと同じように手近にある薬でしのぐが、糖尿病や肝臓病、心臓病、腎臓病など慢性疾患に罹患したら、医者も自分以外に主治医が必要になる。しかし60になっても血圧や体重を20～30代に維持し、いたって健康な私のような病気知らずは「医者の不養生」に陥りやすい。同窓会で会った時は元気そうであった友人の突然の悲報は、あまりに忙しくて肺癌検診さえ受けていなかったことが原因であったり、胃の調子が悪く自分で胃潰瘍の薬を処方して胃がんが手遅れになったり、こんな話が續くと不安になる。私も年一回の森医院社員健康診断で一通りの検査は行っているが完璧とは言い難い。友人である外科医が自分で胃カメラを吞もうとしたがあまりの苦しさについて吐き出し、同僚の消化器科医に胃カメラをしてもらったという。勤務医であれば同僚の医者にも頼めるが一人開業医はそうはいかない。日曜や祝祭日は病院もお休みと決まっているが、それを承知で胃カメラを申し込ませ丁寧に断られてしまった。仕方なく「自分で胃カメラをやろぞ」と看護職員に伝えたが「そんな怖いことやめてください」と制止されたため、内緒である夜決行した。やり方はいたって簡単、みなさんにしている経鼻内視鏡を使う方法だ。成功すれば本邦初めてか？患者さんだとベッドに横たわっていたのだが、自分が横になると胃カメラの操作ができない。そこで椅子に座ると上手くいきそうなので座ったまま右手に胃カメラの先端を持ち、左手でカメラ操作部をあやつりながら右の鼻孔に挿入した。「痛、イタタタ・・・」鼻孔への麻酔を忘れていた。麻酔を噴霧すると苦い薬液が咽喉に流れ込む。「これでよし」、

潤滑液をファイバー先端に塗り、ゆっくり右鼻孔に入れてゆく。正面のディスプレイに下鼻道から鼻咽喉が映し出される。奥に喉頭蓋が見えてきた。鼻の奥が痛い。もう少しで梨状窩(食道入口)だが、右手に力を入れてもビクともしない。痛みが強くてこれ以上押し込むことが出来ずついに抜去。今度は左鼻孔へ挑戦。これも右側と同じ場所で激痛を来し抜去となった。坐位では咽喉頭部の彎曲度が臥位とは異なり挿入に力が必要らしい。「もうだ、もっと潤滑剤が必要じゃないか？」又ルルルゼリーをファイバー先端から根元に向かっていっぱい塗ってみた。「これでだめなら諦めるか」と、ひとりつぶやきながら再々挿入となった。「うまくいった、痛い但我慢できないほどじゃない」等と独り言をいいながら、ヒクヒク動く咽喉頭部を過ぎ、あっけなく食道に入った。食道を通過する時の異物感を我慢しながら胃袋に到着。案外きれいな胃と十二指腸を観察。迷気による胃膨満感とゲップを堪えながらファイバーを翻転し胃内壁をくまなく観察。記録用写真も数十枚撮影して無事終了。院長自ら体験したので自信を持ってお薦めします。当院の経鼻内視鏡は危険がなく、安楽で、終了直後から飲んだり食んだり車の運転もOKだよ。

院長



テレフォンサービス
 通話料無料 0120-979-451
 (携帯電話からはご利用いただけません)

《10月のテーマ》

- 月曜日 増加する卵巣癌
- 火曜日 歯周病と歯石、歯垢の関係
- 水曜日 コレステロール値が高いといわれたら
- 木曜日 乳のしこり
- 金曜日 精神科へかかるのをためらう方へ

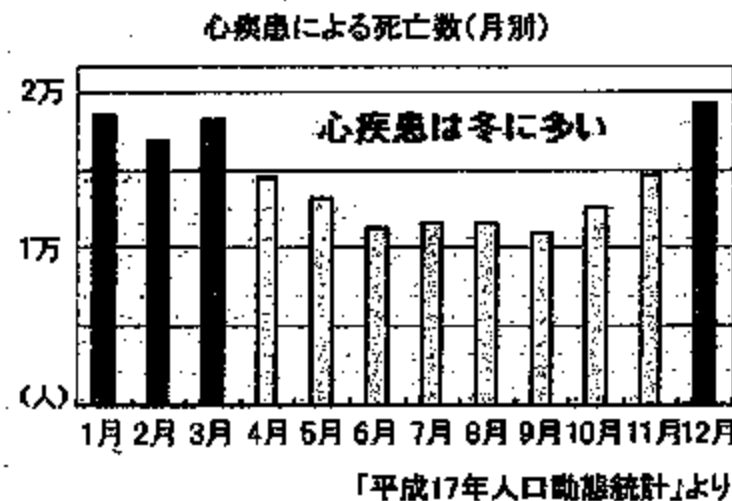
《11月のテーマ》

- 月曜日 糖尿病網膜症(糖尿病による眼の合併症)
- 火曜日 姿勢が悪いと、歯並びが悪くなるってホント?
- 水曜日 変形性脊椎症
- 木曜日 妊娠と痔
- 金曜日 インフルエンザへの対応

※ 祝祭日は前日のテープが流れます
<http://www.hhk.jp/> (過去の放送分も掲載しています。)

冬の心筋梗塞に御用心

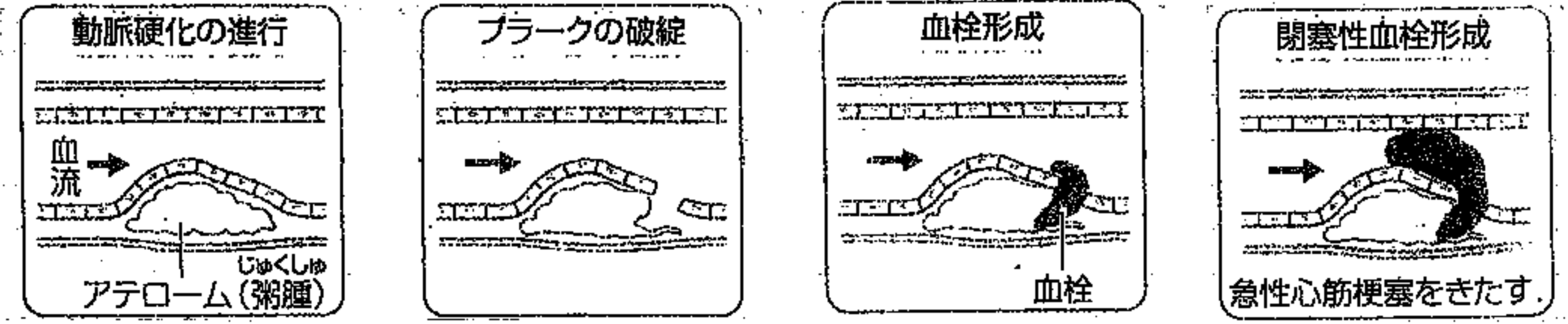
心筋梗塞などの心疾患は突然に起こり、命を奪うこともある恐ろしい病気で、日本では毎年14~18万人が亡くなっています。中でも特に12月~3月にかけて心筋梗塞による死亡者数が多く、6月~9月にかけての暑い時期に比べ2倍近くに増えると言われています。



冬に心筋梗塞が多いのはなぜ??

寒くなると、血管は収縮して体温が低くなり、血が流れにくくなる状態が続くと、血管が狭くなった状態が続き、血液の流れが悪くなり、詰まりやすくなるのです。

心筋梗塞とは??



- 動脈硬化が進行
- 血管の壁にコレステロールがたまる
- たまったコレステロールが崩れる
- 血管の壁が傷付けられる
- 血液が固まり血栓となる
- 血流が悪くなる
- 血液が流れなくなり心臓の筋肉が壊死する

- ### 症状
- 胸が締めつけられる激しい痛み
 - 背中や左肩の痛み
 - 冷や汗・臭苦しさ・嘔吐気

- 安静にしても治まらない、又は30分以上続く時にはすぐ受診しましょう。
- 糖尿病の人、お年寄りの中には胸の痛みが出現しない場合があります。定期的に受診し、異常を早期に発見しましょう。

- ### 予防法
- 外出時には防寒対策をしましょう。
 - 屋内での寒暖に注意、浴室は湯気で暖まっている事を確認し、入浴しましょう。
 - タバコを吸う人は禁煙しましょう。

- お酒は飲まない、飲んで少量に
- コレステロール、動物性脂肪を避け、カロリーの摂り過ぎに注意しましょう。

寒い季節に入ります。体調管理と、心筋梗塞の発症を予防しましょう。

冬場気になるインフルエンザ

インフルエンザは、インフルエンザウイルスの感染によっておこる病気で、症状はかぜと似ていますが、甘く見ていると、死に至ることもある怖い病気です。冬場は空気が乾燥すること、そして乾燥した空気は、気管の抵抗力を弱めることなどから、インフルエンザが流行します。また、以前(たんぽぽ85号)にも紹介した肺炎球菌ワクチンと、インフルエンザ両方のワクチンを接種することで、より高い効果が得られます。特に65歳以上の高齢者の方には有効とされています。ただし、この2つのワクチンを接種するためには、期間をあける事が必要ですので、ご希望の方は、医師又は、スタッフに申し出て下さい。

症状


- ① 高熱 (38~40度)
- ② 頭痛
- ③ 喉の痛み
- ④ 筋肉痛
- ⑤ 体のだるさ
- ⑥ 咳・痰

日常生活で気を付けること

- ① 流行している時は人混みを避ける
- ② 外出後は、うがい、手洗いをする
- ③ バランスのとれた食事、十分な睡眠
- ④ 流行前のワクチン接種

はじめまして
キヤマ リカ
北山梨花です

今年看護学校を卒業し、まだまだ勉強中ですが、毎日一生懸命頑張っています。少しでも早く一人前の看護師になれる様、精一杯努力していますので、よろしくお願い致します。



おしらせ

- 12月1日より国民健康保険証が更新されます。
- 毎月1回保険証を確認しています。ご協力お願い致します。
- インフルエンザ予防接種の受付を始めています。11月、12月の接種をお勧めします。
- 事務の高橋さんに元気な男の子が誕生しました。佑季君です。

今回のたんぽぽは「いかがでしたか、感想をお待ちしています。次回の発行は、平成20年1月1日予定です。