



# たんぽぽ

兵庫県美夕市朝顔82番地の28  
 森 医 院  
 TEL 079-665-0223 FAX 079-665-0636  
 http://www2.ocn.ne.jp/~moriiin/  
 e-mail mori-clinic@resai-net.tv

第111号  
 平成25年1月発行



入りに苦労した。チーズはいいがソーセージは税関持ち込み禁止。シュートレンドというのは日本のクリスマスケーキに近いお菓子で、何軒かパン屋やケーキ屋を訪ねたが売っていない。どうもドイツではクリスマス休暇に備えて家庭でつくるようである。たまたま覗いた店に

たんぽぽは2013新年号(旅行記)  
 新年の始まりをお喜び申し上げます。

8年前に母を見送ったのは新年を海外で迎えるようにしている。スウェーデンにインスタント「年越しそば」と思はれ、大晦日に海外のホテルの部屋で「蕎麦」を戴くのもいいものである。昨年は年の瀬にドイツに出かけた。ボーイング747という500座席を超えるジャンボ機に乗り込む。先端の丸い機首のすぐ後ろの座席は初めて「視界がいいので心が弾む。操縦席はこの真上だ。冬の曇り出した但馬の天候と真似、快晴で見通しもいい。離陸後はしばらく上昇が続いたのち成層圏に達すると、ヘルメットのサンが消えウェルカムのシャンパン・サービスが始まる。ほう解いた袋で窓の外を見ると、遠く蒼い地平線の彼方に巨大な氷山が天に向かって突き立っている。それは雷で覆われた八ヶ岳連峰を捉える孤島の真・白い富士であると思う理解できた。ヨーロッパ・アルプスの山々もその景観を象徴させてくれるが、日本人にとって富士山は特別である。やがて日本海を越えると乗りついたシベリア平原が冬の厳しさを見せてくれる。時差の関係で早目のティナーを終え機内に目を向けると不思議なことに日本人が一人もいないことに気付く。ドイツ航空のドイツ行きだからドイツ人客が多いのは分かるが男性ばかり、それも一人旅である。きっとビジネスで日本に単身赴任し年末休暇で家族の待つ故国に帰るのが、どんな家族が待っているのかと、いろいろ想像しているうちに眠くなってきた。そうそう、私の長女の夫もこの春にはフランスに単身赴任の予定。3人の子供を抱えてどうやって乗り切らぬか。ZZZZZZZZ。

くすりとはいかなのかだが11時間の飛行後、フランクフルト空港到着。グース・ベッテン、ロテンブルグ、リュースハイム、ニュルンベルグの各地のクリスマス休暇を楽しんだ。カトリック信者が多いフランス、イタリアでは見られないが、プロテスタントの国ドイツではクリスマス・シーズンに街を飾り付ける家々の窓は電飾でキラキラ。スイスなどで味わったグラーウ・ワインというネットワインやドイツ・パンに熱マソーゼを挟んだ屋合が賑やかでどれもおいしい。子供のころに楽しんだ夜店の雰囲気であるが、あれは夏の風物詩。ドイツの野外クリスマス・マーケットはとにかく寒い。次回は防寒具をワンランクアップしよう。孫たちのお土産はドイツの白ソーセージとシュートレンドと決めていたがどちらも

目的のシュートレンドが陳列されていたので買い求めたがパンやケーキと違い重量感が異なる。この後、この重いお荷物を持ってツアーを続ける羽目になってしまった。

帰路は往きと違い機内にはドイツ人の姿は見えず、乗客は男性の日本人グループ。団体であるところが日本人らしく、彼らもヨーロッパからの帰郷ビジネスマンであろう。ジェット気流の関係で帰りは9時間40分、あとという間に、関空到着。旅行中の面白い話やトラブル話はいろいろあるがそれはまた別の機会に譲るとして、これだけ簡単に短時間で外国へ行ってこれらということにはちょっと恐ろしい気もする。折しも中国製冷凍食品でドイツの子供12000人がノロウイルスに感染したというニュースが飛び込んできた。今冬、日本でもノロウイルスが猛威をふるっている。航空機内のトイレは数も限られ、身動きがとれにくい狭く、床は濡れている状態が準備されていない。機内は薄暗く誰も気が付かないだろうが、席席シートを裏返してみれば機内食の食べこぼしや埃、毛髪、ひとはは客が落としたオークなどが見つかる。まだ一度も掃除機がかけられていないほどの汚れようである。機内環境の悪さがこんな状態だからノロウイルスだけでなく、強毒型インフルエンザなどの感染者が一人でもいると乗務員を含め全員感染するだろう。ウイルス感染だけでなくアメリカ合衆国で大発生している昆虫耐性の「スーパー青豚虫」も手荷物やスウェーデンを介して持ち込まれており、全世界に拡がるのも時間の問題である。でも外国旅行は冒険心を満足させ、見知らぬ人と出会い乾杯し、地元グルメ料理を楽しみ、子供のころ学んだ世界史をたどる楽しさ、そんな魅力には勝まないものである。

**お知らせ**

専務の寺川さんが昨年10月に第2子大智くんを出産されました。元気で大きく育ち、寺川さんは育児休業の為にしばらくお休みします。

**テレホンサービス**  
 ☎ 通話無料 0120-979-467  
 (携帯電話からはご利用いただけません)

【1月のテーマ】

1月1日	結核病による閉経後ののはなし
1月2日	赤ちゃんの口離け
1月3日	五十肩、どのようにはじめると？
1月4日	五十肩、四十肩のはなし
1月5日	ヘッドホン難聴について
1月6日	アルツハイマー型認知症の新しい治療薬
【2月のテーマ】	
1月10日	お子さんの「身長曲線」を描いてみましょう
1月12日	胃潰瘍は口鼻に関係あるの？
1月13日	便秘でお悩みのあなたへ
1月14日	昔のしりとりや雑談に気づいたら
1月15日	お薬手帳のはなし

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

院長

高齢者に多い

# 圧迫骨折 について



カメラが新しくなりました

H17年10月、経鼻の胃カメラをはじめから延べ1000人以上の方が検査を受けられました。このほど、初期型の内視鏡(ファイバースコープ)から改良されて、性能がよくなりました。新しい型になりました。今までの以上に管の柔軟性が良くなり、視野も明るくなりました。又、NBIという特殊な光を使用して、微小癌を見つける機能も強化されています。今後も患者さんの苦痛を最小限にして、早期診断につながる検査をしていきたいと思ひます。御希望の方は、医師スタッフに声をかけて下さい。

私達の身体を支えている背骨は、骨(椎体と言います)と骨の間にクッションの役割をする椎間板が連続して積み重なり、緩やかにS字カーブをする事で外部からの衝撃や体重の負担を和らげています。

今回は、背骨の中でも胸椎と腰椎に多く起こる「圧迫骨折」について紹介します。「圧迫骨折」とは、直接又は間接的に加わった外力により、骨が骨折し、つぶれてしまう状態のことを言います。



＜正常な背骨＞



＜圧迫骨折した背骨＞

レントゲンの側面を見ると、椎体前方(腹側)がつぶれて、くさび型に変形しているのがわかります。

＜背骨の図＞

## 原因

多くは高い所から墜落した等、大きな力が背骨に加わった時、起こる骨折ですが、高齢の場合は「尻もちをついた」「重い物を持った」「くしゃみをした」等の軽い外力により、骨折してしまうことがあります。骨粗鬆症が進み、骨の強度が衰えてくることが原因のひとつです。高齢の女性の中に背中が円くなっていく老人性円背は、胸椎に自然におこる圧迫骨折によるものです。

## 症状と診断

寝返りが出来なくなったり前かがみになれない程の強い痛みがあります。骨折をおこした部分を軽くたたくと痛みが増強します(叩打痛)。レントゲンで診断します。直ぐに骨折がわからないこともあり、1~2ヶ月かけて徐々に変形が進んで診断に至る場合もあります。残念な事に一度骨折し、つぶれた骨は元には戻りません。又、悪性腫瘍の転移による骨折もあるので、その場合は必要に応じて、血液・CT・MRI等の検査も行います。

## 治療

骨粗鬆症が起因した事で起こる骨折は、数週間安静で痛みは軽快していきます。骨折状態により、コルセットを使用したり、場合によっては入院に至る事もあります。高齢になる程、長期安静は呼吸器、泌尿器の感染症を誘発したり、認知症にならう可能性もあります。安静の期間、行動範囲等医師とよく相談しながら回復に向けて治療していきます。

ふれあいBOXより

たんぼぼに癒され私のお痛も癒される

ウオーターベット

瞬時に私のお体を知ります

医師名

## 編集後記

新年あけましておめでとうございます。昨年は、オリビックでメダルラッシュ、ノーベル賞授賞等明るい話題の多い一年でした。今年も明るい年になると良いですね。職員一同、元氣・笑顔・親切・丁寧を心掛け、がんばります。本年もよろしくお祈りいたします。