たんぽぽ

昭和61年10月25日発行
第3号

兵庫県養父郡養父町堀畑字八反田82番地の28
森医院
〒667-01 電話(0796)65-0223

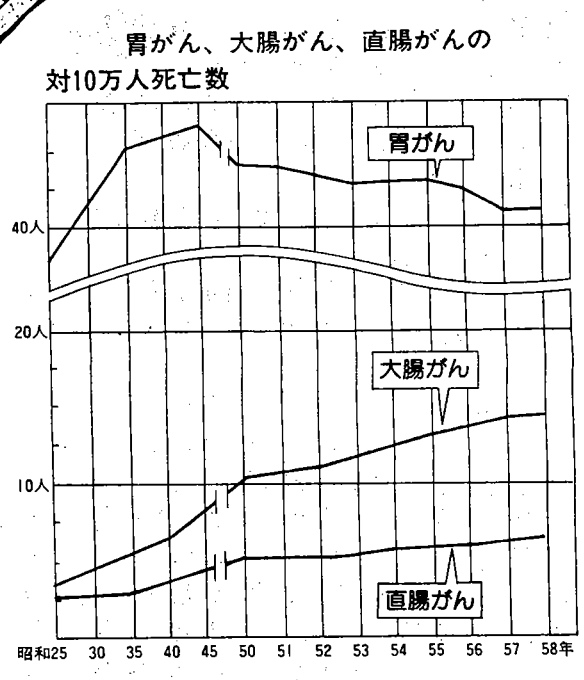
〃消化器の癌のはなし〃

院長

皆さんは消化器の癌をいくつ知っていますか。舌癌、食道癌、胃癌と下へおりて来て大腸癌、直腸癌、肛門癌とつづくが、この他、胆のう癌、肝癌、すい臓癌なども消化器の癌の仲間です。このうち横綱はなんといっても胃癌。検診体制がすすむなかで早期発見すれば、ほぼ一〇〇%治癒するまでになりました。ここで問題は皆さんが検診をうけるか否かということと、もう一つは「胃内視鏡」俗にいう胃カメラによる検診がひろまるかです。

ところで最近めっきり力をつけて次期横綱といわれる候補に大腸癌、直腸癌があります。食生活の欧米化により確実に増加してきており発見が遅れたため悲惨な結果をみることが多いです。大腸癌、直腸癌は便に血が混じるので血便に気づいたら「痔のせいだ」と勝手に判断せず診察をうけることが大切です。

直腸癌は肛門から指を入れるだけで診断がつきます。「お尻を出して!!」といわれても驚かず恥かしがらずこの検査(直腸診)をうけて下さい。手術の技術も進歩し早期発見すれば人工肛門をつくらずにすむことが多いようです。



患者さんの文芸

病得(やまいえ)し数多(あまた)の人のへだてなく
施療(せりょう)下さる博愛の道　匿名

なき妻のよきことのみのしのばれぬ
とこにつくことの多きこの頃　84翁

病弱な我に心残してゆきし夫
命あづけし名医ありと墓前につぐ　匿名

森先生たんぽぽの瞳(め)で患者守る　城崎一患者

稲木組み医薬の生きて楽しかり　淳風

ふれあいボックスより

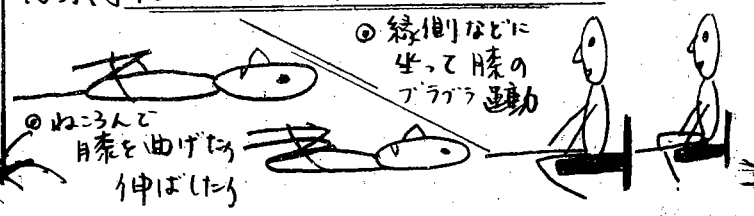
"変形性膝関節症"

"変形性膝関節症は一つの老化現症とみられ、本院でも非常に多くの患者さんが来院されています。今回は膝関節症について述べたいと思います。

原因は老人性の基盤に体質や生活様式なども関係するものと思われています。症状として必ず関節痛があり階段坂道の昇降時などの痛みや正坐後立ち上がる時の痛みが目立ちます。特に動き始めの際痛みが強く動き慣れるとやや軽減し疲れると再び痛みが増強するのが特徴です。

まず長距離歩行や階段昇降 正坐をさける等関節の負担を軽くすることが大切です。体重の負担も大きいので太りすぎにも注意が必要です。体重をかけないで行う膝の運動は筋力維持や血行を良くする意味から有効です。また関節を冷やさないようにサポーターなどの使用や入浴は効果的です。

治療で関節内への注射を受けられた方は、感染予防のため その日は入浴をさけましょう。

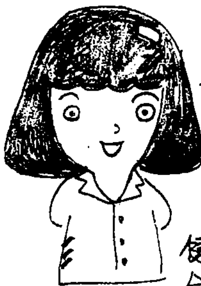


お知らせ
お願いコーナー

◎月に一度保険証の確認をしますので、受け付にお出し下さい。
老人医療を受けている方はいっしょにお出し下さい。

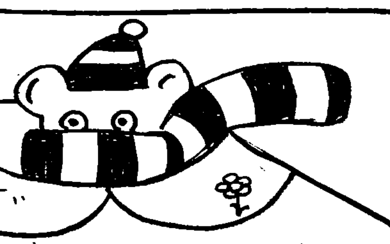
職員紹介
ー事務ー

能座の高階恵子と申します。現在花の23才です。こちらにお世話になって9月で1年になりました。これからもよろしくお願いします。



健康保険ひとくちメモ

健康保険で、病気の継続療養中の場合、1年以上の被保険者期間があれば、退職時に診療を受けていた病気に限って、初診の日から5年間は同じ条件で治療がうけられます。
　資格を失なった日から、10日以内に「健康保険継続療養受給届」の手続きをして下さい。(家族の方でもできます。)
「健康保険継続療養証明書」が手元に送られてきたら、この証明書を医療機関に出して下さい。　尚、退職前に診察を受けて、医師にご相談下さい。



寒い冬も　かぜ知らず

かぜは、年に数回は気がつかないうちにひいているといわれるくらいありふれた病気です。しかし、本来かぜという病名はなく、悪寒、発熱、全身のだるさ、食欲不振、鼻水、頭痛、のどの痛み、せき、などの症状を総称して、かぜと呼んでいるのです。
《日頃から気をつけたい予防法》
まず、薄着に慣れる事。冬になって急に薄着を始めるのは逆効果です。秋のうちから少しづつ習慣にしていきましょう。かぜを寄せつけない為に大切な事は、普段から過労や睡眠不足に気をつけ、充分な栄養をとる事。外出から帰ってきたらうがいと手洗いを忘れずに励行する事です。
《早く治す為の2つのPoint》
① できるだけ身体を温め、発汗を促す事。
② 充分な栄養をとる事。

編集後記

森医院も開院一周年を過ぎ、たんぽぽも第三号の発行となりました。患者さんからも「新聞が良くできているので朝食が終わるとすぐ読んでいます」という期待の声を頂き、次回は今回より内容豊かなものにしようと、職員一同がんばっています。前回たんぽぽにまつわる話を編集後記に紹介しました。今回は、たんぽぽの詩を下記に紹介します。また、たんぽぽにまつわる話を、ふれあいボックスの方にお寄せ下さい。次回は来年一月二十五日発行です。おたのしみに!!

♫～♫～♪～♫～♪～♩～♫～♫～♪～♪～♫～

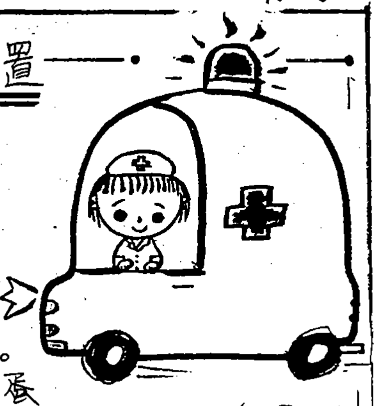
たんぽぽ♫

雪の下の　ふるさとの夜
冷たい風と　土の中で
青い空を　夢に見ながら
野原に咲いた　花だから
♪どんな花よりたんぽぽの
花をあなたに　送りましょ
♪くり返し

ガラスの部屋の
　　　バラの花より
窓の空を見つめつづける
あなたの胸の想いのように
心に咲いた花だから
♪2回くり返し

♪～♫～♫～♪～♩～♫～♪

困った時の救急処置



火傷(やけど)

やけどの程度は、「広さ」「深さ」の両方に関係がありますが、どちらかといえば「広さ」の方が生命に危険をおよぼします。それは、やけどをした所から蛋白質や水分などの血液成分が体外へ出て、血液循環が悪くなる為です。やけどは程度により3段階に分けられます。
・Ⅰ度→皮膚が赤くなる。数日で軽快して、跡は残りません。
・Ⅱ度→水ぶくれができる。跡が残ります。
・Ⅲ度→更に高度のやけど。皮膚が焦げる状態。

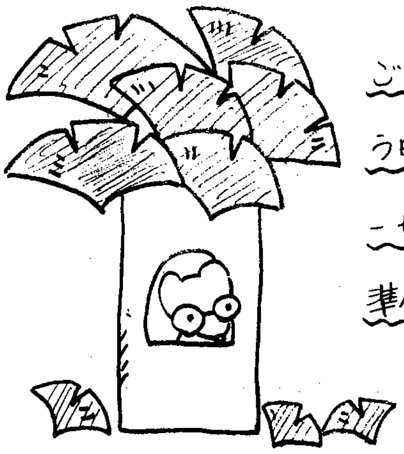
応急処置・・とにかく、早い時期に冷水で冷やします。時間にして20分以上。冷やすと痛みもやわらぎます。衣服があっても脱がさず、そのまま水をかけます。Ⅱ度以上の場合は創部に清潔なガーゼを当て、水ぶくれは破らず、外科医に受診しましょう。広範囲になると意識を失なったりする事もあります。そんな時は、身体は毛布などで保温しながら、やけどの部分は冷やし、急いで病院に行きます。
※チンク油、軟膏、しょう油をつけるとよい、と言われていますが、厳禁!! 傷の表面を不潔にして治りを遅らせます

刺される・かまれる傷

ありノ・蚊に刺された時・・局所的に発赤している場合は、放置していても大丈夫です。しかし、はれがひどい時は、局所に抗ヒスタミン軟膏など塗布します。症状により全身がじんましんのようにはれてきた時は、医師の診察をうけて下さい。

ハチに刺された時・・ハチに刺された時は、時として人により呼吸が苦しくなったり、けいれんを起こしたり、脈が弱くなり急に意識を失なってしまう事があります。(アナフィラキシーショック) 刺された部位だけが発赤している時は放置しておいてかまいませんが、全身にじんましんができたり、ショックのような症状が少しでもあれば、すぐ病院に行って下さい。

犬にかまれた時・・狂犬病は、近年日本ではおこっていないと言われているものの、恐い病気です。犬にかまれ、傷があればオキシドール等で消毒をし、清潔なガーゼを当て必らず外科医に受診して下さい。
いい加減な手当てで、すます事は厳禁です。



ご家庭にも、いざという時の為に、消毒薬、ガーゼ等の入った、救急箱を準備しておくとよいでしょう