



おかむら通信 第137号

平成28年9月

ごあいさつ

先月は、日本全国に台風が上陸したため、大変な目にまいりましたね。熊本・東北の方々には、追い打ちをかけるような悲惨な状況に見舞われました。患者さんのみなさまも、おいそれと病院や、診療所へ行くのも危なくて、自宅ですらい思いをされていたのではないのでしょうか？

夏休み中、私は妻と四国へ旅をさせていただきました。そして香川では金毘羅様(こんぴらさま)の785段の階段を、熱中症になりかけながら必死で登りました。そこで、みなさまの無事と、病気の回復をお祈りしました。もちろん家族と自分の健康とともにですが。8月はみなさまにごめいわくをおかけしたにもかかわらず、かなりハードな日時でした。精神も肉体もぎゃくに鍛えられた感があります。この1年間はどうしても、こちょこちょと、院長の用事でお休みが急に出るようなことがありますまして申し訳ありません。

今月のことば

人生って何だろう。たったこれだけの短い瞬間の生をなんで人は大切にしないんだろう。まえむき、正直、頑張り進むことがしづらい世の中ですね。

ある人間の叫びから

院長から

①被ばくの少ないCTスキャンが必要です。最新式のCTが今開発されていて、もちろん64列(立体画像をつくれる、血管病変もつくれるもの)で一般のCTの80%被ばく軽減も可能です。検査は選択の時代が来ています。

②乳がん検査に、何が必要でしょうか？本当は？マンモグラフィーがずいぶん一般的に使われていますが、撮影と、映像の読影、診断に、大変専門性が必要な検査です。それ以外には、デジタルエコー(乳がん診断用の)、エラストグラフィー(腫瘍の弾力性をみる乳がん診断用の)があります。場合によってはCT、しかしとり方があります。

③血圧測定の意味、自宅でお測り頂いてますが、「安定しているから、測るのをやめた」と言われる方がまた増えてきました。自宅で測るのは、2日に1ぺんでもいいですから、ぜひ診察室でみせてください。夏は血圧が低下します。また診察室での測定値と違いが出ます。医師は、どうにか血圧などの薬を将来減らそうとしています。自己管理がいい人は、血圧がさがり、コレステロール値もさがり、血糖値も下がってきます。より良いコントロールを行い、将来病気から遠ざかりましょう。

④ドクターと一緒に病気を治しましょう。また、巷(ちまた)で流されるまちがった情報に惑わされないようにお願いします。まことにあくどい行為です。





⑤いつも言ってます。糖尿病の方々、HbA1Cの目標値は7.0以下です。ここにむかって。体を動かす、ストレス発散、お薬をきちんと飲む、効果がなかったらインシュリンもふくめて薬剤をかえる。いま、とても効き目のよい、打った時の痛みも軽い、より低血糖になりにくいという素晴らしいやり方もあります。

⑥運動の効果について、世界で、発表されています。とにかく運動をしましょう。薬をたくさん飲むようになるより、このほうが長い目で見れば効果的です。糖尿病予防、脳梗塞予防、高脂血症予防、などに著効します。運動を頑固にしない人は試してみてください。そして継続させて下さい。

院長の最近の感想、—この2か月間の活動を通して—

ものごとにおちあたらなければ、本当のことが分からない。本当のことが分かると、それをぶち破らなければならない。そうして初めてたくさんの人の幸せ、素晴らしい世界が開けてくる。しかしそのころに背中から、鉄砲がうちこまれる。精神もより強くして負けないようにしなければならない。

院長 仕事コーナー

- 08/06(土) 白髭神社盆踊りのためのドクター待機 日暮
 /07(日) 国際ロータリークラブ奉仕プロジェクトセミナー(勉強会) 千葉
 /10(水) 友人会社新事業お披露目 浅草
 /12(金) プ・タン出立結団式 松戸
 /20(土) 松戸市夜間小児救急当番 市立病院
 /22(月) 当院スタッフカンファレンス 当院
 /27(土) ロータリー米山財団セミナー(勉強会) 千葉



今月は、
 4月に入職した
 田子さんの
 ご挨拶です。
 皆様に宜しくお軽い
 致します
 (担当 佐藤)

♡ ~ ~ ~ ~ ~ ♡
 こんにちは ☺
 ・4月より勤務してあります 田子です。
 (たご)
 ・午前中のみの勤務のため 午後来院されて
 いる方とお会いする機会には少ないですが、
 ・一生懸命 頑張りますので、
 宜しくお願い致します!!
 ♡ ~ ~ ~ ~ ~ ♡

