



菊池内科ホームページ

<http://www.kikuchi-clinic.com/>
携帯(Docomo・au・Vodafone)も共通



QRコードの読める携帯電話
なら、このコードから携帯用サ
イトに接続できます。

重要！ ご協力下さい

看護師の勤務の都合で、月曜・金曜の夕診で午後6時以降は、注射・点滴・採血・心電図などの処置・検査が困難なことがあります。

来院前に、必ず確認の電話をお願いいたします。

7月11日（月） の夕診は6時で終了させて
頂きます。

〒581-0003 八尾市本町 7-11-18

八尾メディカルアベニュー 2F

TEL **0729-90-5820** FAX 0729-90-5830

診察・検査の予約は、診療時間内に
お願いいたします。

夏休みが決定しました

8月23日（火） 夕診のみ休診させていただきます。

9月 6日（火） 7日（水） 8日（木） 3日間休診させていただきます。

例年通り、お盆は平常通りに診療を行います。（内視鏡等の検査も平常通り行います）

水曜日を検査優先とさせていただきます（6月29日から）

最近、胃カメラを受けて頂く患者さんが増えております。そのため、時々ですが、予約が1週間以上先になることもあり、申し訳なく思っております。

また、頸動脈エコー検査を開始しましたが、腹部エコー検査と同時にを行うと、最高30分程度の検査時間を要します。したがって、診療時間中に行うことが困難で、慢性肝炎など定期的に検査を行う必要のある患者さんにも影響が出ています。

このような理由で、水曜日を内視鏡検査あるいは超音波検査を受けて頂く患者さんを最優先とさせていただきます（もちろん、予約制です）。これによって、胃カメラとエコー（腹部+頸部）を同日に検査することも可能になります。

検査をお受けにならない患者さんの診察は、緊急の場合と検査枠に余裕がある場合に限りさせていただきますので、必ず、確認の電話をお願いします。「飛び入り」では、かなりお待ち頂くこととなりますのでご了承下さい。（定期の注射・点滴の患者さんは今まで通り可能です。）

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
午前9～12	○	○	○	○	○	○	×
午後4～7	○	○	×	○	○	×	×

診察は予約優先制です。予約の患者さんがほとんどですので、予約なしの場合は待ち時間が長くなります。ご了承下さい。

毎月初回の受診時には、必ず「保険証」や「医療証」をご持参下さい。

生活習慣病の話（18）

高脂血症（4）

「きょうの健康」6月6日～10日は、コレステロールの話です。

高血圧症や糖尿病があると、血管の内側（内皮細胞）に傷が付き、そこから血管壁に、コレステロールが入り込みます。

（左図：血管の断面。青い部分が血管壁内に入り込んだコレステロール）

こうなると、血管が硬くなったり、血管の内腔（血液が流れる部分）が細くなります。

最悪の場合、

①この部分で、**血管がつまる。**

（左下）

②**コレステロールが血管の中に破れて、血栓ができる。**（右下）

（その血栓が血管の先に飛んでいって血栓症を起こす）

などが起こります。

こういったことが起こる可能性が高いかどうかを調べるためには、まず血液検査が必要です。

- ①総コレステロール ②中性脂肪
③HDLコレステロール（善玉コレステロール）
④LDLコレステロール（悪玉コレステロール）

は最低限の検査です。40才を過ぎたら、年1回は検査を受けられることをお勧めします。（もちろん、血圧測定や糖尿病のチェックも必要です。）

最近では、④の中に「⑤小型の超悪玉コレステロール」が存在すると考えられています。

④が正常範囲でも、⑤の比率が多い場合には、心筋梗塞などを起こしやすいと言われています。

また宣伝になりますが、血液検査だけではなく、**頰動脈のエコー検査**で、実際の血管の状態を確認することもお勧めします。（最低年1回）

「今は何も自覚症状がないから大丈夫」と思っておられる方が多いと思いますが、**このような病気は、何年いや何十年とかけて悪化していき、ある日突然発病するものです。**その代表的な病名は、脳梗塞（脳血栓を含む）、心筋梗塞であり、慢性腎不全（血液透析に至る）や失明される

方もあります。

特に注意が必要なのは、血縁者に脳梗塞や心筋梗塞にかかった人がいる方です。遺伝的な要素がありますので、こまめに検査を受けられることをお勧めします。

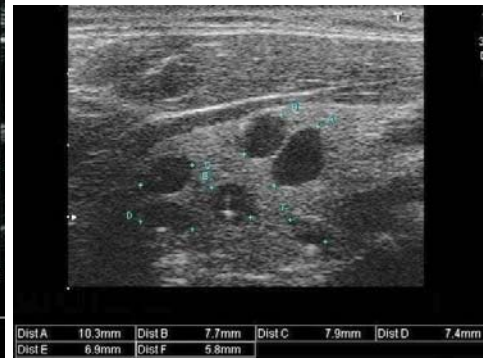
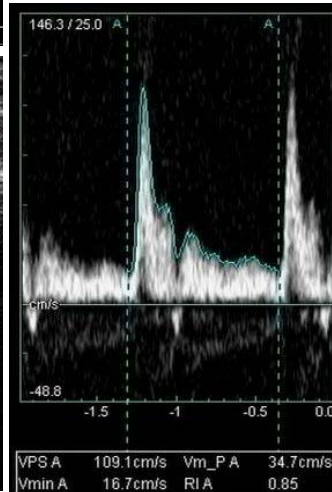
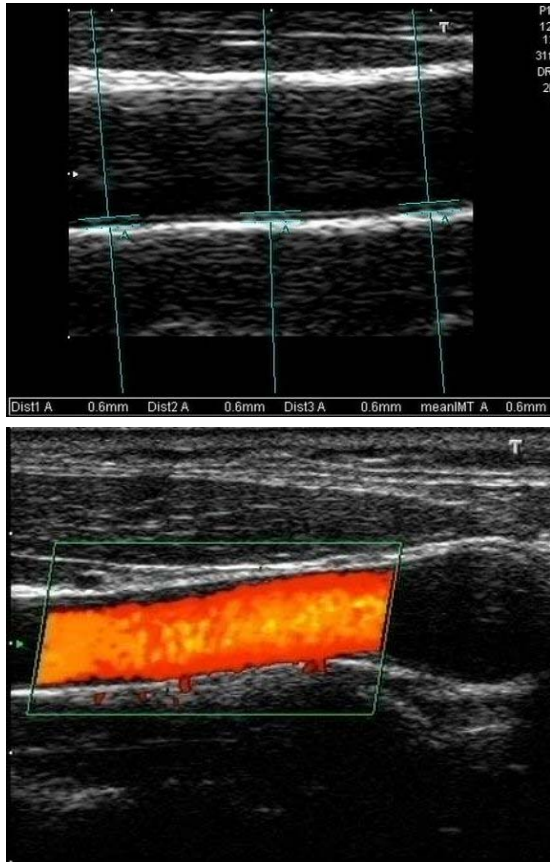
私自身、検査をしてみました。

(左上) 総頸動脈のIMT (内中膜複合体厚) の測定：0.6ミリで正常でした。(1.0ミリまでが正常)

(左下) 総頸動脈のカラードップラー検査：血流が色でわかります。特に細いところはなさそうです。

(中下) 同部のパルスドップラー検査：血流速度の測定ができます。

(右下) おまけで甲状腺のエコー：白っぽい甲状腺の中の^{のうほう}、嚢胞 (黒い豆みたいな部分) が6個もありました。単なる空洞なので、病気というほどではありませんが。



糖尿病で、インスリン療法を行っている患者さんへお知らせ

① インスリン注射の注入針がかわりました。

商品名は、「ペンニードル32 G ^{ゲージ}テーパー」です。

先端にかけて細くなっている (テーパーとは、先細という意味です)、針を刺したときの痛みが少ないそうです。

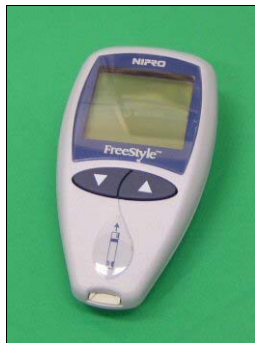
② 新しい自己血糖測定器を採用しました。

商品名は、「ニプロ フリースタイル」です。

今までより、測定に必要な血液の量が少なくて済みます。したがって、指先からではなく、痛みの少ない腕などからの採血で十分検査ができます。

ご希望の患者さんには、無料で交換させて頂きますのでお申し出下さい。

(当院からお貸しする形になります)



40才以上の八尾市民の方は、健診 (採血・検尿・心電図) が年1回無料で受けられます。

大腸がん検診 (便潜血2回法) ・肝炎ウイルス健診も行っています。

「きょうの健康」NHK教育テレビ (12チャンネル)

(月) ~ (木) 午後8:30~8:45 (金) 午後8:00~8:45

(再放送) 翌週 午後1:05~1:20

テキストがあります。NHK健康ホームページ: <http://www.nhk.or.jp/kenko/>

月	火	水	木	金	
		1	2	3	
		これで安心 食中毒対策		きょうの健康Q&A (生放送)	
		調理のポイント	保存のポイント		
6	7	8	9		10
血管老化の真犯人! 超悪玉コレステロール					
超悪玉の正体	こんな人は検査を	まず3キロやせよう	薬物治療の効果		
13	14	15	16		17
最新治療で救う 中高年の歯					
大人にも多い虫歯	進む歯周病手術	インプラント 最新情報	40代からの デンタルケア		
20	21	22	23		24
すぐ役に立つ めまい克服術			病を越えて		
とっさの対処法	原因に応じた治療	予防のための 生活改善	夫婦のきずなを 再確認・子宮内膜症 (かつみ♥さゆり)		
27	28	29	30		
(アンコールシリーズ) 病を越えて					
肝硬変・余命5年 からの再出発 牧村 三枝子	うつと歩んだ 8年間 竹脇 無我	グラッチェ! リハビリ さらば腰痛 ケーシー高峰	人生いろいろ 乳がんとともに 島倉 千代子		

日本医師会 (<http://www.med.or.jp/>) 提供の健康番組

「からだ元気科」

毎週金曜日 11:00~11:25 読売テレビ (10チャンネル)

- 6月 3日 がんの最新放射線療法
- 10日 がんの最新外科治療
- 17日 かかりつけ医相談室 (静岡県編)
- 24日 がんの最新化学療法

当院では、お支払いに、デビットカード (郵便局や銀行のキャッシュカード) ・クレジットカードをご利用頂けます。