



予約優先制です。予約電話 990-5820



ホームページ

<http://www.kikuchi-clinic.com/>

携帯も共通です。

休診等の最新情報は、ホームページでご確認下さい。



ゴールデンウィークの休診は暦通りです。

薬やインスリン注射がきれないようにご注意ください。(毎年、薬がきれたという留守番電話が入りますが、対応できません)

受診についてのお願いが最終頁にあります。

わけ

今月の「亥の神社」は、岡山県和気町の和気神社です。続きは2頁です。

医者まかせではいけません

先月号からの続きです。まず血液・尿検査は、当院では糖尿病の患者さんの大部分は、毎月受けていただいています。血糖値・HbA1c・脂質などは毎月。病状等によって、貧血・肝機能・腎機能は3～6か月毎に調べています。

高脂血症の患者さんは、2～3か月毎の検査の方が多いです。
肝疾患の患者さんは、1～3か月毎の検査の方が多と思います。
高血圧(だけ)の患者さんの場合は、年1回の方が多ようです。

ただ、これら原疾患のための血液や尿の検査だけで、偶然「がん」が見つかることは、非常にまれです。

肝臓・胆のう・膵臓・腎臓などの病気を発見するためには、超音波検査(エコー)が重要です。

食道・胃のがんを発見するためには、やはり胃カメラが必要です。大腸のポリープやがんを発見するためには、大腸ファイバーが必要です。肺がんを発見するためには、胸部X線検査が必要です。

身内の方が、がんになった方は、積極的に検査を希望される場合が多いのですが、そうでない場合、いまだに「自分だけはがんにはならない」と信じておられる(あるいは、信じたい)方が多いです。

また、最近は少なくなりましたが、「胃カメラはしんどいから受けない方がいい」などという噂を真に受けて手遅れになる方もありました。

日本人の3分の1は、がんで亡くなる時代です。少しでも気になる症状があれば、わざわざ(自費で)人間ドックを受けなくても、健康保険で検査が受けられます。積極的に検査を受けていただくことをお勧めします。

HbA1c: 2か月間の血糖値の平均をあらわす重要な検査です。

脂質: コレステロール・中性脂肪など

腫瘍マーカーという種類の血液検査もありますが、早期がんを発見するのは、非常に困難です。

腹部エコーで、胃がんが見つかることもありますが、通常は進行がんですし、便検査で大腸がんが見つかることもありますが、やはり進行がんのことが多いです。

早期発見・早期治療をするためには、やはり早めの検査が必要です。

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。

「狛亥 (こまいのしし) の神社」を訪ねて (3)



わけのきよまる
和氣清麻呂公を訪ねて、京都・北九州に続き、和氣氏発祥の地、岡山の和氣神社へ出かけました。

もうおなじみになった、狛犬ならぬ狛亥が出迎えてくれます。

4月末からは「藤まつり」、11月には「もみじまつり」で賑わうそうです。

(左上) 大絵馬
 (右中) 和氣清麻呂公像
 (左中) 姉・和氣広虫姫像
 (左下) 「古今集」「君が代」に歌われている「さざれ石」。大小多数の石灰石が雨水で溶けて大きな固まりになったものだそうです。

J R 和氣駅から徒歩45分
 (往復歩きました!)
 和氣神社のホームページ
<http://ww36.tiki.ne.jp/~wakeasomi/>

奈良時代、河内国弓削(現・八尾市弓削)の僧・道鏡(弓削道鏡)は称徳天皇から信頼され、皇位を譲位される寸前までになります。九州の宇佐神宮のお告げで、道鏡の出世を妨げた清麻呂公は、九州に追われ、その途中で猪に救われたのが先月訪ねた小倉の妙見山だったそうです。

称徳天皇は、弓削に都を移す工事を始め、その跡が八尾市八尾木北5丁目の由義神社(写真下)にあります。(近鉄バス・志紀車庫行き・八尾木北2丁目で下車すぐ)



播州赤穂にも行ってきました

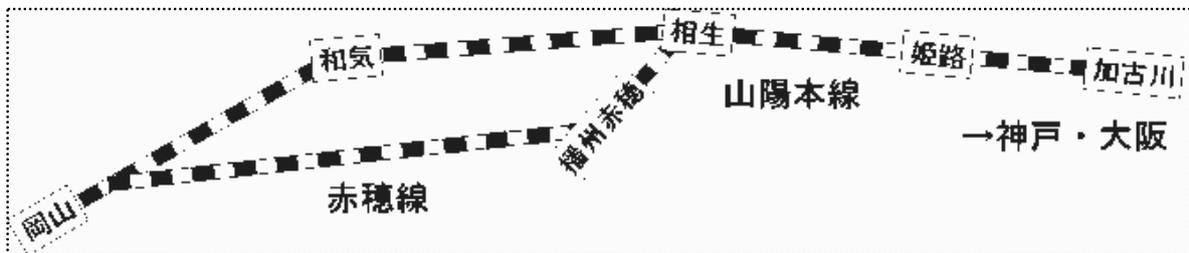


和気神社の帰り、播州赤穂へ寄ってみました。
 赤穂と言えば、忠臣蔵。四十七士をまつた大石神社に行きました。
くらのすけ
 大石内蔵助 (右上) 大石ちから
 主税 (左上) 親子はじめ 四十七士 (中左) の石像が並んでいます。
 (中右) 内蔵助像の後ろに亥の絵馬
 (左下) 赤穂城
 (右下) 赤穂城・天守台 (天守閣はもともと造られなかったそうです)

播州赤穂駅から南へ、徒歩約15分。



大阪駅から新快速で相生駅へ、各駅停車に乗り換えて和気駅へ (約2時間) (岡山ー和気は30分)
 播州赤穂ー大阪は新快速で約1時間40分 (約30分ごと) (相生には新幹線も止まります)



Remember 3. 26 (3月26日を忘れない)



9. 11 (アメリカの同時多発テロ)ではなくて、3. 26とは?と思われるでしょう。

皆さんには覚えておく必要のない日付ですが、私にとっては忘れられない日です。

右膝の骨折をしたのが今年の3月26日で、それからちょうど1年になりました。

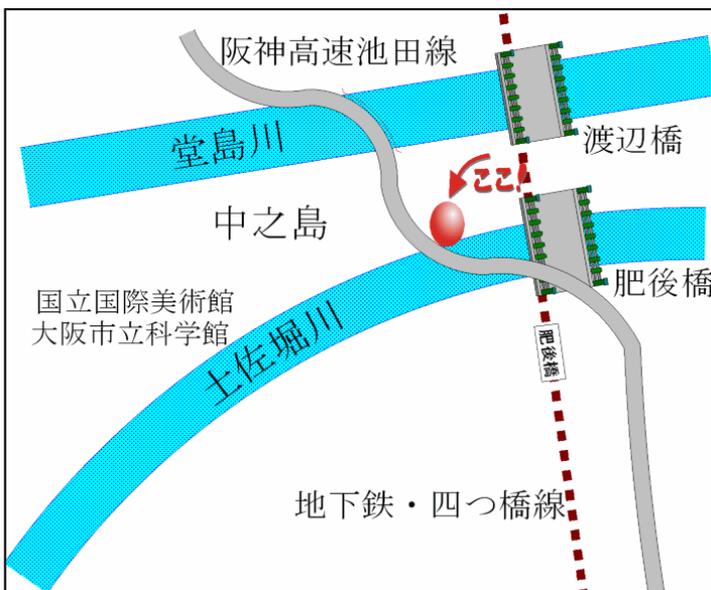
中学の時に虫垂炎で入院して以来の入院・手術でした。ご心配をおかけしましたが、1年経って、やっと人並みに歩けるようになりました。

(上) 大阪市北区中之島の現場です。道路は阪神高速池田線 (伊丹空港へ行く道です)。白い建物は、朝日新聞本社。川は土佐堀川です。

(中) 拡大すると、白い花をつけたモクレンの木が2本あります。左側の木はほぼ満開 (写真下) で、右側の木はかなり散っています。

この右側の木の下に散っていた花で滑って、骨折をしました。

車道より一段高い、遊歩道になっているのですが、3月末現在、工事中で立ち入りできませんでしたが、昨年と同じように花が散っていました。



「**きょうの健康**」NHK教育テレビ <http://www.nhk.or.jp/kenko/>
(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 テキストが市販されています。

月	火	水	木	金
内臓脂肪を減らせ！ 失敗しないダイエット				Q&A
2 肥満は万病の元	3 成功者に学ぶ 中高年女性の場合	4 成功者に学ぶ 中高年男性の場合	5 こうすれば 長続きする	6 ダイエット
つらい首の痛みに悩んでいる人へ			知っておきたい 乳幼児の救急処置	Q&A
9 長引く痛みの 原因は？	10 けいついの病気 最新治療	11 突然起きる せき柱じん帯骨化症	12	13 首の痛み
心身の不調 ストレスが原因？				Q&A
16 なぜ起こる	17 これがサイン 軽症うつ	18 早めに対処 摂食障害	19 思考パターンを 変えよう	20 ストレス
ほうっておけない すい臓の病気			あなたは大丈夫？ 増える脂肪肝炎	Q&A
23 激しい腹痛 急性膵炎	24 繰り返す腹痛 慢性すい炎	25 すい臓がんの治療	26	27 膵臓の病気
最近の話題から				
30 (テーマは未定)				

胃がん

「きょうの健康」の3月第3週は、胃がんの特集でした。王監督が手術を受けられて早いものでもう1年になります。元気に指揮をとっておられる姿をみるとほっとします。

胃がんは、日本人では非常に多いがんで、年間10万人の方に発見されているようですが、治療方法が進歩して、完治する方も増えています。早期がんでは90%以上の治癒率（5年生存率）ですが、進行したがんでは、当然治癒率も低くなります。

つまり、早期発見・早期治療がたいせつということです。早期であれば、開腹手術ではなく、内視鏡手術での治療も可能です。

参考図書：
胃がん治療ガイドラインの解説（第2版）
日本胃癌学会編
金原出版（1000円）

当院では、デビットカード・クレジットカードをご利用頂けます。

インフルエンザについて

流行はやっと下火になってきましたが、当院では、3月最終週にもインフルエンザの患者さんが来られました。暖冬のため、流行が後れて始まっていますので、まだ油断はできません。

インフルエンザの特効薬である、タミフルについては、報道でもご存じと思いますが、10～19才の方には原則として処方できなくなりました。それ以外の年齢の方にも、希望時のみ処方しております。

インフルエンザに関する情報は、下記を参考にして下さい。

日本医師会 (<http://www.med.or.jp/influenza/index.html>)

厚生労働省 (<http://www.mhlw.go.jp/index.html>)

国立感染症研究所 感染症情報センター (<http://idsc.nih.go.jp/index-j.html>)

今シーズンは、B型も最初から流行しました。A型とB型の両方に感染された方も数人おられました。

A型・B型とも、予防接種を受けておられた方は、かなり早く治癒した印象があります。

タミフルが使いにくくなった以上、予防接種の重要性がより高くなります。

診療についてのお願い

診療は予約優先制ですので、電話でご予約下さい。当日であっても、お電話下さい。飛び入りの場合、予約患者さんより待ち時間が短くなることは原則としてありません。

なお最近、時間外の電話が増えています。下記の診療時間をご確認のうえ、診療時間内にお電話下さい。午後8時を過ぎてから電話をされている方がありますが、夕診は7時までです！

当院の都合にて、夕診を早く終了することがあります。

午後6時あるいは6時半で終了することが不定期にあります。予約なしで来られて、閉まっていたら申し訳ありません。

患者さんをご紹介していただく場合、①予約優先制であること、②消化器内科（胃・腸・肝臓など）と糖尿病が専門で、心臓病や特殊な疾患は専門医の診療が望ましいこと、などもお伝え下さい。

「えっ！いつから変わったの?!」と驚く患者さんがおられますが、診療時間は、開院以来9年になります。一度も変更はしていません。予約優先制も始めてからもう4年になります。

40才以上の八尾市民の方は、基本健康診査（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）・肝炎ウイルス検診も行っています。

肝炎ウイルス検診につきましては、「平成18年度（今年3月）で終了」とご案内していましたが、期間が延長され、今年度も実施されます（受診者が少ないためと思われます）。ただし、この健診は40才以上で、一回しか受けることができませんので、ご了承下さい。

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