



さつきの丘だより

No.12 / March, 2009

竹村内科・腎クリニック通信

〒322-0029 栃木県鹿沼市西茂呂 4-46-3

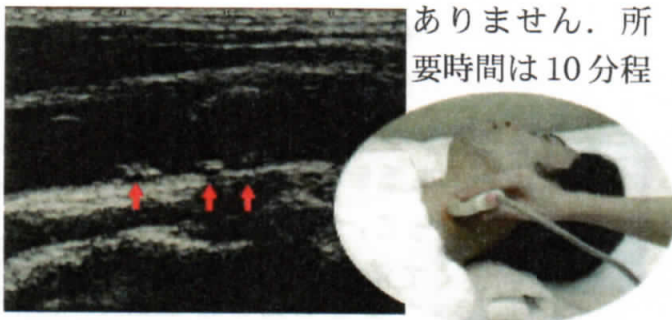
Phone; 0289-60-7577 · Fax; 0289-60-7578 · URL: <http://take2002.on.arena.nc.jp>

外来診療編

■動脈硬化をみる方法

動脈硬化とは、血管の壁が硬く厚く変化して大切な内臓に血液が流れにくくなる病気です。動脈硬化が進行すると脳・心臓などの血管がつまって、脳梗塞や心筋梗塞などの重病を起こします。通常は血管がどの程度つまっているかを簡単に見ることはできません。しかし首にある動脈を超音波検査（エコー）で見ることができます。首の血管は脳・心臓の血管を映す鏡ともいえます。動脈硬化は血管の壁が厚くなることから始まります。この検査では動脈の壁の厚さ（IMT）を測定して、1.1mm以上に厚くなると動脈硬化があると判定します。超音波検査なので、苦痛は全く

ありません。所要時間は10分程



度です。糖尿病や高血圧症、高脂血症など、動脈硬化の進みややすい病気の方や動脈硬化が気になる方は、どうぞ気軽に相談してください（Sam）。

●栄養指導を受けてね

先月入職した、管理栄養士の野中美保さんを紹介합니다。鹿沼出身ですが、大学卒業後は下都賀総合病院に勤務していました。糖尿病診療をサポートする、糖尿病療養指導士（CDEJ）の資格も持っています。平成12年から始まった資格で、糖尿病指導の経験を積み講習を受けてから受験できます。海が大好きで、スキューバ・ダイビングの資格もあり、「イルカと一緒に泳いで、イルカになりたい♥」とニコニコ話してくれました。「いつも楽しいことを考えています。プラス思考で楽しい栄養指導を」という野中さん、どんどんファンが増えそうですね。



木もれ陽

昨年4月から「メタボ検診（特定健康審査）」が始まりました。糖尿病などの生活習慣病を減らすこと、早期発見して国全体の医療費を減らすことが最大の目標のようです。わたしは臨床検査を担当していますが、このような国を挙げての大きなプロジェクトの一端を担うことに、大きな責任を感じています。検査のときには、血液や尿の保存方法や検査手順、測定器械の管理など、すべてきちんとしていくことが求められています。当院は、品質管理の世界基準である「ISO9001認証」を持っています。栃木県内のクリニックでは、初めてのことでした。これからも徹底した精度管理を行って、すぐれた医療を提供できるようにがんばっていきます。（マッキー）



ウラも見てね



さつき シアター

DVD 「旅の重さ」 齋藤耕一

松竹ホームビデオ：B001LNQ01I

最近、1970～80年代のややマイナーな日本映画の傑作が次々にDVD化されている。本作品は、「望郷」「津軽じょんがら節」などの代表作で有名な、齋藤耕一監督作品の青春ロード・ムービーだ。私は原作を高校生の時に読んで、衝撃を受けた記憶がある。戦後第1回の芥川賞を受賞した作家、由紀しげ子の死後、書齋で作者不明のノートが偶然発見されたのだが、極めてすぐれた作品であったために作者不詳のまま出版され、発売後に筑摩書房が新聞広告で作者探しを行ったという、いわくつきの本だ（原作者の素九鬼子は、一度横浜で発見されたが、その後再び行方不明になっている）。私が高校の読書会で本書の輪読を提案したところ、純文学好きの国語教師がおどろいて「君はこんな本を読んでたのか」と絶句していた。月並みな青春文学ではない。男出入りの激しい母親

と窮屈な学校を嫌って家出し、四国遍路の旅に出た少女から「ママ」にあてて、様々な体験を手紙で書き送るという内容だ。むせかえるような若者の息吹、痛々しくもあふれる生命力、みずみずしい感受性。オーディションで2000人の中から選ばれた17才の新人女優高橋洋子の体当たりの演技が話題を呼んだ。同じく18才の新人、秋吉久美子（本名の小野寺久美子で映画初出演）のチョイ役の可憐な演技も必見。わきを固めるのは、三国連太郎・岸田今日子・横山リエ・高橋悦史・砂塚秀夫らの名演技。1972年松竹映画。



医学のトリア

うっとうしい花粉の季節になりました。花粉症の薬や一部の総合感冒薬をのむと、眠気が出ることがあります。「抗ヒスタミン剤」という成分のためです。症状には個人差があつて、ほとんど眠気を感じないひとも多いのですが、強い眠気を感じるひともいるようです。特に体調の良くないときや、疲れているとき、アルコールや精神安定剤と一緒に飲んだときなどに出やすい様です。お酒と一緒に

風邪薬を飲むのはやめましょう。最近発売された花粉症治療薬は、ほとんど眠気を起こさない優れたものがあります。風邪薬も、より安全なものを選ぶことができます。花粉症には目薬や点鼻薬をあわせて上手に使うと、効果が良くなって、一部の強い抗ヒスタミン剤を使わなくて済むことが多いようです。車を運転するときや、大切な会議に出席するときなどは、ぜひ医師に相談して眠気の少ない薬を処方してもらいましょう。



風邪薬などで、眠くなることもある。