

この目で見

トだっ

ŧ

才 1)

X

山本百合子

「すみれが丘そよかぜクリニック」からのお知らせ

海外旅行の強い味方一「渡航外来」を始めました

「渡航外来」は、海外旅行を安心・安 全に楽しむために欠かせない診療科 です。

渡航先に応じてのワクチン接種、 3000 m以上の高地に行かれる場合 の高山病予防など、海外における体

調不良を未然に防ぐことができます。

また、旅行以外でも、赴任先・留学先で医療機関を受診す る際に、診療をスムーズにするための "英文診断書" や、普段

使っている内服薬を渡航先に持ち込むために、"英文証明書" などの作成も行っています。特にお薬を海外に持ち込む際は、 空港でトラブルになることもありますので、こうした書類を準備 していけば、入国審査も遅滞なく進むはずです。

慣れない気候や風土で体調を崩すこともあるので、帰国後の 体調不良もご相談ください。海外旅行を元気に楽しむため、す みれが丘そよかぜクリニックの「渡航外来」をご利用ください。

*英文文章作成は時間がかかりますので、木曜の「渡航外来」にいらして ください。ワクチン、高山病予防は、芹澤医師の外来で対応しています。

	月		火		水			木		金
午前 9:00~ 12:00	内漢	皮形	内漢	1	第1·第3 10:00~ 13:00	皮	(2)	内漢		皮
	芹澤	吉嶺	芹澤	有馬	小林	松島	山本 (晃)	芹澤		佐野
午後 14:00~ 18:00	内 第 17:00 まで	—	内 第 17:00 まで	♪ 19:00 まで	_			内 (5:00~ 17:00	皮	
	芹澤		芹澤	有馬				芹澤	山本(百)	
心心療	内科	9 内科	漢 漢方	内科	帰 婦人科	皮皮	皮膚科 (度渡航外	来 形	形成外科

医療法人社団 山本記念会

すみれが丘そよかぜクリニック

神奈川県横浜市都筑区 すみれが丘13-3

TEL 045-565-9042 FAX 045-565-9043



短時間で効果的―― 「通所リハビリテーション」をご利用ください

通所リハビリテーションでは、地域のみなさまが住み慣れた環境のなか、健 康で活動的な生活が送れることを目的に、短時間で効果的なリハビリテーショ ンを実施しています。多彩なリハビリ機器と専属の理学療法士を配置して、以 下の運営理念のもと、ゲストのみなさまに充実した時間をご提供いたします。

ゲストの可能性に向けて、公平で良質な生活リハビリテーションを提供し ます。

ゲストとのお約束事

- 1、気力・体力・知力・笑顔の湧き出る通所リハビリテーションを目指します
- 2、ゲストの自主性・尊厳を尊重し、ゲストのニーズに寄り添う支援を目指します
- 3、ゲストの少しの向上を一緒に喜べる笑顔を絶やさないスタッフを目指します
- 4、ゲストにかかわりのある方々と綿密な連携を図り、ゲストがより良い生活を送 れる工夫の出来るスタッフを目指します
- 5、常に清潔で、安心・安全な環境整備のもとに、ゲストのリスク管理に 努めます





すみれが丘そよかぜクリニック 通所リハビリテーション

住所:横浜市都筑区すみれが丘13-3

電話:045-755-3328

陽だまりの丘 第36号 2019年●月●日発行

発 行 医療法人社団 山本記念会 本部企画室

〒224-0024 神奈川県横浜市都筑区東山田町1552 TEL 045 (593) 2211 (代表)

表紙イラスト●橋本洋美

『陽だまりの丘』第37号は2020年●月●日刊行予定です。 どうぞご期待ください。

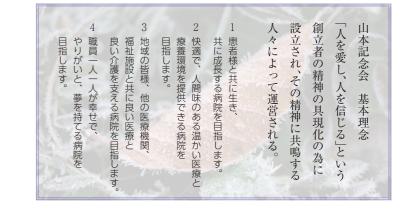


表 1 "喘息"を診断する検査

氏 「					
肺機能検査	息を思いきり吐いたり吸ったりする。喘息の診断 では欠かせない検査				
血液検査	気道の炎症やアレルギー反応の程度を評価する。				
喀痰検査	痰を調べる。結核を除外するためにも有効				
画像検査	主にレントゲン検査。他の呼吸器疾患との判別 や、肺炎などの合併症を調べる				
アレルゲン検査	喘息の原因となるアレルゲンを特定する				
呼気ガス検査	気道から産出される一酸化炭素を調べる。炎症の 程度を診断する				
気道過敏性試験	気道がどの程度過敏なのかを調べる				

めの

(受容体)

刺激薬には

発作治療薬と

しての

短

くな

自己管理が重要です。 喘息は短期間で治る病気で にする長期管理薬と 時間作用性吸入β2刺激薬 医師と相談し あり しての 步 `長時間作用性β は 歩治癒 あり 気管を広げて呼吸を \wedge せ 向か んので、 刺激剤

日 Z σ

喘息は、 表 1

★実施検査は医療機関によって異なります。詳しくは医療機関にお尋ねください。

喘息を診断 する検査

次のようなさまざまの検査によ て診断

治療には吸入薬やない。

2起きない 飲み薬など、

ようにすること

なタイプの薬

ように毎日

の慢性的な炎症を

風邪やインフルエンザが流行する季節――注意を要する病気のひと つが"喘息"です。喘息は気道(空気の通り道)の炎症によって生じますが、 風邪などのウイルス感染がこの炎症を刺激・悪化させ、危険な発作へ と導く可能性があるからです。 今回の特集は、入院・外来併せて124万6千人(厚生労働省患者調査 平成29年度)という、アレルギー疾患のなかでは、だんとつの患者数

を擁する喘息を解説します。

97"=

●花粉

など

●真菌 (カビ)

この時期だから気をつけたい

Vol. 36

呼吸時にゼーゼ-

は幼児期と4歳~6歳。 ます(図1)。 た場合は生命に 人でも発症しま 、なる病気-や呼吸困難な イ・ヒュー ・性の炎症 ヒューヒューという れれてば 管支喘息 自然に治ることは稀であり な治療が必要になり ます ます ま 60 す。 この特集では し 6 気管支以外の か 歳までに治るとい 成人の 喘息も 継続的なといわ

音が出る 喘鳴などの症状が 出やすい を当てて解説 喘鳴症状で夜間、 、成人の気 目が覚める 走ったり運動した後 息苦しい

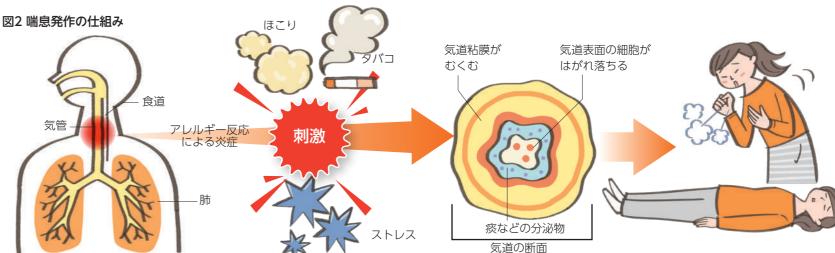
図1 喘息の症状

• 息苦しい • 咳き込む

のア (図 3)。

図3 主なアレルゲン ●ハウスダスト ●ペット (動物の毛やフケ)

を 吐 むことができず 気道に痰などの分泌物が詰ま 症状が生じます。重症例では、 (皮膚や粘膜が紫色になること) 喘息発作の原因 そのため、 くのに必要な時間が長く 意識障害に いる気道の粘膜がさらに 同時に痰の排出を促す 図 2 激しく咳込むなどの 酸素を ルギ 増加します。 み合っ 喘鳴が生じ、 陥る場合もあ 十分に取り込 多くの場合、 チアノ 反応で炎症 $\widehat{\overline{r}}$ て発作を みが悪化 息 ゼ



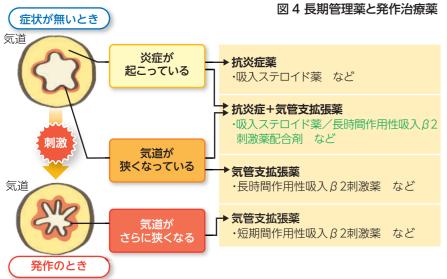
気管支喘息の患者さんの気道は、慢性的に炎症を 起こしているため、粘膜が過敏になっており、過 剰に分泌される粘液などによって狭くなっている

気道の炎症を冷気やたばこの 煙、ほこりなどが刺激する

刺激が引き金となって、気管支の平滑筋が激しく収縮することで、 呼吸困難に陥る。また、分泌物が増えることで、気道が閉塞する

炎症をコン する 息 **(1)** 治療

ステロイ 2 (受容体) ことが可能 長期管理薬として、 · る薬」 ます た気道を速 発作が起 前者を きたときの発作治療薬としては、 喘息治療の中心となるのは「吸入 しの成分で効果的に炎症を抑える ため、 とき緊急的に用 、と呼びま 長期間使用できま (長期管理薬) (図 4)° 。 る 薬」 います。 に



※ | アレルギー疾患:アレルギーとは、外部からの侵入物を排除するために存在する"免疫"が、特定の物質 (アレルゲン) に対して過剰に反応すること。このアレルギーが 原因で生じる疾患をアレルギー疾患という。アレルギー性鼻炎、アレルギー性皮膚炎、食物・薬物・金属アレルギーなど、多くの病気がある

※2気管支以外の喘息:アスピリンなどの服用によって引き起こされる「アスピリン喘息」、激しい咳だけが現れる「咳喘息」など ※3百日咳:百日咳菌による感染症。激しい咳を伴う

喘 息発作 が起きるとき

喘息

慢性化す によって気管

<u>(</u>ゼ

·呼吸音)

息はどの年代の