



友愛便り

脊髄専門外来～手足のしびれと背骨の病気

梅雨の時期に入り、雨の日が多くなります。低気圧が近づくと神経痛や手足のしびれ・痛みが悪化するなど、気圧の変化が体に影響を及ぼすことは一般的に知られています。気圧の低下で体はその変化に順応しようとするため交感神経の活動が活発化し、血管収縮などが誘因となり、痛みが増すと考えられています。

気象の変化が予測されたら、「患部が冷えないようにする」「入浴などで血行をよくする」「自律神経を安定させるための効果的なストレス解消法（運動習慣、睡眠など）を見つける」などで工夫するとよいでしょう。



中西 欣弥医師
(脳神経統括部長)



さて、このような神経痛や手足の症状で、「両手がジンジンしびれる」「肩から手にかけて痛みがある」「箸がうまく使えない」「階段が降りにくくなった」「坐骨神経痛（お尻から足の後ろ側の痛み）で動きにくい」「歩くと足がしびれる」などの症状は、脊髄の障害が原因で起こることが多い病気です。このような症状があれば、脊髄専門外来を受診してみてください。

健康な歯をいつまでも～歯の健康を守ろう！

6月4日から10日は『歯と口の健康週間』です。この機会に自分の歯の健康管理を見直し、むし歯や歯周病の予防に努めましょう。また、すでにむし歯や歯周病にかかっている人は、そのまま放置せずに歯科医の治療を受けましょう。歯を失う原因のほとんどは、むし歯や歯周病によるものです。中でも、歯周病は糖尿病や心臓病と深くかかわっているのをはじめ、全身の健康に悪影響を及ぼします。歯の健康をいつまでも保つことは、からだ全体の健康を守ることにもつながります。第一次健康日本21では「80歳で20本以上自分の歯を保とう」「60歳で24本以上自分の歯を保とう」という2つの目標が掲げられましたが、平成25年からスタートした第二次健康日本21では、「40歳で喪失する歯をつくらない」という目標が加えられました。

毎日、しっかりと歯の健康を管理して、何歳になっても「元気に会話ができる」「おいしく食事をいただける」といった日常生活を送っていきましょう。



《病院理念》

私たちは医療を通じて
健康で心豊かな社会の
実現を目指します

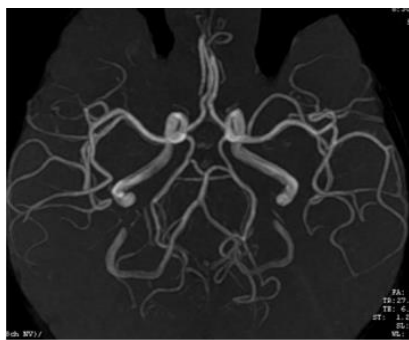
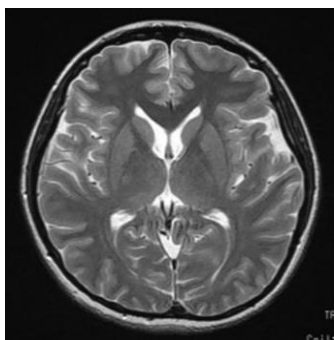
《基本方針》

1. 救急医療の充実を図り、医療の質の向上に努めます。
2. 在宅部門の充実を図り、他の施設と連携し地域医療サービスを推進します。
3. 疾病予防、健康増進の知識を普及します。
4. 開かれた病院として、患者さんの権利を尊重します。
5. 環境整備と安全対策に留意し、患者さんに満足と安心を提供します。

MRI(磁気共鳴画像診断装置)とは？

MRIとは大きな磁石による強い磁場とFMラジオに使われているような電波を使って撮影します。そのため、MRIは放射線による被ばくがなく、健常な方も安心して検査を受けることができます。しかし、強い磁場を使用しているため、CTには見られないMRIならではの制限や注意事項があります。

MRIの画像は骨や空気による悪影響がないため、骨に囲まれた脳や脊髄などの診断に適しています。



当院では2台のMRI装置を備えており、24時間稼働しておりますので、当日検査、診察も可能です。MRIについて、ご質問、ご不明な点等ございましたら、待合3（病院棟1階）の放射線科までお気軽にお越しください。



「GE社製 1.5T MRI Optima MR360」



「GE社製 1.5T MRI SIGNA EXCITE」

季節の豆知識

梅雨の季節を元気に乗り切ろう！

梅雨は特徴はなんといっても長く続く雨と高い湿度です。はじめじめとした梅雨の環境は、私たちの健康に様々な悪い影響をもたらしてしまう事もあります。

この時期、特に気をつけたいのは、食中毒、カビやダニ、ホコリなどが原因となって起こるアレルギー、アトピー性皮膚炎などの皮膚の病気、体の倦怠感や、頭痛、肩こりなどの体調不良です。

住まいの環境整備や、入浴やシャワーで身体の清潔を心がけ、無理をせず、十分な睡眠、栄養のバランスを考えた食事を摂るなど工夫しながら、元気に乗り切りたいものです。

○友愛会病院のホームページも是非ご覧ください。

<http://www.sanwakai.jp/>



友愛会病院 広報委員会