

みやはら耳鼻科通信

発行/ 医療法人 南輝 〒702-8034 岡山市南区福浜西町6番 17号 ☎086-237-4133

初めての方でも順番予約できます！

「みやはらブログ」も毎日更新中！

朝8時から診療しています。

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
8:00-12:30	●	●	●	/	●	●	/
15:00-18:30	●	●	●	/	●	/	/

開院 10 周年！

2006年2月1日に南輝の地に開院して早や10年。

あっという間でした。ここまで大切にさせていただいた患者さん、業者の方々、そしてスタッフのみんなに本当に感謝です。

開院して痛感したのは、自分自身の健康管理です。患者さんに健康になってもらうために受診してもらう訳で、自分の体調がよければこそ、というのが前提になります。

アメリカでメジャーリーガーがものすごい体調管理に気を配っている（例えば試合のあった日は飲みに行ったりしないとか）、みたいなプロフェッショナルとしての日々の過ごし方がとても大切だと思います。

この10年を振り返ってみると、3年前に木曜日を休診にしたのがやはり大きかったです。木曜日に体調を整えて忙しい金、土に備える。このサイクルが自分にはとても合っているみたいで、より診療に集中できるようになりました。

さらに木曜日を休診にすることで、健康面に問題があるときは木曜日に他の医療機関を受診しやすくなったのも、アトピー性皮膚炎とか不整脈とかがあるので、これまた非常にありがたいです。

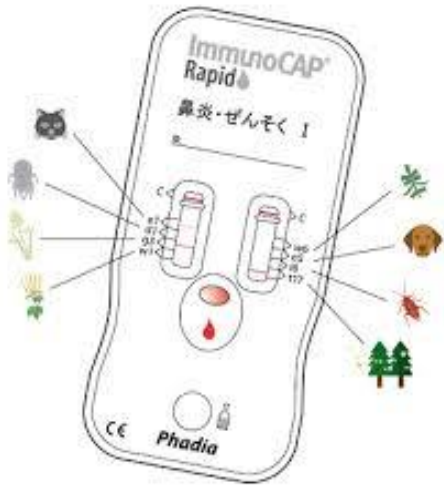
去年は勤務医時代からのつきあいだった、不整脈をアブレーションという治療を受けてよくなることができて非常に嬉しかったです。



この不整脈が悪化すると、心臓で血栓（血のかたまり）ができてそれが脳に飛んだりすると脳梗塞になる。それを防ぐためにはある一定の年齢になるか、心電図の波形が悪化するか、糖尿病などさらに持病が増えたりするかしたら血栓ができるのを防ぐ抗凝固剤（血液をサラサラにする薬）を一生飲まなくてはいけない。抗凝固剤を飲むと他の薬との飲み合わせにも気をつけなければいけない。そんな治療や生活が以前は当たり前でしたが、このアブレーションの登場で不整脈も治る時代になったのです。まさに医療の進歩を実感できました。

改めて健康ってスバラシイ！この気持ちを忘れず、これからも一人一人の患者さんの悩みに耳を傾け、安心して帰っていただけるよう精進して参りますので、これからもよろしく願います^^

花粉症シーズン到来！



2月といえば、スギ花粉症シーズンの始まり。岡山は、予測では昨年よりスギ花粉が飛ぶと言われています。花粉症がある方は、症状がなくても2月中に耳鼻科を受診して予防内服を開始することをお勧めします。そして、今まで花粉症と縁がなかった方。鼻カゼが続くなあ。。鼻水出て目もかゆい。そんな方はおられませんか？実は花粉症デビューかもしれません。花粉症はスギ花粉に対するアレルギー反応です。アレルギー反応というのは、ある日突然起こります。

もし花粉症が気になったら、一度検査を受けてみることをお勧めします。当院では、20分でわかる花粉症検査をしています。受診したその日に診断がついて治療もスタートできる。何回も受診しなくて済む、さらには指先からちょっと血を採取するだけで血管に針を刺して採血しないので痛みが非常に少ない。お子さんでも涙なしに検査が受けれます！

「この子、もしかして花粉症？」と心配なお母さん、この検査ならお子さんも大丈夫です！一度ご相談ください。

花粉症の方へ

仕事が忙しくて、受診がなかなかできない。。。薬局で鼻にさすスプレーを買ってしのいでいる。

そんな方はおられませんか？薬局の飲み薬は眠くなったり、体がだるくなったり、口の中がやたら渴いたり、いろんな副作用はありますが、それ以上に問題なのが薬局で売られているスプレーです。

これは血管を一瞬収縮させる働きがあり、少しの間だけ鼻の通りをよくするのですが、効果がきれるとかえって鼻づまりがひどくなります。スプレーを使う、効果がきれると鼻づまりがひどくなる、またスプレーを使う。これを繰り返しているとだんだん鼻の粘膜が厚みを増してきて、鼻づまりが手術をしないと治らなくなってしまいます。

薬局で売られているスプレーはクセになるので、使わないようにしましょう。また、前に受診したことはあるけど、眠すぎて困るので、今はマスクでしのいでいるという方。

飲み薬や鼻にさす薬（点鼻薬）は進化しています。相性のいい薬や使い方を見つければ、春はマスクなしで気持ちよく過ごすことができます。

最近耳鼻科は受診したことがないという方、気持ちよく春を過ごすためにも一度受診することをお勧めします。