

山田クリニック ぽすと

平成23年12月号

〒522-0054 彦根市西今町 923-1

Tel 0749-22-7005 Fax 21-3981

<http://www.hikone-yamadacl.com>

診察室から

今年も師走を迎え、あわただしく一年が過ぎようとしています。おかげさまで、当クリニックも開業以来 6 回目の新年を迎えようとしています。この間に多くの患者様に受診していただき、また在宅診療も大勢の方に利用していただくようになりました。このような状況であります。先月には近畿厚生局から『患者一人当たりの平均医療費が高すぎる』と、指導を受けてしまいました。過剰な投薬や不必要な検査は決して行っておりませんが、CT 検査や在宅の往診費などが平均医療費を押し上げていると思われました。当院の診療状況を考慮することなくこのような指導が行われましたが、今後とも、必要不可欠な検査や往診はこれまでと同じように行うつもりですので身近な、かかりつけ医としてご利用ください。最近、在宅診療の方が増加し、往診の回数が非常に多く、外来診療時間に影響を与えるほどになり、外来診察時間の変更を検討しております。具体的な内容や時期については未定であります。そのときにはご協力のほどをお願いします。次第に寒さが厳しくなりますが、健康に留意され、健やかな新年をお迎えされることをお祈りいたします。

検査室より

ウンチの話②におい

ウンチのにおいで腸内の健康がわかります。ウンチの臭いは、腸内の健康をはかるバロメーターです。ウンチの悪臭成分には発がん性、有毒性のある物が多く、健康に重要な影響与えているのです。ウンチやおならが臭い時は腸内での腐敗により、有害な物質がつくられている時です。

腸内が健康ならば、「つけもの臭」です。

肉食を控え、オリゴ糖や食物繊維の多い食事をとると、ウンチの出が良くなり腸内の環境はビフィズス菌、乳酸菌などの有用な菌が優勢となり、腐敗菌の増殖が妨げられます。

ウンチやおならの臭いも刺激臭のある悪臭から発酵性のものになり悪臭も軽減されるようになります。

つまり、発酵性のニオイ(つけもの臭)が健康的なおいといえるのです。

季節のことば

冬めく (ふゆめく)

どこか冬らしさを感じること、秋のうちに感じる冬の予感と、冬になってから感じる、冬らしくなったという実感が冬めくの意に定着しています。

当院の診察時間のご案内

	月	火	水	木	金	土
午前	○	○	△	○	○	○
午後	○	×	○	×	○	×

午前診察 9:00～12:00 △:水曜日は 11:00 まで

午後診察 4:00～ 6:00

休診のお知らせ

12/14(水)夜診および
年末年始の 12/29(木)
～1/4(水)は休診です。

