

# 彦根中央 リハビリぽすと

平成28年4月号

〒522-0054 彦根市西今町 923-1

Tel 0749-22-7005 Fax 21-3981

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

◆◆◆ 受付から ◆◆◆

卯月(四月)を迎えて

日本では、旧暦四月を卯月(うづき)と呼び、現在では新暦四月の別名としても用いられます。卯月の由来は、卯の花が咲く月「卯の花月(うのはなづき)」を略したものというのが定説となっています。しかし、卯月の由来は別にあって、卯月に咲く花だから卯の花と呼ぶのだとする説もあります。「卯の花月」以外の説には、十二支の4番目が卯であることから「卯月」とする説や、稲の苗を植える月であるから「種月(うづき)」「植月(うゑつき)」「田植苗月(たうなへづき)」「苗植月(なへうゑつき)」であるとする説などがあります。他に「夏初月(なつはづき)」の別名もある。

<ウィキペディアより>

## 健康コラム

### 花粉症と頭痛

花粉症になると、ひどい頭痛や倦怠感、頭の重さを感じるなど、鼻づまりや木のかゆみ以外の症状に悩まされる例も少なくありません。ここでは、花粉症が引き起こすつらい頭痛とその原因についてご紹介します。

風邪をひいたかな?と感じるような頭の痛みであったり、偏頭痛のようにズキズキと痛んだり、花粉症が引き起こす頭痛の症状は人によりさまざまです。花粉症による頭痛の原因は、主に鼻粘膜の炎症によるものだと考えられています。花粉によって鼻の粘膜がアレルギーを起こして腫れ上がり、鼻から取り込む酸素量が少なくなることにより、脳に十分な酸素が行き届かなくなります。いわば酸欠のような状態になり、頭の重苦しさや慢性的な頭痛につながります。呼吸が苦しくてぐっすり安眠できず、睡眠不足から頭痛を引き起こすことがあります。また、くしゃみや鼻づまりなど終始不快な症状が続くことにより、筋肉の緊張による首や肩のこりが頭痛の原因になる場合もあります。花粉症が原因で起こる頭痛は、鼻の通りをよくして酸素をしっかり取り込むことで軽減される場合があります。なってしまったときは、通常の頭痛薬と花粉症の薬との併用ですが薬の成分が重複する可能性も考えられるため、医師の判断で薬を処方してもらうのが一番安心です。

## とびくす

### エイプリルフール

エイプリルフールの起源は全く不明であり、即ちいつどこからエイプリルフールの習慣が始まったかはわかっていません。有力とされる起源説を挙げますが、仮説の域を出てはおりません。

その昔、ヨーロッパでは3月25日を新年とし、4月1日まで春の祭りを開催していたが1564年にフランスのシャルル9世が1月1日を新年とする暦を採用しました。これに反発した人々が、4月1日を「嘘の新年」とし、馬鹿騒ぎをはじめたそうで、その後世界中に広がったそうです。それでも未だに、海外のエイプリルフール時のネタが日本では本当の情報みたいに報道されてあとから、訂正されることがありますね~(笑)

## 診察医のご案内

	月	火	水	木	金	土
午前	吉田	山崎	吉田	×	吉田	吉田
午後	吉田	山崎	×	×	吉田	×

午前診察 9:00~12:00 休診日:日曜・祭日

午後診察 4:30~ 6:30

## ご連絡

4/11(月)は吉田先生に代わって、山崎先生が午前診も午後診も代って診られます。あらかじめご了承下さい

