

平成28年 9 月 号

〒522-0054 彦根市西今町 923-1

Tel 0749-21-3983 Fax 21-3981

メール hikochureha-clinic@gaia.eonet.ne.jp

はるのうみ介護最前線

重陽の節句

9月9日は、五節句のひとつ「**重陽の節句**」です。菊を用いて不老長寿を願うことから別名「**菊の節句**」といいます。重陽の節句は五節句のひとつで、江戸時代に定められた5つの式日(今でいう祝日)をいい、1月7日の人日の節句(七草粥)、3月3日の上巳の節句(桃の節句/雛祭り)、5月5日の端午の節句、7月7日の七夕の節句、9月9日の重陽の節句をさします。

古来より、奇数は縁起の良い陽数、偶数は縁起の悪い陰数と考え、その奇数が連なる日をお祝いしたのが五節句の始まりで、めでたい反面悪いことにも転じやすいと考え、お祝いとともに厄祓いもしていました。中でも一番大きな陽数(9)が重なる9月9日を、陽が重なると書いて「重陽の節句」と定め、不老長寿や繁栄を願う行事をしてきました。

痛みについて

ちょっとリハビリ、もっとリハビリ

痛みを表す言葉は100種類以上あるといわれ痛みは、ケガや火傷、突然の病気などによって起こる「急性疼痛」と、原因の治療を行っても何ヵ月も痛みが続いたり再発したりする「慢性疼痛」の2つに大別されます。「急性疼痛」は体を守る反応の1つで、重要な役割を持っています。脳が「痛い」と認識することによって、病気やケガで傷ついた部分を一時的に安静にさせ、修復を促したり、免疫反応を呼び起こすという働きをします。「慢性疼痛」は、痛みの原因が治っても痛み続ける、あるいは原因が治りにくいために痛み続ける状態です。痛みには大きな働きはなく、むしろ痛みの存在自体が病気となって、日常生活にも支障が出るようになります。慢性疼痛は大きく3つに分類されます。1つ目は炎症や関節の変形、軟骨の変性によって生じる痛みです。2つ目は神経が損傷することによって起こる痛みです。3つ目は感情やストレスなどによって起こるものです。(理学療法士)



リオのオリンピックに一喜一憂し熱くおりましたが、終了とともに暑かった夏も過ぎ去って?今度は台風と一緒に涼しくなり?過ごしやすい季節となりますね。皆さん、夏バテは大丈夫ですか?体調には十分お気を付け下さい。例年同様に、台風などで警報が出た際には、送迎時間が変わりますのでご了承下さい。