

あおぞら

2015 vol.161 9月号

医療法人社団七仁会 田園調布中央病院

広報誌

特集

『9月病』って知っていますか？



氏名
成瀬 博昭
役職
院長
専門領域
呼吸器外科

TOPICS 心電図ってどんな検査

第27回 公開医療講座のご案内

診療科目

内科 (一般・リウマチ・膠原病・呼吸器・消化器)
外科 (一般・消化器・呼吸器外科・肛門 内視鏡外科)
整形外科 (一般・骨折・各関節痛・ひざ・骨粗鬆症)
眼科 (一般・白内障・網膜剥離・緑内障)
泌尿器科・循環器内科・皮膚科・疼痛外来・乳腺外科
形成外科・脳神経外科
予防接種(肺炎球菌・インフルエンザ・MR・麻疹・風疹・
破傷風・おたふく風邪・肝炎)※対象 15 歳以上
ウエルネス外来(要予約)※自由診療

受付時間

【午前】8:00~12:00 【午後】8:00~16:30

診療開始

【午前】9:00~ 【午後】14:00~

◆診療科により受付・診察時間が異なる場合がございます。詳細につきましてはお電話、受付までお問い合わせ下さい。

面会時間

11:00~20:00

(面会時間は他の患者さまにご迷惑のかからないようお守り下さい。)

医療法人社団七仁会田園調布中央病院

〒145-0071 東京都大田区田園調布 2-43-1 TEL:03(3721)7121

発行:田園調布中央病院 広報委員会



春からのストレスがたまった上に、蒸し暑い夏（今年は特に異常気象？でしょうか、暑い日々です）に体力を消耗して心身に不調が出ることを、9月病と呼ぶことがあります。9月病はもともと、夏休みが長いヨーロッパなどで、休みが終わってもなかなか仕事モードに戻れない人が陥る状態を指していました。



秋に牙むく4つの病気

『天高く馬肥ゆる秋』。秋は過ごしやすいイメージですが、実は一年で最も体調を崩しやすい季節。一日の気温差が10度近い日もあり、日照時間も急に短くなって生態のリズムを崩しやすいのです。



食中毒はこれからが怖い

年間4万人近い患者が出る食中毒は9月も多い。酷暑で体が弱っているところに、夏を乗り切った気の緩みが重なって危ない。9月は涼しくなったとはいえ、食中毒が発生しやすい気温25度以上の日が多い。食中毒の原因の腸炎ビブリオ菌は海中に生息し、9月初めにもっとも増加する。生魚の刺し身に注意。使ったまな板や包丁はまめに殺菌消毒しましょう。

長時間の外出は白内障の危険



秋の紫外線の量は3、4月と変わらない。しかし、春や夏に比べて空気が澄んでいる分、直接肌に降り注ぐ。目の水晶体が白く濁る白内障は、加齢だけが原因ではありません。紫外線に当たることで、水晶体のタンパク質が変化して白内障になることもあります。紅葉狩りなどで長時間外出するときは、UVカットのサングラスなどで目を保護することも考えて。

喘息は移動性高気圧に気をつけよう



毎年、約6000人が死亡する気管支ぜんそくは、10月頃から患者が急増する。気温の急激な低下が気管支の収縮を引き起こし、空気がのどを通りにくくなる。しかも秋の日本列島は移動性高気圧に覆われて、上空の気温が地表面より高くなる“気温の逆転”が起きる。そうになると、空気中のほこりが地表面に集まり、ぜんそくの発作が多くなる。気温や気圧の急変に注意。寒冷前線や高気圧が近づいてきたら、ご用心。

日が短くなると増えるうつ



秋はうつが増える季節でもあります。日照時間が減るこの時期、季節性気分障害が増えてきます。気分の高揚に関係する脳内ホルモンのセロトニンの働きが低下し、落ち込みやすくなります。予防法は朝起き抜けに散歩するなどしてできるだけ日を浴びること。朝はカーテンを開けてできるだけ朝日を浴びよう。睡眠に関しては、うつ状態からくる不眠や過眠が現れます。秋の初めに寝つきが悪くなったり、朝早くから目覚めてしまったりするのは、9月病の前触れかもしれません。眠る前にリラックス（心から楽しめる趣味や軽めの読書、静かな音楽の鑑賞など）をしましょう。



また、38~40度のぬるめのお風呂に20~30分入ることもお勧め、休日は寝すぎない、夜更かししない。ぐっすり眠って元の体調に戻そう。

秋バテは眠って解決。くれぐれもご用心を。





心電図は、心臓が正常に動いているかどうかをみる検査です。心臓は心臓の筋肉に電気が通ることにより収縮し動いています。その電気を波として記録したものが心電図になります。この波の形や数をみることにより、心臓に異常があるかどうかを知ることができます。



① 心電図って何をやるの？

→心電図の検査では、手首足首と胸部に電極をつけて心電図の記録を行います。

電極といっても手首足首には大きな洗濯バサミのようなものを、胸部には吸盤のようなものをつけるだけで、電気が流れるといったことは全くありません。つまり、心電図の検査は痛いものではありません。

② どれくらいの時間がかかるの？

→心電図の検査は電極を着けてしまえば、あとは機械が自動的に記録を行ってくれるので、おおよそ5分くらいの短い時間で行うことができます。

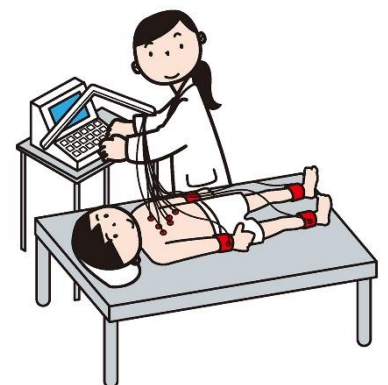
③ どんな格好で受けるのが好ましいの？

→手首足首、胸部の電極は直接素肌に着けなくてはならないので、冬場などにタイツを着用されている方にはタイツを脱いでいただく必要があります。また、女性の方ではワンピースの着用は控えていただいた方が胸部を見せやすく、簡単に検査を受けることができます。装飾品に関しては、腕時計やブレスレット、ネックレスなど身に着けたままでの検査が可能で、特に検査の妨げになるようなことはありません。

④ 検査で何がわかるの？

→それぞれの疾患にそれぞれ決まった波の形があるため、心電図に記録された波の形を見ることで疾患の診断の材料になります。例えば心筋梗塞、狭心症、不整脈、心室肥大などの疾患がわかります。

心電図は痛みもなく短時間で簡単に行うことができる検査です。胸に違和感があるとき、いつもより息苦しく感じたときなど、積極的に検査に来ていただくことをお勧め致します。



乳がん検診ではマンモグラフィと超音波（エコー）が用いられていますが、マンモグラフィと超音波（エコー）にはそれぞれの特徴をもっており、医師は診断により使い分けたり併用したりして乳がんの早期発見に努めています。

今回は実際に検査を行っている検査技師より、それぞれの特徴や検査の違いについて講演いたします。

TMG Toda Medical Group

田園調布中央病院 地域医療公開講座 第27回 2015

乳腺エコー検査について

～マンモグラフィと乳腺エコーってどう違うの？～

平成27年9月29日（火）

10:00～11:00 参加無料

講師

田園調布中央病院
検査科 上原 由里



会場 野村證券 田園調布支店 ラウンジ

〒145-0071 東京都大田区田園調布2-62-3 TEL 03-5483-2011（代表）

定員 20名

※「メノカイザ―東急スクエアガーデンサイト店」さんの隣に
田園調布支店直道のエレベーターがございますのでご利用ください

お申込み・お問い合わせ

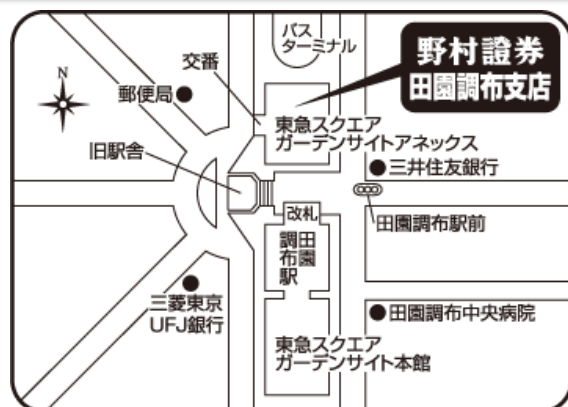
☎03-3721-7121（代表）

田園調布中央病院 総務課 中井

電話受付時間：平日 9:00～11:00

土曜日 9:00～12:00

※当日撮影した写真は、当施設ホームページを通じて
掲載いたしますので、あらかじめご了承ください。



女性専用

インターネットで乳がん検査の予約ができます。

初めて乳がん検査（マンモグラフィ）を受ける女性におすすめの検査です

◇当検診は月・火・水・木・金・土曜日が検診日となります。

（*毎日女性技師が対応、女性医師は毎週火曜日午後のみです。）

◇年間約700件の施術実績を持つスタッフが対応致します。

◇検査結果は後日郵送でお送り致します。

インターネットでのご予約は、仮予約になります。予約はまだ確定しておりません。

2～3日中に当院より予約内容確認のお電話が入ります。内容確認の連絡がない場合は、お手数をおかけしますが、当院まで確認の連絡をお願いします。

※詳しくは当院ホームページのインターネット予約をご覧ください。

料金 7,560 円(税込)

採用情報

看護師・看護補助者募集中 当直勤務できる方、歓迎。問合せ 03-3721-7121(総務課)