

医療法人社団 健生会
柳川クリニック
みなとみらいケنزクリニック
テイやながわ・癒しの樹

メディカルスパ 西鎌倉
メディカルスパ 西鎌倉 鍼灸院
メディカルスパ みなとみらい鍼灸院
メディカルスパ みなとみらいカウンセリング



『柳川クリニック』の最寄り駅である西鎌倉駅の1日の乗降客数が何名かご存知でしょうか。調べてみますと約5千人ということでした。5千人という数は健生会グループの「柳川クリニック」と「みなとみらいケنزクリニック」で約1年間に内視鏡検査を受けた方とほぼ同数です(5209例、2010年5月～2011年3月)。その中で残念ながら、癌(胃癌または大腸癌)と診断された方は約1%、49名(早期癌30名、進行癌19名)おられました。できれば、癌にはなりたくありません。しかし、日本人の3割が癌で亡くなるという現実があります。認めたくありませんが、癌は身近な病気なのです。すこし、暗くなりますね。そこで、発想を転換しましょう。どうすればいいか。それは早期発見、早期治療です。癌の中でも胃癌、大腸癌は無症状の段階、すなわち早期の段階で見れば完治が望める病気なのです。

ところが、癌細胞がどんどん増殖し転移をはじめると、すなわち進行癌で見られた場合は命にかかります。だから、私たちは早期発見のために内視鏡検査(いわゆる胃カメラ、大腸カメラ)をお勧めします。しかも「出来るだけ早く」そして「定期的」に。それでは、何歳から検査を受ければいいのか。当院のデータでは胃癌または大腸癌と診断された方の最小年齢は35歳です。まれながら、20代でも癌を発症する可能性があります。ですから、40歳までには最初の内視鏡検査を受けて頂くのがよいと思います。すみません。あまり、ガンガン、癌と言ったり不安になりますね。なかには「私はもう60歳。今さら検査しても遅いのか」と落胆された方もあるかもしれません。がっかりしないでください。早期癌で見られた方の平均年齢が65歳。進行癌で見られた方の平均年齢は66歳でした。ですから、60歳でも遅くありませんので、どうぞ検査を受けてください。

次に、検査間隔はどのくらいが適切なのでしょう。早期癌で見られた方の検査間隔は胃が平均2.5年、大腸が平均0.8年、大腸は10年でした。このデータから胃は約2年、大腸は約5年ごとに検査を受ければ早期発見できるが、検査間隔がそれより長いと進行癌で見えられ、と解釈できます。さらに、癌の進行は年齢、生活習慣、遺伝的素因などによって異なります。万全を期すなら胃は約1年、大腸は約2年ごとが理想的です。さらに用心するなら、大腸も1年ごとに受けて頂ければ安心です。

ここまでの説明で、「できるだけ早く、定期的」に「内視鏡検査を受けて欲しい」という理由を御理解いただけたかと思えます。駅のホームに立つとふと思ふことがあります。今日、この駅を利用した5千人の皆さんの中にも内視鏡検査を受けておけば、助かる胃癌、大腸癌の方がいらっしゃるかもしれない。この拙文を見て内視鏡検査を受けてようと思つて頂けることを切に願っています。(小尾龍右)

今年は何年より早く、5月の後半から梅雨入りしてしまいましたが、その分暑さも長引くのでしょうか。6月1日でテイやながわも設立から6年目を迎えました。利用登録者もおかげさまで100名を越えました。これもひとえに利用者様と介護保険事業の要であるケアマネさんのお力によるものと、関係各位の皆様へ感謝申し上げます。

又利用者さんの中には、開設当日よりの方が2名いらつしやいます。そのほかに1、2ヶ月遅れて利用を始めた方も含めると、10名近くの方が継続して利用してくださっています。皆さんが健康で大きな病気もせずにいられることが長続きの原因かと喜んでおります。毎年6月1日を迎えますと、節目の記念行事をいたします。利用者の皆様へは、スタッフ手作りのアルバムを記念品としてお渡ししました。皆さん非常に感動し、喜んでくださいました。大正琴の演奏や、ハーモニカキーボードとハンドベルの合奏等、ボランティアさんによる多彩な催しもあり、又スタッフによる歌のプレゼント、水戸黄門さんの扮装で写真撮影等、盛りだくさんの日でした。今後も利用者様とともに、楽しんで頂けるプログラムを企画し、いつまでも在宅生活が維持できるお手伝いをさせて頂きたいと思えます。デイルームには早くも七夕の笹かざりが飾られました。6年目に向けて利用者様の安心と満足が得られるような、テイやながわを目指したいと思います。

医療法人社団 健生会
テイやながわ・癒しの樹

【住所】
鎌倉市西鎌倉3-3-13
(旧柳川クリニック)

【TEL/FAX】
TEL: 0467-38-1702
FAX: 0467-38-1701

【定休日】
日曜日

◆◆◆メディカルスパ みなとみらい便り◆◆◆

東洋医学講座その4
『人体での気の役割』

病気になるということは、陰陽のバランスが崩れた結果と考える。陰陽のバランスがどうなっているのかがわかったら、次はどの臓腑の、何が(気・血・津液)、どうなっているのか(虚寒、と)といった形で病因・病理を理解し、診断し治療していきます。というのを前回お話ししました。では今月は気・血・津液(水の機能について)をじっくりお話していきます。

『気』
人体で言つた気には、飲食物から得られる「穀気」、病気の原因である「邪気」、生理機能・抵抗力などの「正気」、薬物の性質と効能を示す「四気」などがあります。機能としては、めぐりを良くする作用、温める作用、外邪から防御する作用、血などを外に漏れないように固める作用、食物が外に漏れないように固める作用、食べ物から気や血に生成・転化する作用などがあります。不足すると、めぐりが悪くなり肩が凝ったり、冷えやすくなったり、風邪を引きやすくなったりします。

『血』
脈の中をめぐっているエネルギー豊富な液体で、いわゆる血液に相当するものです。機能としては、全身を栄養し潤す作用があり、心神(精神)の安定にも関与しています。血が全身をめぐることや血が脈の外に漏れないのは気的作用があつてはじめて機能します。不足すると目がかすんだり、筋肉が引きつったり、痺れがでたり、月経の異常がでたりします。

『津液(水)』
生体における水液の総称で、涙、汗、尿、唾液、鼻水、胃液、腸液などは津液が変化したものです。機能としては、目や口、肌などを潤し、保護する作用があります。血液や髄液を構成する重要な成分でもあります。不足すると、肌が乾燥しやすくなったり、口が渇いたり、尿が少なく色が濃くなったり、熱がこもつたりします。逆に多すぎると、冷えやすくなったりし

	メディカルスパ みなとみらい鍼灸院	メディカルスパ みなとみらいカウンセリング
住所	横浜市中区桜木町 1-1-7 TOC みなとみらい 3階 医療モール内	
電話	045-263-6848	045-651-2588
URL	http://www.medi-spa.jp/minatomirai/	
営業時間	月～金 / 11:00～19:00(最終受付) (木曜 15:00～19:00) 土・日 / 9:00～17:00(最終受付) ※新規の場合、平日の最終受付は 18:30 となります。	11:00～19:00(最終受付 18:00) 月 / 第1・2・3 木 / 第2・4 土 / 第1・3
定休日	祝日	日曜・祝日
休日	7月: 17日(日) 18日(月)	

◆◆◆メディカルスパ 西鎌倉便り◆◆◆

変形性膝関節症とO脚(内反膝)との関係について

変形性膝関節症とは、膝関節の老化と骨軟骨の変性(すり減り)に始まり、更に筋力の低下が要因となって、膝の関節が変形、関節に炎症を起し痛みがともなう病気です。症状の多くは、膝を曲げる時、正座をする時、階段の登り降りをする時、また膝が腫れ歩き出す時、痛みがともなうことがあります。悪化すると、膝に水が溜まるようになり、膝が腫れ、膝に水が溜まるようになり、膝の変形が起ることも否定できません。中高年の方に多く、特に50才以上の女性に多く見られます。また、筋の萎縮も見られ、特に大腿四頭筋の1つである内側広筋の筋が萎縮します。変形性膝関節症の方は、O脚(内反膝)の人が多く見られるのも特徴です。即ち外側に多く見られる、内側の筋力が弱くなる為、膝関節が外側に引かれるのでO脚(内反膝)になるのです。その結果大腿骨の下部(内側)の骨と脛骨の上部(内側)の骨が接触して痛みがともなうのです。O脚(内反膝)になると足の外側に体重がかかりやすくなり、靴の底の外側が減るのも特徴です。靴底からもO脚(内反膝)の可能性を判断することもできるのです。この様に、変形性膝関節症とO脚(内反膝)には因果関係があるということをご理解いただけたらと思います。

また、人は幼児期には比較的O脚(内反膝)なので、この時期に早立ち、早歩きする子供は老年期になって変形性膝関節症になり易いという説もあります。幼児期の1人立ち、早歩きには十分注意を払ってあげるのも親の役目の1つかもしれません。

次に、O脚(内反膝)の見分け方について説明致します。壁を背にしてまっすぐ立ち、脚を閉じた状態で左右の腿(もも)、膝、ふくらはぎ、くるぶしの4ヶ所のうち、1ヶ所でも離れていたならばO脚(内反膝)と判定致します。逆にX脚はくるぶしとくるぶしの間が

☆ 7月のいきいきセミナー ☆
「漢方とメンタルヘルス」
日時：7月25日(月) 13:30～15:00
会場：メディカルスパ西鎌倉
講師：精神科医・漢方医 手塚健太郎先生
会費：無料(いきいきクラブ非会員さまは500円) 定員：10名

☆ NLPセミナー(基礎コース) ☆
毎日10倍楽しくする実践心理学 ～コミュニケーションが人生を変える!～
脳や人間全体の不思議なしくみを五感で感じながら、楽しく「知恵」にしていくことができます。
子育て中の方にも大人気のプログラムです♪
日時：火曜日 10:00～13:00(全8回)
7/5、7/12、7/19、7/26、9/6、9/13、9/20、10/4
会場：メディカルスパ西鎌倉
講師：NLP マスタープラクティショナー 勝然貴美江
受講料：24,000円(8回分) 定員：5名
※上記2つのセミナーの申込方法：お電話にてお申し込みください。tel: 0467-33-0121

	メディカルスパ西鎌倉
住所	鎌倉市西鎌倉 1-18-3
電話	0467-33-0121 (施術・セミナー等の受付は こちらまでご連絡ください。)
URL	http://www.medi-spa.jp/kamakura/
営業時間	平日 / 9:00～19:00(最終受付 19:00) 日・祝 / 9:00～17:00(最終受付 17:00)
定休日	第4, 5日曜日(カフェは日祝休みです)

【出張施術のご案内】 ※施術は完全予約制となります。
当店では、ご自宅・オフィスにお伺いして各種代替医療の施術を行っております。
療養中の方 来店が困難な方 妊婦さん 小さなお子様がいらっしゃるお母さまなどにご好評いただいております。
◇施術メニュー
アロマセラピー リンパドレナージュ カイロプラクティック オステオパシー ヘッドスパ レイキヒーリング
鍼・灸・指圧マッサージ(病状によっては健康保険で治療が受けられます。
※出張施術は基本的に女性を対象に行っておりますが、療養中等の理由でご来店になれない男性の方もご対応させていただきます。
◇施術時間・料金：30分～ 料金は各施術によって異なります。施術料金のほかに別途出張料を頂戴いたします。
◇出張エリア：鎌倉市 藤沢市 横浜市栄区 ※他地域の方でもご相談に応じます。
◇出張料金：施術料金のほかに別途、出張料を頂戴いたします。

<柳川クリニック>	<みなとみらいケنزクリニック>
〔診療科目〕 一般内科・胃腸内科・消化器内科・漢方内科・心療内科・呼吸器内科・循環器内科	〔診療科目〕 一般内科・胃腸内科・消化器内科・漢方内科・心療内科・呼吸器内科・循環器内科
〔診察時間〕 ※予約制 [月～日] 午前9:00～午後12:00 [月火水金] 午後16:00～19:00	〔診察時間〕 ※予約制 [月～日] 午前10:00～午後13:30 [月～金] 午後17:00～19:00
〔休診日〕 第4, 5日曜日、祝日	〔休診日〕 祝日
〔内視鏡検査〕 ※予約制 胃カメラ・大腸カメラ	〔内視鏡検査〕 ※予約制 胃カメラ・大腸カメラ
〔住所〕 鎌倉市西鎌倉 1-18-3	〔住所〕 横浜市中央区桜木町 1-1-7 TOC みなとみらい 3F 医療モール内
〔電話〕 0467-33-0857 (FAX) 0467-33-1229	〔電話〕 045-651-2588 (FAX) 045-650-1136
〔URL〕 http://www.kens-clinic.jp/kamakura/	〔URL〕 http://www.kens-clinic.jp/minatomirai/
7月・8月の休診日 7月…18日(月) 24日(日) 31日(日) 8月…9日(火) 28日(日) ※8/7(日)～14(日)まで、柳川医師は夏期休暇のため不在となります。 ※8/21(日)～28(日)まで、小尾医師は夏期休暇のため不在となります。	7月・8月の休診日 7月…18日(月) 8月…8日(月) 23日(火) 27日(土) ※8/7(日)～14(日)まで、柳川医師は夏期休暇のため不在となります。 ※8/21(日)～28(日)まで、小尾医師は夏期休暇のため不在となります。