KENS NEWS　KENS GROUP INFORMATION
ケンズグループの最新情報をお届け
ケンズニュース
November ▸ December
＊隔月発行
11・12月号　94号　2013

ケンズグループ
柳川クリニック
みなとみらいケンズクリニック
デイやながわ・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

糖尿病早期発見には食後血糖が重要

みなとみらいケンズクリニック
肥満・生活習慣病外来担当　荒井 かおり

糖尿病は放置すると、眼・腎臓・神経などに合併症を引き起こします。また、脳梗塞や心筋梗塞などの動脈硬化症も進行させます。このような合併症の発症・進行を阻止することが糖尿病治療の目的で、そのためには早期から良好な血糖値を維持することが重要です。「早期から」というのは、糖尿病と診断する前、つまり境界型（糖尿病予備群）から治療に入る方が望ましいことが、複数の研究で示されています。境界型の段階であっても、食後高血糖がある場合は心筋梗塞のリスクが上がり、生存率が下がることが分かっています。

健常者の食後血糖値は、通常140mg／dlよりも上昇することはほとんどなく、2～3時間以内に食前値に戻ります。一方、糖尿病や境界型の人では、インスリンの分泌量が少なかったり、分泌する速度が遅かったりと、血糖値を下げる働きが十分でないため、食後2時間経過しても健常者のように血糖値は低下せず、高血糖の状態が続いてしまいます。境界型や糖尿病発症早期の人では、空腹時血糖値が正常（110mg／dl未満）でも、食後高血糖を示すことが多く、200mg／dl以上に上昇している場合もあります。健康診断で測定するHbA1c（過去2ヶ月間の血糖値を反映する値）が高くなくても、食後高血糖がみられることもあります。したがって、空腹時血糖値やHbA1cだけで糖尿病を判定しようとすると、食後高血糖を見逃してしまう恐れがあり、気がつかないうちに糖尿病が発症・進行するため、注意が必要です。

「血縁者に糖尿病の人がいる」、「肥満がある」、「妊娠糖尿病だった」等、2型糖尿病発症のリスクがある方は、空腹時だけでなく食後にも血液検査を受けることをお勧めします。また、ブドウ糖を飲んだ後2時間経過するまで血糖値やインスリン分泌量を評価する、糖尿病診断目的の検査も行っていますので、希望される方はご相談ください。

デイやながわ・癒しの樹

認知症と徘徊

菊薫る時節を迎えました。夏の暑さで体調を崩された方もこの良い季節に元気を取り戻しましょう。

さて1ヶ月ほど前踏切内で倒れたお年寄りを助けようとして、遮断機をくぐり、自らは電車にはねられ死んでしまうという痛ましい事故がありました。

この事故とはまったく違うかもしれませんが、3～4年前認知症のお年寄りが線路内に入ってはねられ死亡するという事故に対しその家族が見守りを怠ったということで、JRの遅れ等の賠償として720万円の支払いをするよう裁判で判決が下りました。このご家族は奥様のほか、東京から名古屋まで頻繁に通ってお母さんを助けていたお嫁さんとみんなで頑張って認知症のご主人を介護されていたのに、ご家族には厳しい判決だったと思います。

徘徊をされるようになった認知症の人はかなり重い症状になっていたと思います。ご家族も周りの人も徘徊するようになっても信頼し、暖かく介護されていらしたのでしょう。

認知症の人がますます増加の傾向と聞きます。ご家族の介護負担が少しでも軽減されるよう、介護保険制度をしっかりと利用し、又地域の皆様の協力を得て、認知症になってもその人らしく、最後まで我が家で生活できるように私どもデイでもできるだけのお手伝いをさせていただきます。

なお前回号で一人暮らしのごみ屋敷のこと書きましたが、おかげさまで、ご本人了解の下すべて片付けさせていただきましたことお知らせします。

（樋口）

柳川クリニック
鎌倉市西鎌倉 1-18-3
TEL .0467-33-0857　FAX .0467-33-1229
診療時間　＊予約制
［月～日］午前 9:00 ～ 午後 12:00
［月火水金］午後 16:00 ～午後 19:00
休診日　祝日・第 1,4,5 日曜日
11 月 - 3（日）・4（月）・16（土）・23（土）・24（日）
12 月 - 1（日）・22（日）・23（月）・29（日）～1/5（日）
診療科目
一般内科　胃腸内科（内視鏡検査）消化器内科
肥満・生活習慣病外来　呼吸器内科　循環器内科
内視鏡検査　＊予約制　胃カメラ・大腸カメラ
http://www.kens-clinic.jp/kamakura/

みなとみらいケンズクリニック
横浜市中区桜木町 1-1-7 TOC みなとみらい 3F 医療モール内
TEL .045-651-2588　FAX .045-650-1136
診療時間　＊予約制
［月～日］午前 10:00 ～ 午後 13:30
［月～金］午後 17:00 ～午後 19:00
休診日　祝日
11 月 - 4（月）・23（土）
12 月 - 23（月）・29（土）～1/5（日）
診療科目
一般内科　胃腸内科（内視鏡検査）消化器内科
肥満・生活習慣病外来　心療内科　呼吸器内科　循環器内科
内視鏡検査　＊予約制　胃カメラ・大腸カメラ
http://www.kens-clinic.jp/minatomirai/

デイやながわ・癒しの樹
〒248-0011
神奈川県鎌倉市扇ガ谷 4-1-15
TEL .0467-61-1780
FAX .0467-61-1781
定休日
日曜日（祝日は営業いたします）
＊見学は随時行なっております。
お気軽にお問い合わせ下さい。
12 月 29 日より 1 月 3 日まで
年末年始のため休業となります。

※11 月 25 日（月）～ 11 月 30 日（土）まで柳川医師は不在となります。

メディカルスパたより

はり・きゅう治療の「すすめ」

鍼灸師　村上 久美子

はじめまして！鍼灸師の村上と申します。メディカルスパ鍼灸院にて、20歳代から90歳代、幅広い年代の男性女性にはりきゅう治療をさせていただいております。

鍼灸院には、具体的な病名・疾患をかかえ治療を受けに来る患者様もいらっしゃいますが、「何となく調子が悪い」と来院する方も多くいらっしゃいます。

・病気ではないが疲労倦怠感が強く毎日が辛い
・検査をしても異常はないが胃が痛い、胃もたれする
・慢性的な肩こりや腰痛
・繰り返す便秘や下痢、生理痛
・気分の落ち込みが酷い

等、その方の体質によってあらわれる症状は様々であり、非常に多岐にわたります。

これらの不調をきたす原因もまた様々ですが、なにかとあわただしい現代社会の影響を受け、体調や心のバランスが崩れてしまっている方も多いようです。また、生活の基本となる食事や睡眠等の体調管理がおろそかになり、病気や不調を繰り返しているケースも多くあります。

人は社会的動物ですから、社会や環境の影響を受けることは当然あり得ることでしょう。

しかし、世の中がめざましい発展をとげ私達を取り巻く環境は変化の連続である一方、大昔より人の営みの基本は現代の私たちとあまり変化は無いように思います。食べて、寝て休んで、働くことを繰り返す。赤ん坊は女性から産まれ、人は一人では生きられず、社会の中で生きるが故にしばしば人間関係に悩み生きるのでしょう。

基本に立ち返る。
自分を知り、見つめてみる。
自分を大切にしながら、頑張る。
老いて益々輝いて生きる。

はりきゅう治療中は意識がからだや内面に向く傾向があるようです。患者様ご自身が自らのからだやこころの状態に気づき、深い癒しや治療効果を得ることも少なくありません。東洋医学の叡智そして人間の可能性は、なかなか奥深いものであると日々の治療において実感しています。

古代先人の智慧である東洋医学に現代をより良く生き抜くヒントがあるかもしれません。ひとりでも多くの方にはりきゅうを体験していただけましたら、と思います。

温故知新。

はりきゅう治療を通し、皆様の健康と暮らしをサポートいたします。食や季節ごとの過ごし方等、健康法や生活のアドバイスもいたします。お悩み等どうぞお気軽にご相談ください。

出張施術ご案内

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
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。）
医療リンパドレナージ　カイロプラクティック　オステオパシー　アロマセラピー
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。
＊施術は完全予約制となります

私たちは西洋医学だけでは心身の健康を維持増進することはできないという考えから、クリニックと提携し統合医療実践の場としてメディカルスパを開設いたしました。

提携クリニックでは西洋医学・東洋医学を取り入れた診療を行い、メディカルスパでは鍼灸やカウンセリング、そのほかアロマ、カイロプラクティックなどの代替医療の施術を提供しています。お客様お一人お一人に合わせたプログラムを提供し、健康状態の改善及び向上のお手伝いをさせていただきます。

なぜクリニックと提携しているのかという質問をうかがうこともあるのですが、基本的に現在の保険制度上、混合診療（保険診療＋自由診療）はきわめて限られた条件のもとでしか認められておりません。こうした理由から、統合医療実践のため併設施設として開業しております。

※統合医療とは近代西洋医学に、補完・代替医療をその安全性と有効性を検討しながら統合していく新しい医療概念です。

メディカルスパ西鎌倉
鎌倉市西鎌倉 1-18-3
TEL .0467-33-0121
（施術・セミナーなどの受付はこちらまでご連絡下さい）
営業時間　＊予約制
平日　- 午前 9:00 ～ 19:00（最終受付 18:00）
日・祝 - 午前 9:00 ～ 17:00（最終受付 17:00）
定休日
第 4・5 日曜（カフェは日祝休みです）
http://www.medi-spa.jp/kamakura/

みなとみらいカウンセリング
横浜市中区桜木町 1-1-7 TOC みなとみらい 3F 医療モール内
http://www.medi-spa.jp/minatomirai/
TEL.045-651-2588
営業時間
11:00～19:00（最終受付 18:00）
営業日　月 - 第 1・2・3
水 - 第 2・3・5
木 - 第 2・4
土 - 第 1・3
定休日　日曜・祝日

みなとみらい鍼灸院
TEL.045-263-6848
営業時間
月～金 - 11:00～19:00（最終受付）
※月曜は 14:00 まで
土・日 - 10:00～18:00（最終受付）
※新規の場合、平日の最終受付は 18:30 となります。
定休日　祝日

もみじ坂鍼灸院
横浜市中区花咲町 3-103-3
ベイビュー横浜 2F
TEL .045-567-6848
営業時間
平日 - 午前 11:00 ～ 19:30（最終受付）
土日 - 午前 10:00 ～ 18:00（最終受付）
定休日
月曜・木曜・祝日