



たまくい通信

6月号



当院では在宅医療（訪問診療/往診）を行っています。

訪問診療とはあらかじめ計画を立ててご自宅に定期的に訪問し診療するもので、往診は急な病状の悪化に対して臨時で診療にお伺いするものです。



訪問診療の場合、月1回あるいは月2回の定期訪問を基本として、訪問看護ステーション、訪問リハビリ、薬局などと連携し自宅で過ごす患者様の医療サポートを行います。訪問時間は平日の午後の時間帯で、距離は半径16km圏内で対応可能です。ご家族や周りの方で在宅医療が必要な方がいらっしゃる場合にはお気軽にご相談ください。

初夏におすすめ♪ミキサーで簡単★スムージー

材料

- ★ほうれん草と小松菜(手づかみ一握り)
- ★バナナ3本
- ★リンゴ1/2個
- ★キウイ1個
- ★アボガド1/2～1個
- ・豆乳
- ・ブルーベリー2～3個
- ・ヨーグルト(適量)

作り方

1. ★を全てミキサー(ブレンダー)に入れ、葉物が隠れるくらいに豆乳を入れる。ミキサーで攪拌する。
2. トッピングでヨーグルトとブルーベリーをのせる。



健康名言録

いっときだけ行い、一日だけ行うのではなく、たゆまず行うことで「体質」をつくるのが重要だ。



医療法人 明青会
たまくいクリニック
内科・循環器内科・皮膚科・アレルギー科

ホームページからも
予約可能です

<所在地> 大阪市東成区中道3-16-15 ソレアード玉造1F

<診療時間> 予約優先制

9:00~12:30, 16:00~19:00

※皮膚科は水曜日10:00~12:30のみ

※休診日 水曜午後・土曜午後・日曜日

<電話> 06-6972-0316



甲状腺について知ろう

甲状腺とは喉仏の少し下にある小さい臓器で、甲状腺ホルモンを作る役割をしています。甲状腺ホルモンは全身の新陳代謝を調節し、生きていくためのエネルギーを作り出す重要なホルモンです。

甲状腺の病気って？

甲状腺の病気は、大きく分けて甲状腺機能亢進症（甲状腺ホルモンが過剰）、甲状腺機能低下症（甲状腺ホルモンの不足）、甲状腺の腫瘍（できもの、しこり）があります。

この病態をきたす代表的なものをご紹介します。

★バセドウ病

甲状腺機能亢進症をきたす病気で、新陳代謝が亢進しすぎることによって症状が起こります。

症状…動悸、汗を多量にかく、暑がり、体重の低下、手が震える、眼が飛び出ているなど

★橋本病（慢性甲状腺炎）

バセドウ病とは逆に、甲状腺ホルモンが不足して新陳代謝が低下する病気です。

無症状のものまで含めると、大人の女性の10%以上、大人の男性の数%と、かなり多いことがわかっています。

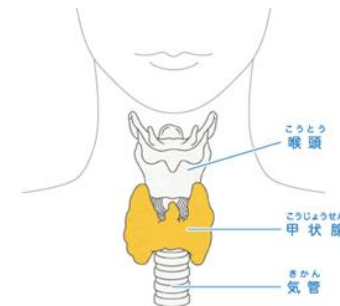
症状…体の疲れやすさ、寒がり、むくみ、脱毛など全般的に「元気がなくなる」

★甲状腺腫瘍

甲状腺の腫瘍は6人に1人程度の割合で見られるほど多い病気です。

良性のものが多いですが、悪性腫瘍も見られます。

症状…多くは無症状で、見た目の頸の腫れやしこりの自覚、または頸動脈エコーで偶然見つかる場合があります。



甲状腺の病気の検査は？

甲状腺の働きは、甲状腺ホルモン（FT3, FT4）と、甲状腺ホルモンを分泌させる甲状腺刺激ホルモン（TSH）を血液検査で調べます。また自分の甲状腺を攻撃する自己抗体を調べることで、病気の診断につながります。また甲状腺の大きさ、腫れ、甲状腺腫瘍を見るには甲状腺エコーが必要です。

甲状腺の病気の治療は？

甲状腺機能亢進に対しては甲状腺ホルモンの合成を抑える薬、機能低下に対しては甲状腺ホルモンを補充する治療がメインとなります。

甲状腺腫瘍は、良性であれば治療はありません。悪性であれば大きさやガン細胞の種類によって治療方針は異なります。

当院では血液検査、甲状腺エコーが可能です。詳しい検査が必要と判断した場合には、近隣の専門医へご紹介いたします。

甲状腺の病気のpoint

甲状腺ホルモンは「体を元気にするホルモン」

甲状腺疾患は身近な病気！

なぜか体が疲れやすいという方の中には、甲状腺機能低下症が隠れている可能性あり