

スマイル・まやニュース

令和4年2月号

<p>院長のつぶやき</p> 	<p>働き者のスタッフが入社してくれました。上司、上席が不在なのにも関わらず(お局さんがいないのでのびのびやれると考えているのか?)。大谷翔平選手のように二刀流ではなく、三刀流、四刀流といろいろこなせるようになってほしいと思っています。雑務が楽になる分、皆さんのお悩みに対応するパワーをアップさせていけたらと考えております。</p>
<p>まや子ドクターのつぶやき</p> 	<p>美容液 まだまだコロナ感染症対策のためにマスク着用が余儀なくされているところです。マスクの内側では、呼気の湿気がマスクで覆われた結果、肌の蒸れが生じています。マスク内の蒸れは、肌が潤っているのではなく、皮膚から水分が外へ失われてしまった状態であり、肌そのものは乾燥しているのです。マスクを外すと化粧ヨレにがっかりなんてことも。当院では導入療法：エレクトロポレーションに抗シワ効果・エイジングケアとして用いている薬液”AHPエッセンス”を、ご家庭で使える美容液として販売する運びになりました。化粧ヨレの原因となるカルボマー等の増粘剤を極力抑え、抗シワ効果だけでなく肌の保湿能力の維持・修復・改善にご使用いただけます。</p>
<p>形成外来のつぶやき</p>	<p>“子供のヤケド” ～子供の皮膚は大人に比べ薄く深いヤケドになり易いため、何よりも予防が大切です。子供のヤケドの受傷のパターンより、不注意なヤケドを予防できます。①熱傷や汁物などの高温の液体を放置しない(倒す)、②テーブルクロスは使用しない(歩き始めの子供が引っ張る)、③炊飯器やポットの蒸気の吹き出し口に注意(子供が興味を持つ)、④温風ヒーターの吹き出し口に注意、⑤アイロン、ストーブに触れない様に配慮、⑥電気コードや電源のソケットに注意(口に入れることがある)</p>
<p>薬剤師のつぶやき</p>	<p>先月は、現代人がタンパク質の摂取量が不足しているとお話しました。しかし、プロテインなどでたくさん摂ればよいというものでもありません。今月は、過剰摂取すると身体にどのような影響があるかをご紹介します。タンパク質を過剰に摂取することにより肝臓や腎臓の負担が大きくなり内蔵疲労がおこる可能性が上がります。また、カロリーオーバーにより太りやすくなることや腸内環境の乱れ、尿路結石の原因になることも言われております。ここでのタンパク質必要量は異なりますのでバランスのとれた食事から必要量を摂取することを心がけましょう。</p>
<p>医療業界のつぶやき</p>	<p>オンライン診療の普及率は全国で1%くらいと言われています。コロナ感染が勢いを増す今こそ活用すべきツールかと思えます。皮膚科での活用例を考えると、車椅子生活や高齢者施設に入所中の高齢者の乾皮症、受験にて通院できないが薬が必要な学生さんなど。デメリットもありますが、それを克服して活用するのも皮膚科のかかり方の一つといえるかもしれませんね。</p>
<p>今月の漢方</p>	<p>2022年の十二支は虎です。『虎』の文字が入った漢方処方に『五虎湯』(ごこうとう)があります。効能または効果は、せき・小児ぜんそくです。『五』種類の生薬で構成され、漢方医学の考えのひとつである五臓(五臓六腑に染み渡る・・・との表現がありますね)の「肺」の守護神が『白虎』であることから『五虎湯』と名付けられたようです。構成生薬のマオウ・キョウニン・ソウハクヒが咳を止め、セッコウが炎症を抑えることから、喘鳴や激しい咳嗽のある場合に用いられます。</p>
<p>休診情報</p>	<p>休診日は、火曜・金曜日・祝日(23日)</p>

スマイル・まやクリニック
TEL : 04-2939-1213