



<p>院長のつぶやき</p> 	<p>湿疹が長引いているときの対策として貼付療法があります。湿疹が長くあるために夜掻いてしまい硬くなったり、凸凹しているときに有効です。はじめに十分な厚さにステロイドを塗り、そのあとに亜鉛華軟膏（ボチシートというすでにカーゼに伸びた製剤もあります）をガーゼに厚く伸ばしたものを張り、包帯を巻きます。入浴後に行うのが理想です。治らない湿疹で悩んでいる方は試してみてもいいでしょうか？</p>
<p>形成外来のつぶやき</p>	<p>眼の周りに白いぼつぼつが出来ることがあります。1つや2つならまだいいのですが、10個以上多発してくると目立ってきます。それを気にする方が多いのではないのでしょうか。稗粒腫（はいりゅうしゅ、英語名：ミリウム）といいます。形成外来ではその除去も出来ますので、気になる方は外来をご利用下さい。</p>
<p>薬剤師のつぶやき</p>	<p>最近アトピー性皮膚炎の治療薬で「モイゼルト軟膏」というステロイドではない外用剤が発売されました。顔面や体幹・四肢のどの部位にも外用ができます。特に手や足の皮膚炎に有効との報告があります。作用機序としては、アトピー性皮膚炎の炎症細胞で増えているとされる PDE4 という酵素の働きを阻害することで皮膚の炎症とかゆみを改善させる外用剤と言われています。</p>
<p>医療業界のつぶやき</p>	<p>気温が高くなる季節は、脱水症予防や熱中症対策で水分を飲む量が増えてきます。水分補給は大切ですが、たくさん飲めば身体に良いというわけではありません。体の大草や活動強度により個人差がありますが、適量は1. 2～2 L。食事をきちんと摂ったうえで、できるだけ糖質の少ないものを飲むようにしましょう。コンビニや自動販売機で手軽に買える飲料には、1本でごはん茶碗1杯近くの糖質が入っているものもあります。どうしても甘いものが飲みたい場合は、1日コップ1杯程度にするか、甘味料を使って糖質が少ないものを選ぶようにしましょう。大汗をかいたときには、自宅でも簡単にスポーツドリンクを作ることができます（水 500ml + 砂糖 20g + 塩 1. 5g）。また、食事の時に野菜たっぷりのスープを食べるようにして、ミネラル・ビタミンもしっかり補給していきましょう。経口補水液のオーエスワンは、脱水症のための食事療法に用いる経口補水液です。そのため、スポーツドリンクに比べて糖質は少ないのですが、電解質が多く含まれます。脱水症の予防や対策のためではなく、症状が出た時のみのお勧めです。</p>
<p>今月の漢方</p>	<p>もうすぐで梅雨も明け夏本番の暑さがやってきます。冷たい食べ物や飲み物をどうしても摂取しがちになり、体や腹が冷えてしまうことはありませんか？冷えて腹痛になってしまった時には大建中湯（だいけんちゅうとう）、胃が弱ってしまった時には六君子湯（りっくんしとう）、下痢になってしまった時には五苓散（ごれいさん）がお役立ていただけます。日常生活にプラスし、元気に夏を乗り切ってみませんか？</p>
<p>休診情報</p>	<p>火曜・金曜日が休診日です。</p>

スマイル・まやニュース

令和5年7月号

<p>Dr.まや子の つぶやき</p> 	<p>18歳・19歳の脱毛</p> <p>新聞記事から…昨年春以降に成人となった18歳・19歳において、脱毛エステに関する契約トラブルが急増；国民センターの統計では、令和3年以前までは相談件数が年間200件未満であったのに対して、令和4年は1200件超え。エステやサロンで極めて低額で部分脱毛ができる広告を見て訪れるも、実際には高額な全身脱毛の契約を迫られ、契約してしまったケースが多いとのこと。自分の意志と目的に合った選択をしっかりとできることが大切かと思えます。エステやサロンの脱毛はレーザーを使用できず、光脱毛が主流です。クリニックでの脱毛の大半は、レーザー脱毛であり、エステやサロンよりも脱毛効果を得られますが、費用は高めです。当院の脱毛は、アレキサンドライトレーザーを使用しています。費用は、その都度払いでクレジット（一括のみ）もご利用いただけます。初回カウンセリングでしっかりと効果やリスクをご理解の上、安心して安全にお受けいただけることを願います。低年齢化の傾向がありますが、親御さんが心配してお連れになるより、ご本人の意志を尊重されると良いですね。</p>
<p>キャンセルポリシー</p>	<p>当クリニックでは、キャンセルポリシーについて特に明記しておりません。完全予約制であることをご認識頂いているものとして対応しております。当日の急用・急病等のご事情については柔軟に対応いたします。ただし、可能な限りご予約時刻前までにご連絡をお願いいたします。ご変更につきましてはご遠慮無くお申し出ください。ご希望に添えるように調整いたします。</p>
<p>ご予約</p>	<p>電話対応のみです。施術内容によって時間を細かく調整しているため、ネット予約は承っておりません。</p> <p>医薬品やドクターズコスメの購入についてもご予約が必要です。</p> <p>ご不便をおかけして申し訳ありませんが、速やかに対応できない場合、着信履歴の確認ができる方へは、こちらから折り返しのお電話を差し上げることがありますのでご了承ください。長時間のコールはお控えいただくと幸いです。</p> <p>初診時に伺ったご連絡先にご変更がありましたらお知らせください。</p>
<p>お知らせ</p>	<p>休診日：火曜・金曜・祝日(17日)</p>

スマイル・まやクリニック

美容診療

担当 副院長 倉片まや子

04-2939-2080(専用)

皮膚科・形成外科外来ご希望の方は04-2939-1213へお願いします