



体調向上プロジェクト

－医療情報をうまく活用しよう－

「何となく体調がすぐれないな…」 「体には気を遣っているはずなのに変だな…」なんてこと、ありませんか？ そんな時に相談できるクリニックがあると安心ですね。そこで頼れるドクターに話を聞きました。



大腸内視鏡検査を受けて、病気の早期発見を

大腸内視鏡検査は、先端にCCDカメラを装着した細い管を体内に挿入し、大腸の内側を観察する検査です。ポリープやがん、炎症などを画面で観察し診断することができます。

大腸がんは近年患者数が増えています。それは、食生活の欧米化(高脂肪食の過剰摂取)、アルコールの摂りすぎ等が原因となりますが、近親者に大腸がんの方がいる場合も注意が必要です。早期発見すれば改善の可能性は高くなりますので、大腸内視鏡検査を50歳までには最低1回、お腹が痛む、血便、慢性的な下痢でお悩みの方は

30歳代以下でも、検査を受けるべきです。

しかし、大腸内視鏡検査は、痛い、つらい、時間がかかるといったイメージをお持ちの方が多く敬遠されがちです。当クリニックでは、熟練の技術を持った専門医が検査を行いますので所要時間は平均で20分程度。医師の技術はもちろん、大腸カメラの精度も上がっていますので、ほとんどの方が痛むことなく検査が終わったとおっしゃっています。希望される方には鎮痛剤を投与しての検査も行っていますので、安心して検査をお受けください。



内視鏡検査の所要時間は平均20分程度。ポリープの切除をその場で行うこともできます。



検査終了後は、専用リカバリースペースで休憩。当クリニックでは軽食のご提供もご用意しています。



森田 英次郎 院長

大阪医科大学大学院修了。日本消化器内視鏡学会消化器内視鏡専門医。日本消化器病学会消化器病専門医。幼少期より高槻で育ち、地域に根差したクリニック運営を行っている。

森田内科・胃腸内科

(モリタナイカ イチヨウナイカ)

内科/胃腸内科/消化器内科/内視鏡内科

高槻市城南町2-3-1

診療/月・火・木・金 9時～12時、16時半～18時45分、
土 9時～12時

水・日・祝休診 P有り(8台)

☎072-670-1010

森田内科・胃腸内科 で検索



飲み込むだけで精密検査が可能に「カプセル内視鏡」



内視鏡検査に特化した当クリニックでは、大阪府下で初めてカプセル内視鏡を導入しました。超小型カメラを内蔵したカプセルを飲み込み、腸管内部を撮影するといったもの。クリニックで本格的に導入している医療機関は全国でもまだ少なく、他院からの紹介も多くおられます。



ウイルスからの隔離、院内感染予防、院内消毒を3本柱に、厚生労働省の「新型コロナウイルス感染症対策の基本的対処方針」に従って、コロナウイルス予防対策を行っています。

ガンやポリープの発見に優れた大腸内視鏡検査 女性の検査率向上を

健康診断で検便をするのは、女性の死因1位である大腸ガンを見つけるためです。陽性が出た場合、お尻からカメラを入れる大腸内視鏡検査が必要になりますが女性にとっては抵抗がある検査です。また、大腸内視鏡検査は前処置も大変で検査時に痛みがあると思っ



柿原 瑞穂 院長

国立滋賀医科大学卒業。祐生会みどりヶ丘病院に勤務。日本消化器病学会専門医。日本消化器内視鏡学会専門医。長く務めた高槻の地でネットワークを活かした診療を行っている。



清潔感のある内装。お水やお茶、絵本など待っている患者への気遣いもしっかりしている。



JR高槻駅から徒歩3分の立地なので、検査後も公共交通機関やタクシーでの帰宅が気軽にできる。

毎晩のいびきが大病の引き金になることも

睡眠時無呼吸症候群(SAS)とは、文字通り「睡眠時」に呼吸が止まってしまう病気のことです。睡眠時に無呼吸となることは健康な方でもあるのですが、無呼吸が1晩に30回以上、または1時間に5回以上無呼吸があると同症状と診断されます。多くの方はいびき、呼吸が止まっていることを一緒に寝ているご家族から指摘されて来院されます。同症状は高血圧や脳卒中、うつ病や認知症などの合併症になりやすいため早めの治療が大切です。適正体重の維持や呼吸方法を口呼吸から鼻呼吸にするなど生

活習慣から変えていきましょう。また、女性でもならないというわけではないので気になる方は一度検査に行ってみてください。

【睡眠時無呼吸症候群の症状】

- 【睡眠中】
- いびきをかく、呼吸が止まる、むせる、何度も起きる
- 【起床時】
- 口の乾燥、頭痛、熟睡感がない、朝すっきりしない
- 【日中】
- 強い眠気、だるさ、集中力が続かない

かきはらみずほクリニック

高槻市白梅町5-20-306 ジオ高槻ミュージズ3F

診療/月・火・木・金 9時～12時、月・水・金 16時～19時

検査/月・火・木・金 13時～16時

日・祝・水曜午前、火・木・土午後休診

☎072-648-3456

かきはらみずほクリニック で検索



新型コロナウイルス対策 「手洗い」や「マスク」による乾燥&肌荒れを防ぐ

冬になると乾燥に悩む患者さんが増えてきます。特に今年は新型コロナウイルスの影響で、アルコール消毒による手荒れや乾燥に悩んでいる方が多い印象です。乾燥肌というものはある程度遺伝するといわれていて、例えば「乾燥」と「アレルギー」が組み合わさって発症するアトピー性皮膚炎の患者さんの3割程度に、「乾燥肌」に関連する遺伝子に異常が見つかっています。「天然保湿因子」は皮膚の水分を保持する機能を担っていますが、年齢を重ねるにつれ乾燥しやすくなるのは、この天然保湿因子の減少することが原因の一つです。天然保湿因子は食べ物やサプリで補うことができず、よく言われる飲むコラーゲンは、直接的には乾燥肌には効果が無いと考えられています。

乾燥を防ぐには外から保湿することが大切です。皮膚科クリニックでは一般的に高い保湿作用のある「尿素」や「ヘパリン類似物質」が含まれる保湿剤を処方す

ることが多いです。市販のものではセラミド含有のハンドクリームなどがおすすめです。手洗い後、保湿をしないと手湿疹の原因になり、放っておくとあかぎれになったり、爪が変形することもあります。ぜひ手洗いと保湿をセットで行うようにしてください。

また夏場に多かった相談が、おご周りのニキビや肌荒れです。原因はマスクが擦れて肌に負担がかかったり、マスク内の温度や湿度が上がりがく菌が繁殖したことが考えられます。ニキビ治療は進歩していて、炎症を抑える抗生剤だけでなく、毛穴のつまりを取るための薬ができています。ニキビ跡にはケミカルピーリングやフラクショナルレーザーといった治療法もあります。いずれにせよ、早めに治療することをおすすめします。

平日は18時まで診療し、アトピー性皮膚炎、じんましんなどのアレルギー疾患から、できもの手術やレーザー治療まで、皮膚のお悩みに幅広く対応しています。



花房 崇明 院長

大阪大学医学部卒業。医学博士。日本皮膚科学会認定皮膚科専門医。自身もアトピー性皮膚炎で、経験を活かせると考え皮膚科の道へ。テレビ取材などメディア掲載多数。



皮膚のお悩みに幅広く対応できるように、複数の皮膚科専門医の非常勤医師に加え、形成外科医が常勤として勤務しているため、入院の必要がないほぼ全ての皮膚科診療・形成外科診療が可能です。

医療法人 佑諒会

千里中央花ふさ皮ふ科

豊中市上新田2-24-50-1 上新田メディカルブリッジ2F

診/午前診:9時～12時、午後診:15時～18時

水曜午後、土曜午後、日曜、祝日休診

※完全予約制 9台P有

☎06-6872-1200

<https://hanafusa-hifuka.com/>



千里中央駅より徒歩5分