



たけおクリニック通信

院長 竹尾浩紀からご挨拶



9月になりました。大変暑い日が続いていましたが、これからはひと雨ごとに涼しく、そして寒くなっていくものと思います。

さてこれからは、「スポーツの秋」「読書の秋」「食欲の秋」等いろいろです。猛暑を越したこの過ごしやすい季節は、年間を通じて心身ともにリラックスしやすい季節ですね。そんな秋の病気は「9月病」ではなく、やはり「アレルギー」でしょうか。秋には秋の花粉症があります。代表例は「ヨモギ」「フタクサ」です。日本では、花粉症といえばスギ花粉症ですが、全人口の10%が持っているといわれています。「ヨモギ」「フタクサ」の患者さんがそれぞれ5%以上いるといわれています。意外に多くの患者さんが居られます。そして、アレルギーを持っている方が風邪を引いた際、咳が長く続く場合も多いのです。ですから、スギ花粉や薬のみならず、その他のアレルギーにも注意が必要なのです。

- ・「風邪を引いたわけではないが、何だか秋口は咳が出る」
- ・「時々、くしゃみが止まらなくなる」
- ・「夏が終わるといつも風邪を引く」

などの方々は特にご注意ください。世界的に見ても花粉症の原因はスギ・フタクサ・イネ科の植物が3大要因といわれています。またアメリカは、フタクサ、欧州はイネ科植物の花粉症の患者さんが多いようですから、秋の花粉症こそメジャーなのかもしれません。

よい季節ですが、体調に注意され適度に体を動かすことをお勧めします。無理なくお過ごしください。

P.S まず9月病って何?と思われたかもしれませんが、実在する病気です。これはアメリカ・ヨーロッパの5月病です。年度の変わり目や夏休みの長さの違いからか欧米では多かったようです。

最近、なぜかあまり話題にならないのが不思議ですが・・・。

2012

パラリンピック開催!



オリンピックに引き続き、パラリンピックが開催されています。日本は頑張っていますね!
今回は、その中でも気になった記事を紹介したいと思います。

～惨劇を乗り越えて～

シッティングバレーボール・ライト選手

8月31日に行われた試合で、イギリス代表・ライト選手は、強豪ウクライナとの1次リーグ初戦で第2セット終盤に投入され、躍動しました!!

ライト選手は、05年に起こったロンドン同時テロに巻き込まれ両足を切断。しかし、失った両足を無駄にしない為に、過酷なリハビリを乗り越え、シッティングバレーの選手に。母国の代表になりました!ライト選手は「大好きなスポーツで国を代表して戦うのは素晴らしいこと。テロに遭う以前には見ることもなかった夢。鳥肌が立った。」と語っていました。ライト選手、がんばれー!!!

みんな分かるかな?



五臓六腑 (ごぞうろっぷ)

時代劇や漢方の話などで聞いた事がある方も、さてさて何のことかしら?と思われたのではないのでしょうか。

伝統中国医学において、人間の内臓全体を言い表すときに用いられた言葉で、東洋医学(漢方)における言葉でもあります。

「五臓」とは、肝・心・脾・肺・腎を指します。

「六腑」とは、胆・小腸・胃・大腸・膀胱・三焦(リンパ管)を指します。

大切な体を、大事にしましょう。



最後までお読みいただきありがとうございます。これからも発刊を頑張りますので、どうぞよろしくお願ひ致します。第16号もお楽しみに!

2012年9月発行 第15号

たけおクリニック 院長 竹尾 浩紀
〒154-0004 東京都世田谷区太子堂 4-22-7 森住ビル3F
TEL: 03-5433-3255 FAX: 03-5433-3256
HP: <http://www.takeo-clinic.com/>

