



内科・胃腸科・呼吸器科・放射線科

ゆとりが丘クリニック 便り

〒020-0638 岩手県滝沢市土沢541番地

TEL 019-699-1122 / FAX 019-699-1121

令和2年7月15日(2020) 第0086号

『夏休み』

院長メモ

通りに面した仏間に続く子供部屋のガラス窓を、誰かがカチカチと叩く。ゲタ屋のシンちゃんである。『邦ちゃん（私のこと）早くいがねばカラスに取られる。』それは大変と私は枕元に脱ぎ散らかしていた衣服を急いで着て、外に飛び出す。（衣服と言ったってランニングと

パンツのままで寝ているし、要はいつもの半ズボンを履くだけである。）まだ5時過ぎの夜が明けたばかりなのだが、表に出るといつもの仲間が数人いざ出陣とばかりに軽い興奮状態にある。

私の町（当時は村）ではお盆になると、町はずれの高台にある墓地に朝からお参りの家族が足を運び、多くの供物が墓の上に供えられる。その人の流れが一時止むのを待って、我々子供達がそれを回収（？）にあたるのである。お参りの最中にさえ会わなければ、誰にも咎められることのない毎年の子供だけの恒例行事である。お墓にはタバコだとかお酒なども供えられていたが、そんなものは我々の眼中に無く、目的はハスの葉にそえられたお菓子だのだんごだの果物だのお赤飯である。食べれるものは出来るだけ現地で食べて、持って帰るものは姉からくすねた花模様の付いた袋に入れて帰る。まさにカラスとの戦いなのである。帰りはいっぱい膨れた腹をさすりながら坂を降りて来て、そのまま学校のグラウンドに直行。テニスボールと近所の中学生からもらい受けた古いバット1本だけの三角ベースボール。昼過ぎになると誰かが『白旗だあ！』と叫ぶ。白旗とは夏休みの間、橋のほぼ中央に掲げられる川での水遊びが許されるサインである。（雨が降るとだいたい赤旗）仲間は各々家に帰って、私の場合はだいたい冷や飯になすとかきゅうりの漬物を2～3個入れて冷水をかけたお茶漬けらしきものをかき込み、急いで海パンに履き替えバスタオルを首に巻いて川へ。5時には夕食となり、登場人物の動作と吹き替えセリフのずれているディズニーの漫画番組を白黒テレビで見ているうちに、居間で寝てしまっている。誰かが私を気付かないうちに布団に抱き抱えて寝せてくれていた。（ところでいつ風呂に入るんだ？勉強は？そこのところは全く記憶がない。）

愛知で育った妻が隣で『私はきちんと日程表に沿って、勉強したりプールに行ったり、習い事してたけどね。あんた達っていったいどういう生活なの？信じられない。』とか言っているが、そんな薄っぺらい子供時代を過ごした人には、私達の深い喜びに満ちた夏休みを理解することは到底出来ないだろう。

8月 休診・診療時間のお知らせ

★8月10日(月祝) 休日救急当番医
(診療時間 9:00~17:00)

お盆休みのお知らせ

8月13日(木)~15日(土)
※16日(日)休診日
17日(月)より通常通り診療いたします

| 診療日・時間 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---------------------|---|---|---|---|---|---|
| 午前診療 9:00~12:30 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 午後診療 15:00~18:00 | ○ | ○ | 休 | ○ | ○ | 休 |

(日曜・祭日は休診日です)

2020年8月

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|-------------|-----|-----|-----|-----|-----|
| | | | | | | 1 |
| ② | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| ⑨ | 10 休日当番医 | 11 | 12 | ⑬ | ⑭ | ⑮ |
| ⑯ | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| ⑳ | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
| ㉓ | 31 | 9/1 | 9/2 | 9/3 | 9/4 | 9/5 |

○=休診日 ★=診療時間変更

※都合により変更になる事がございます。ご了承願います。

乾癬の症状

日本人には40万人以上の乾癬の患者さんがいるといわれています。皮膚に赤く盛り上った発疹(図)ができ、しばしばかゆみを伴います。表面に白いふけのようなものがついたり、ときには銀白色のかさぶたのようになります。発疹は頭部、爪、ひじやひざ、おしり、すねなどにできやすく、患者さんによっては、全身に膿疱(のうほう)ができて発熱したり、関節が痛むこともあります。感染する病気ではないので、ほかの人にうつる(感染する)ことはありません。



図 乾癬に特徴的な発疹

主な治療法

主な治療法には外用療法、内服療法、紫外線療法、注射療法などがあり(表)、病気の状態や生活状況に応じて治療を組み合わせています。悪化と軽快を繰り返すので、根気よく治療を続ける必要があります。

表 乾癬の主な治療法

| 治療の種類 | 治療の内容と作用の仕組み |
|----------------|--|
| 外用療法 (薬を塗る) | ステロイド外用薬で、皮膚の炎症を抑える。 |
| | ビタミンD ₃ 外用薬で、表皮細胞の過剰な増殖を抑える。 |
| 内服療法 (薬を飲む) | ビタミンA誘導体で、表皮細胞の過剰な増殖を抑える。 |
| | 免疫抑制薬で、皮膚の炎症を抑える。 |
| | 酵素阻害薬で、免疫反応を抑える。 |
| 紫外線療法 | 抗ヒスタミン薬、抗アレルギー薬で、かゆみを抑える。 |
| | 皮膚に紫外線を照射し、皮膚の炎症を抑え、表皮細胞の過剰な増殖を抑える。 |
| 注射療法 | 乾癬の発症や悪化に関係するサイトカイン*の働きを阻害する薬剤を注射し、症状を改善させる。 |

*免疫反応や炎症反応を起こすときに重要な働きをする物質

かんせん
乾癬はどんな病気ですか？

指導：自治医科大学医学部皮膚科学講座 教授 大槻 マミ太郎
(日本医師会)日医ニコース・健康。からご No.532『より抜粋』

あなたが患者さんなら -悪化させないための日々の注意点-

皮膚を良い状態に保つことが大切です。そのためには、バランスの良い食事と十分な睡眠を心がけ、食べすぎ、強い香辛料、過度の飲酒、喫煙は避けましょう。入浴の際は、こすりすぎると症状が広がったりするので、やさしく洗うよう注意してください。適度な日光浴は効果的ですが、急激な日焼けはよくありません。症状が急に悪化したり、心配なことがあるときは、早めに主治医を受診しましょう。



このマガジンは当クリニックホームページ(クリニック便り)でもご覧になれます。

ゆとりが丘クリニック

検索