

産科 婦人科 漢方  
浮田医院  
だより



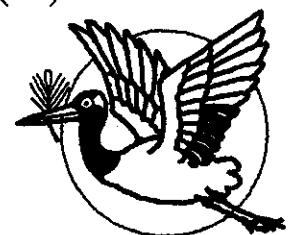
第 4 号

発行所：産科 婦人科 漢方  
浮田医院  
〒520-12  
滋賀県高島郡安曇川町末広3丁目28  
TEL 0740-32-3751  
FAX 0740-32-3795  
発行日：平成10年1月5日(月)  
発行者：浮田 徹也



平成一〇年、寅年が始まりました。昨年は、子供の世界が不安定となり、世の中の汚い部分(うみ)がどんどん出された年でした。今までいい加減にしてきた、つけが回ってきた年でもありました。今年、寅が、暴れ回り、ますます世の中の汚い部分(汚職、不正、横領、詐欺・・・)が暴露され、政治、経済、世の中の動きが不安定になりそうです。面白い話にのせられたり、争いごとに巻き込まれやすい年と言われています。こんな年こそ、正しく判断し、冷静に行動しなければなりません。世の中がどう変わろうと、太古の昔

近春  
かやかい年で  
ありますように  
漢方薬のよさ(4)  
血虚(肌あれ)



山梨県 精進湖 夜明けの富士(1月)

から、凜とした美しい姿は、全く変わりません。この富士山のように、いつでも変わらない清楚さを身

につけたいものです。このような世の中だからこそ、清楚さを持った人や物がかがやいて見え、皆に必要とされているのです。さて、せらぎ4号では、血虚を取り上げてみました。例えば、顔の肌が荒れる、口びるが荒れ、割れる、手足がカサカサして荒れ、赤ぎれる、しもやけになりやすい、集中力がなくなる、めまいがしやすい、髪の毛が抜けやすい、爪がもろく、ひび割れる、眼が疲れやすい、手足がしびれる、熟睡できない、こむら返りがする、便秘で、うさぎのようにコロコロの便がでる、月経不順になる・・・このような状態のことを漢方医学では、血虚と言います。皮膚・爪・脳・内臓・神経への栄養分が不足するのが原因です。では、なぜこのような栄養不足が生じるのでしょうか？それは、血管内を流れる血液の量が少なくなったり、血液の中の栄養分が減ってくるからです。ではなぜこのような栄養不足が起こるのでしょうか？



一つには、いつもイライラして、心配したり、不安に思って、心が緊張すると、血管壁の筋肉も緊張して、血管は細くなります。また、イライラしたり、心配が度を過ぎると、胃腸の働きが低下し、消化・吸収が悪くなり、十分な血液（栄養分）が作れず、皮膚・爪・内臓・神経・脳への栄養分が不足します。元々疲れやすく、胃腸の弱い方は、ますます疲れがたまり、虚弱になってきます。『血虚』を治療する方法は色々ありますが、まず第一に、心配事を後に残さないよう、物事を一つ一つきちんと片付け、イライラした気持ちや不安な気持ちをなくし、信念を持って、自分の進むべき道に（逃げるのではなく）向かっていくことです。第二に、運動して汗をかき、体をよく鍛練し、胃腸を強化し、消化・吸収をよくすることです。第三は、『漢方薬』や、『食養』（素材や料理方法の工夫）です。『漢方薬』を飲むと、脳の中心部（間脳）がリラックスし、体中の筋肉の緊張が緩み、血管が広がり、血行がよくなります。また、『漢方薬』を飲んで、消化・吸収がよくなると、血液中に栄養

養分が増え、脳・筋肉・内臓・神経などの疲労が早く回復します。第四は、漢方の薬草風呂、温泉や乾布マッサージです。いずれを選んでも、皮膚の血行や内臓の血行がよくなります。冬は、寒さや乾燥の激しい季節ですから、部屋の温度や湿度にも気をつけなければなりません。また、天候だけでなく、気持ちもふさいで、沈滞する季節ですから、明るく陽気に振る舞うことも大切です。

体の隅々まで十分に血液が行き渡ると、肌だけでなく、脳や内臓や筋肉も活発に働くようになり、冷静に且つ正しく判断できるようになり、疲労も早く回復し、活き活きとしてくることでしょう。ぜひ、皆様方に『道』が開けますように。

【院長】



## 肩こりでお悩みの方へ

“肩こり”でお悩みの方、つらいだけでなく、憂うつで不自由な毎日をお過ごしでしょう。“肩こり”と一口に言っても、首のこる人、背中のこる人、肩のこる人と色々おられます。肩こりにも原因があって、その原因を取り除くことが大切です。例えば、鼻、目や耳の悪い場合、肝臓、心臓や胆嚢の悪い場合、胃腸の弱い場合、高血圧や肥満の場合、便秘や水ぶとりの場合、血液循環の悪い場合（瘀血）、気が晴れ晴れない場合（うつ状態）・・・などの原因で起こってきます。漢方薬を飲めば、“肩こり”だけでなく、その他の症状も次第になくなっていくと共に便通や尿量も改善し、体全体の調子も随分違ってきます。うっとおしそうな顔も消えて、ニコニコとした笑顔を取り戻せます。“肩こり”でお悩みの方はご相談ください。



## 漢方入浴剤のお知らせ

湯槽のお湯につけておくと、漢方薬草風呂になります。

美芳湯：冷え症、湿疹、あせも、にきび

（カミツレ、コウカ、トウキ、ケイヒ、チンピ、シャクヤク、ケイガイ、マツフジ）

昇竜湯：神経痛、腰痛、肩凝り、疲労回復

（ニンジン、ポウイ、センキュウ、ショウブコン、ソウジュツ、トウガラシ、サンシシ、チンピ）ご希望の方には、症状に合った入浴剤をお作りします。ご相談ください。



## 当院の漢方治療のお知らせ



### 劑型について

- ・エキス漢方：エキス顆粒の漢方薬（大部分「粉薬」、一部錠剤）。携帯に便利です。ただし、不要な生薬を除くことはできません。
- ・煎じ薬：お茶の様に煮て作ります。必要な生薬を組合せて「漢方薬」を作ります。

当院のエキス漢方は、胃になじみやすく、胃に入ると直ぐに吸収されますが、反面、湿気に弱い欠点があります。ですから、乾燥剤の入った「缶」か「ビン」に入れて、しっかり蓋をして下さい。それでも、湿める場合、冷蔵庫で保管して下さい。

漢方薬が湿りやすい場合、当院の「漢方専用容器」（無料）をご利用下さい。

### 適応症について

- ・すべての疾患に適応できます。また、体質改善や病気の予防にも応用できます。体のひずみやかたよりをなくし、「かたよりのない体」「こだわらない心」を取り戻して下さい。
- ・特に、効果的な疾患は、次のものです。  
アトピー性皮膚炎、便秘、子宮内膜症、生理痛、低血圧症、冷え症、更年期障害、下痢、風邪、クーラー病、夏ばて、過敏性大腸炎、慢性肝炎、神経痛、切迫流産、切迫早産、妊娠中毒症、肩こり肥満、体重増加、膝関節症、虚弱児、慢性中耳炎、慢性副鼻腔炎、慢性扁桃腺炎、慢性膀胱炎……
- ・漢方薬と西洋薬を併用することの多い疾患。  
高血圧症、喘息、アレルギー性鼻炎、関節リウマチ疾患、腎炎、肝臓癌、糖尿病……

### エキス漢方と煎じ薬について

- ・軽症の病気や体質改善  
漢方製剤（エキス顆粒）を組合せて、より適切な処方を作ります。ただし、不要な生薬を除くことはできません。
- ・中程度の病気  
細やかな治療を実現するために、漢方製剤（エキス顆粒）と単味の生薬エキス顆粒を組合せます。ただし、不要な生薬を除くことはできません。
- ・重症の病気やエキス顆粒無効の場合  
煎じ薬を使います。より細やかに治療できますので、治療効果も優れています。オーダーメイド漢方ですから、エキス漢方よりも優れた効果が発揮されます。

女性の方に限らず、男性や子供の方もご相談下さい。

問診、望診（舌診）、聞診、切診（腹診と脈診）の東洋医学的診断法（四診）や検査（超音波、血液、尿、便、心電図……）などを利用して、「漢方薬」の決定をします。

### 赤ちゃんのビデオ撮影のお知らせ

お腹の「赤ちゃん」をビデオに収録して欲しい方は、受付にお申し出下さい。

### 入院食のお知らせ

厨房のスタッフが心をこめてお作りします。塩分・糖分・カロリーに十分気をつけ、素材は十分に吟味しています。薬膳料理も取り入れることにしましたので、ご期待下さい。

### 院長の講演会のお知らせ

- ・1月17日(土)  
日本東洋医学会関西支部幹事会（大阪）
- ・1月20日(火)：「更年期後の生活」  
新旭町・健康のつどい(新旭町-滋賀県)
- ・1月22日(木)：「臓腑と経絡」  
第34回滋賀漢方懇話会(大津市-滋賀県)
- ・2月28日(土)：「耳鼻科領域の漢方」  
大阪耳鼻咽喉科漢方研究会(大阪市-大阪府)
- ・3月19日(木)：「腹診とその実技」  
第35回滋賀漢方懇話会(大津市-滋賀県)

### 処置診のお知らせ

処置や点滴の「待ち時間」をなくすよう努力しています。  
受付でお確かめください。

### 産後の集いのお知らせ

赤ちゃんとの生活いかがですか？どうされておられますか？  
産後1～3カ月のお母さんと赤ちゃんを対象に「集い」を開いています。不安な気持ちをお持ちの方、新しい出会いを求められる方、お気軽に、ご参加下さい。  
日付：1月6日(火) 1月20日(火)  
2月3日(火) 2月17日(火)  
時間：午前11:00～午後12:30 浮田医院(無料)  
申込：申込ノートに予約して下さい。  
定員：5名(少人数でいたします)

### 赤ちゃん健診(2～3カ月)のお知らせ

赤ちゃんの2～3カ月健診をしています。  
ご希望の方は、下記の時間に受診して下さい。  
日時：毎週火曜日、午前11時～正午(2,000円)

## 母親教室（前中期）のお知らせ

日時：2月10日(火)、4月14日(火)、6月9日(火)  
 対象：妊娠7ヶ月までの方(定員5名)(無料)  
 場所：当院1階  
 予定：菜と病気(院長) :午後1:30~1:55  
 : 軽体操(助産婦・看護婦) :午後2:00~2:15  
 : 食事と栄養(栄養士) :午後2:20~2:45  
 : ティータイム :午後2:50~3:05  
 : 妊娠生活(助産婦) :午後3:05~3:30

## 母親教室（後期）のお知らせ

日時：1月13日(火)、2月24日(火)、3月10日(火)  
 対象：妊娠8~10ヶ月の方(定員5名)(無料)  
 場所：当院1階  
 予定：入院時期と準備 :午後1:30~1:50  
 : 分娩の経過 :午後2:00~2:25  
 : ラーマーズ法教室 :午後2:30~2:55  
 : ティータイム :午後3:00~3:15  
 : 病棟案内 :午後3:20~3:25  
 : 記念撮影(後日お渡し) :午後3:25~3:30

申し込みの方法：予約制ですから、申し込みノートに予約して下さい。

アットホームな雰囲気です。皆さん同士の交流、職員との交流を深めて下さい。

## 母親教室（前中期・後期）ティータイムのお知らせ

今月は、皆様方の“今年の健康”を願って、“健康志向パン”と“チョコ饅頭”を作ってみました。

“健康志向パン”は、黒五類(黒豆、黒米、黒ごま、黒松の実、黒カリソ)入りです。“黒色”は、東洋医学では“腎”を表し、生命の源となります。そして、この“黒五類”は、疲労を回復したり、血中コレステロールを低下させたり、老廃物を腸より除いてくれます。

“チョコ饅頭”は、甘さを控えて作りました。心を穏やかにする働きのある“抹茶”と一緒にお召し上がり下さい。きっと、新しい一年を過ごすエネルギーが湧いてくることでしょう。



## 妊婦の方のための料理教室

底冷えのする日々が続きますが、お風邪などをお召しになっておられませんか？私たちと一緒に“塩分や糖を控えたお料理”をお楽しみください。

日付：平成10年1月27日(火)  
 対象：妊娠中の方(無料)  
 場所：安曇川町世代交流センター  
 持ち物：エプロン・タオル・筆記用具

時間：午前10時~午後2時  
 献立：ミニフランス料理  
 安曇川町南船木249(☎0740-34-1320)

## 申し込み方法

1月21日(水)までに、当院受付にお申し出下さい。(定員10名)

楽しいひとときをお過ごし下さい。

## 外来診療時間

	月	火	水	木	金	土	日
午前	○	○	○	○	○	○	—
夕方	更年期外来	—	不妊外来	—	漢方外来	—	—

午前の診療：午前9:00~正午

夕方の診療：午後5:30~午後7:30

火曜日の診療：午前11:00~正午:産後検診(新生児、母親)、乳児検診を優先いたしますので、ご了承下さい。

## 看護婦・助産婦・ヘルパーの募集のお知らせ

看護婦、助産婦で、常勤及びパートの勤務できる方、当直のできるヘルパーの方、ご連絡下さい。  
 面接：随時、各種保険加入、賞与：年2回、交通費支給