

ナチュラルタイムズ

フラワーロード服部内科 2006年10月号 Vol.14

神戸市中央区布引町3丁目1-7
神戸クリニックビル2階
JR三ノ宮駅より北へ、加納町交差点南
<http://www.hattori-naika.com>
(078)222-5566



竹熊先生 養生説法第二弾!

じゃけん 大人も子供も

土からの食育



講師 竹熊 宣孝先生

医師の目で眺めた現代の食生活に警鐘

をならす、クマ先生。自ら有機農業を実践し、

「医は農に、農は自然に学べ」がモットー。

公立菊地養生園(熊本県)をホームグラウンドに全国で養生説法や講演会などの活動を

展開中。

日時 十月二十一日(土)

十三時~十四時半

場所 当院クリニックビル 九階

入場料 無料 主催 服部内科

賢い患者になりましょう

熱くダイナミックな夏が去り最もわが国らしい繊細な情緒のある季節を迎えました。この好季節、皆さまいかがお過ごしですか。当院では10月から事務スタッフの交代があります。2年前の開院から事務部門をしっかりと支えてくれた日野田が初めてのお産を控えて「おめでた退職、いたします。少子化時代にたいへんいいニュースでほのぼのと嬉しくもあり、共に働いてきた立場としては一抹の寂しさもあり心境は複雑です。9月から研修を行ってきた広瀬が後を引継ぎます。当面、何かと皆様にはご迷惑をおかけすることもあるかと存じますが、お気付の点などございましたらどうかよろしくご指導お願いいたします。

さて、10月から一部老人医療の負担が引き上げられるなど医療の状況は利用者にはますます厳しくなりました。そこで医療機関に上手にかかるためのちょっとしたコツをご紹介します。本誌4月号でも触れましたが、まず身近なホームドクターを上手に活用するという事です。特に内科医は百貨店の総合案内係やホテルのお客係(コンシェルジュ)のような役割も持っています。体調について相談して自分の体のさまざまな変化や経過、検査結果や診断などをすべて保管してもらうのです。さらに最近は医院・病院間でスムーズな行き来ができるようになりました。各病院に医療連携室という専門部門が出来て開業医も直接に検査や診察の予約が取れます。入院を要する検査以外のほとんどの検査は予約可能です。医療連携室を通して病院に紹介された方の検査結果はホームドクター宛に詳細な返事が送られてきますので、病院で十分に聞き取れなかった説明も医院で再確認することができます。必要があれば再度問い合わせることもあります。また地域の病院や医院の医師は出身大学や医局が同門であったり、勉強会などで日頃から行き来があるのでいわゆる顔の見える医療連携を行っており安心です。次に旅行や出張・急病などで初めての医療機関にかかる時は、現在飲んでいるすべての薬や薬の説明書・検査結果などを持参すること。これらの医療情報は、初めて会う患者様を診察する際にたいへん役立ちます。また薬や注射に対するアレルギーの有無はぜひともほしい情報です。また最近は健康食品やサプリメントを補っている方も多く、お薬と同じ扱いで説明書など持参されることをお勧めします。長い経過の場合はメモ等にまとめておいて時間の経過の順に説明していただくと助かります。体の症状が言葉でうまく表現できることも大事なポイントです。たとえば痛みといっても鈍痛なのか刺すような痛みなのか、どんな時にどこが痛むのか等。最後に基本的なことをひとつ。よりよい医療を受けるには普段から互いに信頼しあえる人間関係を築いて、ホームドクターにご自分のことをよく理解してもらうことが大切だと考えています。そうすれば同じ労力と時間や費用をかけても得られる診療の内容や質ははるかに望ましいものとなると思われませんか。

院長 服部 かおる



ハーブのはなし

日常的な症状はあるが、薬を使うほどではないと思う方や医薬品を使うことに抵抗を感じられている方に、当院ではハーブのサプリメントをお勧めしています。当院でご紹介しているのは無農薬の高品質なサプリメントです。関心のある方はお問い合わせ下さい。

- ・ 風邪の予防に……………**エキナシア**
- ・ 花粉症などのアレルギー症状に……………**ネトル**
- ・ ストレスからガード・肝臓の保護……………**マリアザミ**



スタッフが変わります

事務 日野田

この度、出産のため退職する事になりました。これからも神戸に住んでいますので、どこかで見かけたら声をかけてください。

2年半、大変お世話になり、ありがとうございました。

事務 広瀬

日野田さんのあと、週4日ほど勤務します。

初めての医療機関でのお仕事ですが、いつも笑顔で皆さまと接していきたいと思っております。

不慣れなところもありますが、よろしく申し上げます。

編集後記

先日、2週間の保健所実習にいかってきました。驚いたことに、区役所では市民健診の無料指導をしていたのです!! 血液検査にて異常を認められた方に対して、個別にきめ細やかな健康教育をしていました。全ての区役所で実施しているかはわかりませんが、最寄りの区役所が行っている事業をもっと知って、もっと有効に利用したいものですね (看護師 T)

