

■安全運転と交通ルール

新年が始まり交通事故のない淡路島にしたいものです。曾山医院では、毎年1月と7月の2回交通安全ビデオ講習会を行っています。30分くらいの短い時間ですが、院長をはじめスタッフが、ドライバーの立場、歩行者の立場になって、交通ルールや実際に事故が起きた時のビデオを見て、交通事故の恐ろしさなどを勉強しております。思い込みや、ながら運転なども気をつけなければいけないなと思いました。



兵庫県では、平成20年度、高齢者の交通事故の死者数は、全国ワースト第2位です。高齢者ドライバーの事故は、10年前の約1.8倍と増加しています。高齢男性ドライバーは、正面衝突が多く、高齢女性ドライバーは、

漢方入門 其の四十

「長引くせきや痰と漢方」



かぜをひくと発熱や頭痛などの強い症状は数日で治まっても、なかなかせきが止まらない、痰が切れにくいという方がよくいます。血液検査やエックス線検査でも異常はありません。こうした長引くかぜにも、症状に応じた漢方薬が使われます。痰が切れにくい、激しいせき、せき発作時の顔面紅潮の場合によく使われるのが「麦門冬湯(バクモンドウトウ)」です。同様に痰の症状がある場合でも、水っぽい痰と鼻水が多量に出るなら「小青竜湯(ショウセイリュウトウ)」、粘っこい痰が続き、鼻づまり伴う場合は「辛夷清肺湯(シンイセイハイウトウ)」などが使われます。「辛夷清肺湯」は、慢性副鼻腔炎の人にも用いられます。

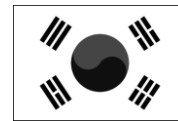
かぜの多くはウイルスが原因ですが、細菌感染があれば西洋薬の抗菌薬も必要になります。特に高齢者は、かぜをこじらせて肺炎を起こしやすいため、あらかじめ抗菌薬を使うこともあります。

長引くせきや痰でお困りの患者様がいらっしゃいましたらお気軽にご相談ください。

出会い頭の事故が多いようです。注意しましょう。また、15歳以下の子どもの死者数も増加しています。道路には、危険がいっぱいです。子ども達に交通ルールを繰り返し教えながら、大人の私達も、1人1人が交通安全に気をつけて、みんなが安全で安心できる暮らしにしたいものです。

(参考資料：財団法人兵庫県交通安全協会パンフレットより)

(介護福祉士 向谷真由美)



서울에 가고 싶어요

ソウル カゴシポヨ (ソウルに行きたいです)

私の韓国への興味は、「冬のソナタ」から始まり、かれこれ7年程になります。外国の作品をみる時は、その国の言葉のほうにじっくりくると思うので、もっぱら字幕付きです。このため言葉にも興味がわきました。

アンニョンハセヨ (こんにちは) や、カムサハムニダ (ありがとう) はみなさんも耳にした事はありませんか。これらを表す韓国語の文字は『ハングル』です。丸や棒を組み合わせた記号のようなハングルは、多くの人にとって初めて目にする未知の文字ですから、とっつきにくいものでしょう。私もそうでした。ですが、全く予備知識のない状態だからこそ、ひとつひとつ覚える楽しみもあります。大人になると、どうしても子供時代のように学ぶ機会は減っていきます。でもいくつになっても新しい事を知り学ぶ楽しさは、変わらないと思います。新年を迎え、みなさんもこれまで気になっていた事にチャレンジしてみませんか。私も少しずつ勉強を継続し、いつか韓国へ旅行する際には役立てたいと思います。

(介護保険事務 谷夏央里)

ふれあい曾山医院

淡路市志筑1391-9 電話 62-5566

発行人:曾山 信彦

2010年1月号(第64号)

編集委員会
曾山 信彦 棟近 成氏
西岡 博子 赤松 陽子
福井 真巳 谷岡 尚子