

# せせらぎ SeSeragi



## 漢方のよさ No.108 号 ～骨粗鬆症～

発行日：2014年3月5日(水)

発行者：浮田 徹也

発行所：医療法人 せせらぎ会 浮田クリニック

〒520-0242 滋賀県大津市本堅田 6-36-1

☎077-574-3751 ☎077-574-3792

HP: <http://www.ukita.gr.jp>

✉ e-mail: kanpou@ukita.gr.jp

日毎に温くなる季節です。猛威をふるったインフルエンザ、ノロウイルスもやっと落ち着きかけてきました。今しばらく、手洗いやうがいを中心、十分な休養を取るようにしてください。堅田に移転し、4ヶ月が過ぎました。妊婦健診、分娩（正常分娩、帝王切開）、婦人科外来、漢方外来、分娩後健診（退院後およそ5日目の母子健診）、産後1ヶ月健診、小児の診察、予防接種など毎日楽しく診療させてもらっています。

### 骨粗鬆症のお話です。

骨強度の低下が特徴で、骨折のリスクが増大しやすくなる病気です。わが国には1,100万人の患者がいると推計されています。今後も高齢化と共に患者数は増加すると考えられています。骨は、骨の新陳代謝を繰り返しながら骨組織を更新し、古くなった骨が処理される「骨吸収」（破骨細胞）と新しく作られる「骨形成」（骨芽細胞）によって維持されています。加齢や閉経等が原因で骨吸収と骨形成のバランスが崩れ、骨吸収が骨形成を上回ると骨強度が低下して骨折が起こりやすくなります。この骨代謝は、骨に加わる刺激、ホルモン（副甲状腺ホルモン、活性型ビタミンD、カルシトニン、エストロゲン）、中枢からの交感神経の影響を受けています。骨粗鬆症の初期症状は目立ちませんが、ある程度進行すると、わずかな衝撃でも起こる骨折（脆弱性骨折）とそれに伴う機能障害や慢性疼痛が残ります。70歳以上の半数に見られる「椎体圧迫骨折」は身長低下、慢性腰背部痛、脊柱変形、姿勢異常の原因に、大腿骨近位部骨折は歩行障害、寝たきりの原因になります。また、転倒して手や肘をついた時、骨節しやすい部位は上腕骨近位部と橈骨遠位部です。女性、高齢、喫煙、運動不足、低体重（低BMI）、骨折家族歴、角アルコール摂取、骨折の既往、ステロイド服用、カルシウム摂取不足、転倒しやすい等は要注意です。各種栄養素をバランスよく、特にカルシウム、ビタミンD、ビタミンKなどを含んだ食品を積極的に摂ってください。高齢者破たんばく質不足も大敵です。さらに、骨量維持と増加、骨折予防に、散歩や背筋を鍛える運動が望ましいとされています。最後に、お薬ですが、活性型ビタミンD、ビタミンK、イブリフラボン、蛋白同化ステロイド、選択的エストロゲンモジュレーター、エストロゲン、ビスフォスフォネート、カルシトニン、カルシウム等が一般に処方されています。当院では、歩行障害、疼痛、食欲不振、疲労倦怠、便秘異常などの症状を改善しながら骨粗鬆症の治療を継続することに取り組んでいます。

では**実例**に移ります。

75歳女性、腰痛と背痛。5年前、**骨粗鬆症**と診断され、ビスフォスフォネートとカルシウムを服用中だが、腰背痛の症状が取れない。158cm、45kg。顔色さえない、お腹は軟らかく、心下に振水音、下腹部軟弱。脈は沈遅弱。舌は淡紅色、湿薄白苔、舌下静脈怒張。そこで、五積散+附子を処方。1ヶ月後、腰背痛改善。その後、服用していると体が温まり腰背痛もないの



ミュンヘン新市庁舎



マリエン広場に聳え、高さ85mの塔の中央部に、32体の等身大の人形が騎士の試合を披露するドイツ最大の仕掛け時計がある

で続服中。

30歳女性、月経前の**むくみ**、乳房痛、憂鬱さ、喉に痰がひっかかる。5年前第1子分娩後より症状が出現。顔は両頬やや赤く、お腹の硬さは中程度、胸脇苦満、心下痞硬、臍上悸、両側臍傍抵抗圧痛。脈は弦細数。舌、淡紅色、乾薄白苔、舌下静脈怒張。そこで、滋陰至宝湯＋五苓散＋蘇葉を処方。2ヶ月後、憂鬱さが続くが、それ以外の症状は消滅した。そこで、少量附子を追加。4ヶ月後、憂鬱さが減少。胸脇苦満減少したため、桂枝茯苓丸＋香蘇散に変更。6ヶ月後生活に支障なくなったが、続けていると安心なので継続中。

60歳女性、**扁桃腺炎**をよく起こす。在宅で夫の両親の面倒を看ている。血圧150/90、便秘2日に1回。食欲良好。良眠。顔はやや青白い。お腹は中程度、胸脇苦満、臍上悸、臍傍抵抗圧痛、舌は暗紅色、乾薄黄苔、舌下静脈。そこで、大柴胡湯、桂枝茯苓丸、桔梗を処方。1年後、扁桃腺にかかる頻度は4分の1程度になった。2年後、ほとんど咽の痛みはなくなったが、継続中。

[院長]

## む く み

うつ血性心不全、腎機能障害、肝硬変、甲状腺機能低下症、血栓性静脈炎、妊娠高血圧症候群、月経前緊張症（イライラ、不眠、浮腫）、原因不明の浮腫（突発性浮腫）などがあります。原因となる病気の診察を受けることが第一です。治療には、漢方薬も大いに利用できます。



## 慢性扁桃腺炎

急性扁桃炎を繰り返すと、咽頭不快感、咳嗽、微熱、病巣感染、掌蹠膿疱、鼻閉、いびき注意散漫、頭痛などの症状が取れないことがあります。膿汁を常に認める場合、手術が必要な場合もありますが、うがいをよくし、過労、心労にならないよう気をつけてください。



## 鬱 状 態

2週間以上ふさぎ込んだままで何事に対してもやる気がなくなり、楽しみや趣味などにも感心をもてなくなり、自分はだめな人間だと思ふようなことがあれば“鬱病”疑ってください。理由もないケース（内因性）と仕事や人間関係などのストレス（心因性）が原因の場合があります。重要な決定は先送りにし休暇をとったり、家族の協力の元でゆっくり生活することが必要です。思春期や働き盛りに多いのですが、高齢者でも目立ち、わが国では高齢者の10人に1人が何らかのうつ症状を持っていると言われています。体の機能が衰えてくる、退職して社会的役割を失う、子供が独立して離れていく、同年代の人が亡くなるなど多くの喪失体験がうつ状態に陥らせるのです。認知症と間違えることもあります。気の落ち込みや体調不良に目を向けましょう。





# 当院の漢方治療

## 剤型

エキス漢方薬：錠剤タイプの漢方薬と顆粒タイプの漢方薬があります。

漢方煎じ薬：良質の生薬を組み合わせた漢方薬。25～30分煮て作ります。当院の顆粒タイプの漢方薬は、胃になじみやすい反面、湿気に弱いので、乾燥剤の入った容器に入れ、しっかり蓋をして下さい。それでも固まる場合、冷蔵庫（冷凍庫）で保管して下さい。

## 適応症

便秘、頭痛、肩こり、腰痛、食欲不振、疲れ、冷え、むくみ、痛み、痺れ、動悸、めまい、ほてり、発熱、かゆみ、排尿障害…などすべての症状。

## 漢方薬のよく効く疾患

アトピー性皮膚炎、更年期障害、便秘、腰痛、肩こり、子宮内膜症、子宮筋腫、生理痛、冷え性、不妊症、低血圧、めまい、頭痛、下痢、動悸、過敏性大腸、慢性疲労、風邪、肥満、夏ばて、慢性肝炎、肝硬変、慢性胃炎、慢性脾炎、慢性胆嚢炎、胆石、胃十二指腸潰瘍、痛風、慢性膀胱炎、血尿、前立腺肥大、蕁麻疹、接触性皮膚炎、にきび、慢性中耳炎、慢性扁桃腺炎、慢性副鼻腔炎、口内炎、口腔乾燥、虚弱児、切迫流産、妊娠中毒症、産後回復不全、乳腺炎、乳汁分泌不全、乳腺症、上下肢浮腫、膝関節症、神経痛、帯状疱疹後神経痛、下肢静脈瘤、クーラー病…

## 漢方薬と西洋薬を併用することの多い疾患

高血圧、高脂血症、高コレステロール血症、アレルギー性鼻炎、不眠症、自律神経失調症、うつ病、骨粗鬆症、糖尿病、慢性関節リウマチ、痔、肝硬変、喘息、腎炎、甲状腺疾患、夜尿症、脳梗塞後遺症、脳出血後遺症、抗癌剤使用後倦怠感、抗癌剤使用時副作用…

## エキス漢方薬と漢方煎じ薬

- ・軽症・中程度の病気：漢方製剤（顆粒あるいは錠剤）を組み合わせで治療。
- ・重症の病気、エキス剤が向こう：漢方煎じ薬で治療。

## 女性の方、男性の方、お子様、高齢の方、ご相談下さい。

問診、望診（舌診）、聞診、切診（腹診と脈診）の東洋医学的診察法（四診）や検査（超音波、血液、便、尿、痰膿分泌物、心電図、骨量測定…

### 妊婦健診 携帯またはパソコン予約

この度、当クリニックではWEB（携帯・PC）予約システムを導入致しました。午前診・午後診の「順番取り」となります。（時間指定の予約ではありません。）  
「妊婦健診」のみ予約をお取りいただけます。

#### 妊婦健診WEB予約受付時間

午前9：15～午後12：15  
午後4：45～午後6：45

#### ご来院窓口受付時間

午前8：30～午後12：30  
午後4：30～午後7：00



※受付時間内であればWEB予約終了後でも来院窓口受付をさせていただきますが、予約の方が多く場合は待ち時間が長くなる事があります。  
※予約の方は余裕を持ってご来院ください。

### 漢方入浴剤

- ・美芳湯<sup>ひほうとう</sup>：冷え症、湿疹、あせも、にきび・・・
- ・昇竜湯<sup>しょうりゅうとう</sup>：腰痛、肩こり、神経痛、疲労回復・・・
- ・アトピーの方の漢方入浴剤もお作りします。

### 従業員募集

看護師、助産師（常勤、パート）、清掃業務従業員。  
面接：随時、各種保険加入、賞与：年2回、交通費支給。

### マタニティーヨガ

マタニティーヨガのインストラクターによる教室です。第一回は11月28日（木）に実施され、4階のお部屋で景色も楽しみながらご参加頂きました。当院分娩の方：1000円、他院分娩の方：1500円

### アトピー軟膏健康食品（グルコサミン、コンドロイチン、のどアメ）

漢方薬（生薬）のみで作られた軟膏<sup>いし</sup>です。  
・紫雲膏・太乙膏<sup>たいえつこう</sup>・葉酸（鉄）・靈芝・サメ軟骨・快步楽  
・のどアメ（ハーブ イチゴ）

### スーパーライザー（神経照射）

赤い温かい光（近赤外線）で血行をよくし、腰痛、肩こり、五十肩、膝の痛み、ムチウチ、捻挫、アトピー性皮膚炎、花粉症、ストレス…などの治療に利用しています。

### 予防接種 ワクチン接種

子宮頸癌予防ワクチン、インフルエンザ、BCG、四種混合（DPT-IPV）、三種混合（DPT）、麻しん・風しん（MR）、日本脳炎、水ぼうそう、ポリオ、ロタウイルス、おたふくかぜ、Hib（インフルエンザ菌b型）、肺炎球菌ワクチン（小児用 プレベナー）（高齢者）、その他

### 健康保険証の確認

保険証は毎月確認することになっています。保険が使えなくなると困りますから、保険証の変更は、早急に受付に連絡して下さい。

一緒にお仕事しませんか？



## 外来診察時間

	月	火	水	木	金	土	日
9:00 ~12:30	○	○	○	○	○	○	—
14:00 ~15:00	産後健診 予防接種	—	産後健診 予防接種	—	—	—	—
16:30 ~19:00	○	—	○	—	○	—	—

京大病院医師（金曜日）：産科専門の京大病院医師が毎週金曜日に妊婦健診を担当。

京大病院女性医師（土曜日）：京大病院の女性医師が毎週土曜日に女医外来を担当。

4月よりスクリーニング外来が始まります。（月・水曜日 14:00～15:30 1名/30分 予約制）

### マタニティクラスのご案内

場所：当院4階 多目的ルーム

申込方法：申込ノートでご予約をお願いします。

立会分娩で希望の方は特にご参加をお薦めします。（申込ノートにお名前のご記入をお願いします。）

マタニティクラスでは院内冊子の「HELLO BABY」にそって、お話をすすめていきます。

ご夫婦でのご参加も多くご主人様もお気軽にご参加ください。

参加時には「HELLO BABY」「母子手帳」を忘れずにお持ち下さい。



**マタニティヨガ**  
14:30-16:00

**3月20日(木) 4月3日(木) 4月17日(木)**

**前期-マタニティクラス**  
13:30-15:30

**3月13日(木)  
4月10日(木)**

**後期-マタニティクラス**  
13:30-15:30

**3月27日(木)  
4月24日(木)**

### 神農

神農は古代中国〔4000年前〕の伝承に登場する三皇五帝の一人で、赤い鞭で百草を払い、それを嘗めて1日70回も毒にあたりながら、薬効や毒性の有無を調べたとされる。そして、民衆に五穀の栽培（農業）や食用植物と毒草の違い（医療）を教えた。この神農の名前にあやかた名付けられた書物が「神農本草経」です。365種類の植物・動物・鉱物などを上薬、中薬、下薬の3種類に分類して薬効の説明をしています。原本散逸してしまいましたが、陶弘景（452-536）が500年頃に著した書物に引用したのでその内容を推察することが出来ます。



### 分娩予約

妊娠20週までに受付で予約して下さい。ご予約には、**分娩予約カード**が必要です。予約された方には、**入院誓約書**、**直接支払い制度合意書**をお渡しします。

### 正常分娩の入院日数

正常分娩の場合、入院日を含め、初産婦の方は6日間、経産婦の方は5日間です。当院では立会い分娩を推奨しています（帝王切開を含む）。調乳及び飲み水は還元水を使用しています

### パソコンホームページ (<http://www.ukita.gr.jp>)

- ・ トップページ（お知らせの欄、診療日程カレンダー）
- ・ 産科と婦人科のページ（入院、食事、各種教室、指導）  
（癌検診、不妊症、更年期障害）
- ・ 漢方治療のページ（漢方外来、漢方治療）
- ・ 各検診と予防接種のページ（健診、ブライダルチェック、予防接種）
- ・ 当院の施設案内、当院への交通（車、J R）

### 里帰り出産を予定されている方へ

当院は里帰り出産を付けています。妊娠19～22週（母体と赤ちゃんの状態をチェックします）にスクリーニング外来にて診察いたしますので、ご予約をお願いいたします。当院での妊婦健診は妊娠34週から受けてください。

### 入院食（手作り）

**厨房スタッフの作る心のこもった手作り料理**です。旬の素材、味付け、メニュー…など、絶えず工夫し研究しています。パンも焼き立てを用意します。退院前日、当院4階のレストランでディナーをお楽しみください。

### 産科医療補償制度

分娩により重度の脳性麻痺となった児及びその家族の経済的負担を補償し、原因分析と再発防止策を講ずるための制度。当院で通院方に、登録証を発行しています（妊娠16～22週）。詳細は受付でお聞きください。

### 産後相談 母乳相談（助産師）

産後相談と母乳相談（有料）（乳房マッサージ）をしています。午後2時～2時30分、2時30分～3時、3時～3時30分。日程は掲示板やホームページでお確かめください。（電話予約可）

### 産後健診 ベビー健診

産後健診と1ヶ月、2ヶ月、3ヶ月健診（有料）・4ヶ月児健診（公費）をしています。日時：毎週月、水曜日 午後2時～3時（電話予約）