

中川接骨院だより

平成17年4月1日発行 第2号

ひざ、関節の激痛にグルコサミン が効果があります

関節は、なぜ痛むのでしょうか



栄養補助食品



コンドロイチン・ビタミンC・ビタミンB2・ビタミンB6含有

■1日3粒が目安■ 内容量:90粒(1粒1g) 希望小売価格:4,200円(税込み)

50歳ぐらいを境に筋肉が弱まるとヒザに負担がかってきます。血行不良(冷え)、過激な運動や動作、肥満、栄養のアンバランスなどが重なるとヒザ軟骨の部分的損傷と炎症が起こります。炎症により腫れる、痛む、水がたまるといった症状が生じます。その他にもスポーツ等による関節の使い過ぎや免疫異常(リウマチ)による場合があります。

グルコサミンは、関節軟骨を作る為のも

っとも重要な栄養源です。

ヨーロッパでは治療薬として処方されています

ひざ、関節の激痛にグルコサミン3Cをぜひ、お試しください。

当院にあります 税抜き¥4,000円です

関節にも栄養が必要です

「救急蘇生法の講習に出席しました」

救命の現場に居合わせた一般市民が自分自身と心停止者の安全を確保した上で積極的に救命に取り組むために知識や適正な技術を身につけるものです。

講師一人に三人グループとなり、心肺蘇生法やAED（自動体外式除細動器）の使用方法を学びました。

心肺蘇生法の手順として

1. 意識状態の確認
2. 119番通報とAEDの手配
3. 気道の確保
4. 呼吸の確認
5. 人工呼吸（2回の呼気吹き込み）
6. 循環のサイン
7. 心臓マッサージ（15回の心臓マッサージと2回の呼気吹き込み）
8. AED（自動体外式除細動器）の手配

AED（自動体外式除細動器）は、突然に心停止を起こし呼びかけや刺激に反応がなく、呼吸もなく、循環サインもない傷病者が対象となります。

音声メッセージと点滅するランプで実施することをすべて指示してくれますので、それに従えばよいのですが、安全に使用するにはいくつかの注意点もあります。

いついかなるときに、救急の現場に居合わせる機会があるとは限りません。そのためのために、勇気をもって協力しなければならないと感じました。

編集後記

2001年から始めた早朝6時からの散歩も今月で720回を超えました。患者さんにばかりに、散歩を薦めないで自分から手本をみせないでダメだと思い散歩を始めたわけです。

人間は、目標が大事だと思います、今日より明日、明日よりあさって、と日々進化したし努力し自分を磨いていこうと思います。皆様のご意見を聞かせてください。

診療時間の案内

平日 午前8時30分～午後12時30分 午後5時～午後8時

土・祭日 午前8時30分～午後12時30分

自由診療 随時受付

雨の日や足腰の都合の悪い方、送迎もいたしております。Tel26-5755にご連絡を。