

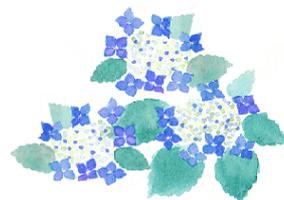
中川接骨院だより

平成 21 年 6 月 1 日発行 第 52 号

インフルエンザの予防法

日常生活ではまず、体調を整えて抵抗力をつけ、ウイルスに接触しないことが大切です。

また、インフルエンザウイルスは湿度に非常に弱いので、室内を加湿器などを使って適度な湿度に保つことは有効な予防法です。



1、栄養と休養を十分取る

体力をつけ、抵抗力を高めることで感染しにくくなります。

2、人込みを避ける

病原体であるウイルスを寄せ付けないようにしましょう。

3、適当な温度と湿度を保つ

ウイルスは低温、低湿を好み、乾燥しているとウイルスが長時間空気中を漂っています。
加湿器などで室内の適当な湿度を保ちましょう。

4、外出後の手洗いとうがいの励行

手洗いは接触による感染を、うがいはのどの乾燥を防ぎます。

5、マスクを着用する

外出する場合は、マスクを着用しましょう。
罹患した人では、咳やくしゃみの飛沫から他人に感染するのを防ぐ効果もあります。
「人に対して」という意味で「エチケットマスク」などと言われることもあります。



中外製薬HIPから監修 長崎大学名誉教授 松本慶蔵



佳菜恵(長女)の中学校デビュー戦

5/29 に中学校春季大会が県営高岡武道館で開催
長女の佳菜恵の中学生になっての試合でした。

団体戦では志貴野中の先鋒として出場、女子としては初めての三位に入賞しました。

団体戦の試合は褒めるところが有りましたが、個人戦の一回戦目で、一度勝ったことがある相手に足払いで有効を取られ抑え込みで負けてしまいました。

気持ちの緩みか、勝負に対する甘さがあったのだと思います。地区大会では必ず勝ってくれるものと信じます。

父談

当院での症例

高岡市在住 H.Mさん 14歳女性

【問診】

自転車で通学途中に自動車と接触、転倒した際に右ひざを強打し負傷。受傷から3日目に来院する

【検査】

歩行時痛と内側裂隙の圧痛、皮下溢血が著明。
内外側側副靭帯ストレス test (-)、半月板ストレス test (-)、前後十字靭帯ストレス test (-)、膝蓋跳動(-)以上のことから打撲と判断

【考察】

自動車との接触事故の場合、その時はあまり痛みを感じ無くても、時間の経過とともに痛みが増し後で靭帯損傷や骨折していたと気付く場合もあるので、自己判断せずに専門医の受診が必要です。それと、直ちに警察に届け出をしてください。



急性の外傷、疲労等による腰痛、肩こり、O脚、骨盤矯正には
カイロ治療が効果的です。

カイロ治療は、真の原因をさぐり全身的な治療を施します。

初診料(検査)	2,100円
治療料	4,200円
回数券 [5回券]	18,900円
回数券 [10回券]	33,600円

回数券は家族の方もご使用できます。 但し初診料(検査)2,100円は別途必要です

★編集後記★

5月は「あっ」という間でした、連休に始まり修学旅行、昇段審査、柔道大会、運動会、と四人の子供の行事で休みが無し。これから子供達が成長するに従ってもっと忙しくなるのですが、元気に育つように祈るばかりです。

先日、柔道整復師会の総会に出席しました。その途中、宮腰光寛衆議院議員と元法務大臣の長勢甚遠衆議院議員が来場され、最初に長勢甚遠代議士が挨拶、その後宮腰光寛代議士が挨拶されたのですが、宮腰光寛代議士が挨拶している最中に、長勢甚遠代議士が席を外されました。いくら、時間が無いからと言っても挨拶は2~3分のことです、宮腰光寛代議士に失礼ではないでしょうか? 私は子供たちに柔道を教えていますが、挨拶と礼儀は厳しく指導しています。人の模範となるべき人がこの様な行為をするとは.....自己中心的な自民党議員は、困りますね。でも、私も自民党員ですが

診療時間の案内

平日 午前8時30分~午後12時30分 午後4時頃~午後8時

土・祝日 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にご連絡ください。

ホームページが新しくなりました。[高岡市柔道]で検索クリック

<http://judo55.com/> と 携帯版 <http://judo55.mobi/> です

