

メディカルフィットネス fine では、**高血圧、糖尿病、脂質異常症**の診断を受けた方を対象に**メディカル会員**制度があります。ご利用料金を**格安**でご案内しております。



## 今週の **花言葉**

チューリップ

愛の告白

スイトピー

門出

アナスタシア

高貴

## 松田院長からあなたへ 耳より情報!

### ■飲酒でがんはどれくらい増えるのか？米学会の声明

-今ある証拠と今後の課題について- [Journal of clinical oncology : official journal of the American Society of Clinical Oncology](#)

飲酒はいくつかの種類のがんを増やすとされます。今回、アメリカ臨床腫瘍学会（ASCO）が飲酒とがんの関係について公表したので紹介します。

### ■飲酒と関連するがんの種類は？

声明は、研究報告に基づいて、以下のがんとアルコールには「因果関係がある」としています。・中咽頭がん・喉頭がん・食道がん・肝細胞がん・乳がん・結腸がん、さらに膵臓がん・胃がんについても関連が疑われています。

### ■飲酒の影響はどれくらい？

まったく飲まない人に比べて、ヘビードリンカー（1日あたりアルコール50g以上を飲む人）で以下のようにがんのリスクが増えるとされています。口腔がん・咽頭がん 5.13倍、食道扁平上皮がん 4.95倍、喉頭がん 2.65倍、肝臓がん 2.07倍、女性の乳がん 1.61倍、大腸がん 1.44倍

\*アルコール50gはビールなら1.5リットル程度、日本酒なら2.5合程度に相当します。

### ★院長よりメッセージ

お酒好きな方には耳の痛いニュースかもしれませんが。ただやはり健康は何にも代えられません！休肝日を作って、適量で楽しみましょう。それが、健康ともお酒とも上手に付き合っていく何よりの秘策ですね(^\_^♪

## 頭痛外来とは

(放射線科 松崎 伸弘)

みなさん、頭痛外来のことご存知でしょうか。頭痛は身近な症状で大多数の人は、「頭痛くらいで・・・」という思いから病院には受診せず、「市販薬」を服薬して人知れず、“頭痛”をがまんしていないでしょうか。

当院では月 2 回ほど (第 2 週と第 4 週の金曜日の午後 予約が必要です。)

頭痛に悩まされている患者様の為に頭痛外来の窓口をひらき、様々な患者さんの症状に対して、医学的に診察、検査、診断、お薬の処方を行います。

## 頭痛の症状を大別すると

### 一次性頭痛

**片頭痛**：頭の片側、または両側に、ズキンズキンとする痛みが起こります。吐き気がしたり光をまぶしく感じたり、音に敏感になるなどの症状を伴い、女性に多いのも特徴的です。

**緊張型頭痛**：長時間に及ぶデスクワークによる頭部の緊張や、精神的なストレスで起こる頭痛です。頭全体がギュッと締め付けられるような痛みを伴います。

**群発頭痛**：1～2カ月にわたって集中してほぼ毎日起こり、じっとしてられないほどの頭痛と、目の奥がえぐられるような、何かで突き刺されるような激しい痛みが特徴的です。

### 二次性頭痛

**危険な（致命的な）頭痛**：二次性頭痛のなかには、「見逃されると死につながる」くも膜下出血や脳出血などがげんいんの頭痛が含まれています。「最初にして最もひどい頭痛」や「普段の頭痛とは異なる頭痛」が起こった時は、早急に受診してください。

**薬物乱用頭痛**：頭痛持ちのかたが頭痛の頓挫薬を慢性的（週2～3回のペースで3カ月以上）に服用することにより、痛みにも敏感になって元の頭痛が悪化した状態をいいます。

この他にもさまざまな頭痛があります。

## 早めの対策が大切！

脳の病気は頭痛をはじめ症状は様々ですが、普段症状がなく昨日まで元気だった人が突然、倒れ介護生活になることもあります。頭痛にお悩みのかたは一度頭痛外来の受診をお勧めいたします。

また、日ごろの生活習慣も大切ですが、定期的な**脳ドック**で脳卒中を予防することも賢い

生活習慣です。(^^) **H29年度の3万円助成金は3月31日までです。**

予約に限りがございますので、ご希望の方はお早目のご予約をお願いいたします。