

# みやはら耳鼻科通信

発行/ 医療法人 南輝 〒702-8034 岡山市南区福浜西町6番17号 ☎086-237-4133

木曜日は午前診療  
診療時間 8:00～12:30

LINEでお得なクーポン  
配信！登録はコチラ⇒



## キャップのリサイクルがワクチン117名分に！

皆さま、いつもご協力ありがとうございます。1月に護美飼料株式会社さんにペットボトルキャップ40kgを持参したところ、ポリオワクチン32名分になりました。昨年からのこの取り組み、累計では117名分のワクチン寄贈となります。

これからも皆さま、無理のない範囲でのご協力をよろしくお願いいたします。



## いよいよスギ花粉症の季節です！

昨年は凄まじい花粉の飛散でしたが、今年もしっかり花粉が飛んでおります。今年の特徴は例年以上に飛散するだけでなく、花粉の飛ぶのが早いということです。1月から「鼻の調子がおかしくて・・・」ということで来院が多かったのです。



みやはら耳鼻科 公式チャンネル

耳鼻咽喉科専門医が  
日常に役立つ情報を配信中！



ここで大事ななのは「花粉症」をご自身で認識されていない方です。スギ花粉症の大もとの病気であるアレルギー性鼻炎というのは、「ある日突然おこる」のです。

そして、**スギ花粉症**というのは**アレルギー性鼻炎の一種**ですが、**日本人の4人に1人**、25%がもっているとされています。これは病気としては多い部類の喘息でも7,8%に過ぎず、飛び抜けて多いのです。

さらに気を付けたいのが、「花粉症」の症状です。鼻水、くしゃみ、鼻づまりはイメージがわくと思うのですが、「鼻血」もなのです。ここからの時期、繰り返す鼻血の方は「花粉症」も原因として考える必要があります。



花粉症は適切に飲み薬や鼻にさすスプレーや目のかゆみには目薬といったお薬を使えば普通にふだんの生活が過ごせます。

ここで問題が「スギ花粉症」と診断を受けることです。痛い注射はいやだなあという方に朗報です！

なんと今では 「注射をせずに」「30分でわかる」アレルギー検査があるのです！これはスギはもちろんですが、食べ物22種類も含め全部で41種類のアレルギーが調べれるというすぐれものです。



「痛いのが苦手」とか「何回も受診する時間がない」 ↑  
という方はこの二次元QRコードから検査についてご覧下さい ↑  
とってもお勧めです♪

# 睡眠時無呼吸症候群

この病気は要注意！

当院の検査や治療のメリット

心臓や脳などの重い病気  
注意力低下で交通事故を  
起こしやすいです。

自宅で検査や治療が可能です。  
病院へ通院する必要はありません。  
治療開始後**すぐに**病気の改善が可能！

詳しくは  
コチラ



# わたしの趣味 3ndバージョン

私の趣味：昨年11月12月に続く第三弾！それは海外旅行。大学生の時にアメリカ西海岸にホームステイで初めて海外に行ったのを機に大学生時代はバイトでお金をためてはバックパッカー※1旅行にいそしんでいました。



2023年11月  
医院だより



2023年12月  
医院だより

しかし、社会人になると学生のように休みはなくあったとしても最長1週間ほどに。。。なんとか海外にいきたい！ということで「無理を押しして作戦決行！」みたいなシチュエーションが大好きな質（たち）が輪をかけて今思えば無茶苦茶してました^^;

社会人2年目の足摺岬近くの病院に一人医長（その科の医師が一人しかいない設定）で赴任した時のこと。どうしてもアフリカでバルーンサファリ※2をしたい！と思い立ち、ケニアへ。



早朝熱気級から見た動物たちと大自然のコントラスト、さらには霊峰キリマンジャロの雄大さは脳裏に深く刻み込まれました。

※1低予算でリュック（バックパック）を背負って移動する旅行者

※2熱気球に乗って空からサバンナの大地や野生動物の観察を楽しむ

▼詳しくはコチラ▼

## 注射をしない！

## 41種類のアレルギーが 30分でわかります！

- ・指先からの少量の血液(1~2滴)で検査ができます！
- ・1歳のお子様でも簡単に検査可能です！

保険  
適用



もっとも、熱気球は結構危険な乗り物だったんですが。。。足摺岬までは帰国してから半日はかかるため、4泊6日で無事帰路に。しかしここでドラマが待っていた。。。経由地のバンコク（タイ）の空港で離陸に遅延が。結果成田空港から伊丹空港に乗り継ぐ予定がパーになり頭が真っ白に。。。ここからは新幹線で終電でいける最後の駅姫路まで行き、そこからクルマで足摺岬に徹夜で走ってなんとか診療開始の1時間前に病院到着！思い出してもぞっとする。若さ故というかヤバいだろ、それ。

アフリカにはその後もご縁がありました。。。それはクリニックを開院して4年目の2010年でした。その年はサッカーが南アフリカワールドカップ開催！4月のうららかな気候の昼休み、Yahoo!ニュースをぼんやり見ていると・・・



「南アワールドカップ 0泊4日の弾丸ツアー売れ残り」なにになに、熱狂的なサポーターも移動距離が長すぎて二の足を踏んでワールドカップ開催2カ月前になっても弾丸ツアーは空きがある状況?!?・・・これだろ！しかも6月14日月曜日のカメルーン戦なら金曜から月曜の旅程で休診も2日半で済むし。これはいい!!! 早速ツアーに申し込みました。

成田からのフライトはチャーター機。機内はがらがらでビジネスクラスのシートでくつろく人もいましたが、私はエコノミー席で4席使ってひたすら寝ていました。そして南ア到着。

ここから先は次号（2024年3月号）にて♪

## 耳そうじなんでもサイト

耳そうじが大好きな方、  
耳そうじのトラブルで  
お悩みの方、必見！  
耳そうじの全てをご紹介！

