

患者さんの皆様へ
平素よりお世話になっております。
当クリニックも9年目を迎える事になりました。
近く、クリニックホームページを大幅に改訂し
動画の導入も含め斬新な内容になる予定です。
PQQ+CoQ10による認知症予防および治療に
役立つサプリメントも開始いたしました。
街の身近な「ホットステーション」をめざします。
引き続き宜しく願い申し上げます。

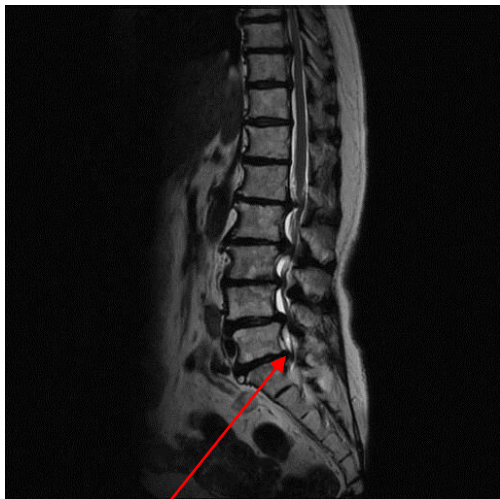
院長 金 三雄



MRI 検査あれこれ ~MR ミエログラフィー~

放射線技師 久保田

腰椎 MRI を行うとき、MRI 特有の撮影方法といえば MR ミエログラフィーがあります。
MR ミエログラフィーとは、水強調画像の一つです。X線を使うミエログラフィーと違い、
くも膜下腔への造影剤を使用することなく脊柱管の情報を得られます。
造影剤を使用しないので、副作用がありません。MR ミエログラフィーは、
椎間板ヘルニアや脊柱管狭窄症などの診断に有用です。



T2 椎間板突出



MRミエログラフィー 脊髄液の途絶



夏バテ対策&解消法

受付 小林

もうすぐ湿気の多い暑い夏がやってきますね。そこで、夏バテの解消法をご紹介します！！

夏の食事は、冷やしそうめんで終わり。という方！！こうした食事だけでは、たんぱく質・ビタミン・ミネラルが不足し、夏バテになりやすいです。

そこで、夏バテに有効な食事や食べ物は・・・。

ゴーヤチャンプル・酢豚・カレー・うなぎ・レバー

豚しゃぶしゃぶ・納豆・豆腐・枝豆・チーズ・いわし

柑橘類(グレープフルーツ・レモンなど)・梅干・酢の物



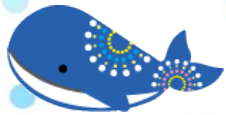
睡眠は、夏バテによって失った体力を回復する、最もてっとり早い方法です。

しかし、暑くてなかなか寝付けられない夜もありますよね。

そこで、良い睡眠に大切な事は・・・。

クーラーを使用する場合、最適気温は28度くらいです。

夏の入浴もぬるめのお風呂に入ると疲れも取れ、良い睡眠に導いてくれます。



物理療法・運動療法のご案内



看護師 永岡

☆ウォーターベッド☆干渉波☆メドマー☆マイクロ☆
☆ヘルストロン☆SSP☆ニューステップ☆

症状に合ったリハビリを選び、少しでも症状が改善できますようお手伝いします。
今回おすすめのリハビリはこちらです！試してみてくださいね。

《メドマー》

空気圧の刺激によりリンパの流れやむくみの改善。

マッサージ感覚でとても気持ち良いです。

《ニューステップ》

自転車を漕ぐ要領で両上肢、下肢を使って筋力の強化。

全身の有酸素、無酸素運動が行えます。



色々試して自分に合ったものを見つけて下さい。