



はじめまして
LOVE (らぶ)
です。



少し怖がりで
シャイな女の子です。



～教えて 大腸憩室炎～

臨床検査技師：大澤

皆さんも「腸炎」というものに一度はかかったことがあると思います。

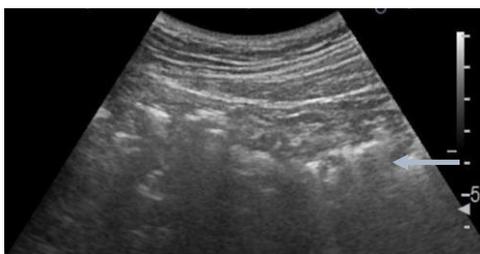
腸炎にも細菌性、ウイルス性、中毒性、他…と色々ありますが、時々「憩室って何ですか？」

と聞かれることもあるので、今回は大腸の憩室炎を紹介したいと思います。

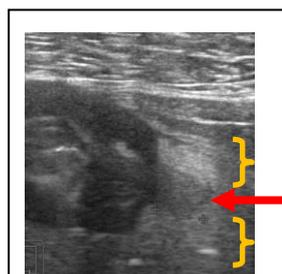
大腸の憩室は、腸管壁の一部が外側に向かって飛び出したものをいいます。超音波検査でも風船のように見えることがあります。多発していることが多いようです。その憩室に細菌が侵入して炎症を起こすものをいいます。腹痛や下痢を伴うことが多く、場合によっては下血を認めることがあります。最終的には大腸の注腸検査や内視鏡検査で確定されます。

大腸の憩室炎のエコー像では、大腸と憩室部分(←)の壁が腫れ(厚くなり)、その周囲の脂肪組織「J」まで腫れている。時に腫大したリンパ節を認めることもあります。

正常大腸:壁は薄く、内腔に便やガス(←)を認め、周囲の脂肪組織に肥厚は見られません。



正常大腸



大腸憩室炎

保湿の仕方

看護師：福島

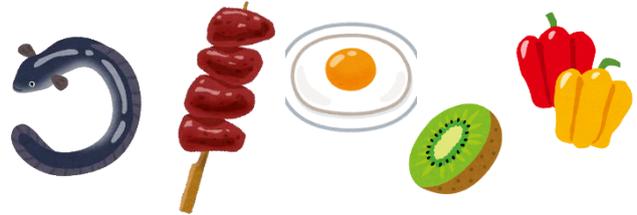
- 1.洗顔後、速やかに水分をタオルなどで取り除きます。
- 2.水分を取り除いたら、すぐに化粧水をつけます。
- 3.化粧水や美容液の後には、乳液やクリームをつけます。
- 4.肌のターンオーバーを促す栄養素を積極的に摂るようにしましょう。

化粧水や美容液で補った水分や保湿成分が蒸発するのを防ぐために、乳液やクリームで肌表面に薄く蓋をするようにつけるといいでしょう。つけすぎない、塗りすぎない、特にクリームは油分が多いので、皮脂の分泌が多いTゾーン（おでこや鼻）は控えめにします。

肌のターンオーバー（新陳代謝）とは角質層にある角質細胞が、20代で約28日、30代で約40日、40代で約55日というサイクルで生まれ変わることです。

睡眠不足が続くと睡眠のリズムが狂い、質の良い深い睡眠が取れず、肌のターンオーバーが乱れる原因になり、肌の細胞間脂質やNMF（天然保湿因子）の生産が減ります。

ビタミンA	鶏レバー、うなぎ、卵黄など
ビタミンB群	豚肉、卵、マグロなど
ビタミンC	パプリカ、ブロッコリー、キウイフルーツなど
亜鉛	牡蠣、牛肉、チーズなど



脳ドック検査料助成金について

受付：大谷

1年に1回、脳ドックの助成が使えるのはご存知ですか？

病気の早期発見のためにドックを利用し、大切な身体の健康を心掛けましょう！

	対象者	助成金額	必要書類
熊谷	・熊谷市国民健康保険加入の30歳以上の方 ・後期高齢者医療保険加入者	30,000円助成	予約後に委任状を市役所又は行政センターに依頼し、検査当日に窓口に提出
行田	・行田市国民健康保険加入の35歳以上の方 ・後期高齢者医療保険加入者	20,000円還付	ドック結果票と領収書を市役所に持参
鴻巣	・鴻巣市国民健康保険加入の35歳以上の方	検査費用の7割が還付	ドック結果票と領収書を市役所に持参

ドックの費用につきましては、平成30年4月から変更しましたので、お気軽に受付にお問い合わせください。