



令和4年7月にクリニックは15周年を迎えます。「アンティエ」「NMN-Q」をはじめとする、サプリメント外来や自由診療点滴を予防医学の視点でより充実させて参ります。

この度、当クリニックがFMクマガヤのスポンサーとなりまして、健康番組が放送開始となりました。

「Dr.ゴールドのキラキラ元気の処方箋」(第1・3木曜日 21時～)ぜひお聴きください。コロナ禍の中いろいろ厳しい状況が続きますが、ともに力を合わせて乗り越えてまいりましょう。

院長 金 三雄



## マイナンバーカードの健康保険証利用について

通院においても、その他の場面でもマイナンバーカードの健康保険証利用で便利になります



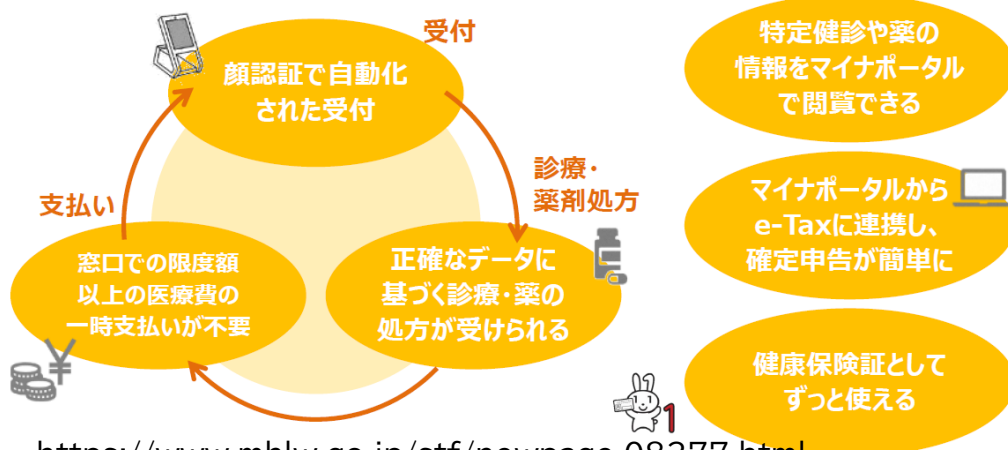
いつもの通院等が便利に!



こんなところも簡単・便利に!



受付



[https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage\\_08277.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_08277.html)

まだ、あまり周知されていませんが、マイナンバーカードをお持ちの方はぜひ、ご利用ください。利用方法など、わからない点は、受付スタッフまでお気軽にお尋ねください。

マイナンバーカードがあると

※有効期限切れの保険証を持参しても保険情報を確認ができます。

※お薬手帳を忘れても薬剤情報等が確認できます。(災害時や旅先で治療に役立ちます)

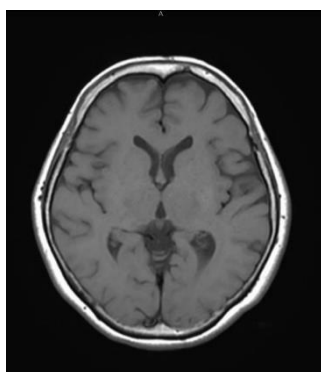
## 肝性脳症の頭部 MRI 画像

放射線技師

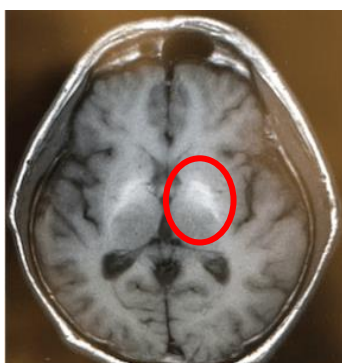
肝性脳症は、重度の肝疾患がある人において正常なら肝臓で除去されるはずの有害物質が血液中に蓄積して脳に達することで、脳機能が低下する病気です。

症状は「眠気」や「生活習慣の乱れ」など肝性脳症の症状としては本人や周りの人が認識しづらいものから、「異常行動」や「昏睡」まで重症度によって様々です。肝性脳症では鳥の羽ばたきのような動きをする「羽ばたき振戦」と呼ばれる特徴的な症状が手指に確認されます。症状が確認された場合は早急に治療を開始しないと命にかかわることもあります。

正常



淡蒼球に高信号を認める



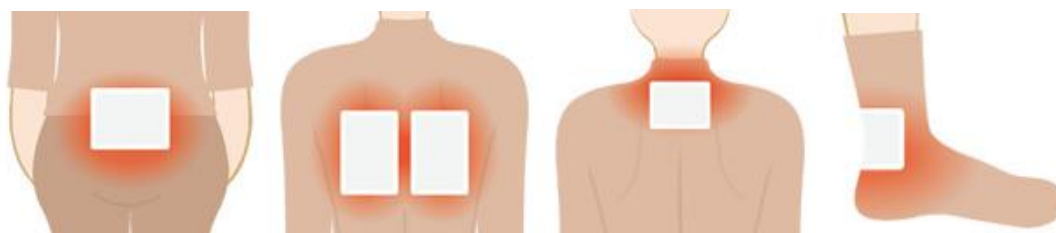
### 画像診断

両側基底核(特に淡蒼球)に T1 で高信号を認めます。この高信号は肝性脳症を直接反映するものではありませんが慢性肝機能障害を示唆します。

## ホッカイ口を使い、体を温めよう

看護師

本格的な寒さがやってきましたね。一度は使ったことがある使い捨てホッカイ口。このホッカイ口をうまく使用し体を温め、寒さから身を守りましょう。



- ① 首:前に曲げた時に、首と背中の中に骨が飛びだしているところがあります。ここには、「大椎」(だいつい)という全身を温めるツボがあります。また、太い血管があるため、首を温めると全身が温まります。
- ② 背中:肩から背中にかけて僧帽筋という大きな筋肉があります。ここは、冷えると血流が悪くなり、筋肉が固くなります。なので、背骨に沿って 2 枚並べて貼ってみましょう。
- ③ お腹:全身が冷える時、おへそより2本下にある「気海」(きかい)というツボを温めてみましょう。温め続けることで、元気に過ごせると言われています。
- ④ 足:冷えやすい足は、アキレス腱との間のくぼみに「太谿」(たいけい)というツボがあり冷えに効果的と言われています。

※低温やけどを防ぐために、直接肌には貼らず、熱いと感じた時は、カイロをすぐにはずしましょう。