

# 夏のオリゾン新聞

~ Vol. 3 ~



こんにちは。梅雨明けとともに猛暑の夏がやってきました。蝉の元気な鳴き声で、目覚めるようになりましたね。さて、当院は、初めての夏を迎えました。待合室は、陽あたり良好なので☀️ 空調そして換気に気をつけて、快適な空間であるよう心がけていきます。



話して盛り



## お家時間も活かそう!

暑くて、家で過ごす時間が多くなりそうですね。生活のリズムが乱れると、体調の崩れが出てきます。そこで、すぐにでもやれる事の1つに、**脳トレーニング**があります。日常生活の中に、幾つかあるので紹介します。

- ① 新聞・本は、声を出して読む。(言葉や数字の逆唱) → **記憶力**
- ② パズル・トランプ・間違い探し。(孫と遊ぶと効果大👉) → **判断力・注意力**
- ③ 買い物で、合計やお釣りを大体の金額で暗算する。 → **計算力**
- ④ 日記をつける。(短文でよい。食事のメニュー・血圧の数値など) → **見当識**



オリンピック・パラリンピック・高校野球を観戦する。

感動を持つ力が働く → **心と身体の栄養源**



そげんた

👉 過剰になりすぎず、自分に合った脳トレを見つけてみましょう。

## ホントに!? やってみて 早口言葉

派出所で 手錠守中  
連続3回 がんばって!!

## 編集後記

暑い日が続きます。部屋は適温でこまめに水分を摂りましょう。本誌週の崩れは早目の受診をお勧めします。



〒819-0032 西区戸切2丁目18-2  
井上さとし内科(092)-894-7007

## ~井上先生聞いて、この悩みを~

Q: 便に血が混じることがあり心配です。大腸検査で、痛いイメージがあって怖い...



A: 大丈夫です。大腸を伸ばさず、カメラを挿入する技術(軸保持短縮法)を駆使する事で、静脈から、必要に応じて、鎮静剤(少しぼーとする)や鎮痛剤を投与する事で、苦痛なく安全な検査を提供します。また、「他院で痛かった」「苦痛で検査が途中で中止になってしまった」方は、水を注入しながらカメラを奥へ進めていく挿入法(水浸法)を組み合わせる事で、なるべく痛みをなくし検査します。

👁️ 当院の内視鏡は、約100倍までズームして観察出来るので、微細な病変も見逃さない検査を行います。

➡️ ポリープがある場合... その場で切除し、日帰り手術が可能。  
(※一部の病変は除く)

## 👉 検査までの流れ

- 🌸 検査前日まで — 診察を受け、日程を決める。(先に電話で決めても良い) 検査の説明を聞き、同意書と前日内服する下剤を持ち帰る。
- 🌸 検査当日 — 前処置当院の場合 → 8時15分来院して下剤を飲む。  
" 自宅の場合 → 下剤は自宅で飲み、検査前15分来院。  
(※下剤で気分が悪くならない様に、院内をお勧めします。)



4時間かけて便を出す

- 🌸 検査直前 — 上は検査着、下は使い捨てのパンツに履きかえる。  
(肛門の辺りが空いています。脱ぐことはないのをご安心下さい。)
- 🌸 検査後 — 少し休んでから、説明を聞いて帰る。  
何かありましたら、ご相談下さい



作業に任せて下さい

