

Calendar
診療予定
カレンダー

受付時間	日	月	火	水	木	金	土
午前 9:00 ~ 12:00 (初診受付: 11:30まで / 日曜のみ 11:00まで)	☺	☺	☺	☺	☺	☺	☺
午後 2:30 ~ 6:30 ※日曜のみ 3:00 ~ 6:30 (初診受付: 6:00まで / 日曜のみ 5:00まで)	☺	☺	☺	☺	☺	☺	☺
☺ 木曜午後の診療担当は、高柴賢一郎先生になります。その他の時間帯は全て平院長が担当します。							

12月 2013年

日	月	火	水	木	金	土
1 全日	2 全日	3 全日	4 休診	5 全日	6 全日	7 休診
8 全日	9 全日	10 全日	11 休診	12 全日	13 全日	14 休診
15 全日	16 全日	17 全日	18 休診	19 全日	20 全日	21 休診
22 全日	23 休診	24 全日	25 休診	26 全日	27 全日	28 休診
29 休診	30 休診	31 休診				

★ 23日(月)は祝日として休診させていただきます。お間違えないようお願いいたします。
★ 12月28日(土)から1月4日(土)まで、年末年始の休診となります。お薬が必要な方はお忘れなくお申し出下さい。

1月 2014年

日	月	火	水	木	金	土
			1 休診	2 休診	3 休診	4 休診
5 全日	6 全日	7 全日	8 休診	9 全日	10 全日	11 休診
12 全日	13 休診	14 休診	15 休診	16 全日	17 全日	18 休診
19 全日	20 全日	21 全日	22 休診	23 全日	24 全日	25 休診
26 全日	27 全日	28 全日	29 休診	30 全日	31 全日	

★ 5日(日)より通常診療開始いたします。
★ 13日(月)~15日(水)は3連休になりますので、お薬等の不足やお間違いにご注意ください。

当院サイトにも情報を掲載しています。どうぞご利用ください。
URL <http://www.azusawaseikei.com>

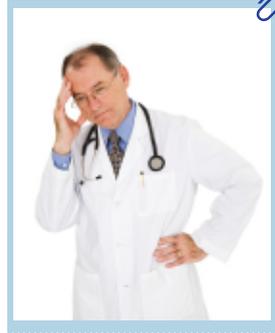
〒174-0051
東京都板橋区小豆沢2丁目36-13
マツエククリニックビル 5F・6F
TEL: 03-5916-4970 FAX: 03-5916-4977

あずさわ通信 第52号 [2013.12.01 発行]
あずさわ おもてなしの医療
発行元: 小豆沢整形外科

あずさわ通信 2013年 12月1日発行 第52号
あずさわ 小豆沢整形外科 おもてなしの医療

もう薄毛なんて心配不要!

男性の一般的な薄毛は AGA(Androgenetic Alopecia, アンドロジェネティックアロペシア)、すなわち「男性型脱毛症」と呼ばれ、男性ホルモンから作られる DHT という物質が頭髪成長を妨害することが主因です。DHT 生成を阻害することで AGA を治療するプロペシアが開発されました。「画期的」治療薬プロペシアで薄毛は解決か!? と期待されたものの、実際に使ってみると意外に効果が乏しく、当院でプロペシアを利用された方の反応を見ても、増毛効果がみられた人は 3 割程度。利用者の半数以上は 1 年使っても効果不明でした。



自分の薄毛を何とかして治そうとしていた東京のある医師がいました。丁寧に頭皮ケアをしてプロペシアを使ってみたものの、全く効果が現れず…。彼は考えました。「何か他にも育毛に必要な栄養物質が足りないに違いない」と。その後、自分の身体で試しつつ数年間研究を重ねました。そしてついに、数種のアミノ酸・ミネラル・キノコ成分等をプロペシアに混合して飲んだところ、頭髪が急速に増毛してきたことに気がきました。

現代人は肉・乳製品・劣悪油脂の過剰摂取、必須アミノ酸やミネラルの欠乏、ストレス・過労による免疫異常などの影響で、頭髪成長を阻害する要素が複数存在し、プロペシアだけでは効果の出ない体質になっている人が多いのです。AGA 体質を改善するための補足栄養素を、高純度のフェナステリド(プロペシアの主成分)に最適比率で混合することで、プロペシアでは効かなかった人にもハッキリと効果実感できる新たな AGA 治療薬「ヘアリプロ」が生まれたのです!!

当院では、3 年前からヘアリプロ内服による治療(自費)を行っています。驚くべきことに今までの経験では、ヘアリプロで増毛効果の出なかった方はいません。プロペシアを 1 年飲んで効果無かった方も、ヘアリプロに変えて 3 か月で明らかに頭髪が濃く太く変化しています。医師の目から見てもヘアリプロは非常に価値の高い育毛薬です。



薄毛が気になって自信が持てなかった方、もう大丈夫。ヘアリプロを使えば、頭髪とともにあなたの自信も魅力もズンズンと増加↑します。今より更にカッコいい男になることは間違いありません。

ヘアリプロ、薄毛 (AGA) に関しては、当院医師に直接ご相談下さい。

あなたの家で一番汚いもの…今すぐ対策を!

半端でない汚さ

本誌で以前、携帯電話は洋式便座の70倍の細菌が付着しているのをご注意を、とお伝えしました[あずさわ通信 2012年3月号]。

けれども、携帯電話なんて全く比較にならない驚愕の汚染源が、あなたの部屋の中にもあることが判明しました。

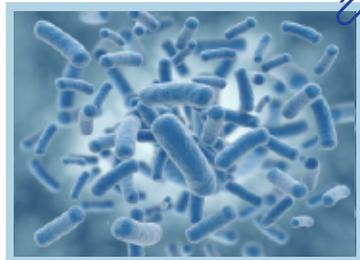
それはなんと! 台所に置いてある、皿洗い用**キッチンスポンジ**なのです! アリゾナ大学微生物学部チャールズ・ゲルバ教授の調査によると、キッチンスポンジの中には約1.6×1.6cm 角あたり 1,000 万個の細菌類が見つかりました。これは**便座の20万倍**に相当する汚染レベル。

最も清潔であるべき所に最悪の汚染物があるという、身近なバイオホラーです。スポンジ程ではないが、台所の**布きん**や**まな板**にも、便座を遥かに超える物凄い数の細菌が検出されました。一方、汚いイメージのトイレにはそれほど多くの微生物は見つかりませんでした。



日常に潜む恐怖

私たちは今まで、学校や親、マスメディアから、「トイレはバイ菌だらけで汚いから、トイレの後は、よく手を洗いなさい。」と聞かされてきましたし、大人になれば今度は自分が子供たちにそう教えています。確かにトイレ後の手洗いも大切ですが、それだけで安心してはいけません。台所の方が便器より遥かに多量の細菌がいるので、むしろ台所から食中毒菌に感染する可能性が高いのです。「でも台所のバイ菌って、トイレのバイ菌ほど悪くないのでは?」と思っているあなた!**その考えはとても危険です。**



全身麻痺から死亡することも…

キッチンスポンジ中から見つかった病原細菌の中に、「**カンピロバクター**」という細菌種が大量にいます。**カンピロバクター**は生の鶏肉、生の牛レバーなどに多い他、サラダ、殺菌不十分な牛乳、犬・猫などのペットからも検出されます。

カンピロバクターが腸内に侵入して繁殖すると、嘔吐下痢、発熱などの、いわゆる「食中毒」症状がでます。この症状は比較的軽症が多く、重症化は稀で自然に治ります。ところが、カンピロバクター食中毒が治って1-2週間くらいしてから、**ギラン・バレー症候**

群を合併する危険があります。**ギラン・バレー症候群**とは、細菌やウイルスの感染(「先行感染」と呼びます)のあとで自分の免疫系が末梢神経を攻撃することで神経麻痺になる病気です。手足の力が抜けて歩けなくなります。多くは数週間で治癒しますが、中には何年も麻痺が残ったり、呼吸筋も麻痺して死亡する例もあり、侮れない恐ろしい病気です。



ギラン・バレー症候群を引き起こす先行感染の原因菌はいくつもありますが、日本では**カンピロバクター**感染が3割と最多です。そしてそれはキッチンスポンジから口に入った可能性が大いにあります! イギリスの微生物学者、ヒュー・ペニンントン氏は「家庭内で最も汚いものはキッチンスポンジ」と断言しており、「食べ残しを皿からのけるのに使うのは構わないが、その後食器洗いにスポンジは絶対絶対使わない!」と口を酸っぱくして語っています。

対策はこれだ!

では一体どうやって食器を洗えば良いのでしょうか?

安い徳用スポンジを買いこみ小さ目に切っておき、食器を洗う度に捨てて毎回新しいスポンジを使うのが清潔の観点からは最善かと思います。食器を洗ったあとに台所に置いておくことでスポンジ内で細菌増殖するのだから、増殖する前に捨てればよいのです。でもさすがに毎回使い捨てはもったいないという場合、こまめに熱湯か塩素系消毒液に浸ける、あるいはよくすすいでから電子レンジにかけるという方法もあります。

キッチン周りはスポンジだけではなく、シンクやまな板、布きん等にもトイレ便座よりずっと大量の細菌がいます。これらには頻りにアルコール系除菌スプレーをかける。料理中はこまめに薬用石鹸で手指を洗う。とくに生肉や生魚を扱った直後には厳重に手洗いです。肉類は必ずよく加熱調理し、生肉やナマ焼けは決して食べてない、などの対策をとります。(食肉中の**カンピロバクター**死滅には、中心部分まで75℃以上・1分以上の加熱必要。)

また、キッチンで料理や洗いものをすれば必ず水シブキとともに病原菌は飛散して衣服にも付着します。台所に立つ時は衣服の袖をまくり割烹着などを着用して、毎日洗濯消毒するのが望ましいでしょう。

病原体は見えませんが、専門家の研究成果を正しく知れば適切な予防対策を取ることができます。家族みんなでお知識を共有し、自分やご家族の健康を守って下さい。

