

特集 腎血流エコー始めました！

当院では腎動脈の血流をみる検査を施行しています。浦添総合病院の先生方のバックアップで始まりました。腎動脈の起始部に狭窄があると降圧薬が効きにくかったり、腎機能が悪くなる場合があります。高血圧や糖尿病、慢性腎臓病の方に必要な検査です。また、原発性アルドステロン症という副腎の腫瘍で高血圧になる方がいますので、そのスクリーニング検査としても重要な検査です。

現在新型コロナウイルスはまだ収束せず、沖縄県は人口あたりの感染の割合が日本一高い日が続いています。トランプ大統領を始め、沖縄県議会の自民党議員の先生方でさえ感染し、誰でもかかる可能性はありますが、注意すれば防げる病気です。自己管理を徹底しましょう。また、インフルエンザと同時に罹患すると重症化する可能性があります。是非、今年はインフルエンザの予防接種を受けましょう。

さて、10月には3密を避けて健康教室が開催されました。受講者の感想とアドバイスを下に書きますので、参考にして下さい。希望者は受付または院長にお申し出下さい。

10月8日の健康教室からの感想とアドバイス

- ・ 60代男性：ビデオをみて自分のことがよくわかった。受け入れられていなかった。
 - 介護の仕事をしているので、食事の内容などはスムーズに受け入れられると思う。
- ・ 60代男性：認識を新たにして、頑張っていきたいと思った。
 - バランスの良い食事、適切なカロリーを勉強し、その実践をして欲しい。
- ・ 50代男性：カロリーについて良くわかった。
 - 玄米食などもとり入れ、食事のバランスと量を考えること。

11月 4日 (水)	栄養指導のみ
11月 7日 (土)	栄養指導のみ
11月 12日 (木)	健康教室(弁当あり)
11月 14日 (土)	栄養指導のみ
11月 18日 (水)	栄養指導のみ
11月 21日 (土)	栄養指導のみ
11月 25日 (水)	栄養指導のみ
11月 28日 (土)	栄養指導のみ

<編集後記>

11月は糖尿病週間があります。クリニックもいつものようにフルーにライトアップしました！糖尿病の患者様に寄り添います。