



赤羽牧洋記念クリニック

Akabane Maki Yo Memorial Clinic

東洋医学と西洋医学の
専門医があなたの健康を
サポート

整形外科・リハビリテーション科・外科・内科（消化器・肛門・乳腺・糖尿病・がん）・漢方内科・小児科



長野県高森町山吹田沢の「山麓線」沿いにて

8月のあいさつ

暑い日が続いています。水分を十分補給して脱水症や熱中症にかからないようにしてほしいものです。でも、こんな暑い夏が続くのはわかっているのに、どうして東京都は神宮の木を大量に伐採しているのでしょうか。テレビやラジオは、エアコンの使用と水分の補給は言いますが、どうして木の伐採をやめると言わないのでしょうか。木を伐採したあとには高層ビルが建設され、エアコンが設置されて熱い空気が大気へ放出されます。森林や河が気温を下げる効果を持っているのはわかっているのに、少ない東京都の樹木をますます少なくして一体どうするつもりなのでしょう。本当なら高層ビルの建築を制限し、アスファルトの道路がむき出しにならないように道路を街路樹で覆うようにするべきでしょう（というか、車が多過ぎです）。暦の上では、8月7日は立秋です。秋の気配が少しずつ感じられる頃と言われてきましたが、それはもっと後になりそうです。どうか、スイカや胡瓜などの夏野菜を摂りながらお過ごし下さい。

さて、医療費が高額になった場合に上限額を超えた分を負担しなくてもよい「高額療養費制度」ですが、政府がその負担上限額を今月から引き上げる方針だったのを存じでしょうか。これについては、がん患者団体などから反対の声が上がったため先送りされ、来年秋までに結論を出す方針となりましたが、医療費削減の方針に変わりはなく予算を許しません。なぜこのような問題が起こるかといえば、近年の新薬の価格が法外に

高く設定されているからです。いまやアメリカでは軍需産業をしのぎ、最大のロビー活動（政治献金）の対象になっているのが医薬品分野だからです。日本においてこれらの高額な新薬が次々に保険適応にされています。このままでは医療財政が赤字になってしまいます。そこで患者の自己負担額を増やそうということなのです。食料事情の悪化、空気や水の汚染などによって病気が増え、国全体の医療費は年々45兆円まで増加しました。そのうち高額療養費は年々2.5兆円です。政府は健康や命にかかわる社会保障費は削ろうとする一方で、大企業への補助金に湯水のように税金を使っています。例えば、2021年から23年度までの3年間で半導体産業に注ぎ込んだ補助金は3.9兆円です。また軍事費は1年で5兆円だったものを10兆円まで増やしました。そのしわ寄せとして、保険適応からはずされようとしているのが、湿布・ビタミン剤・漢方薬などですが、漢方薬は適切に使用するにはかなり高度な知識が必要です。先日は鼻出血の患者さんが来院して、黄連解毒湯（おうれんげどくとう）エキスを2包その場で飲んでいただいたら数分で止血できました。このように救急の現場でも欠かせません。また、漢方薬がコロナ禍でも大活躍したことも記憶に新しいのではないのでしょうか。まだまだ夏風邪やコロナがはやっています。発芽玄米、味噌汁・納豆などの発酵食品、野菜・キノコを食べ、適度な運動で免疫力をアップしてこの夏も乗り切りましょう！（副院長）



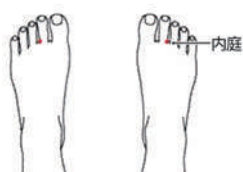
綺麗な朝顔ですね。
我が家の朝顔は、異常な暑さに押されながらも、毎朝数個の花を咲かせて頑張っています。暑い中、姿を見せてくれてありがとうね。涼しくなったら、沢山の花を咲かせてね。
酷暑です。私たちも健康に気を付けてこの夏を乗り越え、自分の花を咲かせましょうね ＊ ＊ ＊ ＊

自分でできる `ツボ、マッサージ

シリーズ⑫ 食欲不振に効くツボ

※ ツボは、「経穴」ともいい、東洋医学の治療ポイントです。指圧・マッサージ・整膚（皮膚を引っ張る治療法）・円皮鍼（シールについた痛くない鍼）によって、ご家庭や友人同士でも治療できるので便利です。みなさんもやってみましょう。

① 内庭（ないてい）：胃経（いけい）のツボ。第2・第3足指の間の付け根のくぼみ。胃腸炎や歯痛にも用います。



② 天枢（てんすう）：へその両脇にあり、上半身と下半身の境目。胃腸の働きを調整する作用がある。下痢・便秘のほか月経痛にも用いられます。



お知らせ

8月の休診日

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

* 24日午前中は日曜診療の日です。

【休診】祝祭日、学会・研究日
* 日曜は月1回診療 / 水曜日整形外科休診

【診療時間】

月～金 9:00 ～ 12:30
（水曜日を除く） 3:00 ～ 6:30
土 9:00 ～ 12:30
2:00 ～ 5:00
水・日 9:00 ～ 12:30

2日(土)午後、13日(水)～15日(金)、23日(土)午後、27日(水)、29日(金)午後、水曜日午後は休診です。

ご連絡は TEL03-3598-6697 までお電話下さい。