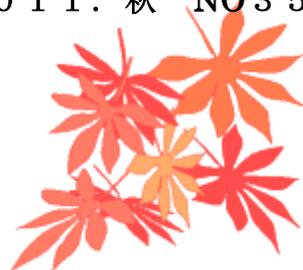




えとクリニック通信

2011. 秋 NO35

『そろそろ胃や大腸の



検査を受けてみて下さいね』

私たちは当院に通院されている方に、このように声をかけています。

それは定期的に検査を受けて頂くことによって、病気を早期発見できることはもちろんですが、定期的な検査のための費用に比べて、進行した胃がんや大腸がんがみつかったからかかる費用がとても大きいため定期的に検査をお勧めしているのです。

胃の内視鏡検査は、

3割負担の方でおおむね 5~6,000 円、

ポリープ等組織の詳しい検査をするとおおむね 10,000 円かかります。

大腸の内視鏡検査は

3割負担の方でおおむね 12,000 円、
ポリープ等組織の詳しい検査をすると少し高くなりますが 20,000 円
以内です。

一度の支出としては決して安い額ではありません。

しかし、もし定期的な検査を受けず、胃がんや大腸がんになり手術や入院
になると、その費用は 30 万～50 万円ほどかかるのです。

(国立がん研究センター中央病院 2010 年 3 月のデータ。診察・検査・手術・
15 日間入院・化学療法)

また、青森県では大腸がんで亡くなる人が男女ともに全国1位です。

これは検診や定期的な検査を受けず
に、症状がでた時にはすでに末期の
ため死亡率が高いものと思われます。
そしてこの時にかかる治療費はかなり
膨大で、しかもその結果は報われる
ことはないのです。

このことから、当院に通院されて
いる方には是非定期的な検査を受け
頂き、すこやかな毎日を過ごして頂き
たいと思っております。



検査をご希望の方は、スタッフにおたずね下さい。

漆館 生子



見直してみませんか？

ラジオ体操！



誰でも知っているラジオ体操、
もう 60 年以上も前から続けられている体操です。

皆さんも小学生や中学生の時には良くやられましたよね。
ラジオ体操くらい簡単！と思っていませんか？

でも日常生活での身体の動きは案外限られていて、使われていない運動は多いものです。肩や腕は上がりますか。上体の反らしや前屈はどうでしょう。

ラジオ体操をひと通りきちんとやってみると、うっすらと汗をかく程です。身体がほぐれたという感じがきつとするはずです。

関節が柔らかいこと、筋肉をある程度維持することは、肩こり・腰痛や膝痛の予防にもなり、快適な生活を送るために大切なことです。

ラジオ体操なんて忘れてしまったという方は、テレビ体操で画面と一緒に動いてみてはいかがでしょうか。坐ったままでできる体操もあり、自分の状態や体力に合わせてできます。

継続することによって動きも軽くなるはずです。
これからの長雨や冬の期間もこれなら続けられますね！！

根岸 智子

《受付からのお知らせ》

*インフルエンザ予防接種の
予約を受付致しております。
ご希望の方は受付窓口へ
お申し出下さい。

接種期間：10月1日より
12月24日まで

料 金：3600円です。



*災害時や停電時には、お薬手帳をお持ち
いただきますと処方箋をお渡しすることができます。



《保険証が変わります》

*8月1日より、高齢受給者証(白色)、
後期高齢者被保険者証(緑色)が更新
されました。

*国民健康保険(ピンク色)が9月30日
で期限が切れて、10月1日より新し
く(肌色)になります。



受診される時には新しい保険証をお持ち
下さいますようお願いいたします。

田中 久美子