

それ、ウソです
丸山寛之(医療ジャーナリスト)

第33回 ゼロの小点

上出院長は、麻酔がかかった耳の中に機械の細長い先端部を入れ、鼓膜にレーザーを当てた。1秒もかからなかった。その後、直径9ミリ、長さ12ミリのフッ素樹脂製のチューブを差し込んだ。(「患者を生きる 中耳炎①」=朝日新聞2010年4月13日)

「直径9ミリ」といえばエンピツ大だ。そんな太いものが耳の中に入るだろうか？ そう思ったのは、自分も数日前に同じ失敗をやらかしたばかりだったからだ。あるメーカーの歯みがき剤について「(薬用成分を)2ミリのゲルカプセルに閉じ込めたマイクロの技術」と書いて編集部へ渡したら、「2ミリじゃなく0.2ミリでは？」と言ってきた。そうか、2ミリで「マイクロ」はないな。資料を見直したらそのとおりだった。さすが！と敬服。

一方、数日後の朝日の紙面には、
＜訂正 13日付「中耳炎①」の記事で、耳の中に入れたチューブの直径が「9ミリ」とあるのは、「0.9ミリ」の誤りでした。訂正します＞という訂正文が出た。当方の編集部は、朝日新聞以上だゾ(笑)。

—というところで、中耳炎の話。「上出院長」が行ったのは、幼児のこじれた中耳炎を治すためにレーザーで鼓膜に穴を開け、チューブを入れて膿を外に出す治療だ。

丸山寛之 プロフィール

NPO法人日本医学ジャーナリスト協会会員。1932年、鹿児島県生まれ。新聞記者、医学雑誌編集者を経て医療ライター。著書=近刊『がんはいい病気』(マキノ出版)「読むサプリ」(明拓出版)のほか、「この酔狂な医者たち」「名医が治す」など。雑誌『壮快』に「名医に聞く」、地方新聞16紙に「健康歳時記」を連載中。



中耳炎は、鼓膜の奥にある中耳に炎症が生じたり、粘液がたまって病気で、幼児に多いのは急性中耳炎と滲出性中耳炎だ。

急性中耳炎は、3歳までに70%の子が1回はかかるといわれる。どうしてか？ 乳幼児の耳管(中耳と鼻の奥をつなぐ管)は未発達なため太くて短く、水平に近い形をしているので、風邪をひいたときなど、細菌がいつばいの鼻汁が中耳に侵入しやすいからだ。風邪をひいた子が、「耳が痛い！」と泣くときは急性中耳炎を起こしている。

たいていはその状態で治っていくが、鼓膜に穴が開いて耳だれが出てくることもある。抗生物質をのませると、痛みはなくなり、耳だれも止まる。鼓膜に開いた穴も閉じる。親は「治った！」と安心するが、医師は鼓膜の状態を診て、治ったかどうかを判断する。痛みがなくなっても、中耳の炎症はなかなか治まらず、キチンと治さないと、滲出性中耳炎に移行するからだ。親の自己判断で通院や服薬を止めると、後で悔いることになる。

滲出性中耳炎に移ると、痛みなどの症状はない。聴こえが悪くなるだけだが、子どもは難聴なんて知らないから、何も言わない。呼びかけても反応しなかったり、「えっ？ えっ？」という聞き返しが増えたり、テレビの音を大きくしたりするような場合は、すぐ耳鼻科に連れて行こう。



～一人でも平気なのは、どこまで？～



沖知美

一人でハワイに行きました。一人で韓国にも行きました。韓国ではハルラ山に一人登山もしました。かなり険しい山道で、往復10時間もかかったのですが、韓流ドラマの舞台になった所だったので、この目で見ました。興味があれば、一人でもけっこうできるみたいです。



実松千恵子

「一人で平気か？」というより「たまには一人になりたい(笑)」。でも本当に主人も子どもたちも出かけて、一人の夕食の日は、デパートで美味しいお寿司を買って帰ります。食べる前には「自分だけ美味しい物食べて申し訳ないな」と思うんですが、食べ始めるとすっかり忘れてます(笑)。



重富幸治郎

昔、「一人で原付バイクで、どこまで遠くに行けるか？」という好奇心で、鹿児島まで行ったことがあります。結局、向こうでコーヒーを飲んで、また帰っただけだったのですが、楽しかったですね。知らない土地に行くって魅かれますね。



印藤晋一郎

日頃はなるべく家族と食事しているので、一人で外食することはないですね。でも一人で入るとしたら、カウンターなら大丈夫かも。あとはバッティングセンターとかボウリングなら、熱中すれば一人でも平気な気がしますね。



夏休み、どこかお出かけ予定はございますか？
以前屋久島へ旅行にいきました。樹齢数千年の縄文杉に出会うために山の中往復10時間(汗)。参加者に高齢の方が多く、とても驚いたのを記憶しています。縄文杉に負けないくらい元気に笑顔で歩いてらっしゃいました。素敵ですよ。(沖)



株式会社 オルティック

〒810-0001 福岡市中央区天神2-8-41 福岡朝日会館11階
TEL.092-737-2128 FAX.092-737-2137
http://www.ortic.co.jp

月刊 つばさ



あなたと、あなたのお店を訪れるお客様の健康のために、お役に立てたら幸いです。

2010年8月号

マッチの擦り方を知っている人。

先日、新将命さんの講演会に参加してきました。新さんは、私が起業する時に講演会で初めてお話を聞き、深く感銘を受けた方です。あれからしばらく経ちましたが、今回もまた多くのことを学ばせていただきました。

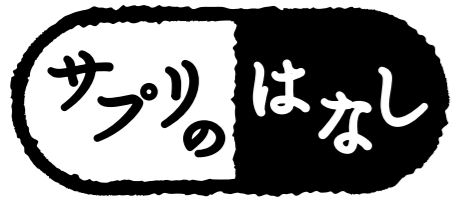


特に私の心に響いたのは「経営者の情熱」についてのお話です。世の中の人を「情熱」という切り口で分けると、5つのタイプができるそうです。1つめは、自ら進んで情熱の火を燃やし、燃えた火を持続させる「自燃型」。2つめは、誰かがマッチを擦ってくれれば燃える「可燃型」。3つめは、自分からも燃えないし、人が火をつけてくれても燃えない「不燃型」。4つめは、せっかくなついた情熱の火を消してまわる「消化型」。最後が、可燃型人間に情熱の火をともし、マッチの擦り方を知っている「点火型」。いうまでもなく、経営者は「自燃型」であり「点火型」でなければならないのです。経営者が燃えていると、熱伝導のように情熱の火が組織全体に伝播し「燃える集団」が生まれるのだそうです。

会社に戻って、よく考えました。…まずは社員全員を可燃型人間にしよう。一人一人に「自分に何ができるか？」を常に考えてもらい、実行に移せる環境にしよう。次に私が社内に点火して回った時、各部署に新聞紙的な役割の人間をつくらう。自分がつけた火を大きくして、周りに移してくれる人を育てよう。そういう人をきちんと評価して表彰しよう…と思いは膨らみました。私自身が新さんにさらなる情熱を点火していただいたのです。このお話は新さんの著書『経営の教科書』に詳しく書かれています。興味のある方はぜひ一読を。



株式会社ORTIC 代表取締役 印藤晴子



梅肉エキスに新たな効果が見つかりました！

6月2日に放送されたNHKの情報番組『あさイチ』で、梅肉エキスの新たな効果が紹介されました。今回は、これまでにわかっている効果と合わせ、梅肉エキスの可能性についてお話します。

1 肝機能障害に希望の光！

NHKで紹介されたのは、梅肉エキスを使った臨床試験です。肝臓疾患の患者58人に、梅肉エキスを毎日飲んでもらい、3カ月後に肝機能障害の程度を測定するGOT・GPTの数値を測ったところ、数値はいずれも下がり、**半数以上の人に効果があった**ということです。この臨床試験は、オルティック学術顧問の栗原毅先生が院長である栗原クリニックを含む3つの病院で実施され、試験結果は2010年4月の日本消化器病学会で発表されました。



梅肉エキスのどの成分が肝機能に働き

かけているのかはまだ解明されていませんが、肝臓疾患に悩まされている方々には、明るい報告となりました。今後さらに研究は進められるでしょう。

NHKの情報番組『あさイチ』より。さらに詳しい情報は、NHKホームページをご覧ください。（「あさイチ 梅パワー」で検索）



大切なのは、毎日飲みつづけること。

よく梅干しと梅肉エキスを同じようにとらえている方がいらっしゃいますが、それは違います。梅干しにも梅肉エキスにも共通する成分はあります。疲労回復効果があるクエン酸などです。しかし、**血流改善効果に優れたムメフラールは、梅肉エキスにのみ含まれる成分**です。梅肉エキスは青梅の果肉を皮ごとすりおろし、長時間煮詰めて作られます。その過程でムメフラールができます。ムメフラールは加熱することで初めてできる物質なので、青梅にも梅干しにも入っていないのです。

梅肉エキスは1日に小さじ1杯を目安に摂取するとよいです。

う。黒酢の水割りに入ると、さらに血流改善効果が期待できます。

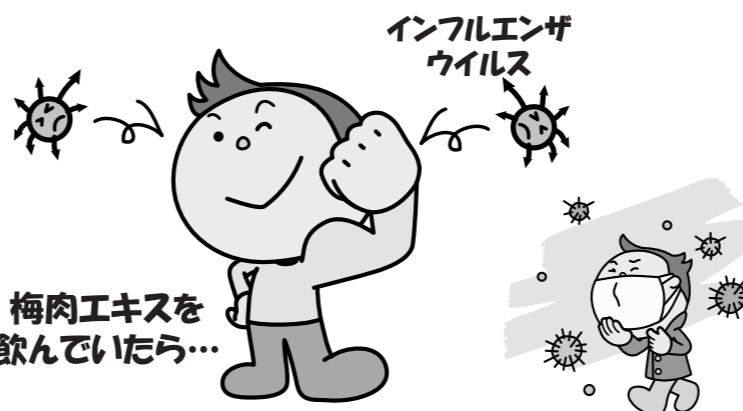
重要なのは、毎日飲み続けることです。肝機能障害の改善効果も3カ月飲み続けた結果であり、インフルエンザ対策も予防のために飲んでいることが大切です。血液がすべて入れ替わるには約3カ月かかりますから、最低3カ月は続けてほしいものです。**梅肉エキスが酸っぱくて続けられないという方には、サプリメントをお勧めします。**多くの可能性を秘めた梅肉エキスを、ぜひ毎日の健康づくりにお役立てください。



2 インフルエンザの予防にも。

中部大学の生活・健康科学、生物医学科学研究室が、梅果実濃縮物を用いた実験で、**梅肉エキスに人間A型インフルエンザウイルスに対する強い抗ウイルス効果を確認**しました。実験対象にされたウイルスには、新型インフルエンザであるH1N1型も含まれています。

実験では、梅果実濃縮物の抗インフルエンザ作用は、ウイルス吸着後よりウイルス吸着前に顕著に認められました。つまり、インフルエンザウイルスを寄せ付けないよう、**予防として梅肉エキスを摂取することがのぞましい**ということです。



3 血流改善にも効果あり。

血液中の血小板は出血を止める働きをしています。血管内では血液を凝固させないように、その作用を制御しているのですが、ストレスなどで制御が崩れると、血管内でも血小板の凝集が起こり、血栓の原因になってしまいます。**梅肉エキスに含まれるムメフラールという成分は、血小板の凝集を抑制し、血液が血管内をスムーズに流れるよう**助けます。

血流が悪くなると、体のあらゆる組織で酸素と栄養が不足します。そのために疲れやすくなったり、冷え症になったり、肩こり、腰痛、肌荒れなど様々な症状が生じます。また免疫力や体温を維持する力が低下して病気にかかりやすくなったり、動脈硬化などの恐ろしい病気にもなりかねません。血流をよくすることで、毎日の健康も維持できるのです。

おばあちゃんの知恵袋

ちっちゃな子どもがいると、家の中に落書きされるじゃろ。特に油性インクで書かれると大変じゃ。そんな時はな、ミカンの皮を絞りながら、インクの部分をこすると簡単に落とせるんじゃ。おためしあれ。

