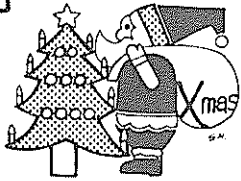


12月



なんにもしないうちに、はや師走……。この一年、私たちの生活はどうだったでしょうか。

不況、物価高で苦しかった……というのが大勢だと思います。

今は、何をすることも「金」。南国市の財政も、再建が思うようにはかどらないばかりか、仕事に金が追いつかない状態です。

多くの仕事をするためには、多くの金が必要です。市民のみなさんの生活へのしわ寄せが心配です。

最近、教育などを含めて「日本はこれでいいのだろうか」という論議があちこちから聞えてきます。

それが日本人だけでなく、外国人からも多いというので、問題は深刻です。

さて、みかんがおいしくなりましたが、西のみかんに対して、東のリンゴがこころばらくスターの座を争います。

値段は、圧倒的にリンゴが高くみかん（温州）は買いやすい。

味もみかんはこまやか……農家の収入も10年前とは逆転して、リンゴ農家に大きく水をあけられている……となれば、私たちは、どうしてもミカンを食べなければなりません。

みなさん、果物は南国市でできた、しかも安い「みかん」をうんと食べましょう。

寒くなってきましたが、健康のために薄着を心がけてください。

「空気を着る、つもりで……。忘年会で飲んだり食べたりが続く月です。ほどほどにして、健康を守ってください。

来年こそ良い年にしようがんばりましょう。よいお年を……。

約十年前より高血圧症と診断されていましたが、年一回の会社の健康診断で注意された時だけ治療を受け、ふだんはほとんど医者にかかっていません。ところが、三、四カ月前より少し激しい労働や階段の昇り降り、息切れや動悸を感じるようになってきました。また、十日くらい前より夜間睡眠中に急に呼吸困難になる

動悸、息切れは健康な人でも過激な運動や、精神的緊張でおこることがあります。これは心不全の兆候ではありませんが、あなたの場合は高血圧症を無治療のまま放置していたため、心臓の肥大拡張を起し心臓の収縮力が衰えた結果、心臓から送り出される血液量が減り、肺や全身に血液がたまって

肺線維症などの呼吸器疾患でもみられます。過去に肺結核、肋膜炎、気管支拡張症などはなかったですか。また、貧血や他の内臓の病気による全身衰弱はないですか。脈の打ち切れや、足のむくみ、息切れの激しい時に爪や耳たぶ、口唇が紫色に変わることはありませんか。こ

れらも心不全の症状なのです。あなたの場合はすぐにも内科医に受診して下さい。医師は、X線検査、心電図検査、その他必要な検査を行った上で、治療と今後の生活規制に関して指導してくれるはずです。あなたの病気は特に気長な養生を必要とします。迷信的な素人療法に迷うことは禁物です。最後に、心不全の治療の原則と

いったものを書いてみます。患者さん自身も、この程度の知識はあった方が療養上何かと都合が思っています。(一)、治療の第一は、心臓にかかる負担を減らし心臓の予備力を高めること。(二)、薬を使って心筋の収縮力を強め、心臓から送り出される血液の量を増やすこと。(三)、それでも十分な回復がみられず心不全症状が続く時には、体のむくみすなわち体に余分たたまっている水を取るために、利尿剤を使って



医療相談コーナー

Q & A



苦しい発作が三、四回起こり、眠るのが恐ろしいような気持ちで不安です。持病の高血圧と関係あるのでしょうか

会社員（58歳）

58歳という年齢や高血圧の病歴、自覚症状から判断して、高血圧に基づく心不全症状と考えるべきでしょう。

心不全

ている状態でしょう。これが、高血圧性心臓疾患による心臓衰弱すなわち心不全です。あなたが最近経験された、非常にショッキングな症状である夜間の呼吸困難の発作は、昼間下半身にたまっていった血液が、夜間肺や心臓に集まってうっ血を起すためと考えられます。狭心症の症状とは違います。息切れは肺気腫や、

最後に、心不全の治療の原則と

尿の排出を良くし、心臓の負担を軽くするよう努めてください。
〔南国市医師団K医師〕
◇…お気軽に質問を
この医療相談コーナーへのご質問は、封書かハガキで、市役所内広報委員会（大埔甲一三〇）までどうぞ。