

①

質問欄

★ 質問したい先生に○をつけてください ★

竹田先生

池田先生

★ 質問内容をお書きください ★

予防の甘コーゲン (予防医学) ⇒ 必要か?

知るか

かんぼうを飲む ⇒ 高い物を飲む率が
良い事か? ~ 長く生かすか?

質問①に対する回答

予防を期待してのサプリメントが必要か、と問われれば、必要はないです。日常をストレスなく、健全に過ごしていただくのが一番の予防法です。

漢方薬については、免疫力を高める効果のあるといわれている漢方薬はあります。私も処方することはあります。ただし、保険診療内での話で、高価なものがよいかはわかりません。

少なくとも私なら、絶対に飲みません。そんなお金があるなら、時々おいしいものを食べます。その方が心が豊かになれますので。

長生きできるか？についてはわかりません。

竹田 尚功 Yoshinori TAKEDA

(医) 健光会 永山ペインクリニック

〒079-8413 旭川市永山3条4丁目3-1 六然館 1F

TEL 0166-49-2775 FAX 0166-49-4775

質問①に対する回答

①私見として

サプリメントを含め、牛乳、ヨーグルト等々、一切だめとは思いませんが、何か目的のため（ガンにならないためカテキンを含む緑茶、骨粗鬆症のため牛乳、便秘のためヨーグルト等）にがぶ飲みをするのは良くないと思います。

我々が食事を摂取するのは、成分のみ摂取するのではなく、肉、魚、野菜を含め、いのちの犠牲に成り立っていることを忘れてはいけません。人間に役立つ成分のみを摂取しているのではないことを肝に銘じなければなりません。

⇒通常の家庭料理、旬を意識した食材に目を向ければ充分であると考えます。

⇒カタカナ食品（パン、パスタ、ハンバーガー、ケーキ、マヨネーズ、ケチャップ、ソース、ドレッシング等々）には注意して下さい。油や砂糖、添加物にまみれています。

もう一度、日本食（和食）に目を向けてはいかがでしょうか。

②漢方薬について

まずは、日常生活に目を向けるべきです。快食，快便，快眠が順調であれば，概ね体調はよろしいかと思われます。加えて身体の黒幕である「頭」が大事です。わくわく感，いきいき感，うきうき感といったトキメキがある毎日で，明るく肯定的な生き方が身体にも影響を及ぼすものです。

漢方薬服用することで，「きっかけ」になったり，「励み」になるものと思います。1～10全てに作用するものではありません。

現在はエキス剤があり，保険適用があり，漢方専門店で買うより，安く買うことができます。

永山池田クリニック 院長 池田 隆一

2

質問欄

★ 質問したい先生に○をつけてください ★

竹田先生

池田先生

★ 質問内容をお書きください ★

3月中旬～帯状疱疹治りよう中2ヶ月
腹部に出来ましたが合併症2ヶ月になるとか
お腹の調子が悪い等の症状が出る事は
ありますか？ 痛みはやわらびていますか
調子が悪いので心配です
よろしくお願ひ致します。

質問②に対する回答

带状疱疹が腸管にできるかどうかは把握できていませんが、肺にはできることもありますので、そのようになることもあるかもしれません。できた場合、下痢がおこるのか、ただ痛むだけなのかもはっきりはしませんが、薬剤による副作用もあるでしょうし、ただの下痢が起こっただけという場合も考えられます。

いずれにしても、治療としては、昨日話しましたように、早期の抗ウイルス薬（時期的にはもう過ぎていますが）と、下痢に対する対応となります。

皮膚や、中が痛むようなら、ご相談いただけますと幸いです。

竹田 尚功 Yoshinori TAKEDA

（医）健光会 永山ペインクリニック

〒079-8413 旭川市永山 3条 4丁目 3-1 六然館 1F

TEL 0166-49-2775 FAX 0166-49-4775