

レディー通信 10月号

2013.9.25発行

10月の代表的な花はコスモスです。コスモスは、ピンク色のものがよく知られていますが、他にも黄色や、チョコレート、赤色などの花を咲かせる品種もあるそうです。また、岡東浄化センター（東区升田）敷地内には3000㎡のコスモス畑があり、9月下旬から10月上旬の平日に一般公開されているそうです。コスモスにはフラワーセラピー効果があり、気力がなげかけたり、なんとなく疲れを感じさせるようなときにはピンクやホワイトのコスモスを部屋に飾ると気持ちが和らいでリフレッシュできるそうですよ。



2013年 10月

水・金はPM休診、日曜・祝日休診

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

☆説明会☆

初診の前に受けて頂く説明会です。

費用無料、3時間程度です。定員がございますので、必ずご予約ください。

9日（水） 25日（金） 10：00～ です。



★妊婦教室★

6日10：30から1時間半程度（参加無料）です。助産師さんが妊娠初期の身体の変化や気をつけたいことについてお話しして下さいます。定員がございますので、必ずご予約ください。

☆医師より☆

10月より、倉敷市の検診(子宮がん検診のみ)をさせていただきます。検診機関の登録は行っておりませんので、当面通院中の患者様に限りませんがご了承下さい。詳細については、受付にてお尋ね下さい。

☆医事より☆

10月と言えばハロウィンです!元々ハロウィンは、キリスト教「万聖節」の前夜祭を指します。万聖節は亡き聖人達を祭るカトリックの行事であり、又紀元前5世紀頃のケルト民族の歴が11月1日新年であった為、10月31日が大晦日でした。この2つが同時に行われるようになり、ハロウィンとしてお祭りが行われるようになったようです。♪Trick or Treat!!(大賀)

★看護師より★

暑さで酷使された身体は大丈夫ですか?朝・夕と涼しくなりましたが、この温度差に身体がついていかず体調をくずしてしまいます。

暑い日が続いた身体はだるく、食欲のなくなりがち。これは熱で身体の色々な機能が弱っているからです。梅干しを口に入れる、スタミナのある食事を摂る、早寝・早起き、バランスの良い食事、規則正しい生活をするなどして身体をいたわりましょう。

♪敬老の日に近くに住む叔母の家に行ってきました。80歳を超えた今でもカラオケ・民謡・数独から魚屋さんのバイトまでこなすとても元気な叔母は1000ピースのジグソーパズルを始めていました。いつまでも元気でいてくれることを祈るばかりです。(福岡)



☆培養士より☆

これから寒くなってきます。精液を持参される際は冷たくなると精子の運動率が低下してしまう可能性があるため、人肌程度の温度で持ってきて下さい。精子は暑さ・寒さに弱いので、カイロなどで温めるのはやめましょう。

♪韓国に行ってきました。サムギョプサルとタッカンマリ(鶏の鍋)、サムゲタンを食べました。どれもおいしかったのですが、特にタッカンマリはスープに鶏のだしがでて、すごくおいしかったです。(田村)



今月の相談コーナー



結婚後1年たっても妊娠しないので不妊症の検査を受けようと思うのですが、夫が検査を受けることに消極的です。(岡山市 32歳 主婦)

結婚後1年までに約90%のカップルは妊娠するとされていますので何らかの不妊原因がある可能性があります。実際には不妊原因は男性女性とも同程度の確率で見つかるかとされていますので、ぜひご主人にも検査を受けていただくべきです。

男性はある年齢から急に生殖能力が落ちるわけではないので、女性ほど切羽詰った実感がない場合が多いのですが、女性の生殖能力は30歳代になると若干低下し、35歳を過ぎるとかなり低下し、40歳を過ぎると非常に難しくなることをよく理解してもらいましょう。検査に消極的なら、最近では不妊治療に関する多くの本や雑誌が出版されていますので、ご主人に読んでいただくのもよいでしょう。

近年、若い男性でも原因は不明ですが精液所見が世界的に悪くなっているといわれています。精子数や運動性が不良の場合には人工授精や体外受精で対応しますが、重症精子異常のケースでも1992年に顕微授精(特殊な体外受精)が開発されてから治療成績が飛躍的に向上しています。20数年前ならあきらめるしかなかったケースでも大部分で妊娠可能になってきていますのであきらめる必要はありません。怖がらずに検査を受けていただきたいものです。

