

プルメリア33



発行日 2016.3.3 優レディースクリニック 03(3984)2278

断腸の思いで・・・

休日は溜まった家事を一気に片付ける日。家事の合間にちょっとソファで一休みしていると、すかさずにゃんたまがやってきて膝の上で丸くなります。その時の幸福感といった言葉にできないほど...。暫しの間録画してた番組を見たりなんかしながら幸せな一時を過ごします。ただ...ほっとくと何時間でもそうして眠っているにゃんたま。こちらはそろそろトイレにも立ちたいし、買い物にも行かなければならない...。でも気持ち良さそうな寝顔を見ると膝を崩すのをためらってしまいます。そんな葛藤を繰り返して、断腸の思いでにゃんたまを膝から下ろし、慌てて残りの家事に取り掛かるのでした。猫を飼ってる方には“あるある”なのではないでしょうか...? (にゃんたまの母)

早咲きの桜が開花したかと思うと急に冷え込んで、体調を崩す方が増えています。いかがおすごしでしょうか?

今回は検査会社からパニック値のFAXが送られてきた話をします。普段、皆様から採血させていただいた検体は診療が終わる頃に検査会社が回収にきて、翌日朝には検査結果をダウンロードして電子カルテにおさめる様になっています。ある朝来てみると、筋腫の患者様のヘモグロビンが3.8とのファックスが届いていました。一般女性の基準値が12以上ですから、ひどい貧血であり、放っておいては大変、ということで会社が夜のうちに緊急FAXを送ってくれていたのです。それから患者様の携帯や自宅、職場に連絡をして大騒ぎになったのはいうまでもありません。検査会社の方々には本当に頭があがりません・・・ (坂田)

いしちゃんが勉強してきた話

2/14 性の健康セミナーを受講してきました。そのタイトル通り、性についての学んできました。一か月の性交渉の回数、射精までの挿入時間など、なかなか自分だけでは得られない情報ばかり。毎回性交渉に性的満足を得られている人はそんなにいない。性の悩みには、女性だけでなく男性も多くあること。特に気になったのは性交時に痛みを感じる人は全体の約7割強。みんな、痛いですね。性交痛には内膜症など病気が隠れていることもありませんが、潤滑が足りなくて痛みを感じる人もいます。検査を受けて、異常がなければ、無理せずパートナーに伝えて、潤滑ゼリーを使ってみてはどうでしょうか。希望の方にはサンプルも案内してますので、お声がけくださいね。 (いしちゃん)

東京散歩!

休日の散歩を楽しんでいます。もともと、歩くことは好きでしたが、距離を測ったりはしていませんでした。最近のスマホは便利で、歩数計も入ってるし、GPS機能を使えば、距離もしっかり測れ、歩いてどれくらいで着くのかも予想ができる! 距離、歩数を確認し始めてからは1時間(4-5km)以上歩くことを目標にして歩いています。東京は交通網が便利なので、基本、大通りを歩けば地下鉄、バス停があるので疲れても安心。散歩をしていると、ゆっくり景色を眺めることができるし、新しい発見がたくさんあって、楽しめますよ。年齢を重ねると嫌でも体力が衰えてくるもの。無理の無い程度に体を動かす習慣をつけたいと思います。みなさんも東京散歩、試してみてください。 (いしちゃん)

梅一輪 かほり分けたく 友おもう

10日ほど前のこと。咲きそうでなかなか咲かない梅の花がやっと一輪開いたと思ったら、次の日から一気に開花が進み、清純な香りをはなっている。不自由な体とつきあいながら寒い地方に暮らす友人に、このかほりを届けて彼女の笑顔を引き出したいと、切に思う。先日雑踏の中に、彼女にた人を見かけて、たまらなく会いに行きたくなった。もう一步、自分の体の復調が待たれる。わがピーチも、ママ不在の夜にもようやく慣れて眠くなると私の布団の上に来て一夜を明かすようになり、ますます可愛い。お休み、ピーチ! また明日ね。 (渡辺)

3月の予定

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

○休診 ○午後休診

3/26 (土曜) は、白朋子先生の診察です。