

かさはらクリニック広報誌

【あおぞら通信】vol.2

泌尿器科・皮膚科 かさはらクリニック

院長 笠原高太郎

住所 高知市鶴来巢 11 番 38-10

あさくらメディカルビル3階

TEL 088-855-3311

診療時間

平日 9:00~12:30 14:00~18:00

土曜 9:00~12:30 14:00~16:30

木曜・日曜・祝日休診

※受付は診察時間終了の30分前までとなります

※お電話でのご予約も承ります



10月3日で泌尿器科・皮膚科 かさはらクリニックは1周年を迎えることができました。開院当初はスタッフも戸惑うことが多く、来院された皆様にご迷惑をおかけしたこともあったかと思えます。この場を借りてお詫び申し上げます。この1年の間、さまざまな点を改善、改良してまいりました。現状に満足することなく、常に安全安心の医療を提供できるよう、スタッフ一同精進を続けてまいりますので、今後ともよろしくお願いいたします。



トイレの回数が多くてお困りではないですか？

尿の回数が多い症状を**頻尿**といいます。正常な排尿回数は成人で1日に約7回程度といわれていますが、これは個人差も大きく、自身で排尿回数が多いと感じれば頻尿といえます。原因は主に、**過活動膀胱**、**残尿**、**尿路感染症**、**腫瘍**、**心因性**など様々。過活動膀胱は、尿が十分に溜まっていないのに膀胱が自分の意思とは関係なく収縮するという病気で、日本で800万人以上の男女が発症する頻度の高い病気です。膀胱や尿道に問題がなくても、糖尿病や水分の多量摂取が原因となることもありますので、原因に応じた治療や対処をする必要があります。

～インフルエンザ予防接種のお知らせ～

11月1日よりインフルエンザ予防接種を開始します。料金は1回3500円です。

予約制になっておりますのでご希望される方はお申し出下さい。

(65歳以上の方、保険の補助を受けられる方は併せてお申し出下さい。)

乾燥に
注意！



スキンケアのあれこれ

朝晩と涼しくなりましたね。これからの季節は空気も乾燥して肌が乾燥しやすくなります。ひどくなると湿疹になったり、強いかゆみが生じたりなど、様々なトラブルが起こります。そんな秋冬の肌トラブルを防ぐには、乾燥から肌を守ることが大切です。今回はこの時期の肌の保湿についてお話ししたいと思います。

入浴について

ナイロンタオルや熱いお湯の使用、石鹸の使い過ぎは乾燥を悪化させてしまいます。タオルでゴシゴシと擦るのは控え、手で石鹸を泡立ててから、なでるように洗ってみてください。

保湿剤の

塗り方

入浴後、時間の経過と共に水分は蒸発していくので、体を拭いてまだ少し湿り気のあるうちに塗るのが効果的です。塗る量は、手のひら2枚分の面積に対して、軟膏やクリームは人差し指から第1関節まで出した量、ローションタイプは1円

玉大の量が目安となります。毎日塗って下さいね。

※かゆみや赤みを伴っている場合は、保湿剤だけでは不十分なことがありますので、ご相談ください。

○健康なお肌で寒い冬を元気に過ごしましょう！

新しいスタッフが加わりました！

8月のお盆休み明けから、受付担当に新たに藤本さんが加わることになりました。趣味は旅行で、休みの日には温泉など県外にも足を延ばすこともあるそうです。明るく、笑顔の素敵な方ですので、これからよろしくお願ひします。



ほっと
ひといき

事務の畑山です。今回は土佐市にあるイタリア料理のお店、『ALBERO-アルベロ-』をご紹介します！

昨年オープンした新しいお店ですが、土佐市で本格的なイタリアンが楽しめる人気店になっています☆魚屋さんが経営しているので新鮮な魚料理はモチロンお肉料理も充実！そしてイタリアンといえばピザ&パスタ!(^^)! 中でもモチモチ生地にとトロチーズのピザが私は大好きです(^^♪ 土佐市役所から西へ徒歩一分。事前予約がオススメです(*^▽^*)

