NO.103

さんようどうニュース

ハッピースマイル

JANUARY
2009
発行人
佐々木健二

ケンチンが行く!! VOL.103

機能性胃腸症の3つのタイプ

検査では異常のない慢性胃炎。最近では機能性胃腸症と呼ばれるようになっきました。どのような症状かといいますと…。

☆ 運動不全型(もたれなど) ☆

ストレスや不規則な生活、食べ過ぎなどで胃の運動機能が低下して起こります。胃を活発にして消化力を高めましょう。

☆ 潰瘍症状型(痛みなど) ☆

ストレスや不規則な食生活、食べ過ぎ、薬の副作用などで胃酸の出過ぎの為に起こります。胃酸の分泌を抑制しましょう。

☆ 逆流症状型(胸やけなど) ☆

食べ過ぎや前かがみの姿勢を長時間とりおなかに強い力がかかるなどして、胃酸によって食道に炎症が起きてしまいます。胃の運動を高めて、胃酸の分泌を抑制しましょう。

以上簡単に3つのタイプに分けてみました。自律神経の乱れでも胃腸の状態が変わります。お気軽にご相談下さいませ!

今回のおはなしです。

豊かになったこの日本で、毎年3万人を超える自殺者が出ている。気分がうつうつとしている人が多くなっている。
先進国で、こんなに多くの自殺者を出す国はほかに例を見ない。

10年程前は、自殺の原因で多数を占めていたのは健康問題だった。それが、5年程前から生活の問題に変わった。
そして、ここ2、3年、若い人たちの自殺が不気味に増加している。15歳から34歳までの女性の死亡原因のトップは自殺だ。
20歳から44歳までの男性の死亡原因のトップも自殺なのだ。日本の若い人たちは、病気でもなく、交通事故でもなく、自ら命を絶っている。若者たちの自殺者の増加は、何を意味しているのだろうか。

GDP世界2位の豊かな国をつくったが、僕たちの国のリーダーたちは、この国のつくり方を誤ったのではないか。
モノやお金よりも大切なものがあることは日本人はよく知っていたはず。日本はいい国である。でも、土俵際にいる。
いい国をいい国であり続けるために、どうしたらよいか。
介護問題をキチンと解決することが、いい国づくりの糸口になると僕は思っている。

鎌田 實先生「鎌田 實のしあわせ介護」より

第2回 河北仙販
「私の新聞」オーディション入選作品

ご意見・ご感想は
kikakuka@senpan.co.jp まで
e-mailにてお送り下さいませ!

今年もよろしくお願い申し上げます!

今年最初のハッピースマイルをお送りいたします。
先日美輪明宏さんの新聞コラムを読みました。
「日本は劣化してはいますが、それは米国の劣化の物まねをしているだけで、日本人の体質、底力そのものが劣化しているのではありません。現在は過度期なのです。私はここから先を楽しみにしているのです」。
苦あれば楽あり。みなさまご一緒に頑晴りましょう!

創業 1930年　山陽堂薬局
仙台市若林区連坊小路148　TEL: 022-227-9045
○営業時間：朝9時～夜7時
○お休み：毎週日曜日・祝日

☆当店では皆さまから頂いた売上げの一部を、ワールドビジョンジャパンを通してアフリカ・マラウィの子供たちに寄付させて頂いております。感謝いたします。