

はつらつニュース



医療法人社団 木水会
田辺クリニック 田辺 泰登

〒722-0002 広島県尾道市古浜町 6-20
TEL(0848)24-1155(代) FAX(0848)24-1156

迷犬ラッシー

TVの名犬ラッシーは家族で欠かさず観ていました。この番組は人気で、長く続いています。実は我が家でも、昔から犬を飼っていました。父が猟友会に属していたので、犬は代々鳥猟犬のイングリッシュポインターです。

手は短かく、芸もできず、唯元気よく吠えるばかりです。改めてラッシーは凄い犬だと思っていたました。

或る休日、母からたまには子守りをするよと言われた父は、私を猟に連れて行きました。山に入ると大勢の人や犬が集まっていました。

簡単な打ち合わせの後、私と小犬一匹を山中に残して、ハンター達は出かけて行きました。誰も異を唱えない猟師達の何と太っ腹なことよ！

取り残された私は小犬と遊び始めました。何も芸ができず、ペロペロなめるだけです。私は垂れ下がった耳をひっくり返して頭の上で結んでみたり、尻尾をひっぱって引きずってみたりしていました。私も小犬もすぐに飽きて、私はふて寝をしながらラッシーの夢を見ていました。

しばらく経って、遠くから犬の吠える声が近づいて来て、私は目を醒まししました。小犬も喜んでキャンキャン鳴いています。

犬の集団がハーハーと舌を長く垂らして近づいてきて、私をなめまくりまします。私も犬の頭をなでなでし

てやっていました。その時何かの合図で犬達は一勢に反対の方を向きましました。その瞬間私に向かってき本物の棒が勢い良く振りかかってきました。私は思わず、のけぞって倒れていました。何が起こったのか？よく分らないまま再び立ち上がると、再びペロペロなめられます。そしてまたもや、犬達は方向転換し、あ



名犬ラッシー

腕白なティミー少年が引き起こす騒動にハラハラドキドキ、そこにコリー犬ラッシーが登場、大活躍をします。

のすさまじいビートが飛んで来ましました。私は倒れ込んで、もう起き上がれません。「助けて、ラッシー」とつぶやき、きつと小犬がチクッたに違いないと確信しました。ハンター達は、一杯やりながら宴会を始めています。犬達もエサにありついて、がっついています。その後獲物を分配して我々も帰途

につきました。

帰宅後、母に「どうだった」と聞かれたので、「大人達は山に芝刈りに行き、子供は山で犬にシバカレていました」と報告しました。父がこつてりとしぼられたのは言うまでもありません。

私が遊んでやった子犬も、成長して優秀な鳥猟犬になったラッシーと聞きました。私はそれ以来余りと聞きました。私はそれ以来余り犬との相性が良くありません。犬の側も、ネットワークを通じて情報が伝わっているのか、どの犬も私と合うと吠えてきます。

貴重な経験をしていない妹宅では、犬を5匹飼っています。遊びに行くときと散々吠えられるので、だんだんと足が速のいてしまいました。そのためか、私は犬を飼うこともなく、猟友会にも所属していません。ただし猟友会の方々は、今でも父の思い出話をしながら、猟銃の更新時に受診してくれています。

犬の寿命は概ね10数年と言われています。ポインターも年を取ってくると、山中を駆け回る猟犬としての仕事は出来なくなります。今更家の中で飼うわけにもいかず、安楽死させるケースもあったようです。

父が偉いと思ったのは、代々弱った犬も最期まで面倒をみていたこととです。或る日長く飼っていた一頭が衰弱死しました。父は「これはフィリアにやられたんだ」と言います。「何で分かるん」と私が尋ねると、父はナイフで死んだ犬の胸を開きました。出てきた心臓の周りにはそうめんのような白い虫が

ウヨウヨ這い出ていました。蚊の媒介する寄生虫で、ヒトに感染することはありません。このことはその後私が寄生虫に興味を持ち、ヒトの胃に寄生して腹痛を起こすアニキサス虫の臨床研究をしたきっかけになったのかも知れません。

影武者ラッシー

黒澤明監督・仲代達矢主演の「影武者」という映画がありました。武田信玄の死を隠し、偽者が大将に祭り上げられるのですが、次第にボロが出て追放されてしまいます。

さて名犬ラッシーは1954年9月スタートで最終放送が1973年3月です。約20年ですが、犬の寿命から考えると少し長いようです。

実際の所、一回影武者犬に交代していたのです。初代ラッシーの死は、視聴者のアニマルロスを避けるため伏せられていました。ラッシーの子が代役を務め、誰も影武者と気付かないまま終了したようです。

現在はペットに関する法律が整備されてきています。犬や猫などペットは生後すぐに、マイクロチップを入れるよう義務づけられました。それによって持ち主の経歴等の情報も、即入手することが出来ます。犬や猫を捨てるのは犯罪です。飼い主に100万円以下の罰金が課せられます。

ヒトも含めて生き物の世話はとにかく大変です。

痛い痛い “こむらがえり”



「イタタタ〇〇〇！」寝ているときに急に足がつってどうしていいかわからず痛みがおさまるまでひたすら耐えて寝不足になってしまった…こんな話をみなさんからよく聞きます。

こむらとは、ふくらはぎの事でこの筋肉が過剰に収縮して足がつるのがこむら返りと言われるものです。考えられる原因はたくさんあり、冷えによる筋肉のこわばりや循環障害からくるもの、普段以上に体を動かしたときなどの筋肉疲労からくるものや、脱水からくるもの、時には病気からくるものもあります。

今回は就寝中によく起きるこむら返りの予防とこむら返りが起きた際の簡単な対処法をご紹介します。

予防法1 原因の1つは脱水。

特に暑い時期には多くの汗をかくために水分バランスが乱れることがあるので日中の水分補給だけでなく就寝前にもコップ1杯のスポーツドリンクなどを飲んで水分と栄養分の補給をしておきましょう。(冷えたものより常温のものが良い)

予防法2 足の冷えも原因の1つ。

まだ残暑が厳しい時期なので日中だけでなく就寝のときでもクーラーを欠かすことが出来ないの、足が冷えてしまうことがあります。冷えを感じる方は足首を締め付けない緩めのレッグウォーマーなどを履いて就寝時の足の冷えを防ぎましょう。

予防法3

足がよくつる人は予防として薬を飲むという方法もあります。よく使われるのは芍薬甘草湯しやくやくかんそうとうという漢方薬で神経の興奮や筋肉の炎症を抑える作用があり就寝前に飲むことで足のつりを防ぐ効果が期待できます。(足がつった後に飲んでも緊張や痛みを抑えるなどの効果があります)

※色々行ってみても毎回のよう足がつる方は何かほかに重大な病気があることもあるので放っておかないで主治医の先生に相談するようにしてください。

◎ こむら返りが起きた時の 対処法

- こむら返りが起きたときには 先ず転がったまま、
- ①膝を伸ばし足先を上をしっかり起こす(足先を反るように起こすことでこむら返りを起こしているふくらはぎの筋肉をストレッチすることが出来ます。10秒ほど足先をしっかり起こす(反らす)ことを2~3回も行えばふくらはぎの痛みはかなり楽になります。
 - ②痛みがある程度収まったら座るなどして自分の手で足先を上を反らすように手前に引いてふくらはぎのストレッチを行います。(膝は伸ばしたまま)正しく行えば筋肉の緊張が緩み痛みはすぐにおさまってきます。再びこむら返りが起きそうになれば同じ動作を繰り返します。

動作自体はとても簡単なので正しい動きを覚えてこむら返りで寝られない夜をなくしましょう。(ストレッチの行い方がどうもよく分からないという方はリハスタッフに遠慮なく聞いてくださいね) 曾根 正登

★東洋医学入門

～その127～

鍼灸師 村田 雅文

今回も経穴のお話です。 足の少陽胆経

てんしょう

天衝……「天」は頭頂部の百会穴を、「衝」は通じる道を指します。この経穴は頭頂部に通じる道の役割があるので天衝と呼ばれてます。また、「衝」の語意が通じることを主とするので、邪気などにより気滞で現れた頭部の痛みをとる作用があるのでこの名が付けました。片頭痛、歯、歯茎の痛みに用います。

ふはく

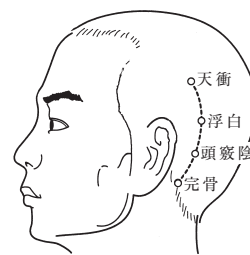
浮白……「浮」は浅い表にあることを言い、「白」は五臓で肺に属します。この経穴は肺疾患にも用いるのでこの名が付けました。頭痛、歯痛、耳鳴り、高血圧などの用います。

あたまきょういん

頭竅陰……「竅」は孔を指し、「陰」は五臓を指します。五臓は全て頭部に開竅している所以この名が付けました。頭痛、耳鳴り、舌のこわばり、などに用います。

かんこつ

完骨……耳の後ろにある乳様突起を完骨と言い、そこに位置する経穴なのでこの名が付けられました。この骨は強固な城郭に似た形で脳府を守っており、中に神経を蔵し、目、耳に繋がっているといわれています。悪寒、発熱、顔面神経麻痺、顎関節症、歯痛、難聴、咽頭痛、頬の腫れ、不眠、目眩、鞭打ち、寝違いなどに用います。



お知らせ



- 9月25日(日)は、当番医のため、午前9時から午後5時まで診療を行います。
- コロナワクチンの4回目の接種が進んでいます。今年は南半球のオーストラリアなどで、インフルエンザが流行しました。我が国でも流行が予想されます。インフルエンザ予防接種も是非受けて下さい。

👩🏻 田辺クリニックのホームページ <http://www.tanabecl.sakura.ne.jp/>
はつらつニュースのバックナンバーが入っています。