

教えて!ドクター

脳神経内科の話

倉敷脳神経内科クリニック

vol.3 むずむず脚症候群 (RLS)

Q むずむず脚症候群とはどんな病気ですか。

A レスレスレッグズ症候群 (RLS) と呼ばれます。脚は開いて休めず、夜間や安静時に足がムズムズする、かゆい、刺さるような感じがする、脚を動かさないと眠れない、脚を動かした瞬間に楽になる、虫がはうような感じなどの不快感があります。

Q 日常生活での注意点はありますか。

A カフェイン、アルコール、喫煙が症状を増悪させ、脚を動かすこと、力任せ、規則的な就寝・起床を心がけて就寝前の激しい運動は避けること、就寝前に強い風を浴びる、入浴後冷たいシャワーを浴びる、寝る前に脚を温めることなどが効果的です。

Q 薬物療法はありますか。

A レスレスレッグズ症候群の原因は、脳内のドーパミン不足によるものとされています。年齢とともに増加傾向があり、女性に多く、日本では人の1/4~1/3の患者がいます。薬物療法は、ドーパミン受容体刺激薬や鉄欠乏が原因の場合は鉄剤が効果的です。

Q 脳神経内科クリニックの所在地と連絡先は?

倉敷市石見町4-6
フィロフィアビル1階
☎ 086-425-1122

認定補聴器技能者が常勤し、購入後もサポート

補聴器選びは専門店がオススメ

認定補聴器専門店 Audika (オーディカ)岡山店

防音の個室に入り、測定機器で聞こえの状態をチェック

【無料出張相談会】
8/6(水)13:30~16:00 児島市民交流センター
8/9(土)9:30~12:00 建部町文化センター
8/19(火)9:30~12:00 岡山市南文化センター
8/20(水)9:30~12:00 倉敷市環境交流スクエア
8/22(金)13:30~16:00 坂が丘いきいき交流センター
8/23(土)13:30~16:00 ゆめトピア長瀬

お問い合わせ
Audika岡山店
☎ 086-225-5566
岡山市北区清輝楼1-7-18
シャトルビル東大東1階
営業時間/9:00~17:00、要予約
定休日/日・月曜、祝日
P完備

教えて!ドクター

山田先生が教える 美と健康のひけつ

vol.4 下まぶたのたるみ・クマ

皮膚・眼輪筋のゆるみ、眼輪筋が飛び出すクマができる、眼輪筋のゆるみ、顔面筋の下垂

Q 加齢とともに気になる眼のたるみやクマの原因は?

A 眼のたるみやクマの原因は、眼の周囲の皮膚や眼輪筋の老化による弾力性の低下、眼輪筋の弛緩、眼輪筋の飛び出し、眼輪筋のゆるみ、顔面筋の下垂などです。

Q 治療法はありますか?

A 眼のたるみやクマの治療法は、眼の周囲の皮膚や眼輪筋の老化による弾力性の低下、眼輪筋の弛緩、眼輪筋の飛び出し、眼輪筋のゆるみ、顔面筋の下垂などです。

Q 山田先生クリニックの所在地と連絡先は?

岡山県岡山市北区
☎ 086-225-5566

教えて!ドクター Vol.67

歯とお口のQ&A

お答え/MOMO DENTAL CLINIC

佐藤 毅 先生 (日本歯周病学会専門医)

自分の歯もインプラントも長くもたせるためには、歯周病の管理が必須

Q インプラント治療は、歯周病のリスクはありますか?

A インプラント治療は、歯周病のリスクはありますが、適切な治療とメンテナンスにより、長期間の使用が可能です。

Q 歯周病の予防法はありますか?

A 歯周病の予防法は、適切な歯ブラシ、フロス、歯間ブラシの使用、定期的な歯科検診などです。

Q MOMO DENTAL CLINICの所在地と連絡先は?

岡山県岡山市北区
TEL.086-225-2020

来週の星占い

7/27 ~ 8/2

おひつじ 3/21 ~ 4/19
長所を生かした行動で得意分野で活躍。ライバルが多くても勝ち目絶大。

おうし 4/20 ~ 5/20
行動力はダウン。でも少しずつ進めることが大切。亀の歩み止めないこと。

ふたご 5/21 ~ 6/21
器用な上に段取り上手でサクサクと物事がこなせそう。余った時間でレジャーも。

かに 6/22 ~ 7/22
食べる楽しみに注力すると、リッチな外食もよし、料理の腕ふるるともよし。

しし 7/23 ~ 8/22
パワー満点。レジャーや遊びは気の向くままに。海外でのリゾートもラッキー。

おとめ 8/23 ~ 9/22
裏方に回って、周囲のために専任して、感謝されるし、関連効果も大。

てんびん 9/23 ~ 10/23
交友関係が好調。長く会っていない友人に着目し、メールのやり取り。交流復活。

さそり 10/24 ~ 11/22
心身ともに充実。積極的な考えと行動が成果を生みそう。勝負事にもツキあり。

いてる 11/23 ~ 12/21
人脈を広げるチャンス。交際費も奮発し、さまざまな人と交流をはかると言。

やぎ 12/22 ~ 1/19
生真面目さから無理な頼み事を受け入れて苦しむことも。断る勇気が大切。

みずめ 1/20 ~ 2/18
偶然を味方につけられるとき。新たな出会い、良い交際が発展する予感。

うお 2/19 ~ 3/20
細かいことにこだわって、かえって効率か低下しそう。法々と全体像を捉えて。

未来をつくるヒント

世界に誇る瀬戸内海のみならず、次世代を担う子どもたちに伝えるOHKの環境情報バラエティ番組「Re:SETO」。キーワードからより良い未来をつくるヒントを探ります。

今回は「人気水族館 身近に感じる環境問題」

今回は夏休みにおすすめ! サステナブルな観光スポットをご紹介します。絶滅危惧種を含む3つの貴重な生き物から環境問題を楽しく学ぶ水族館の「未来型」の展示を取材しました。

サザエさんのエコ探索は、捨てられるはずだったものを使い、おしゃれなバッグづくりに取り組み高松市の会社をご紹介します。

絶滅危惧種
日本国内では、年々絶滅危惧種は増えており、2024年4月現在では3772種が絶滅のおそれがあるとされています。
※ (ecojin) (環境省) より

「Re:SETO」
放送日 7/26(土)
10:25 ~ 10:50
◀ ホームページはこちら ▶

リースで始める 電化生活!

電化パック3S

※電化住宅用の電源や給水・給湯配管工事が必要な場合や配線などの交換が必要な場合にも対応可能な標準取付工事が付いているプランです。なお、標準取付工事範囲以外の工事が必要な場合には、リース料金以外の費用が発生する場合があります。

エコキュート・IHクッキングヒーターは長く使うものだから、**中国電力グループのエネルギーソリューション・アンド・サービス(ESS)のリースがおすすめ!**

災害保証もここまで充実!

水害 落雷 雪害 火災 害虫・小動物 落下物

電化リース制度についての詳細は右記二次元コードよりご覧ください。

リース料金
リース料金は2025年4月1日現在のものです。

エコキュート フルオート 370Lタイプ
月々 **5,148**円(税込) 契約・保証期間 12年

IHクッキングヒーター ビルトインタイプ 2口IH(ブラック)
月々 **1,584**円(税込) 契約・保証期間 10年

エアコン 6畳向け
月々 **1,870**円(税込) 契約・保証期間 10年

「あっと!電化パック」は多くのお客様にご愛顧いただいております。

「あっと!電化パック」のご利用数 ※1

90,000件※2 突破

※1.エコキュート・IH・エアコン・太陽光等、リース対象機器合計での実績
※2.2024年4月現在のご利用件数

Energy 株式会社 エネルギア・ソリューション・アンド・サービス

☎ 0120-051-131 (受付時間) 9:00~21:00 (365日)
岡山営業所 倉敷市船倉町1275-4 TEL 086-435-5081 WEBでのお問合せ