



## 「むくみ」のお話

大間病院の木村です。今回は「むくみ」のお話です。

むくみが気になっている方、困っている方はたくさんいると思います。むくみに対しお薬を飲んでいる方もいると思います。



そもそも「むくみ」とは何でしょうか。

医学的には「浮腫(ふしゅ)」といますが、ここでは「むくみ」としてお話します。

むくんでいるというのは、皮膚の下に過剰な水分がたまっているという状態です。

むくみの原因はさまざまです。様子を見ていいものもあれば、心臓や腎臓、肝臓が原因となるむくみ、甲状腺のホルモンの異常が原因で起こるむくみ、バイキンが入って起こるむくみ、栄養不足や血管の異常、腫瘍によるむくみなど、たくさんあります。

むくみが気になっている方、むくみが良ならない方、どんどんむくみが悪くなる方は、気軽に大間病院を受診してください。どこにむくみがあるか、いつからむくみがあるか、

ほかに症状はあるかなど、いろいろ診察し、必要な検査をさせていただきます。

また、早めにむくみに気づくためにも、普段から自分の体にむくみがないかどうか、定期的に観察してみてください。特にスネや足などは、むくみの起きやすい部位です。スネを指で強く押して、皮膚の戻りが悪くへこんだままになっている場合、むくみの可能性があります。しかしながら、そのような跡が残らないむくみもあります。毎日のチェックは大切ですが、安易な自己判断は危険ですので、昔からむくみがあるけど放置している方も、一度大間病院を受診してみてください。

また、薬の副作用によるむくみもあります。薬をたくさん飲んでいてむくみのある方は、薬のせいでむくんでいることもありますので、一度ご相談ください。



これからどんどん寒くなりますので、体調を崩しやすくなると思います。

むくみ以外でも気になることがありましたら、気軽に大間病院までご相談ください。



# うんたん 雲丹の活動日記

## 今月の雲丹(うんたん)の活動



みなさんは雲丹(うんたん)がツイッターをやっていることを知っていますか？ 実は雲丹(うんたん)が佐井村にやってきた2013年から情報を発信していたんです。佐井村のイベント情報や何気ない日常のつぶやきなど、ゆる〜く発信していますので、気になった方はぜひフォローしてください。

### 雲丹(うんたん)からひとこと

「みんなよかったらチェックしてみての〜」