

腸とお尻の大切な話。

家族や社会の理解と、 家田と患者さまの信頼と。

年齢と共に変化する
腸とお尻の環境。

子どもから思春期、大人から高齢へ。体の変化と共に腸やお尻の環境も変わっていきます。便秘や下痢の悩みもたくさん聞きます。痛みが激しい痔ろうも多く、お尻の病気に関していえば、最近性別による差は少ない。日本人の生活スタイルが平均化してきている結果かもしれません。

食べて出す。これ、生きる基本。

毎日、食事をして排泄をする。私たちは、このサイクルがなければ生きていくことはできません。なのに、なんとなく、腸と肛門に関しては病気という意識が薄いのです。

便秘の人も、病気だとは思わず、医者にかかるタイミングも遅れがちです。ですが痔という病気は、医学が発達した現代でも発症のメカニズムが完全に解明されておらず、予防よりも治療と機能をどう守るかというところが中心です。ちょっとした異常を感じたら、早めに病院で診てもらおうのが重篤化を防ぐ最善の方法なのです。



食や睡眠を大切にすることは、
健康に生きることにつながる。

現代人は夜更かしです。寝不足は朝の食欲不振や排便習慣の乱れにつながります。3食きちんと食べて便通を良くすることは、健康づくりの第一歩。残念ながら、便通がよくても痔になることはありますが、無理なダイエットで食事を抜いたり極端に減らしたりするのはいけません。

また、テレビやネットではさまざまな健康情報が飛び交っていますが、極端に同じものばかり食べたり排除したりと、情報に振り回されないよう気をつけましょう。

**家庭や学校、
社会の環境を整える。**

子どもや若い世代の痔や腸の病気も増えています。食事に気をつけることはもちろんですが、家族で何でも話せる関係をつくることも大切。夫婦や家族のあいだで体の不調などを話し合うことができれば、家族に勧められて早めの来院もできますし、自分で聞きづらいことを聞いてもらうこともできます。

子どもたちにとっては、学校で気兼ねなく排便できる環境づくりも重要です。家田病院では待合室や診察室など、すべての患者さまへの配慮をしています。どうぞ安心してお越しください。

