



最近はどこにでも24時間開いているコンビニがあり、インターネットでさまざまな情報が簡単に得られる大変便利な社会となりました。そのうちコンビニの自販機に年齢・性別・身長・体重と症状を3つ入力すると、薬が自動的に処方される時代が来るかもしれません。

ところで皆さんは「かかりつけ医」をお持ちでしょうか？
 今まで病気をしたことが無いので持っていない方も多いでしょうが、小さい頃から診てもらっているとか、近くにあるのでよく行っている、専門医なので通っている、など何かしら診てもらっている方も多いでしょう。

我々医師は皆さんを何回も、また長く診ることによって皆さんの心身のことを少しずつ把握してゆきます。それでも医学にはまだ未解明な点も多く、73億人の人類は個々に薬の効き方・治り方・副作用の出方などが微妙に違うことから、100%のことが分かっているわけではありません。

では、多くのデータを蓄積しているインターネットなら完全なんでしょうか？ 確かにネット上にはさまざまな医療情報があり簡単に調べることができますが、逆に情報が多すぎて自分に当てはまるのか、余計に心配になったり、不安に陥ることもなにかねません。

そんな場合こそ、ご自分の聞きたいことをかかりつけ医に相談してみてください。コツコツと信頼関係を築いてきた人間同士から得られる安心感は大きいはずですよ。

「治療」という言葉には「治す」と同時に「癒す」という行為があって完成します。是非とも、ご自身のかかりつけ医をみつけて、日ごろから良い関係を築いておきましょう。

目次

特集

あなたの肺は大丈夫？
 肺の生活習慣病「COPD」を知ろう！ 1

スポーツコーナー
 中高年のスポーツ再デビューにおける注意点 5

新風—千葉県の医療情報紹介—
 禁煙治療の今
 若年層にも受けやすく 保険適用範囲拡大！ 6

アスリートに聞く！～スポーツとカラダづくり～
 オーピックシーガルズ(アメリカンフットボール)
 ケビン・ジャクソンさん 8

からだのソラシド♪ マナボット
 気になるフケの正体を知ろう！
 ～なんとかしたいフケ対策～ 10

こども相談室
 こどもの急性腎盂腎炎について 13

千葉県インフォメーション
 受動喫煙による健康被害を防ぐために
 訪問看護師の募集について
 看護師等の届出制度について
 骨髄バンクドナー登録にご協力を 14

元気からだ! Q&A
 コレステロールの善玉、悪玉について 16

情報ファクトリー
 未来の子どもの健康を守るため
 環境省の「エコチル調査」が進んでいます 17

こころの健康
 「発達障害」について 18

旬食野菜クッキング
 肉巻きごぼう 19

医師会インフォメーション
 間違い探しクイズ、プレゼント 他 20