

ひらた医院 NEWS

ひらた医院は医療を通じて
社会に貢献いたします



毎週火曜日午後に生花を診察室前に置いています。
皆様の目の保養になりますように。

日曜診療のお知らせ

3月31日(日)

通常診療は午前中のみ行います。

ひらた医院では、皆さまからのご要望で、
毎月1回日曜日、内視鏡検査をご予約の方を
中心に診療しております。

次回のヘリカルCTは

3月29日(金) 10時～[要予約]

今後のヘリカルCTの予定

3/29(金)	7/13(土)	11/22(金)
4/24(水)	8/27(火)	12/24(火)
5/23(木)	9/24(火)	
6/22(土)	10/23(水)	

いずれも10時～ [前日までに要予約]

2024年

3月の診察予定

日	月	火	水	木	金	土
2/25 診療	26	27	28 CT	29 午前のみ	3/1	2 午前のみ
3 休診	4	5	6	7 午前のみ	8	9 午前のみ
10 休診	11	12	13	14 午前のみ	15	16 午前のみ
17 休診	18	19	20 休診 春分の日	21 午前のみ	22	23 午前のみ
24 休診	25	26	27	28 午前のみ	29 CT	30 午前のみ
31 診療	4/1	2	3	4 午前のみ	5	6 午前のみ

- 胃・大腸の内視鏡検査は毎日おこなっております。
- 検査のご予約やご相談、承っております。
- 会社の健康診断、入社や入学に必要な健康診断も承っております。

健康の輪を広げる運動をしています

皆さんの周りの大切な方に健康の大切さ、健康管理の重要性をお話ください。



いつまでも元気に！

花粉症について

だんだんと暖かくなるにつれ、増えてくるのが花粉症です。
花粉症を放置しておくと、
集中力の低下や睡眠不足など日常生活に
支障が出てしまうので、早めに対処しましょう。



花粉症の主な症状

花粉症とは、植物の花粉が原因で生じるアレルギー症状のこと。くしゃみや鼻水、鼻詰まりなどのアレルギー性鼻炎、目のかゆみや充血などのアレルギー性結膜炎の2つの症状が見られます。

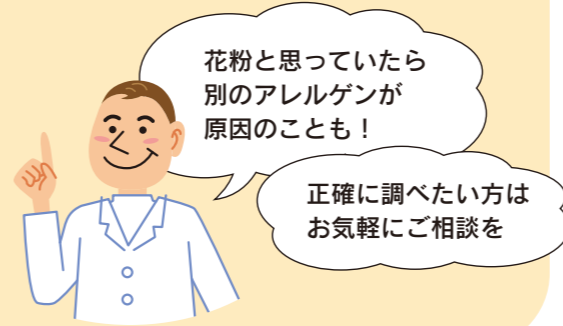
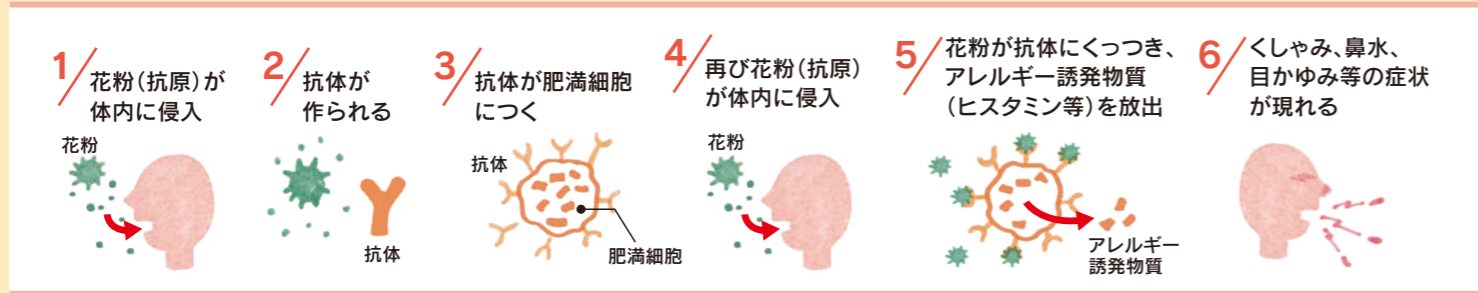
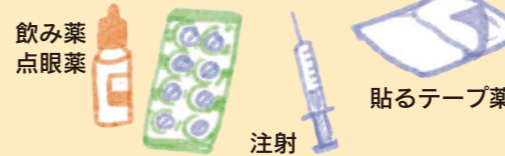
花粉症のメカニズム

花粉症は体の免疫システムに関係しています。鼻や目に入った花粉を体が「異物」とみなし、排除しようと過剰に反応することでくしゃみや鼻水が出るのが花粉症のメカニズムです。



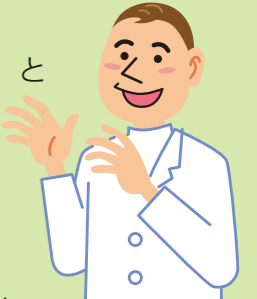
病院での治療は？

花粉症か風邪か分からないという時は、病院で花粉に対するアレルギー(抗原)を持っているか検査することも可能。花粉症の治療には、飲み薬や点眼薬、注射によってアレルギー症状を抑える方法があります。薬や注射が苦手という方には肌に貼るテープ薬も処方できますので、ご相談ください。



体のこと、健康のこと、お薬のこと
どんなお悩みごとでも
お気軽にご相談ください

「こんな悩みがあるんだけどどこで聞けばいいんだろう…」と受診する診療科を選ぶ時に迷うことはありませんか？



患者さんご自身で診療科を判断するのはなかなか大変です。患部や症状を問わず、どんなお悩みごとでも、遠慮なく当院でご相談ください。

自宅や外出先からも
診療いただける



オンライン診療

オンライン診療なら、自宅にいなご相談いただくことが可能です。病院に足を運びにくい時は、お気軽にオンライン診療をご利用ください。

オンライン診療に必要な物

- インターネットに繋がったパソコンやスマートフォン、タブレット端末など。
- 予約時に、クレジットカード、保険証が必要です。

【自宅】でできる花粉対策 花粉を付けない&持ち込まない

衣類や髪の花粉を払う

帰宅したら、玄関の前で衣服や髪の毛について花粉を手やブラシで払いましょう。



手洗いと洗顔

帰宅後は手洗いでだけでなく、洗顔をして顔について花粉もオフ。



室内をこまめに掃除

床は毎日拭き掃除して、花粉が侵入する玄関や窓のサッシ、網などは念入りに。



「治るガンで死なせない」
を使命とし、日々奮闘中！

ひらた医院 院長/医学博士
平田 孝浩

ひらた医院では「健康」の輪を拡げる取り組みを行っています。大切な方へ「健康の輪」を広げていきましょう。



ひらた医院
ホームページ



オンライン診療
詳しくはこちら→



ご不明な時は、お気軽にご連絡ください。
ひらた医院 (代表電話) TEL.097-548-7616



春の不調に 気をつけましょう

少しずつ寒さが和らぎ、春の訪れを感じ始める時期になりました。気持ちはウキウキとする一方で、疲労感や体のだるさといった不調に悩まされる方も多いかもしれません。実は、春は心身に不調が起こりやすい時期なのです。

3月～4月は朝晩に冷え込むことがあります、昼夜の寒暖差が10℃以上になることも。そのため体の働きを調整する自律神経が乱れやすく、高血圧や頭痛、胃痛などの健康トラブルが起きやすくなってしまいます。また、年度末にあたる

3月は何かと忙しい上に引っ越しや異動、お子さんの卒業、入学の準備など環境の変化が起きやすい時期のため、ストレスや疲労が溜まりがち。さらに花粉症によって睡眠不足になることもあります。

そこでこの時期は自律神経を整えることを意識し、体調不良を予防しましょう。と言っても、特別なことをする訳ではありません。毎日朝食を取る、決まった時間に寝起きする、適度な運動をする、半身浴をしてリラックスするなど、いつもの生活習慣を少し見直

してみてください。栄養バランスの良い食事も欠かせないので、できるだけ食事内容に偏りがないように気をつけましょう。

何より、“頑張りすぎない”ことも大切です。環境の変化に対していつも以上に頑張ると疲れが溜まってしまいますので、普段通りのペースを心がけましょう。

お体や心のことで何か気になることがありましたら、一人で悩まずに私に相談してください。私はいつでもここにいます。

院長の愛猫便り

春のお出かけ編



こもじんじゃ
中津の薦神社に参拝。
桜の咲く頃に
また行きたいですね。

仕事も
ちゃんとしてにゃ



お刺身で舌鼓



受付予約 (診察順番予約)

電話 **050-5533-1937**

インターネット (当日受付できます)

<https://e.inet489.jp/hrt7616>

※ネット受付をして来院した場合も必ず
受付窓口までお越し下さい。



内視鏡のご予約

電話 **097-576-7618**

内視鏡センター直通



ひらた医院 胃腸科・肛門科
内科・外科

HIRATA CLINIC 〒870-1143 大分市田尻478

診療時間 午前 9時～12時30分 / 午後14時～18時

休診日 日曜・祝日・木曜午後・土曜午後

電話 097-548-7616

院長：平田 孝浩 (医学博士、外科専門医、消化器外科認定医)
平成14年7月1日開院

オンライン診療

ホームページ

