



小林ちゅむちゃん(3才6カ月♀)上 小林ちようすけちゃん(3才♂)下

5 月	4 月	3 月	当山行事
	4 / 8 降誕会 (花まつり)	3 / 24 明け 3 / 21 中日 (春分の旦) 3 / 18 入り 彼岸会	
● 5 / 21 小満 ● 小満やあやめにまじる 薄荷草 (那須弥生)	● 4 / 20 穀雨 ● 伊勢の海の魚介豊かにして 穀雨 (長谷川かな女)	● 3 / 21 春分 ● 春分の入り笹子に 今滾つ (行人)	● 3 / 6 啓蟄 ● 啓蟄のもの驚かせ 午後の風 (星野立子)
5 / 13 母の日 5 / 5 端午の節句 (菖蒲の節句) (こどもの日) 5 / 4 みどりの日 5 / 3 憲法記念日 5 / 2 八十八夜	4 / 29 昭和の日	3 / 3 上巳の節句 (桃の節句) (雛祭り)	祝日等

春ごよみ

作文募集

● ペットとの思い出、出来事など作文にしてお寄せ下さい。
(800字以内)
尚、作文には題名を必ずご記入下さい。
● 応募作品は返却いたしません。
● 住所・氏名・年齢・電話を明記し、慈恵院編集部宛お送り下さい。
掲載は随時とさせていただきます。

「こよみ事典」東京美術 参考

大きな不安 小さな不安

アテナ動物病院西新井

院長 熱田 典亮

私が子供の頃は、地域柄なのか、周りには犬や猫を飼育する家庭は少なかったように思います。特に犬は外飼い、猫はノラ猫にご飯をあげて飼育していた環境でした。私も例外ではなく、生き物に触れたといったら、川で捕まえた魚やセミ、カブト虫などの昆虫が主でした。犬猫にほとんど触れたことがなかった私が、生き物が好きというだけで獣医師になった時の不安はとても大きなものでした。躰から、ご飯の量、行動や病気についてお答えできなかった

を持つてその不安を受け止めて、取り除いてあげることができか、最も重要だと気づかされました。

犬や猫、そのほかの小動物たちも皆、自らの症状や状態をお話しすることができません。また動物たちは、弱い部分を見せないものです。それが故に、いつもと違う行動をされると私たちは、大きな不安にかられます。それが何かの病気のサインか、ただの仕草の一つなのか。最近ではインターネットでいろいろ調べることもできますが、犬猫は人間の子供と同じです。私も自分の子供が病気かなと思うとすぐにネットを開いてみますが、結局病院に行つて調べてもらわないと不安は解消されません。

来ましたと動物病院に来られる方も多くなってきました。そうなんです、人間のお医者さんでは考えにくいですが、動物病院は健康な子でも、ちょっとした不安なだけでも来ていい場所なんです。これは健康に対しての意識が高くなつており、とても良い傾向と感じ、嬉しく思います。

近年では犬の飼育頭数が減り続けて、猫の飼育頭数も横ばいで、また昔のように戻ってしまうのではないかという寂しさも同時に感じています。人間は様々な動物から学び、また動物も人間から学び、このような素晴らしい共生社会の少しでもお手伝いができれば幸せです。これからも一つ一つ皆さんの不安をとり除いていけるよう励んでいきたいです。



ながた内科クリニック

院長 永田 宏

TEL04-13690707

咳ぜんそく

●咳は体の防御反応
8週間以上続くと
要注意

咳は、呼吸器を守るための防御反応です。鼻や口から吸った空気は、気管支を通して肺に入ります。その際、ほこりなどの異物が侵入すると、それを排除しようとして反射的に咳をします。咳は、異物をからめつつ痰を排出する役割もしています。こうした一過性の咳は、基本的には問題ありません。薬で抑えるとかえって肺炎の原因になるこ

ともあるので、特に高齢者は注意しましょう。一過性の咳とは異なり、放っておいてはならない咳もあります。咳を1回すると約2キロカロリーを消費するといわれ、咳を頻繁にすれば体力を消耗しますし、夜中や明け方に咳き込むと睡眠が妨げられます。そのうえ、重篤な病気が隠れていることもあります。咳の原因の多くは、**風邪やインフルエンザ**などの感染症で、長引いたときでも8週間程度で炎症はなくなり、自然と治ります。しかし、8週間以上続く咳は、**慢性咳嗽**と

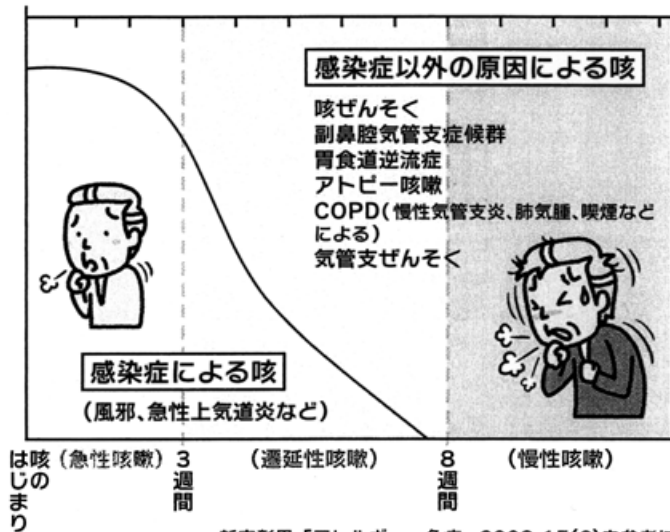
いわれ、原因を探索する必要があります。ぜんそく、慢性閉塞性肺疾患（COPD）、肺がんなどのほか、副鼻腔気管支症候群、アトピー咳嗽などの鑑別が必要です。胃酸の刺激が原因の胃食道逆流症や心理的な緊張や神経の過敏さが影響して咳が続く場合もあります。なかでも年々増加しているのが**咳ぜんそく**です。

●咳ぜんそくを放置すると3割がぜんそくへ移行

咳ぜんそくは、男性よりも女性に多く、ほとんどが大人になってから発症するといわれています。放置するとその約3割はぜんそくに移行します。ぜんそくとは、気管支の粘膜に慢性的な炎症が起こり過敏になる疾患です。過敏になった気管支は刺激を受けると粘膜がむくんで気道が狭くなり、空気の流れが悪くなってぜ

んそく発作が起こります。「ゴホンゴホン」という痰が出る湿った咳、「ゼーゼー・ヒューヒュー」という音（喘鳴）、息苦しさ特徴で、なかには呼吸困難で命を落とす場合もあります。これに対して咳ぜんそくは、気管支に炎症があるものの、ぜんそくほどは気道が狭まくならないため、息苦しさや喘鳴はありません。風邪から発症することが多いのですが、何らかの物質に対するアレルギー症状から過敏性だけが残っている場合もあります。受動喫煙や会話、冷気や暖気、季節の変わり目、飲酒といったことが刺激となり、「コンコン」という乾いた咳が出るのです。「いったん咳が出ると止まらない」「夜や早朝に咳がひどくなる」「咳止めや抗生物質ではよくならない」場合は、早めにかかりつけ医や呼吸器内科、アレルギー科を受診しましょう。

■咳が続く期間とその原因



新実彰男「アレルギー・免疫」2008;15(6)を参考に作成

●検査で正しい診断を 治療の原則は 「根気よく」

咳は、その原因が違えば治療方法も異なります。受診すると症状や服用薬剤について問診が行われ、血液

検査、胸部画像検査、肺機能検査などでほかの疾患の可能性を除外します。咳ぜんそくは、症状から判断するのは難しいため、気管支拡張剤の効果を調べる可逆性検査、気道過敏性検査などにより総合的に診断します。治療は、発作を抑える

気管支拡張薬と炎症を鎮める吸入ステロイド薬による薬物療法が中心です。最近では両者を合わせた吸入剤もあります。適切に使用すれば副作用は少なく、長く続けるのが原則です。咳ぜんそくはぜんそくよりも治りやすい反面、再発しやすい

疾患です。症状が治まっても自己判断しないでください。医師と相談しながら、病気への理解を深め、根気よく治療を続けましょう。

■咳ぜんそくを防ぐための5か条

1) 手洗いとうがいをしましょう

かぜやインフルエンザにかかると、気管支の粘膜が炎症を起こし、咳ぜんそくが起こりやすくなります。

2) 気温の変化に注意しましょう

急激な気温の変化は、咳ぜんそくを悪化させます。季節の変わり目など、服装、エアコンなどで温度調節します。

3) 過労を避け、ストレスをため込まないように

ストレスも、気管支を過敏にさせる要因です。過労を避け、睡眠や休養を十分にとることを心がけます。

4) 喫煙や過度の飲酒を避けましょう

たばこの煙は気管支を刺激し、飲酒は体の中にアセトアルデヒドという物質を産生し、気道を収縮させます。

5) 部屋をこまめに掃除しましょう

アレルギーを引き起こす原因となる物質（ハウスダスト、カビ、ペットの毛、花粉などのアレルギー）を排除します。

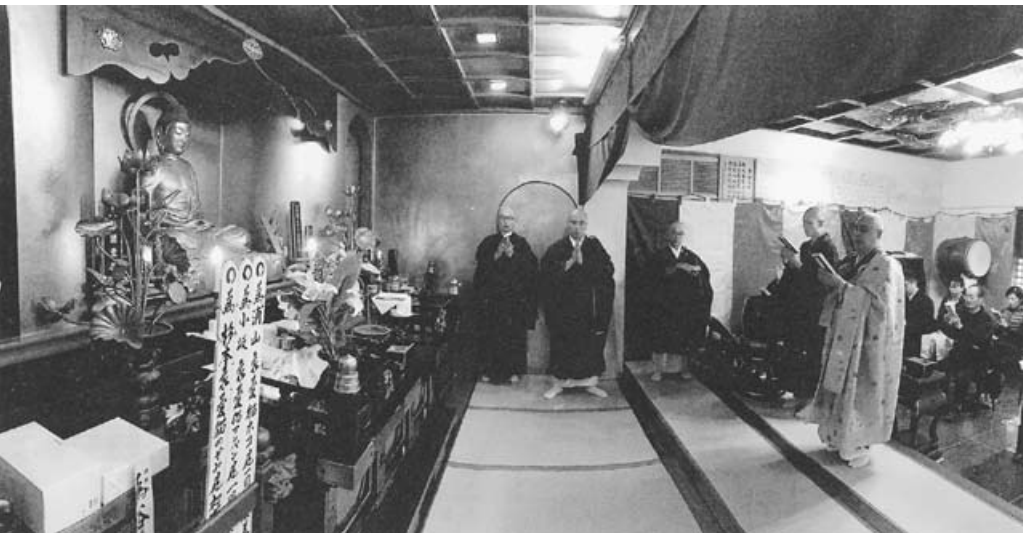
秋彼岸法要

9/23



成道会

12/3



●本山：東京都府中市浅間町2-15-1 〒183-0001
TEL.042-365-7676 FAX.042-336-3888
URL <http://www.jikeiin.jp>

●足立別院：東京都足立区加平1-14-3 〒121-0055
TEL.03-3628-7676 FAX.03-3628-7679

編集後記

▼ 平成の元号もあと一年ばかり。
今年の干支は「戌 戌」
つちのえいぬ

因に ちなみ 戌（ホ）つちのえ

戌（ジュツ）いぬ

戌（ジユ）まもる

▼ 春彼岸のご参詣をお待ちしております

▼ 年末筆、時節柄ご自愛下さい

戊戌弥生 合掌

慈 恵 春季号 No.62

平成三十年三月一日 発行

編集兼 永 田 恵 堂

発行所 宗教法人 慈 恵 院

郵便番号 一八三〇〇〇一 附属 多摩犬猫霊園

府中市浅間町二一五十一
宗教法人 慈恵院 編集部
〇四二一三六五七六七六
山二印刷 有限会社
府中市浅間町三十四一九
〇四二一三六一一五二二