



News Letter 6月号

お知らせ

・皮膚科臨時休診 6/8 (土)

6/8(土)は、皮膚科臨時休診とさせていただきます。なお、内科は通常通り診察を行っております。ご不便をおかけしますが何卒よろしくお願いいたします。

・診療報酬改定

6月より、厚生労働省による診療報酬改定が行われます。そのため、今までと同じ治療内容でも、皆様の**窓口負担額が変わる**場合があります。何卒ご理解ご了承ください。

・特定健診、始まります

今月より豊島区の特定健診が始まります。1年に1回無料で受けられる健康診断です。受診券が届きましたらご連絡ください

コラム

～ 頭が痛い (緊張型頭痛) ～

梅雨が近づき、頭痛に悩まされている方が増えているのではないのでしょうか。慢性頭痛である片頭痛と緊張型頭痛は、一般的に以下の表のような特徴を持っています。

頭痛のタイプ	片頭痛	緊張型頭痛
痛みの症状	脈に合わせてズキンズキンとする痛み	締め付けられるような 重い 痛み
痛みの部位	頭の 片側	頭の 両側
痛みに伴う症状	吐き気・嘔吐 、光や音の刺激に過敏	肩こり ・首すじの張り等



しかし、実際には頭の両側が締め付けられる痛みの片頭痛や、片側だけがズキズキする緊張型頭痛もあり、診断には注意が必要です。緊張型頭痛は、数ある頭痛を呈する病気の中で1番多い頭痛です。ストレス、緊張、運動不足、仕事などで長時間同じ姿勢でいることなどが原因で引き起こされます。適度な運動、頭痛体操、姿勢の改善、肩や首すじのこった部分を温めることなどで、症状の緩和を目指します。それでも頭痛が辛い時には、アセトアミノフェン、ロキソプロフェンなどの薬を使用しましょう。頭痛が慢性的もしくは何回も繰り返す場合は、予防薬の検討が必要です。頭痛でお悩みの方は、ぜひ一度当院へご相談ください。

2024年6月

診療時間

午前： 9：00～12：30※土曜は午前のみ
午後： 15：00～18：30※休診：水、日、祝

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
26	27	28	29	30	31	1
2 休診	3	4	5 休診	6	7	8 皮膚科 休診
9 休診	10	11	12 休診	13	14	15 休診
16 休診	17	18	19 休診	20	21	22
23 休診	24	25	26 休診	27	28	29
30 休診	1	2	3	4	5	6

