

診療所だより

お問合先

東栄医療センター TEL 0536-79-3311

下川診療所 TEL 0536-76-0545

めまいのおきる仕組み

人が体を動かすときは、

1. 目や耳からの位置情報、筋肉や関節が感じた情報を脳に伝える。
2. 脳で情報と過去の記憶を統合し、今の自分の姿勢がどうなっているか予想する。
3. 先ほどの予想から体をどう動かすか筋肉に伝える。

という作業を体の中で行っています。

1～3のどこか一か所にでも障害が起きると体は平衡を保てなくなり、めまいが起こります。

●めまいの種類

・回転性めまい

自分自身や周囲がぐるぐる回っているように感じる。

原因として耳の異常からくることが多い。

意識障害や麻痺なども伴うときは脳疾患が原因のことがある。

・立ちくらみのようなめまい

立ち上がった時に急にくらっとくるめまい。

若い人は自律神経失調症や起立性低血圧のことが多い。

大部分は血圧の異常や貧血、ストレス、疲労がたまっておきる。

・浮動性めまい

自分自身や周囲がふわふわしているように感じる。

中年以上は脳の循環不全や更年期障害、循環器系の病気が原因のことがある。

●改善ポイント

- ・栄養バランスを整えましょう。
- ・水分をこまめにとりましょう。
- ・たばこはやめましょう。
- ・運動をしましょう。
- ・お酒やコーヒーは飲みすぎないようにしましょう。

インフルエンザワクチン接種予約について

現在インフルエンザワクチンの在庫不足により、外来診療時のワクチン接種はお断りしています。

なお、今後の予約はキャンセルができた場合、又はワクチンの入荷があった場合となり、予約をされても接種が出来ない場合がございます。その事をご理解いただいた上、接種を希望される方は東栄医療センターまでご相談ください。

本年度の集団住民健診は全て終了致しました。

住民健診がお済みでない方は、住民福祉課へお問い合わせの上、個別住民健診としてご予約ください。

(受診可能期限 令和4年1月31日まで)

● 12月の予定

精神科 3日(金) 17日(金)

日曜外来 12日(日)

午後整形外来 6日(月) 13日(月) 20日(月) 27日(月)

 3日(金) 24日(金)

【医療センター・下川診療所 年末年始診療のご案内】

12月29日(水)から1月3日(月)までは休診となります。

東栄医療センターからのお知らせは“とうえいチャンネル”又は“東栄町ホームページ”をご覧ください。