

先生のLife in JAPAN Vol.16



■ Anna・George
 ・1987年生まれ。英国ノーフォーク出身。
 ・2010年8月から只見町英語指導助手。
 ・小学校と中学校で語学の指導を行います。

季節が変わり、だんだん暖かい日が続く、とてもうれいす。また晴れの日も続き、いたる所でクロッカスの花を見かけます。今年はお花見に行きたいと思っっています。そして桑折町にある「こおり桃源郷」の桃の花もみたいと思っっています。

新年度が始まりましたが、只見中学校ではインフルエンザが大流行し、休校になってしまいました。生徒たちが早くよくなることを祈っています。早く普段通りの学校に戻ってみんなと授業がしたいです。また、5月に小学校への新入生に会えることも楽しみにしています。みんなが英語の勉強を楽しんでくれ



ることを期待しています。

もう一つ楽しみなことがあります。4月の終わりに私の家族が日本にやってきました。妹は6年以上も日本語を勉強しているんですよ。彼女は今回日本に来ることを本当に楽しみにしています。

今回はあまり写真を撮っていませんでしたが、最後の写真は長野県の湯田中温泉で温泉に入るお猿さんたちを見に行ったときのものです。とても気持ちよさそうに入っていましたよ。

(訳・只見中・平野)

広報ただみ診療所

朝日診療所

医師 中曽根 悦子

『めまい症』

はじめまして。今年の4月から朝日診療所に勤務することとなりました「中曽根悦子」と申します。よろしくお願いたします。

今回は、簡単な自己紹介と「めまい症」についてお話をしたいと思っいます。

私は、生まれが長野県で、出身大学が自治医科大学です。現在まで一般内科、呼吸器内科として勤務し、医師として早いもので10年目となりました。得意分野は、肺や気管支の病気です。息切れ、咳、痰などで困りの際はご相談ください。仕事以外では、旅行や美味しいものを食べるのが好きで、ペットの犬の世話にもはまっています。只見に来させていただくのは初め

ですが、美しい自然、地元の方々とのふれあいなど楽しみです。不慣れな部分がありますがよろしくお願いたします。

次に「めまい症」についてお話しいたします。梅雨の時期になると、特に耳が原因となるめまいの患者さんが増えると言われています。それは、めまいにはどのようなものがあるのでしょうか。

めまいの原因は、大きく分けて「耳、循環、脳神経系」の3つがあります。自覚症状で気にしてほしいことは、「ぐるぐる」か「ふわふわ」か、「発作的」か「ずっと続く」ものか、「耳鳴り・難聴」を伴うか、「麻痺やしやべりにくさ」を伴うか、「頭を動かした時」

か「立ち上がった時」かなどです。過去にめまいの体験がある場合は、耳・平衡感覚が原因であることが多いです。麻痺やしやべりにくさ、意識の悪さなどが伴うときは、脳神経系、脳梗塞などが原因となっている可能性が高いです。治療は原因にもよりますが、耳が原因の場合は、安静、休養が重要です。また、特に夏場は脱水による立ちくらみ、ふらつきなどにも注意しましょう。

めまいの原因は、大きく分けて「耳、循環、脳神経系」の3つがあります。自覚症状で気にしてほしいことは、「ぐるぐる」か「ふわふわ」か、「発作的」か「ずっと続く」ものか、「耳鳴り・難聴」を伴うか、「麻痺やしやべりにくさ」を伴うか、「頭を動かした時」

