

患者図書室 “いきいきの森” だより

食中毒

梅雨から夏にかけて気になるのが食中毒。湿気や暑さで、細菌による食中毒が特に増える季節です。食中毒の原因となる細菌でも、家畜の腸に生息する「カンピロバクター」「腸管出血性大腸菌」は、肉の生食や加熱不足が元で発生し、発熱や腹痛、下痢、嘔吐などの症状が現れます。肉の十分な加熱に加え、手指の消毒、まな板などの調理器具の洗浄も大切です。食中毒の予防として、原因となる細菌やウイルスを「つけない」「増やさない」「やっつける」の三点を意識し、暑い夏もたくさん食べて元気に過ごしましょう！

7月の貸出テーマランキング

1位 肝臓・胆のう・膵臓

『膵臓・胆のう・胆管の病気』

『肝臓病の人の食事』他

2位 小児

『はじめてママ&パパの離乳食』

『アトピーっ子の満足レシピ』他

3位 免疫

『膠原病』他



図書の紹介

今月は、がんに関する本のご紹介です。がんは日本人の二人に一人がかかると言われる身近な病気ですが、皆さんはがん検診を受けたことはありますか？早期発見・早期治療のためにも検診はとても大切。まずは、知ることから始めましょう！



『日本一まっとうながん検診の受け方、使い方』近藤慎太郎/著

あなたは「がん」と「がん検診」の新しい常識、知っていますか？本書では、現在も活動을続ける現役医師が、特技であるマンガの腕を生かして、「日本一まっとうな」がん検診の受け方、使い方を解説します。一冊読めば、怪しい情報に惑わされることは、もうありません。

『女性のがんと外見ケア』分田貴子/著

がんの治療により、外見が治療前と大きく変わってしまう事があります。こうした副作用で悩む患者さんのために、副作用を目立たなくするカバーメイクや、ウィッグや補正下着の活用法などについて図解で解説します。

