

平成27年7月 診療予定表

(午前:9:00~12:00 午後:3:00~6:00) ※予告無く変更となる場合があります。

日	曜日	午前診				午後診				糖尿病
		内科・一診	内科・二診	内科・三診	小児科	内科・一診	内科・二診	内科・三診	皮膚科	
1	水	前田隆	多田羅	佐尾山	濱田	佐尾山	津島	武田		
2	木	佐尾山	多田羅	津島	辻正	佐尾山	津島	須藤		
3	金	前田隆	多田羅	佐尾山	辻正	佐尾山	津島			鈴木-
4	土	津島	鈴木康		濱田	津島				谷口
5	日	休診(日直 津島)								
6	月	前田純	池田	前田隆	濱田	前田純	多田羅		横井	
7	火	前田純	田所	佐尾山	辻正	佐尾山	津島	田所		
8	水	前田隆	多田羅	佐尾山	濱田	佐尾山	津島	武田		
9	木	佐尾山	多田羅	津島	辻正	佐尾山	津島	須藤		
10	金	前田隆	多田羅	佐尾山	辻正	佐尾山	津島			
11	土	津島	鈴木康		濱田	津島				
12	日	休診(日直 桑原)								
13	月	前田純	池田	前田隆	濱田	前田純	多田羅		横井	
14	火	前田純	津島	田所	辻正	津島	田所			
15	水	前田隆	多田羅	佐尾山	濱田	佐尾山	津島	武田		
16	木	佐尾山	多田羅	津島	辻正	佐尾山	津島	須藤		
17	金	前田隆	多田羅	佐尾山	辻正	佐尾山	津島			鈴木-
18	土	佐尾山	鈴木康		濱田	佐尾山				谷口
19	日	当番医(内科:廣野・小児科:辻正)				当番医(内科:廣野・小児科:濱田)				
20	月	休診(日直 桑原)								
21	火	前田純	田所	佐尾山	辻正	佐尾山	津島	田所		
22	水	前田隆	多田羅	佐尾山	濱田	佐尾山	津島	武田		
23	木	佐尾山	多田羅	津島	辻正	佐尾山	津島	須藤		
24	金	前田隆	多田羅	佐尾山	辻正	佐尾山	津島			
25	土	津島	鈴木康		濱田	津島				
26	日	休診(日直 桑原)								
27	月	前田純	池田	前田隆	濱田	前田純	多田羅		横井	
28	火	前田純	田所	佐尾山	辻正	佐尾山	津島	田所		
29	水	前田隆	多田羅	佐尾山	濱田	佐尾山	津島			
30	木	佐尾山	多田羅	津島	辻正	佐尾山	津島	須藤		
31	金	前田隆	佐尾山		辻正	佐尾山	津島			鈴木-

善通寺 前田病院

広報 純心便り

2015年
7月
第89号

トピックス

- 今月の一言・・・理事長
- こくぶんじ荘 ほたる祭り
- 『大腸カプセル内視鏡検査』始めました
- 旬の素材で簡単料理・・・給食

「純心会理念」
信頼される医療
想いと優しさの伝わるケア
私たちはそれを目指します



理事長 前田隆史

今月の一言

六月に入りうつとうしい日々が続いたかと思うと、最高気温35度超えのところも出てきて、大変な真夏日が到来しております。

気温もそうですが、国会議事堂前でも大規模なデモが繰り返されているそうです。勿論、安全保障関連法案反対のデモです。

また、東京五輪の新国立競技場の総工費が2520億円と莫大な金額になるとのことです。

五輪招致合戦の時、この新会場案が評価されたら、国も文科省もそのままの案でまた、今後それ以上高くなりそうです。国の政策としてこれでもいいのでしょうか。再考の余地があると思うので

すが。五輪の終わった後どのように使用するのでしょうか。そのようなことは議論されていないようです。安保法案にしてもこの先自衛隊が、いや国民がどうなるか考えないのでしょうか。「日本は戦争などしませんよ」と気楽におっしゃっている政治家の気が知れません。

日本人のまじめな気質などから考えて、近海上での援護射撃程度で済まると思えますか。行くところまで行ってしまおうと思います。先の大戦がそうであったように。

競技場の件も安保法案も、いったん歩き出すと止まらないのです。一度立ち止まり民の声を聞く必要があると思います。

自民党には沢山の優秀な人たちがいると思うのですが、なぜそれが出来ないのでしょうか。自民党の支援率が低下するのが目に見えるようです。暑い夏ですが皆さんはどうお考えでしょうか。



水無月の候。
六月は梅雨の時期なのに、水の無い月とはどういうことかと疑問に思われますが、実は「無」は「の」ということで「求の月」という意味です。納得ですね。
さて、六月六日、こくぶんじ荘では初夏の大イベント「ほたる祭り」が行われました。



多くのご家族様やご来賓の方々にお越しいただき、また、ボランティアの方々も素敵な演奏を楽しみながら、入所者の皆様も楽しい時間を過ごされました。

ご意見箱

ふれあいの箱

皆様のご意見、ご要望等ございましたらお聞かせ下さい

VOICE BOX

当院では信頼される医療、想いと優しさの伝わるケアを目指し、患者様の立場に立ったよりよい医療を提供できるよう努めて参りたいと考えております。正面玄関や病棟に「ふれあいの箱」というご意見箱を設置しておりますので、当院に対するご意見・ご要望等ございましたらご遠慮なくお聞かせください。

大腸の病気とカプセル内視鏡検査について！

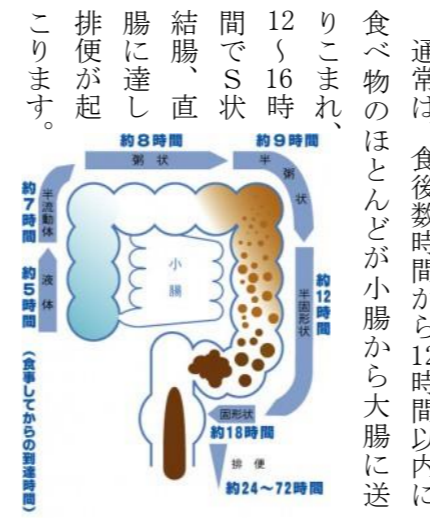
近年、急増している大腸の病気です

が、主に食生活の欧米化が原因であるといわれています。昔と比べて肉類、卵、乳製品などの脂肪分や動物性たんぱく質の摂取量が増え、食物繊維の摂取量が減っていることが影響しています。他にも運動不足、肥満、飲酒やストレスも関係しているといわれています。



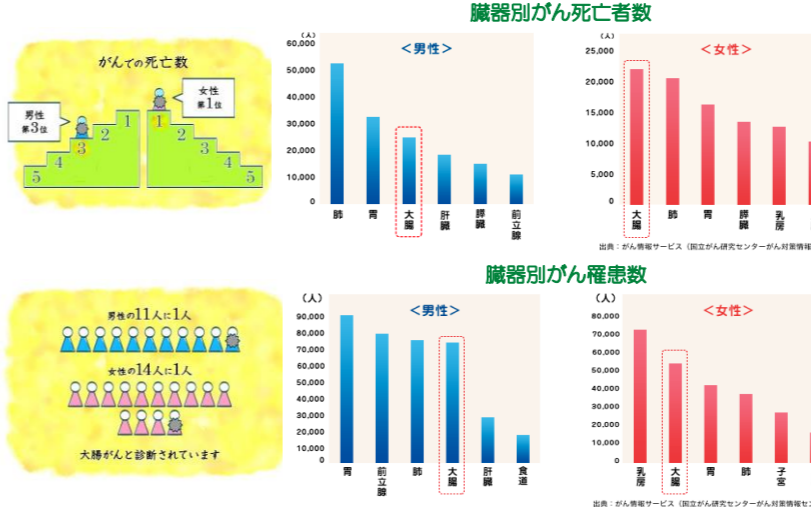
大腸の働き

口から入った食べ物は、胃と小腸で消化・吸収され、残りが大腸へ運ばれます。その残りの栄養分と水分を吸収し、残りがすやばがれ落ちた腸内細菌などを便として肛門へ運び体外へ排泄します。通常は、食後数時間から12時間以内に食べ物のほとんどが小腸から大腸に送りこまれ、12〜16時間でS状結腸、直腸に達し排便が起ります。

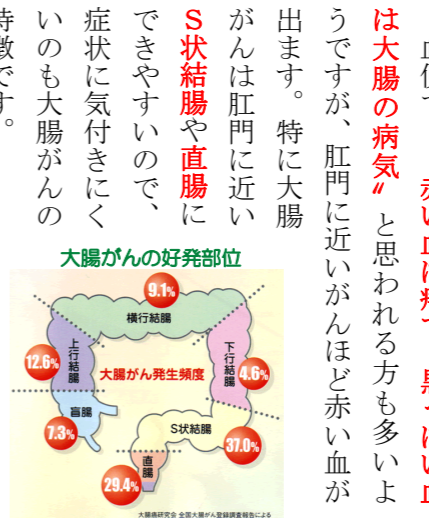


大腸の病気

代表的な大腸の病気は大腸がんです。50歳〜60歳代に多く、前記したように食の欧米化が主な原因とされており、死亡率は男女ともに上位で、男性は3位、女性ではトップになっています。また、罹患率（大腸がんになる人の割合）も急増しており、女性では乳癌に迫る勢いです。



早期の大腸がんでは症状はほとんどありませんが、進行すると下記のような症状が出ます。さらに進行すると、腹痛、貧血、お腹が張る感じや腸閉塞といった症状が出ます。血便で、赤い血は痔で、黒っぽい血は大腸の病気、と思われる方も多いようですが、肛門に近いがんほど赤い血が出ます。特に大腸がんは肛門に近いS状結腸や直腸にできやすいので、症状に気がつきにくいのも大腸がんの特徴です。



大腸がんは、大腸にポリープができ、それががんへと変性する場合があります。ですが、すべてのポリープががんになるわけではありません。ポリープは大きく「腫瘍」と「それ以外のポリープ」に分けられます。それ以外のポリープには、潰瘍性大腸炎やクローン病などの腸の炎症性の病気や感染

症など、腸に強い炎症を引き起こす病気にかかった後にできる「炎症性のポリープ」と、老化によりほとんどの人に見られる「過形成のポリープ」があります。この2つのタイプのポリープは、基本的に正常細胞が集まってイボ状になったもので、がんとは無関係です。放置しても大腸がんになることはほとんどありません。

腫瘍に分類されるポリープですが、これも良性と悪性の2つのタイプがあり、悪性の腫瘍がすなわち「がん」です。良性の腫瘍は「腺腫」と呼ばれ大腸ポリープの80%を占めます。しかし、腺腫はがんになる一歩手前の状態である場合が多く、特に1cm以上の大きさであれば急激にがんへと変性する可能性があるといわれています。また、1cm未満のポリープでも異型度（形のいびつさ）が強い場合もがんへ変性する可能性が高くなります。



潰瘍性大腸炎

大腸に小さく浅い潰瘍が多発する病気です。初期の症状はゼリー状の粘液が排便時に多くなり下痢の傾向になります。放置しておくとも粘液の量が増えるとともに血液が混じるようになります。はつきりとした原因は分かっていますが、食べ物やストレスが関係しているといわれています。しかし、この病気は、自己免疫疾患といって、腸のアレルギイのようなもので、自分で自分の腸を攻撃することによって下痢や粘血便を繰り返す治りにくい病気です。



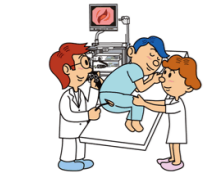
クローン病

若年層に好発する病気です。大腸や小腸にびらんや深い縦長の潰瘍があちこちにできます。症状は腹痛と下痢が主なものです。発熱や肛門周囲から膿が出るようになることもあります。原因は潰瘍性大腸炎と同じように考えられています。がよく分かっています。



大腸カプセル内視鏡検査

これまでの大腸内視鏡検査は、肛門から内視鏡を挿入し、直腸から盲腸付近までリアルタイムに大腸全体を検査できますが、不快感や痛みを感じることがあります。



カプセル内視鏡検査の流れ

- ①検査の前日は病院の指定した消化のよい食事をとります
- ②検査前に腸管洗浄剤を服用した後、検査機器を取り付けます
- ③長さ約3cmのカプセル内視鏡を飲み込みます
- ④その後、医師の指示に従い薬剤などを服用します。軽い食事もできます
- ⑤検査中は外出や日常生活も可能です
- ⑥カプセルが排出できたら検査機器といっしょに返却します

カプセル内視鏡検査は、超小型カメラを内蔵したカプセルを水分といっしょに飲み込むだけで、従来の内視鏡では観察が困難な小腸や大腸の状態を調べることができ最新の検査です。多少の制限はありますが、精神的・身体的にも負担が少なく日常生活をしながら検査ができる画期的な検査方法です。個人差はありますが、検査時間は約6〜8時間です。

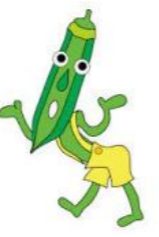
ネバネバが胃腸の働きを助け大腸がんを予防する『オクラ』



●●●オクラとトマトのスープ●●●

【作り方】
 トマトはサッと水洗いしてヘタをくり抜き、8等分のくし切りにし、さらに半分切る。オクラはまな板の上で塩をかけ、手のひらで転がすように繊維を取り、サッと洗って水気をきる。ヘタを切り落とし、幅1cmの斜め輪切りにする。玉ねぎは粗いみじん切りにする。
 1. バターを中火で熱し、玉ねぎがしんなりするまで炒め、スープの材料を加える。
 2. ひと煮立ちしたら、トマト、オクラを加え、2分煮て塩コショウで味を調える。
 刻みネギを加えひと混ぜし完成♪

【材料】(2人分)
 トマト・・・1個、オクラ・・・5本、塩・・・小さじ1、玉ねぎ・・・1/4 個、ネギ(刻み)・・・大さじ2、バター・・・5g (スープ) 酒・・・大さじ2、塩・・・小さじ1/2、顆粒スープの素・・・小さじ2、水・・・350ml、塩コショウ・・・少々



オクラのネバネバ成分は、胃の粘膜を守る働きが強いため、アルコールを飲む前に食べると悪酔いを防げます。また、糖の吸収を抑える効果もあるため、糖尿病の予防にも役立ちます。