

平成 29 年 10 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	当直
		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	日	休診(日直 高橋)									津島
2	月	前田純	前田隆	加藤	濱田	前田純	多田羅	津島	森上		竹崎
3	火	前田純	波間	佐尾山	辻	佐尾山	波間	津島			波間
4	水	岸	多田羅	佐尾山	濱田	岸					岸
5	木	佐尾山	多田羅	津島	辻	佐尾山	津島	和田			山田
6	金	前田隆	多田羅		辻	佐尾山	津島			鈴木-	藤原
7	土	津島	鈴木康		濱田	津島				谷口	穴田
8	日	休診(日直 穴田)									穴田
9	月	休診(日直 穴田)									穴田
10	火	前田純	波間	佐尾山	辻	佐尾山	波間	津島			波間
11	水	岸	多田羅	佐尾山	濱田	岸					岸
12	木	佐尾山	多田羅	津島	濱田	佐尾山	津島	和田			山田
13	金	前田隆	多田羅	佐尾山	辻	佐尾山					荒井
14	土	前田純	鈴木康		濱田	前田純					桑原
15	日	休診(日直 桑原)									
16	月	前田純	前田隆	加藤	濱田	前田純	多田羅		森上		竹崎
17	火	前田純	波間	佐尾山	辻	佐尾山	波間				波間
18	水	岸	多田羅	佐尾山	濱田	岸					岸
19	木	佐尾山	多田羅		辻	佐尾山	和田				山田
20	金	前田隆	多田羅		辻	佐尾山				鈴木-	荒井
21	土	前田純	鈴木康		濱田	前田純				谷口	桑原
22	日	休診(日直 桑原)									湯澤
23	月	前田純	前田隆		濱田	前田純					竹崎
24	火	前田純	波間	佐尾山	辻	佐尾山	波間				波間
25	水	岸	多田羅	佐尾山	濱田	岸					岸
26	木	佐尾山	多田羅		辻	佐尾山	和田				山田
27	金	前田隆	多田羅		辻	佐尾山				鈴木-	本田
28	土	前田純	鈴木康		濱田	前田純					高橋
29	日	休診(日直 高橋桑原)									
30	月	前田純	前田隆	加藤	濱田	前田純	多田羅		森上		竹崎
31	火	前田純	波間	佐尾山	辻	佐尾山	波間				波間

専門外来	消化器内科	前田純 波間大輔	泌尿器科	多田羅潔
	消化器外科	鈴木康之 和田侑希子	小児科	濱田嘉徳 辻正子
	呼吸器外科	加藤歩	皮膚科	森上徹也
	糖尿病外来	鈴木一永 谷口洋		

ふれあいの箱 VOICE BOX

当院では、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。

善通寺 前田病院

広報 純心便り



- ### トピックス
- 今月の一言・・・理事長
 - 純心会・善心会 敬老会
 - 肺結核について
 - 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

今月の一言



十月になり、四日の中秋の名月も瀬戸大橋を車で通過するとき、きれいに見えました。

最近テレビ、新聞等では、安部首相が衆議院を解散してから、野党間での人集め策があれこれ取り沙汰されておりました。それも一段落したのでしょいか、それぞれで選挙戦突入の気配になっております。主義主張は皆それぞれあるのに、あたかもグループ上は一緒だと云って集合離散をやっていたようです。

さあ選挙戦です。希望の党は党首も決まらずの選挙戦のようです。森友・加計問題から逃げるた

めの解散をしたのですが、自民党はその問題を国民の心から取り除くことは出来ないでしょう。いくらか立派な政策を並べ立てても無理なようです。云えば云う程、傷隠しに思われるだけのようです。

十月二十二日の選挙の結果はどうなるでしょうか。予想は勿論つきませんが、自民党が減少するのは間違いなさそうで、その後の政界はどのような形になるのでしょうか。我々は自分の信じるところへ、邪心なく投票するしかないでしょう。少しでもよい日本となるように。中秋の名月のようにな清くまあるい気持ちで投票へ行きましょう。



ちなみに、2017年9月現在で、100歳以上の人口は6万7824人おり、国内最高齢は鹿児島県在住の女性で117歳です。



秋雨前線が北へ南へと移動し、あちらこちらで大雨が降り、日本列島は梅雨さながらの空模様となっております。しかしながら、朝晩は空気が冷たく日没も早くなっており、一步一步冬へ近づいていくのを感じられるようになりました。

各施設では、さまざまな敬老会が行われ、入所者様の長寿を祝うことができました。



純心会・善心会 敬老会



肺結核について



近年増加している肺結核

肺結核は過去の病気と思われがちですがそうではありません。昔に比べて少なくなつたとはいえ、日本でも新たに肺結核を発病し、死亡する人が毎年いるのです。また、世界全体では人口の3分の1が結核に感染しており、エイズ、マラリアと併せて世界の3大感染症といわれています。

3大感染症

- HIV/AIDS
- 結核
- マラリア

感染症が一番恐ろしいのは、気付かないうちに感染して、周りの人うつしている可能性があることです。結核の予防と早期発見のために、肺結核とはどんな病気か、どのように感染するのかなど、肺結核について正しい知識を持つことが大切です。

肺結核とは

肺結核は結核菌が体内に入ることによって起こる感染症です。結核菌は感染した人の体内でのみ増殖し、肺以外の結核（肺外結核）もありますが、主に肺の内部で炎症を引き起こします。炎症が進むと肺が破壊され、呼吸が困難になり死に至ることもあります。

肺結核の治療

肺結核は、ほとんどが薬による治療です。結核菌に薬に対する抵抗力をつくらせないため、3〜4種類の薬を服用します。服用期間は基本的に6カ月ですが、症状によっては長くなることもあります。

発病していても排菌していない場合は人に感染する恐れがないので、通院治療ができますが、排菌している場合は感染症法に基づき、入院治療となります。排菌が停止して、人にうつさない状態になるまで入院が必要とされており、通常2〜3カ月程度の入院となります。

通院でも入院でも、結核治療で一番大切なことは、医師から薬を服用しなくてもいいと言われるまで、指示通りに飲み続けることです。

○治療が難しい薬剤耐性結核

症状がなくなつたからといって自己判断で薬をやめてしまうと、「薬剤耐性結核」になってしまい、治療が難しくなる可能性があります。薬剤耐性になった人から結核菌が感染すると、発病したときから薬剤耐性となつてしまうため、死亡率が高まってしまうと医師から処方された薬を、途中でやめることは絶対しないようにしましょう。



結核菌は、発病した人が咳やくしゃみをする時に出る飛沫に含まれていて、肺結核はこの飛沫が空中を漂い、その空気を吸い込むことによつてうつる病気です。しかし、空気中の結核菌は、長時間紫外線にあたると殺されてしまします。そのため、日常的に発病者と接触している家族や友人に感染することが多いのです。



○肺外結核とは

体内に入り込んだ結核菌が、脳、リンパ節、気管支、骨、腎臓など肺以外の臓器で増殖して起こってしまう感染症です。日本では結核患者の約7%といわれています。その中でも、脳にできる結核性髄膜炎が最も危険で3分の1が死亡するようです。

感染と発病

結核に感染しても必ず発病するわけではありません。結核菌が肺に入ると免疫が菌を取り囲んで対抗し、結核に対する抵抗力ができます。そしてほとんどの場合、結核菌は抵抗力によつて抑え込まれ一生発病することはありません。このように体内に結核菌が潜伏していても、抑え込まれて活動していない状態を「感染」といいます。

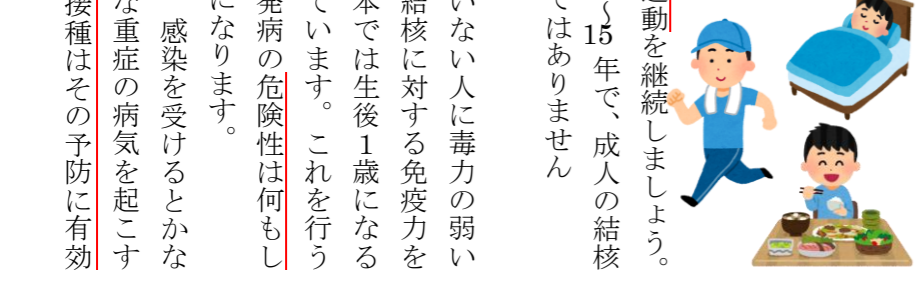
肺結核の予防

肺結核の感染や発病を防ぐためには、免疫力を高めておくことが重要です。結核菌を吸い込んでも、通常は鼻やのど、気管支の繊毛によつて、ほとんどは体外に排出されます。ごく稀に肺まで侵入してきたとしても、免疫力が高ければ菌を退治してしまうので、感染することはありません。

もし感染してしまつても、免疫力が結核菌を抑え込んでくれるので、発病することはないのです。しかし、加齢や病気、ストレスなどによつて免疫力が弱まると、感染・発病の危険性が高まってしまうので、免疫力を高めるために、バランスのとれた食事と十分な睡眠を心がけ、適度な運動を継続しましょう。

○BCG接種

結核菌の感染を受けていない人に毒力の弱い菌をあらかじめ刺して、結核に対する免疫力をつけるワクチンです。日本では生後1歳になるまでに受けることになっています。これを行うとたとえ感染を受けても発病の危険性は何もしないときの1/5くらいになります。小さい赤ちゃんでは、感染を受けるとかなりの確率で髄膜炎のような重症の病気を起こすことがあります。BCG接種はその予防に有効です。



結核菌は死んでいるわけではありませんが、病気が加齢で免疫力が低下すると、感染から20〜30年後に結核菌が再び活動しはじめ「発病」する場合があります。「感染」の状態では、周囲の人にうつす心配はありません。また、「発病」しても「排菌」していなければ他人に感染させることもありません。

症状

肺結核を発病した時の初期症状は風邪に似ています。肺炎やインフルエンザなど、他の呼吸器官の病気と違って初期症状が軽いので、なかなか自分では気づかないのが特徴です。風邪かな？と思われる症状が2週間以上続く場合は、肺結核の疑いがあります。主な症状は次のようなものがあります。

- 咳が長く続く
- 痰がでる
- 微熱が続く
- 体がだるい

そのまま放置しておくと、病状が進行して、血痰がでたり、咯血して呼吸困難に陥る場合もあります。肺結核はゆっくり進行するため、深刻な症状が出て診察を受けた時には、すでに重症化していることが多いのです。早期発見・早期治療



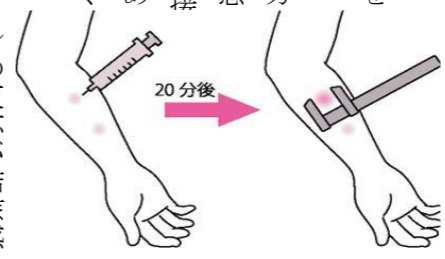
が重要ですので、早めに医師の診断を受けましょう。

肺結核の検査

肺結核の検査は、感染と発病で違います。感染を調べる方法は、ツベルクリン反応検査とインターフェロンガンマ遊離試験の2つがあります。

ツベルクリン反応検査は、小学生の頃に経験した人が多いと思いますが、結核菌の成分であるツベルクリンという液を皮膚に注入して、48時間後に判定する方法です。結核菌に感染した人や、BCG接種を受けたことのある人は、皮膚が赤く腫れて反応します。

しかし、ツベルクリンの反応が結核感染によるものか、BCG接種によるものか判断しにくいので、近年では血液検査で結核の感染が調べられる、インターフェロンガンマ遊離試験を行うことが多くなつてきています。



腸の動きを促進して便秘解消・美肌UP『さつまいも』



【作り方】

- ①さつまいもは拍子切りにし水にさらす(1〜2分) その間に人参も拍子切り or 千切りにする
- ②ゴマ油で野菜を炒め★印の調味料を入れる
- ③2分ほど弱火でふたをし、ふたを開け中火で水分がなくなるまで炒め煮する
- ④最後にごまをからめてできあがり♪

【さつまいもとおならの関係】

さつまいもを食べるとおならが出してしまうと言われていますが、実は本当のことです。原因はさつまいもに含まれるデンプンが胃腸で消化されにくく、長時間腸内でとどまってしまう発酵してガスが発生した結果おならになってしまうのです。しかし、さつまいもを皮ごと食べると皮に含まれる「ヤラピン」という消化酵素が胃腸でのデンプンの分解を促進してくれるため、ガスが溜まりにくくなりおならを少しでも抑えることができます。



●●● さつまいもと人参のきんぴら ●●●

- 【材料】(2人分)
- さつまいも(小)・・・1本、人参・・・1/2本、ゴマ油・・・大さじ1、すりごま(or白ごま)・・・適量、
 - ★砂糖・みりん・酒・しょう油・・・各大さじ1