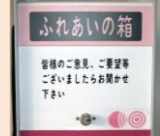


平成 29 年 11 月 診療予定表


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

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		



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

2017年
11月
第117号

トピックス

- 今月の一言・・・・・・理事長
- 獅子舞・御神輿
- 静脈血栓塞栓症について
- 新人紹介
- 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



十一月に入り、めっきり秋らしいと云うより肌寒い季節になってまいりました。これからは一雨ごとに気温が下がり冬になっていくのでしょうね。体調を崩さないように気を付けてください。

先般の総選挙では、自民党の圧勝という結果に終わりました。しかし、それも野党の調整のまずさの結果です。比例投票数ではそれほど差は出ておりません。

そこで心配なのは、選挙前は全てに謙虚に、そして丁寧にとあれほど云っていた自民党が、それもその若い議員達が議会での与党の質問時間を多くすべきだと云い出し、党

の官房長官もそれはもったもな意見だと云う始末。やはり自民党は変わってないですね。これからは以前にもまして驕り高ぶった政治をするようになるのではと心配です。

話は変わって、トランプ大統領が来日されました。来日早々、ゴルフ外交でした。北朝鮮の心配、そして唯一の核の被爆国でありながら核禁止条約に参加しない日本。等々の問題がある中でのゴルフ外交。何か場違いの感はいなめません。選挙の名目の『国難』とはそれくらいのものだったのでしょうか。

その他選挙では、教育のお金のかけ方が取りざたされました。教育投資を増やす時、その効果も考えねばならないでしょう。先端を行く人の増加か、貧困世帯の救済か、目標をはっきりさせないと大盤振る舞いだけでは、増税の価値がなくなるのではないのでしょうか。



秋涼爽快の候とは程遠く、まるで梅雨のような天候が続く、しかも週末毎に台風が日本列島を縦断するといった悪天候に見舞われました。

十月になると各地で秋祭りが行われますが、善通寺市では古くから獅子舞が盛んで、今年も多くの子供たちが当院にいられました。子供たちが太鼓や鐘で音を奏でると、それに合わせて獅子が舞い、見ていた患者様やスタッフを楽しませてくれました。



子供神輿も元気一杯です



静脈血栓塞栓症について

静脈血栓塞栓症とは

体には、心臓から手足の方へ流れている動脈と、手足から心臓の方へ流れる静脈があり、この中で血液が流れています。心臓はポンプの役目をして、血液を動脈に送り出しています。静脈にはポンプはありませんが、代わり



に力を入れて手足を動かすなどの筋肉の収縮で、静脈の流れが速くなります。ケガをした時に経験があると思いますが、傷からの出血はしばらくすると自然に止まります。このように血液が固まることを「凝固」といいますが、血液を循環させるために、血管内部では血液は凝固しません。

しかし、手足の静脈の中で血液が凝固することがあります。血液が凝固してできた血液の塊を「血栓」といい、血栓が生じてしまうことを「深部静脈血栓症」といいます。さらに血栓が血管の中を流れて肺の動脈に詰まる病気を「肺血栓塞栓症」といいます。そのため、深部静脈血栓症と肺塞栓症は、極めて関係が深い病気で、2つを合わせて「**静脈血栓塞栓症**」と呼びます。



○外科的治療

肺血管内にある血栓を手術で取り除くのが、外科的血栓摘除術です。血栓が取り除ければ状態は急速に改善します。

○下大静脈フィルター

脚の静脈にできた血栓がはがれて流れてきたときに、それをフィルターでとらえ、肺塞栓症を起こさないよう予防器具として用います。短期的にみれば下大静脈フィルターは肺塞栓症の再発予防に役立ちますが、体に入れたままの永久留置型は長期的にみると、**深部静脈血栓症**をかえって増やしてしまうことがわかってきました。そのため、下大静脈フィルターを用いる場合、できる限り非永久留置型を用いようという意見が多いようです。

○予防

よく歩くことは、脚のポンプ機能を働かせて血液の流れを正常化させるという意味でも大切です。しかし、体の状態によって歩行できない場合、自分で足関節を動かしたり、脚を上げ下げしたり、マッサージをすることも静脈血栓塞栓症の予防につながります。



原因

静脈の流れは、歩行や足の運動で起こる筋肉の収縮によって助けられています。そのため、長時間同じ姿勢のまま足を動かさないと、静脈の血液の流れが遅くなり、血栓ができます。

日常生活でも、小さな血栓ができて肺の動脈に詰まることがありますが、自然に溶けるので心配はいりません。

しかし、血栓が大きくなってから肺の動脈に詰まると、最悪の場合、命を落とす可能性があります。

肺血栓塞栓症は、飛行機やバスなどで長時間座っている時に起こることがよく知られています。ほかにも災害時に狭い空間での避難生活を強いられた結果として、死を招いた例も報告されています。



血栓ができる原因は、動かないことで血液の流れが遅くなるだけではなく、血液が凝固しやすい性質の人に起こりやすいことがわかっています。また、外傷や出産・手術など出血を伴う状況にあると、体の仕組みによって血液は凝固しやすくなります。

症状

○**息苦しさ**
肺塞栓症で一番多い症状が息苦しさです。典型的な場合、突然、呼吸が苦しくなり、普段であれば何ら問題なく上れた階段や上り坂で、息が切れ、途中で休まないと、それ以上動けなくなります。

○**胸痛**
典型的な症状は息を吸うときの鋭い痛みです。肺動脈の血液が急にせき止められるため、心臓を養う冠動脈の血流が少なくなり、胸痛が生じます。

○**脚のはれや痛み、皮膚の色の変化**
下肢のはれ、痛み、皮膚の色の変化は約半数の肺塞栓症の患者さんにみられます。同じような症状はほかの病気でも起こりますが、特に片側の脚に症状が出た場合は、深部静脈血栓症が原因である可能性が高くなります。

肺塞栓症による症候	頻度
呼吸困難	73%
胸痛	42%
冷や汗	24%
失神	22%
動悸	21%
せき	11%
血痰	5%

深部静脈血栓症による症候	頻度
下肢のはれ	47%
下肢痛	26%
下肢の色調変化	7%

治療と予防

治療法は一律ではありません。肺塞栓症の重症度、合併する疾患、深部静脈血栓の有無、治療する施設の特性によって変わります。

大きく分けて①薬②カテーテル治療③外科手術の3つがあります。それに、大半の方は酸素吸入が必要です。

重篤な肺塞栓症では、心臓の働きを強くする薬（強心薬）、人工呼吸器、心臓と肺の働きを一部肩代わりする装置（経皮的心肺補助装置）も併せて用いられているようです。

○治療

○抗凝固療法

出血性の合併症などがない限り、抗凝固療法を行います。使用する薬剤は、静脈注射（あるいは皮下注射）のヘパリンと、経口薬のワルファリンがあります。

○血栓溶解療法

理屈では非常に有効な治療法といえますが、血栓溶解薬は出血を起こしやすくなります。

○カテーテル治療

カテーテル（細い管）を使う治療法で、肺動脈内にできた血栓の近くまでカテーテルを進めて、血管を再開通させようとする方法です。

New Face

おおさか 逢坂 光晴 (総務)



今年の6月から善通寺前田病院総務で勤務させて頂いております逢坂光晴です。異業種からの転職で一から覚えることばかりで、皆さんにご迷惑をおかけしております。

最近、「尊厳を持って生きる」ことが凄く大切だと感じています。

少しでも皆様が楽しく働ける環境を作る手助けができればと思っています。

今後とも宜しくお願いします。

豊富なβカロテンで免疫力をUPし風邪予防！『春菊』



●●● 春菊のチヂミ ●●●



【作り方】

- ①春菊の葉の部分 2~3cm幅に切り、ニンジンなるべく細い千切り、ネギは斜めに切ります。
- ②ボウルに野菜とエビ、※を全部入れてよく混ぜます。
- ③フライパンにゴマ油を熱し、②で混ぜたものを弱火~中火で軽く焦げ目が付くように焼きます。
- ④③をひっくり返し、裏面も同じように焼きます
- ⑤ポン酢とコチュジャンを合わせたタレを作れば完成♪

【材料】(4人分)

- 春菊・・・100g、ネギ・・・1/2本、ニンジン・・・1/2本、桜エビ・・・10g、
- ポン酢・コチュジャン・・・適量、ゴマ油・・・大さじ2
- 卵・・・1個、薄力粉 or 米粉・・・100g、水・・・50cc、塩・コショウ・・・少々



放置していればきれいな花が咲きます

※