

令和3年2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
1	月	前田純	吉田		濱田	前田純	多田羅		竹崎	
2	火	前田純	末次	佐尾山	辻	佐尾山	末次		末次	
3	水	古市	多田羅	佐尾山	濱田	前田隆			多田羅	
4	木	佐尾山	多田羅		辻	佐尾山		隈元	山田	
5	金	前田隆	多田羅		辻	佐尾山			鈴木一	
6	土	前田純	鈴木康		濱田	香大消化器外科			鈴木一	
7	日	休診(日直 穴田)								津野
8	月	前田純	吉田		濱田	前田純	多田羅		竹崎	
9	火	前田純	末次	佐尾山	辻	佐尾山	末次		末次	
10	水	古市	多田羅	佐尾山	濱田	前田隆			多田羅	
11	木	休診(日直 横井)								山田
12	金	前田隆	多田羅	佐尾山	辻	佐尾山			清水	
13	土	前田隆	鈴木康		濱田	香大消化器外科			桑原	
14	日	休診(日直 桑原)								三谷
15	月	前田純	吉田		濱田	前田純	多田羅		竹崎	
16	火	前田純	末次	佐尾山	辻	佐尾山	末次		末次	
17	水	古市	多田羅	佐尾山	濱田	前田隆			多田羅	
18	木	佐尾山	多田羅		辻	佐尾山		隈元	山田	
19	金	前田隆	多田羅	佐尾山	辻	佐尾山			清水	
20	土	前田純	鈴木康		濱田	香大消化器外科			鈴木一	
21	日	休診(日直 桑原)								品川
22	月	前田純	吉田		濱田	前田純	多田羅		竹崎	
23	火	休診(日直 末次)								末次
24	水	古市	多田羅	佐尾山	濱田	前田隆			多田羅	
25	木	佐尾山	多田羅		辻	佐尾山		隈元	山田	
26	金	前田隆	多田羅		辻	佐尾山			鈴木一	
27	土	前田隆	鈴木康		濱田	香大消化器外科			高橋	
28	日	休診(日直 高橋)								品川

専門外来	消化器内科	前田純 末次史幸	呼吸器外科	吉田千尋
	消化器外科	鈴木康之 隈元謙介	泌尿器科	多田羅潔
		古市ゆみ	糖尿病外来	鈴木一永
		香川医大消化器外科	小児科	濱田嘉徳 辻正子



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
- 山歩きをしてみよう
- ギラン・バレー症候群について
- 旬の素材で簡単料理

「純心会理念」
信賴される医療
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



理事長 前田隆史

二月に入りました。コロナが流行して一年になります。我々の施設には、ウイルスが入っておらず、いいますか皆様の御協力でウイルスを防御してきております。

政府は十一都府県に発していた緊急事態宣言を栃木県のみ七日に解除しました。しかし、残り十都府県については、感染者数は減少傾向にあるも、医療体制がまだ逼迫しているとして、三月七日まで延長しました。しかし、感染状況が改善した地域から順次、期限を待たず解除する方針のようです。唯あくまでも油断は禁物です。用心に越したことはないでしょう。

さて、それに並行してワクチン接種実施に向け動き出したようです。副作用等が心配との方もおられるでしょうが、心配していても先に進めないでしょうし、ある程度覚悟を決めて受けていかねばならないでしょう。

コロナに関しては、新型コロナウイルス感染症への警告をいち早く発し、「デマを流した」として処分された武漢市の医師李文亮氏が自身もコロナに感染し亡くなってから七日で一年になります。李医師を英雄視する市民の追悼行動が政府批判につながる警戒し、李医師の勤務先だった「武漢市中心医院」前の広場は柵が建てられ出入りが規制されていたそうです。中国政府の都合の悪いことは隠してしまうという態度は、いつの世も変わらないようです。



山歩きをしてみよう!

◆はじめて
冬真只中ですが、運動していますか? 家の近くを散歩するのもいいですが、少し足をのばして近くの山を歩いてみるのはいかがでしょうか。登山というところしんどそうだなあと想像する方もいると思いますが、低山であれば散歩感覚で気軽に登れます。

◆近くの山を探してみよう
善通寺市であれば、七十五番札所善通寺のすぐ近くにある香色山がおすすです。標高も約一五七メートルと低山で、登山用に整備されていますので初心者におすすです。また、香色山には一周約一・六キロメートルの三十八ヶ所がありますので、お散歩感覚で行かれてみてください。物足りないという方は、その先に筆ノ山があり、またその先には我拝師山という少し標高が高く険しい山もあります。



しかし、なんと言っても香川県の山登りに欠かせない山と言えは、讃岐富士と飯野山です。標高約四二二メートルで毎日山歩きをしている方もいる人気の山です。主に飯野・飯山・坂出と三ヶ所の登山コースがあり、難易度が異なります。まずは人気の飯野コースから挑戦してみてください。



◆冬の山歩きのメリット
冬山は、春や秋と違って草花を愛でるということはありませんが、蜘蛛や蚊などの虫がほとんどいません。また、蜂や蛇などに遭遇することもなく危険が少ないのがメリットです。しかし、慣れない人は一人で行かず、二人以上で行くことをおすすします。





ギラン・バレー症候群について

検査と診断

ギラン・バレー症候群とは、感染症やワクチン接種などをきっかけにして発症する神経疾患のひとつです。

原因となるきっかけからおよそ1〜3週間後に、足に力が入りにくくなった**り、しびれたりするなどの神経症状が現れます。**

症状は下肢に留まることなく、**手や顔面、呼吸機能などにも影響が及ぶことがあります。**

その結果、階段を上りにくい、食べ物を飲み込みにくい、呼吸が苦しいなどの**症状を覚えることがあり、人工呼吸管理が必要になることもあります。**

原因

ギラン・バレー症候群の発症には、**感染症やワクチン接種が関係していると考えられています。**

感染症のきっかけには主に、**カンピロバクター**・食中毒の原因である**カンピロバクター**・**ジエジュニ**・ヘルペスウイルスの一種である、**サイトメガロウイルス**や**E Bウイルス**などへの**感染があり、細菌やウイルスに感染すると免疫反応が誘導され、人間の神経を攻撃してしまう抗体（自己抗体）がつくられてしまう**

治療

ギラン・バレー症候群の治療は、免疫グロブリン静注療法・血液浄化療法が主体となります。

また、ギラン・バレー症候群では、呼吸筋の麻痺や自律神経障害を来たすこともあり、重症例においては呼吸不全や不整脈を呈することもあります。

重症例に対しては、人工呼吸管理やペースメーカーの使用なども検討されることがあります。

【免疫グロブリン静注療法】

ヒト免疫グロブリンを点滴する治療です。

【血液浄化療法】

血液から血球を除いた液体成分（血漿）を遠心分離器・半透膜などを用いて分離し、血漿中の有害物質を取り除いてから体内に戻す治療法です。

治療後の見通しが悪い因子（予後不良因子）としては、**①高齢者の方、②先行感染として下痢症状があった方、③発症時や症状がピークの時に高度の麻痺がある方（特に人工呼吸を必要とする呼吸筋麻痺がある方）、④筋電図で軸索障害を疑わせる所見のある方、⑤不整脈などの自律神経障害がみられた方**などがあ

とがあります。

この自己抗体が神経を攻撃することで、ギラン・バレー症候群が発症すると考えられています。

また、ワクチンや薬剤でも、このような免疫反応を誘導することがあります。原因となるワクチンや薬剤は多岐にわたりますが、インフルエンザワクチンなどがあります。

※カンピロバクター感染症

カンピロバクターは、ウシやブタなどの家畜や鶏などの腸管に広く存在しています。特に鶏の**保菌率が高い**といわれており、市販の鶏肉は高率で汚染されているという報告もあります。



腹痛、下痢、嘔吐、発熱を主な症状として、まれに血便を生じることもあります。通常は、2〜5日で回復しますが、再発することもあります。

肉類を生で食べることは控え、よく加熱しましょう。特に、**鶏肉は中まで火が通っている**ことをきちんと確認しましょう。

また、生肉を扱ったあとは、手洗い、手指消毒をしてから他の食品を扱うようにしましょう。

症状

感染が原因の場合は、感染症の発症後、約1〜3週間以内にギラン・バレー症候群に関連した症状が現れます。

初発症状は、足が動かしにくい・しびれなどが多いです。

神経症状は、**下肢に現れますが、徐々に腕や体幹、場合によっては顔面にまで広がる**こともあります。

また、運動機能に障害が生じることが多く、階段を上りにくい、手に力が入りにくいなどの症状から始まり、より症状が進行すると、物が二重に見える（眼球周囲の筋肉の麻痺）、物が飲み込みにくい（飲み込みに関わる筋肉の麻痺）、息苦しい（呼吸に関連する筋肉の麻痺）などの症状がみられるようになります。

また、自律神経系にも異常が及ぶことがあり、**排尿障害や不整脈が現れる場合**もあります。

神経症状が徐々に悪化していくことがギラン・バレー症候群の特徴ですが、およそ4週間の経過で症状がピークに達します。症状の強さにもよりますが、数か月の経過で症状が改善していきます。なかには麻痺を残すこともあります。最悪の場合、呼吸不全から亡くなってしまう方もごくまれにいます。

ギラン・バレー症候群の診断には、特徴的な症状の確認に加え、筋電図検査、血液検査、髄液検査が行われます。

【筋電図検査】

神経から筋肉にかけての情報伝達は、電気活動をもとに行われています。ギラン・バレー症候群では、**神経を通る電気活動が障害を受けているため、筋電図検査によって情報伝達障害を確認**します。

【血液検査】

ギラン・バレー症候群では、**病気に特徴的な自己抗体が検出される**ことがあります。

すべての患者さんにおいて認めるわけではありませんが、たとえば「抗GM1抗体」などの抗体が検出される際には、ギラン・バレー症候群である可能性が高いと考えられます。

【髄液検査】

髄液検査では、タンパク質の増加を髄液から確認することができます。ウイルス性や細菌性の髄膜炎においても髄液検査を行うことがあり、この場合は炎症細胞の増加を認めます。これとは対照的に、ギラン・バレー症候群においては炎症細胞の増加は認めないことも特徴の一つです。

New Face

しもむら さちこ
下村 幸子（事務）



去年の12月から医療事務で勤務させて頂いております下村幸子です。
まだ慣れないことばかりで、至らぬ点が多々ありますが、一日も早く皆様のお役に立てるよう精一杯努力してまいります。
今後とも宜しくお願いします。

余った冬野菜を大量消費 ガン予防効果に期待『白菜』



給食



はくさい



白菜と豚バラのおろしポン酢炒め

【材料 2人分】

- 豚バラ肉・・・約 200g、白菜・・・1/4株、大根おろし・・・大さじ3（ある程度水気をきる）、ごま油・・・小さじ1、酒・・・小さじ1、塩・・・小さじ1、ポン酢・・・大さじ3、小ねぎ・・・適量

【作り方】

- ①白菜は芯の部分を食べやすい大きさにざく切りにし、葉の部分は芯より大きめに切ります。小ねぎはお好みの大きさに切ります。
- ②大根はおろし器でおろしザルにあげて水分を抜きます。
- ③豚バラは3cm幅に切ります
- ④熱した鍋にごま油を入れ豚バラを炒めていきます。肉に軽く火が通ったら白菜の芯の部分を入れ塩、酒を入れいっしょに炒めます。
- ⑤白菜の芯の部分がしんなりしてきたら白菜の葉の部分を入れ軽く火が通ったらポン酢と大根おろしを入れます。
- ⑥大根おろしが全体にからまったら小ねぎを入れ完成♪
※白菜と豚バラはしっかり火を通すと美味しいですよ
※大根おろしの水分はお好みで調整してください