

あいあい通信



ATAI-TSUSHIN
2017.10 Vol. 66

院長のひとこと メッセージ

理事長・院長 松田 聡



めっきり涼しくなつてまいりました。ツクツクボウシがいつの間にか鳴かなくなり、金木犀がどこから香り始め、ちよつと感傷的になる

この頃です。別れの秋…。この9月いっぱいである院に長くお勤めいただいた田中荘一医師が退職されました。大腸がん、肛門機能に関する豊富な知識を活かして活躍された先生がいなくなるのは大変残念ですが、これからの松田病院のことを見守っていただけたらと思います。新しい地での活躍をお祈りいたします。

秋は寂しいばかりではありません。キャンプが好きな私としてはいい季節を迎えますし、暑くて怠けていたランニングも開始できそうです。食欲の秋でもあるので食べ過ぎ注意ですが、先日は美味しい栗をいただきました。茹ですぎたので余った栗は砂糖と水で煮詰めて栗ジャムにしてパンにつけて…、しまった、また食べ過ぎてしまった！しかも高カロリー…。

最後に一言。柿の食べ過ぎは便秘になりますから注意してくださいね。

健康づくりイベントのお知らせ

体験無料

平成29年11月12日(日曜日)

井伊直虎ゆかりの地めぐり健康ウォーキングにて、ゴール地点の気賀駅に「健康づくりブース」を出展します。ぜひお立ち寄りください。骨密度測定・体脂肪測定など体験いただけます。
出展時間：11:00～15:00

健康ウォーキングについて

参加無料、事前申込み不要(小雨決行・荒天中止)
スタート：天竜浜名湖鉄道 金指駅
(スタート受付時間：8:30～11:00)
ゴール：気賀駅(ゴール受付時間：11:00～15:00)
スタート受付時間内に随時スタートしていただき、ゴール受付時間内にゴールしてください。

井伊直虎ゆかりの地めぐり 健康ウォーキング

2017年11月12日(日) スタート：天竜浜名湖鉄道 金指駅

参加方法
スタート受付時間：8:30～11:00に
ゴール受付時間：11:00～15:00に
ゴールしてください。

コース 金指駅8km(約30分) 健康コースと寄り道コースを合わせて約10km(約3時間)

ストレッチ＆ウォーキングレッスン

当日中止の場合は、天竜浜名湖鉄道・天竜線ホームページにてお知らせします。
電話：0531-925-2270(金指駅)

実行委員会：天竜浜名湖鉄道株式会社



特定健診・がん検診の予約を受け付けています

検診部

「特定健康診査受診券」「浜松市がん検診受診券」が浜松市またはご加入の健康保険から郵送されている方は、当院にて特定健診および各種がん検診(大腸・

胃・肺・前立腺など)ができますので、有効期限を確認の上ご予約下さい。

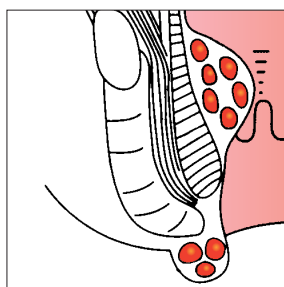
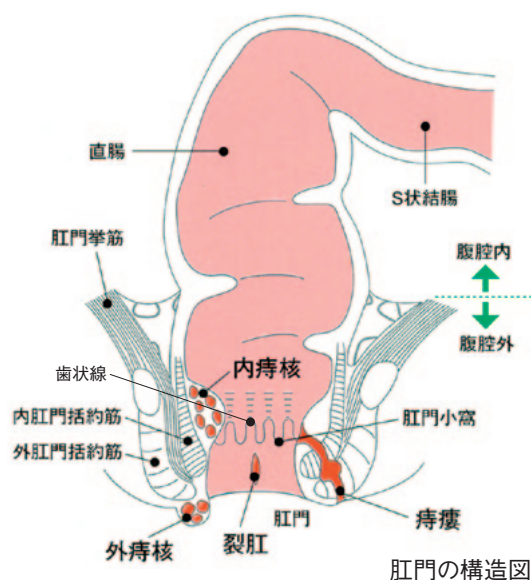
検診日：月・火・金曜日の午前 TEL:053-448-5121(代)

おしりの悩みを克服する

おしりの調子が悪いと1日憂うつで仕事に身が入らないものです。痔の悩みをかかえている患者さんは成人の3人に1人以上といわれ、虫歯と同じくらい身近な病気ですが意外とよく知られていません。しかも、おしりを診察する恥ずかしさや治療に対する不安で一人で悩んでいる方が非常に多いのです。今回はおしりの病気についてご紹介します。おしりの悩みを克服するきっかけにいただければと思います。

痔とはどのような病気ですか？

痔とはおしりの病気の総称で、大きく痔核、痔瘻、裂肛の3つのタイプに分けられます。これらを3大肛門疾患といいます。

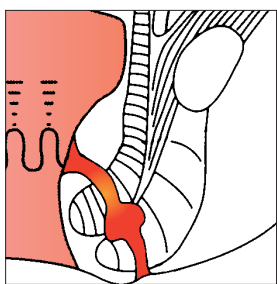


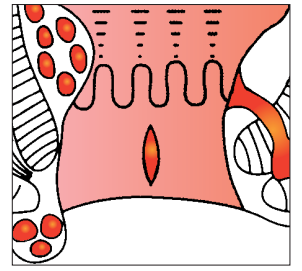
◎痔核（いぼじ）

痔核は、長年の排便時の「いきみ」や、長時間の同じ姿勢などが原因で、肛門を閉じるクッションの役割をしている血管がこぶ状に腫れてくるものです。症状は、痛みに加え出血することもあり、その部分を支える組織が弱くなり肛門の外に出てくることもあります。形がいぼに似ていることからいぼじとも呼ばれています。3大肛門疾患のなかで最も多く約6割を占めます。直腸と肛門との境目である歯状線より上方にあるものを内痔核、下方にあるものを外痔核と呼びます。外痔核には痛みがありますが内痔核にはありません。肛門の外に痔が出る（脱出）と手術の対象です。

◎痔瘻（あなじ）

下痢による刺激や、飲酒、重労働などで局所の免疫力が低下すると、歯状線にある肛門小窩（しょうか）というくぼみから便の細菌が侵入し、化膿して肛門・直腸周辺に膿がたまり、赤く腫れたりしこりを生じたりします。この状態を肛門周囲膿瘍（こうもろ）といいます。多くの場合肛門周囲が腫れて激痛、発熱があります。処置により膿を出すと一時的に楽になりますが、炎症性のトンネル状の穴があいた状態になります。この慢性化した状態を痔瘻（あなじ）といい、治療には手術が必要となります。若年から中年の男性に多いのが特徴です。





◎裂肛（きれじ）

裂肛はその名が示すように、便秘による固い便や、下痢による刺激などで、肛門の粘膜が裂けて傷がついたものです。便秘になりやすい女性に多いです。出血は紙につく程度ですが、激しい痛みを伴うため、排便を我慢して便秘が悪化しさらに症状を悪化させがちです。軽傷の場合はお薬や坐薬で治まりますが、傷が慢性化すると固くなったり、肛門が狭くなったりします。さらに肛門ポリープや肛門皮垂などの突起物ができることがあります、痔核と間違えて受診される方もいらつしやいます。

診察は恥ずかしくありませんか？

おしりの診察は、患部を実際に診て診断します。恥ずかしくないよう配慮しておりますので安心して受診してください。診察スタイルは、男性は仰向きになってあぐらを組んだ「碎石位」、



＜男性＞



＜女性＞

診療の姿勢

※男性でも腰痛があるなど気になる方は女性のスタイルで診察します。

女性は左横むきの「シムス体位」で行い、下着を少しずらすだけで診察を受けることができます。そして女性には穴の開いた布を下半身にかぶせて必要な部位だけがみえるようになっていきます。なお、必要に応じて次のような検査を行うこともあります。

肛門部の超音波検査

肛門の周りの筋肉（括約筋）の状態や、肛門周囲膿瘍、痔瘻の状態を確認します。

直腸肛門内圧検査

肛門の機能（しまり具合）を調べ、便秘や便もれの患者さんの治療方針を決めるための検査です。

大腸内視鏡検査

大腸内部を内視鏡で直接調べます。出血を伴う場合は大腸の病気の可能性も考えなければいけません。

診察室は…

診察室はパーテーションで仕切られています。また、診察時は穴あきシーツやタオルで覆うなどの配慮がなされています。



痔はお薬で治りますか？

痔の治療は、規則正しい排便習慣や食生活の改善などの生活療法が基本になります。そのうえで症状が軽い場合はお薬や簡単な処置で治療できますが、病状が進んでいる場合は手術を行います。手術を行う患者さんは全体の1〜2割程度です。ただし、痔瘻の場合は原則手術が必要です。いずれにしても、約8割の方は生活療法やお薬の治療で改善していきますので、症状が悪化する前の早めの治療が大切です。

痔の薬にはどのようなものがありますか？

痔のお薬には痛み、出血、腫れを改善する飲み薬のほか、坐薬、軟膏といった患部に直接作用するお薬などがあります。医師の診断を受け、症状にあったお薬をお使いください。

内服薬（飲み薬）



炎症をおさえる薬、便を柔らかくする薬、抗生物質、漢方薬など

外用薬

軟膏

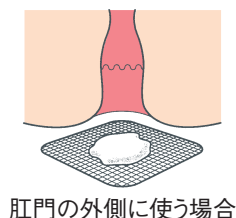
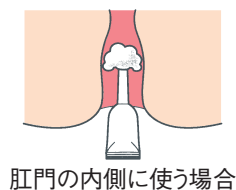
注入軟膏の使い方

（肛門の内側に使う場合）

チューブの先端部を肛門内に挿入し、軟膏を注入します。

(肛門の外側に使う場合)

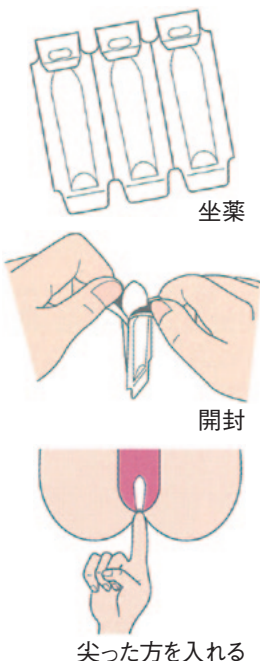
軟膏を患部に塗るか、ガーゼなどに軟膏を伸ばして押し当てます。



坐薬

坐薬の使い方

先のとがった方を肛門内に挿入し、奥まで入れてしばらく押さええます。
*開封するのを忘れずに



軟膏や坐薬には油の成分が含まれており、患部をおおい便通を良くする効果もあります。

手術は？

手術が必要なのは、重度の痔核、投薬治療を2〜3か月行っても症状改善がみられない裂肛、そして痔瘻の場合です。1週間程度の入院が最も多いですが、痔核に対する注射療法などの短期手術や、なかには日帰りのできる手術

もあります。手術に要する時間は手術内容によりますが概ね30分程度です。

万が一、手術が必要と言われた場合でも、当院では、患者さんと相談しながら治療法を検討し、手術の日程も極力患者さんのご都合に合わせて決めています。

痔の予防法は？

痔は生活習慣病といえます。脂肪を減らして食物繊維を多くとるように食生活を改善し、規則正しい排便習慣を身につけ、便秘を予防し、肛門の負担を軽くすることが大切です。ここで痔を予防するポイントをご紹介します。

△肛門病の治療と予防10か条▽

1 毎日お風呂に入る

入浴はおしりの血行をよくします。

2 おしりをきれいに

肛門が不潔だと細菌が繁殖します。シャワートイレなどを上手に利用し、おしりを清潔にしましょう。ただし、洗いすぎは良くありません。弱い水圧で10秒以内が目安。

3 便秘はよくない

便秘をすると便が腸内にたまって肛門を傷つけます。特に繊維の多い野菜を食べましょう。



4 下痢もよくない

下痢は未消化の便であり、化学的刺激性が強く、肛門部の皮膚や粘膜が荒れてしまいます。きれいに洗い流すことが重要です。やはり洗いすぎには注意しましょう。

5 トイレはりきまず、ゆっくりと

排便の時はりきみ過ぎないように注意しましょう。

6 腰を冷やさないように

腰を冷やすとおしりの血行が悪くなるので良くありません。

7 長く座ったままの仕事はよくない

座りっぱなしは肛門をうつ血させ、痔の原因になります。適度に休憩をとりましょう。

9 酒、コショウ、カラスなどの刺激物は避ける

お酒や香辛料は肛門を刺激し、炎症の原因になります。

10 間違った治療は禁物

正しい診断を受けることが、痔の治療の第一歩です。腸の病気ではないことを確かめてもらうことも大切です。痔かなと思って来院されたら、実は大腸がんだったということもあります。痔の症状でも出血がある場合は要注意です。気になることがあれば、自己判断せず受診してください。



医師紹介



今村 茂樹 医師

自分が小さい頃に母親が胃がんになりました。父は自分と兄、弟に隠すことなく全ての病状を説明し、手術が必要な状態であることを話してくれました。幼いながらも命に関わることは何となく理解はしました。母は無事手術を終え今でも元気に過ごしています。

1 出身地
千葉県富里市出身です。成田が近くて中学、高校も成田の学校に通っていました。

2 血液型・星座
B型・やぎ座です。いいのか悪いのかあまり悩まない性格です。

3 医師になった動機、前医の紹介など

父親が開業医であることが大きなきっかけです。今でも忘れられないのが、

ですね。愛猫は浜松に連れてきたので一緒に寝ることで癒されています。

5 松田病院の印象

松田病院へは自ら志願して出向させていただきました。松田聡院長とは大学病院の時からお世話になっていたのですが、松田病院へ来ることに不安もなく、むしろ良い機会をいただけて感謝しています。

まずこちらで勤務して驚いたのが、今まで経験したことのない程の医師、医療スタッフの専門性を感じました。特に肛門疾患を診るための知識や設備、スタッフの対応など勉強になることばかりでした。大腸・肛門の専門病院である松田病院で出来る限り多くの経験を積ませていただき、吸収して父の病院でこの経験を生かしていこうと思っています。

6 読者へのメッセージ

大腸・肛門疾患は今後自分の専門にしたいと考えています。そのために多くを学び経験し、皆さんに貢献できる様に精一杯頑張っていきたいと思います。どうぞよろしくお願いします。

看護師紹介



岡村 冴子 看護師

1 看護師経験
4年

2 看護師になったきっかけ
小さいころにぜんそくで病院によく通っていて、看護師さんに優しくしてもらったこと。

3 どんな看護師を目指したいか
患者さんの立場に立つことができ、笑顔で接することが出来る看護師。

4 趣味・特技
旅行、おいしいものを食べること。

5 自己PR

東京から引越してきたばかりです。浜松にも松田病院にも早くになれるように、日々頑張ります。浜松のいいところもどんどん知っていきたいです。

腸内フローラ 相談室

相談日 毎週木曜日 14:00～16:00(予約制です)

担当 副院長 川上和彦

相談室利用料金(税別)

●2回来院していただきます

●保険外診療です

初回(初診時)：1,000円+

2回目(検査結果説明)：2,000円

検査キット代(17,000円など)

＊病気ではなさそうなのに、トイレの後いつも臭いと言われる、よく下痢をする、あるいは排便は2～3日に1回だけど体質だからしょうがないと思っている、健康に自信が持てないなどという場合に、腸内細菌を専門的にチェックすることで、腸との関わりを探ることができま

＊当院では現在、腸内フローラ相談室の他にも、当院で過敏性腸症候群(IBS)治療中の方を対象に、腸内フローラ検査を無料で受けられる臨床研究も行っています。お気軽にお問い合わせください。



臨床研究ポスター

絵画展覧会



売店前の待合スペースを利用して絵画の展示を始めました。きっかけは、院長がいつも利用している美容院に飾られている絵画を観たことでした。それは障害児入所施設朝霧荘の生徒さん達の作品で、楽しさのあるその絵に惹かれました。そこで、朝霧荘の保育士絵画療養係の瀧澤文也先生と連絡をとり、お願いして院内に展示していただけたこととなりました。展示作業では先生と生徒さんにお手伝いいただき、まるで展覧会のようなスペースが出来上がりました。展示期間は2か月ほどを予定しております。よろしければお立ち寄りください。

編集後記

広報委員会 渡部真一

今や健康ブームで様々な病気の予防が重要視されるようになりました。おしりについても例外ではありません。誌面にもあるようにおしりをきれいに洗うことも予防法のひとつですが、清潔にするあまり、シャワートイレで洗いすぎたり紙で拭きすぎたりすると皮膚がただれる、かゆみが出る等で受診される方が増えています。あまり洗すぎると皮膚を保護している皮脂まで洗い流してしまうそうです。これを過剰衛生症候群というそうです。まさに現代病といえますね。



診療のご案内

●患者さんへお願い● 月1回、必ず保険証の提示をお願いいたします。

■ご来院の際には事前に予約をお取り下さい

◇ご予約はお電話でも承ります。◇受診当日のご予約も可能な限り承ります。

外来診療は予約の方を優先させていただきます。予約のない方はお待ちいただく時間が長くなることがあります。＊急患の方はこの限りではありません。

胃腸・肛門外科	受付時間	月	火	水	木	金	土
	8:30～11:30	●	●	●	●	●	
	8:30～12:00						●
	14:00～16:00	●	●	●	●	●	

その他の診療科

	受付時間	月	火	水	木	金	土
IBD(炎症性腸疾患)外来	8:30～11:30				●		●
ヘルニア外来			●				●
排便機能外来		●	●	●	●		●
内科相談				●			
ストーマ外来				●	●	●	●
女性専門外来	9:00～11:30					●	
血管外来	14:00～15:30		●				



特定医療法人
社団 松愛会

松田病院

〒432-8061 浜松市西区入野町753番地

TEL.053-448-5121(代) FAX.053-448-9753

JR=浜松駅下車 タクシーで10分 高塚駅下車 タクシーで5分
バス=浜松駅バスターミナル5番ボール(宇布見、山崎行)乗車
西郵便局または東彦尾下車 徒歩5分 駐車場 180台

E-mail cra@matsuda-hp.or.jp

ホームページ https://www.matsuda-hp.or.jp

(発行/松田病院広報委員会)