

あいあい通信

AIAT-TSUSHIN
2016.1 Vol. 61

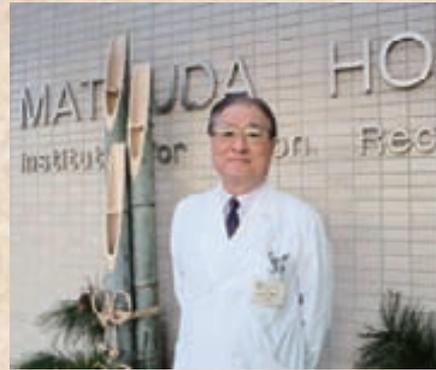


Matsuda Hospital

◆院長の三言メッセージ

30周年

院長 松田 保秀



新年あけましておめでとうございます。今年もどうぞ宜しくお願いいたします。

当院は昭和61年1月開院以来30年が経過しました。その間地域の皆様、また全国各地の方々に当院をご利用いただき、温かいご支持とご信頼を寄せていただきましたことを心から感謝いたします。「松田病院というブランド」に誇りを持ってここまでできました。今回は、数年前から進めてまいりました当院のハード、ソフト両面のリニューアルの進捗状態と今後の方向性をお伝えしたいと思います。

ハード面…最近、建物や配管などで、徐々に整備を行ってまいりました。病棟などのエアコンの整備はようやく完了し、今までご不便をおかけすることがありましたが、快適に過ごせるようになりました。

患者さんからご指摘のあった病棟トイレにつきましては、スペースを拡げて快適な空間となるよう昨年末に整備いたしました。また、患者さんの要望の多い個室につきましては新たに4床増床しました。30年前のスタイルとは違った明るい雰囲気のある生活空間という感じます。クロゼットは幅広く、洗面台もゆとりがあり車椅子のまま洗面できます。またトイレは床の段差がなく広いスペースでホテル並みの快適さです。皆様の期待に違わぬ、自分だけの世界に浸っていただけのことと思います。

CT・超音波…昨年11月末、最新のCT装置が設置され、撮影時間がさらに短縮し映像も鮮明となったこと、便秘治療の仙骨刺激療法にも使えるように移動型レントゲン透視装置（イメージ）も同時に購入しました。そして最近、腹痛診断に腹部超音波検査（エコー検査）が有用といわれています。そこで従来の直腸肛門部エコーの需要が倍増して待ち時間が長くなっていますので、3台目の超音波装置を設置しました。

ソフト面…2015年診療の方向性として次のような目標を掲げました。

- ① 肛門疾患手術の更なる簡素化
- ② 腹腔鏡補助下手術の充実
- ③ 排便障害（便秘、便もれ、排便困難、膣・直腸脱）の専門的

治療

- ④ ヘルニア手術の腹腔鏡手術との連携
 - ⑤ 当院IBD（クローン病、潰瘍性大腸炎）の治療成績の検討
 - ⑥ 内視鏡検査とCT注腸（3D-CT）検査との上手な使い分け
 - ⑦ 診察待ち時間の短縮
 - ⑧ スピーディーな検査説明
- そして昨年1年の総括をしてみ、80%以上は実行過程にあると確信しています。

今後の方向…目下職員の世代交代の中にあります。現在の診療内容は胃腸疾患、肛門疾患、大腸がん、炎症性腸疾患、各種ヘルニア、直腸脱、直腸瘤、排便障害、血管外科内視鏡検査、内視鏡手術（ESD、EMR）、検診などです。今後は地域において当院の専門性をもって得意とする分野のレベルを維持し、さらに特化させていきたいと考えています。その基盤になるのが専門性を持った今のスタッフの更なる充実だと思っています。

当院は今年の1月で満30年の歴史を積みました。その間10年目、20年目の軌跡をまとめてきました。この1年をかけて30年誌の作成を行い、年末には院内で30周年式典を行う予定です。同時に30年先まで持続できる建物の建設を検討中です。今後ともご指導よろしくお願いたします。

IBD患者会 ●●●● IBD委員会 山口百美 ●●●●



IBD 患者会は、炎症性腸疾患（クローン病、潰瘍性大腸炎）の患者さんやご家族が健康的な生活を送るための手段の一つとなるよう、定期的に開催しています。昨年11月15日（日）には患者さんとご家族20名の参加を得て開催しました。三上医師による講演「寛解導入と寛解維持について～内科的治療を中心に～」と、その後二組に別れてグ

ループワークを行いました。この会では病気や福祉制度についての知識を深めたり、お互いの体験を話し合っって患者さん同士の交流の場となるようスタッフ一同取り組んでおります。開催時期により内容は異なりますので、開催内容や日程は松田病院ホームページへ掲載致します。参加ご希望の際は、お気軽にスタッフまでお声かけください。

食生活の改善

野菜に多く含まれる不溶性食物繊維と海藻、こんにゃくなどに含まれる水溶性食物繊維、発酵食品をたくさん摂ることが大切です。朝食は必ず摂りましょう。

便秘薬に注意

色々なタイプの薬がありますが、間違った薬の選択は便秘の悪化につながります。医師と相談して、適切な薬を使いましょう。

以上の事につけて便秘にならないように心がけましょう。

下痢

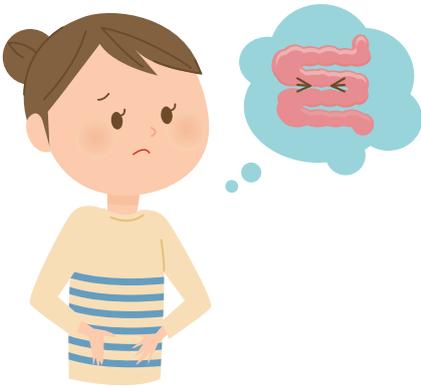
下痢は、どちらかというと男性に多い傾向にありますが、女性でも下痢に悩んでいる方はいらっしゃいます。アルコールや冷たい飲み物、油分の多い食べ物によつて起こる消化不良も原因の一つですが、それ以上の原因になっているものに「ストレスによる下痢」が考えられます。特に、下痢で消化器科・胃腸科を受診する4〜7割の患者さんが過敏性腸症候群といわれるほど、ストレスと下痢は関係が深いのです。しかし、ストレスが溜まらないようにすることはとても難しいことです。そこで以下のことを心がけてください。

・規則正しい生活と十分な睡眠、そして腸内環境を整えましょう。

・便秘の時のようにいきなり食物繊維や水分を摂りすぎると、下痢がひどくなる場合があります。まずは腸内の善玉菌を増やすことから始めましょう。

ただし、高熱を伴う下痢、血便を伴う下痢、2週間以上治らない下痢、海外から帰ってきた後の下痢などには、深刻な病気が隠れていることもありますので注意が必要です。このような時は医療機関を受診しましょう。

便秘・下痢は、実はとても奥が深い病気です。当院では専門病院ならではの詳しい検査とそれにあわせた治療を行っています。お困りの方は是非一度ご相談ください。



画像診断関連機器が新しくなりました

写真1



長年使用していたCT装置、超音波診断装置2台、移動用X線装置を更新し、更に便失禁の新しい治療法である仙骨神経刺激療法（SNM）のリード埋め込み術に必要な移動型レントゲン透視装置（外科イメージ）を導入しました。

CT装置は、今までの16列マルチスライス型から、県内初の新バージョンver.7を搭載した、東芝製80列の高速マルチスライス型に変更しました（写真1）。これにより今まで腹部全体を撮影するのに、15秒程度かかっていた息止め時間が6秒程度となり、1人あたりの検査時間が短縮される他、高齢者などの体位保持が困難な方へも優しい検査となります。更に従来の装置より細かく撮影することが可能となり、MPR

放射線部 技師長 岩月建磨

といわれる冠状断面像や矢状断面像、3D画像などがより詳細な画像となり、診断能が向上しました。また、逐次近似再構成法という技術が搭載され、検査部位や検査目的により異なりますが、従来のCT装置より少ない放射線量で同程度の画質が得られるようになりました。一昨年のX線TV装置に続く更新により、当院における放射線を使用する検査は、医療放射線被ばくが低減されました。

超音波診断装置（写真2）も2台、

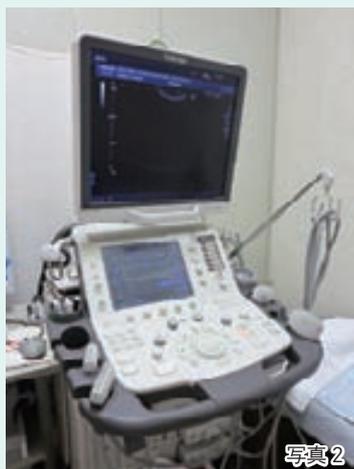


写真2

高機能高画質の装置となり診断能の向上を図りました。また、従来の装置と比較レコパクトになり、検査室内の圧迫感も改善されています。

我々検査を行う技師は、装置の性能をフル活用し、皆様の症状の原因を究明できるように日々努力をしなければならぬと感じております。そして、皆様に信頼していただけるような放射線部にしていきたいと考えております。

健康講座より

女性の健康問題

昨年10月に行われた女性限定健康講座では、女性の健康問題をテーマにお話しさせていただきました。前半は年代別に女性に多い消化器・肛門の病気の紹介を、後半は排便障害について便秘・下痢・失禁に分けてご説明しました。ここでは、後半部分の便秘・下痢についてご紹介します。

”便秘”と”下痢”

便秘

3日以上排便がない状態、または排便があつても残便感がある状態を便秘と定義しています。ただし便の量には個人差があり、毎日排便がなくても、苦痛や残便感、腹部の張りがなければ便秘とは言えません。逆に毎日排便があつても、苦痛や残便感があれば、便秘といえます。

女性は、若い世代から高齢の世代

まで、どの年代でも便秘に悩んでいる方が多いです。

なぜ、女性は便秘になりやすいのでしょうか。女性が便秘になりやすい理由は以下の4つが考えられます。

①**身体的理由**…女性は腹筋が弱い人が多く、重力により腸が下方へ押されて下がるため便秘になりやすい。

②**無理なダイエット**…食事の量が減り、腸の働きが鈍くなり便の量も少なくなる。

③**精神的理由**…トイレに行くことの羞恥心、忙しさで便意を我慢することが多い。

④**ホルモンバランス**…黄体ホルモンの影響で月経前、妊娠初期は便秘になりやすい。

妊娠4か月まではホルモンバランスが崩れるため便秘になりやすく、妊娠6か月以降になると子宮による腸管圧排、横隔膜の運動低下、腹筋の低下等で便秘が悪化しやすくなるので注意が必要

です。また、更年期障害の消化器症状の一つとして、便秘、下痢、腹部膨満などの症状が出ることもあります。

【便秘の種類】

一口に便秘と言っても要因によりタイプが異なります。

弛緩性便秘

腸の緊張が緩み、腸が動かないため、便が大腸に長く留まるタイプです。便秘の中で最も多く、女性や高齢者に多いタイプです。運動不足、水分・食物繊維不足、腹筋力の低下、極端なダイエットが引き金になります。

副交感神経の過度な緊張で腸が動かず、便がコロコロになるタイプです。腹痛や残便感を伴ったり、便秘と下痢を繰り返すこともあります。過敏性腸症候群による便秘やストレスや環境の変化が引き金になります。

直腸性便秘

便が直腸に達しても排便反射が起こらず、排便できないタイプです。高齢者、寝たきりの人、排便を我慢する習慣のある人に起こりやすい便秘です。

器質性便秘

大腸癌や癒着などが原因で、便が通過できなくて起こるタイプです。

自分がどのタイプの便秘なのかを知ることが大切です。

次に、便秘解消の方法や便秘にならないために気をつけるべきことについてお話ししましょう。

排便習慣をつける

便意が起こる時間は大体決まっています。決まった時間にトイレに行く習慣をつけましょう。便意を我慢しないことも大切です。

生活習慣に気をつける

早寝早起き、規則正しい食生活、適度な運動を心がけ、ストレスを溜めないようにしましょう。



医師
相川 佳子
Yoshiko Aikawa

新しい個室ができました

個室を希望される患者さんの増加にお応えするため、このたび個室を4部屋増やしました。新しい個室は、3階病棟にありました旧会議室を約1ヶ月間にわたって改修しました。すべて南向きの4部屋は太陽光がよく入るためたいへん明るく、落ち着いた気分で入院生活を送っていただけるよう木調風の造りとなりました。また設計面では、ご高齢



や車イスの方、また排泄障害の方でも使用しやすいよう、バリアフリーはもちろん、洗面台やトイレを広くつくるなどの配慮をしました。当院の個室は16部屋となりました。各部屋でトイレやシャワーの有無、広さ、室料等が異なりますので、詳しくは職員にお尋ねください。

医療ソーシャルワーカー

医事課 山口紗知



医療ソーシャルワーカーとして松田病院に勤務し約3年が経ちました。医療ソーシャルワーカーと聞いても、どんな仕事をしている人か分からないという方が多いと思いますので、私の仕事を紹介をさせていただきます。『患者さんやご家族が困ったときに一緒に「良い方法は何か?」を考えるといます。たとえば、体調不良にて緊急入院。引つ

越したばかりで保険証も未手続。頼れる人も近くにない。このままでは医療費の自己負担が高額になってしまつて。治療中で色々とお金がかかって大変。それなのに病気で働けず収入もない。何か助けてくれる制度はないか。・家族が入院してしまつて家庭内が落ち着かない。ストレスが溜まつてしまつたけど、知っている人には話したくない。話を聞いて一緒に現状を整理してほしい。・今回の病気が大事にならずに治療が終わつたが、今回のことがきっかけで色々と考えたら不安になつてきてしまつた。など。

こんなときは、ぜひお声をかけてください。お待ちしております。

編集後記

広報委員会 渡部真一

松田病院は1月6日で30周年、あいあい通信は初回発行から20周年をむかえることができました。そして、松田病院の駅伝チームは初参加から10年以上経ちました。前回の遠州リレーマラソンでは新聞記事に松田病院チームの姿が載っているとうれしいですね。あと、フェイスブツ



静岡新聞2015年10月14日掲載

クに松田病院のページを開設していますので、そちらもご覧ください。

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場合があります。※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							
泌尿器科相談			●				
ストーマ外来				●	●	●	●
女性専門外来	11:00~11:30					●	
	14:00~15:00	●					
血管外来	14:00~15:30				●		



特定医療法人 松田病院
社団 松愛会

〒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番ポール(宇布見、山崎行)乗車
東彦尾または西郵便局下車 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)