

あいあい通信



Matsuda Hospital

AIAT-TSUSHIN

2015.9 Vol.

60

◆院長の二言三言メッセージ

真夏のできごと

院長 松田 保秀



大陸形成の過程を私たちが今、見ているということの意味するそうです。今後が楽しみです。

が、命の大切さと危険に対する自己判断の欠如としか言いようがありません。

今年の夏は、いよいよこの世の終わりがかと心配するほど環境が悪化しました。真夏の悪夢のような気候の変調と人間社会の変貌がその根底にあったように思います。一瞬のように過ぎ去った夏でしたが、連日のようにいろいろな出来事が起こった平成27年の夏を振り返ってみました。

宇宙へ宅急便…8月19日夜、H2Bロケットの打ち上げが成功し、輸送船「こうのとり5号」が宇宙へ飛び出して行きました。日本の宇宙飛行士、油井亀美也らクルーが首を長くして待っている宇宙滞在飛行船に、いわば宅急便を届けることになったわけです。アメリカ、ロシアがロケット打ち上げに失敗していた苦しい状況の中、日本のロケットが、世界が注視している中で堂々と実力を発揮したことは、何とも誇らしい気分でした。

原発再稼働…鹿児島県の川内原発再稼働も微妙な社会問題でした。日本のエネルギー需要を確保するため海外から化石燃料を大量に輸入しなければならぬ日本の事情もあるでしょうが、国際的なリーダーシップを発揮して原発廃止に世論を向けさせるのも世界が納得することだと思えます。

火山噴火と地震…箱根や桜島の噴煙は日頃からの風景ですが、今回の大噴火の恐れのため、地震予知能力と行政の仕事との狭間で悶々とされている避難者には誠に気の毒です。しかし命だけはしっかり守ってほしいです。一方、西之島噴火では溶岩流で直径2kmの新島ができ、今も拡大しています。そして、溶岩の分析では成分は安山岩で、これは何億年か前の地球の

宇宙へ宅急便…8月19日夜、H2Bロケットの打ち上げが成功し、輸送船「こうのとり5号」が宇宙へ飛び出して行きました。日本の宇宙飛行士、油井亀美也らクルーが首を長くして待っている宇宙滞在飛行船に、いわば宅急便を届けることになったわけです。アメリカ、ロシアがロケット打ち上げに失敗していた苦しい状況の中、日本のロケットが、世界が注視している中で堂々と実力を発揮したことは、何とも誇らしい気分でした。

戦争体験吐露…戦後70年の今年は安倍首相のメッセージの内容で大いに世論が揺れました。戦争当事者も高齢となりましたが、この数年、以前にも増して戦争体験を包み隠さず生々しく語る体験者が多くなつたように思います。その惨状をありのまま語る時、語り手が当事者としての責任を果たそう、関係者の無念を伝えようとする意志が強く感じられ、心に響きました。

水難事故…この夏は例年の如く、海や川での遭難が毎日ように報道されてきました。特にスノーケリング中に死亡する事故が目につくのはどうしてなのでしょう？ レジャーの大衆化は歓迎すべきです

熱中症で多数の死者…マスコミや医療機関で熱中症に対する予防や対策がうるさいほど言われていても、熱中症にかかる人や亡くなる人が後を絶ちません。ちよつと油断をしたり他人事のようにとらえている人、理解不足は危険です。

熱中症で多数の死者…マスコミや医療機関で熱中症に対する予防や対策がうるさいほど言われていても、熱中症にかかる人や亡くなる人が後を絶ちません。ちよつと油断をしたり他人事のようにとらえている人、理解不足は危険です。

第2回 松田病院健康講座

事務長：平田哲也



松田聡医師

7月12日(日)、松田聡医師による「おしりから考える健康づくり～大腸がんの発見から痔の最新治療～」と題して講演を行いました。今回、女性の参加率が低いのが気になりました。現在、女性における部位別がん死亡のトップは、大腸がんです。それだけに、多くの女性にも是非、聞いて頂けるよう工夫したいと思います。大腸がんは、早期発見・早期治療により

完治しやすい疾患であると言われています。当院では、大腸がんに関する正しい知識を広く地域に啓蒙し、予防(食生活・検査)の大切さ・治療方法(手術・抗がん剤投与)などを知っていただき、大腸がんを撲滅するよう講演活動を続けていきたいと考えております。



肛門病の治療と予防10ヶ条 その4

皆さんこんにちは。この夏は猛暑・ゲリラ豪雨に加えて、各地で火山活動が活発化しているようです。何があっても対処できるよう、日頃から健康管理をしっかりとしておきましょう。今回は最終回です。

8 長いドライブもよくない

特に長時間のドライブでは肛門がうっ血し、ただれたりします。運転が職業の人はまず肛門の病気を治してください。

7 長く座ったままの仕事はよくない
座りっぱなししていると肛門のうっ血をきたします。時々立ち上がり、体操でもやるとよいです。逆に立ちっぱなしの仕事もよくありません。

おしりの病気は職業病ともいわれます。具体的には、作家を代表とするデスクワークの方、タクシーの運転手さん、長距離トラックの運転手さんに多く、また立ったままあまり動かない美容師さん、理容師さんも要注意です。同じ姿勢でじっとしていると、おしりに血液が滞り、いわゆる「うっ血」状態となります。漢方医学では「瘀血（おけつ）」といえます。「うっ血」状態になると静脈が膨らみま

すると血管が弱くなって出血しやすくなり、あるいは血液が固まって血栓ができやすくなります。昔と比べてあまり体を動かさなくてもすむ仕事が増え、便利な世の中になりましたが、運動不足から健康を害しやすい環境でもあります。意識して体を動かすよう努力しましょう。座り仕事の方は、机のまわり1周でもいいのでこまめに歩きましょう。おしりの筋肉を動かすこと

によつて、おしりの筋肉を動かすことによつて、おしりにたまつた血液が心臓にかえつてくれます。立ちっぱなしの方は時々足踏みをしましょう。

9 酒、コショウ、からし、などの刺激物は避ける

酒などのアルコール類、その他の刺激物は肛門を刺激してうっ血を起こさせます。

便秘・下痢がよくないという話はすでに説明いたしました。特に下痢



副院長
川上 和彦 Kazubiko Kawakami

便は刺激性が強く、肛門の皮膚のただれをおこしてしまいます。また下痢の時は便中の菌が肉の中に入り込んで、腫れ痔（肛門周囲膿瘍）や穴痔（痔瘻）をおこします。排便異常の原因となりやすい刺激物はほとんどにしましょう。腸内細菌のバランスを維持するためには、腸内環境を整えなければなりません。善玉菌が住みやすい「おなか」になるよう、温野菜は多めに、あぶらもの、刺激物は少なめにしましょう。そして下痢の時は普段以上におしりをよく洗いましょう。

10 間違った治療は禁物です

正しい診断をつけてもらうことが、

(肛門病)の治療と予防10ヶ条

1. 毎日ふろに入る
2. おしりをきれいに
3. 便びは良くない
4. 下痢も良くない
5. トイレはりきまず、ゆっくりと
6. 腰を冷やさぬように
7. 長く坐ったままの仕事は良くない
8. 長いドライブも良くない
9. 酒、コショウ、からし、などの刺激物は避ける。
10. 間違った治療は禁物です

予防10ヶ条は診察室にご用意しています

「ぢ」を治す第一歩です。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。

一般病院で受けることのできる診療は「保険診療」であり、厚生労働省の指導にもとづいておこなわれます。しかし実際には保険で認められていない治療もあり、「民間療法」とか「代替医療」とよばれています。それらの治療法がすべて間違っているとはいませんが、保険診療以外の治療で生じた合併症に関しては、国からの保証を得られません。「これを使えば絶対治る」「ほかの治療は併用できない」という説明、法外な治療費などは、やめたほうがいいチェック項目です。気を付けてください。

「たかがおしり」とつい油断してしまいがちですが、おしりの症状は意外につらくて社会生活に及ぼす影響が大きいです。また実際に多くの方がおしりの病気で病院にいらつしやいます。おしりの症状が出た時は、この「10ヶ条」を参考にして何が原因かを考えてみてください。原因を取り除いても症状が改善しないようなら、早めに病院を受診してください。おだいじに！

お薬のQ&A



お薬について寄せられるご質問のなかで、特に多いものについてお答えします。

Q1 軟膏やクリームはどのような保存すればいいの？

軟膏やクリームの保存温度は大部分が「室温保存」です。室温保存とは1℃～30℃の範囲内で保存することです。夏場、保管する温度が明らかに30℃を超える場合は、一時的に冷蔵庫に保存してください。冷蔵庫に保存した場合、室温に戻した際に変色したり分離すること

がありますので軟膏が変質していないか確認しましょう。温度がなるべく一定な棚などに保管するのがよいですね。

Q2 粉薬はいつまで使用できますか？

粉薬の天敵は湿気です。湿気の高い場所に保管すると、変色したりベタついた感じになります。大きな缶などに乾燥剤と共に保管することを勧めます。また、冷蔵庫は湿気が高いため保管しないでください。

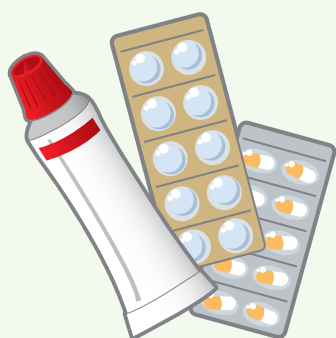
粉薬の場合、有効期限に決まりはありませんが、一般的には調剤年月日から投与日数分までが有効期限とされています。これは調剤したときの症状に対しての薬としての有効期限です。決められた投与期間を過ぎてもお薬が残っているとすることは、飲み忘れや飲み方が適切ではなかったことになります。医師の指示に従い処方されたお薬はしっかり飲んでください。飲み残

した薬がある場合は、期限が過ぎると体調と合わない場合があります。再度医師の診察を受け、相談してください。

Q3 以前もらった薬を使用してもよいですか？

お薬はその時の症状を医師が診察し、最善のお薬を処方しています。今回の症状が、前回と同じお薬が最善とは限りません。必ず医師の診察を受け、ご相談ください。

薬は有効期限を守り大切に保管してください。健康な身体でいるためにはお薬の効果に頼りすぎず、うまく薬とつきあってください。お薬でわからないことはいつでも薬剤師にご相談ください。



医師紹介

- ① 出身地 ② 血液型・星座 ③ 医師になった動機など ④ 趣味、ストレス解消法
⑤ 浜松・松田病院の印象 ⑥ 読者へのメッセージ

東邦大学医学部を卒業して、そのまま大学病院の外科の医局に入りました。下部消化管外科を専門としています。肛門疾患は非常に奥が深いものであり、第一人者の松田院長の技術

「ブラックジャック」についてのご想像にお任せいたします。

③ 小学生の時に友達とよく「ブラックジャック」をしていました。その頃から自分は外科医になると決めていました。家族を含めてまわりにそう言ってしまった手前、医者になるしかなく、どうにかこうにか今の自分があります。「ブラックジャック」について

② 血液型はA型…のはずです。星座は、おとめ座またはてんびん座。9月23日生まれですが、占いの種類によってそれぞれ異なるんです。詳しいことは分かりません。

① 埼玉県久喜市というところ。地味なところなのできつとみなさんピンとこないはず。



新井賢一郎 医師

① 生まれは大阪府柏原市です。



三上 栄 医師

⑥ 早く皆さんの中に溶け込んで、松田病院にいるのが当たり前と思っていただけのように頑張りたいと思います。

⑤ 浜松は人懐っこく、純粹で、温かく、いい人が多いなあという印象です。先日のエアコンの取り付けに業者さんが来てくれたのですが、エアコンとはまったく関係のない扇風機の組み立てもニコニコしながら我慢げにやってくれました。

④ お酒が好きです。人生飲まなきゃやってられませんが、和食の時は日本酒、洋食の時は赤ワインがメインです。はじめの一杯はやっぱりビールですね。2軒目、3軒目になれば焼酎やカクテル、ウイスキーなんかも。焼き肉の時はマッコリもいいですよ。

を是非とも学びたいという気持ちで浜松へとやってまいりました。

⑤ 浜松の患者さんは神戸の患者さんと比較し、穏やかで、のんびりしておられる印象が強いです。松田病院

④ 趣味はウォーキング、山登り(トレッキング)、その他、映画鑑賞も好きですが、最近忙しくて映画館に行けておりません。好きな音楽はジャズ(特にピアノ)です。あとお風呂屋さんめぐり、温泉も大好きです。

③ 手塚治虫さんに憧れて医師になりました。消化器内科医として現在まで医療に従事、および若手医師の指導をしてきましたが、消化器内科医は消化管全体を診療する科にもかかわらず、肛門は無知な領域でした。しかし、実際は日常診療で肛門疾患を診療しなくてはならない場面が多々あり、肛門疾患の勉強の必要性を痛感しております。今回、松田院長に勉強の機会をいただき、神戸から単身、浜松に参りました。

② O型、しし座

いままでは、高槻病院(大阪)、大阪鉄道病院、京都大学病院、神戸市立医療センター西市民病院で仕事をさせていただきました。約半年間の予定で肛門領域の研修をさせていただきます。

⑥ 半年という短い間で、できる限り肛門診療・治療を学ばせていただくだけではなく、病院の一員として頑張りたいです。また、消化器内科医としてお手伝いできることは精一杯頑張ります。どうぞよろしくお願いいたします。

は肛門、大腸・IBD(炎症性腸疾患)領域において大変レベルの高い病院です。コメディカルの方々も大変優しく、機能的に働かれており、大変雰囲気の良い病院です。

編集後記

広報委員会 渡部真一

10月18日(日)に、第3回松田病院健康講座「便秘と便失禁について」女性医師による女性のための健康講座を、女性限定で開催することとなりました。多数のご参加お待ちしております(院内備え付けの専用紙にてお申込み下さい)。なおこの講座は、浜松市の「うごく&スマイル」スタンププログラムの対象講座となっております。

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				●			
泌尿器科相談	11:00~11:30 14:00~15:00 14:00~15:30		●				
ストーマ外来				●	●	●	●
女性専門外来						●	
血管外来		●			●		



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番ポール(宇布見、山崎)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