

あいあい通信



Matsuda Hospital

AIAT-TSUSHIN
2013.1

Vol. 52

◆院長の一言メッセージ

心の在り方

院長 松田 保秀



生のスタートとなるでしょうか？ 日本の崩壊にストップがかかるか、特に出生率が上がるかどうか、正念場の年となりそうです。

皆様におかれましては、この数年は特に耐え忍ぶ出来事が多かったのではないのでしょうか？ 世の中の環境や社会の雰囲気、必ずしも活気のある状態ではなかったため、国民はしびれを切らして社会の変革を望んだのでしよう。

私事では、この1年は期待と忍耐と失望の繰り返しでした。世の中うまく行かないときは「運」が逆回転するものです。つまり、歯車がうまく噛み合わなかったのです。ところが年末から新年にかけて何かつきものが落ちたように身も心も軽くなりました。特別変わったことをしたわけではありませんが、何かが変わってきたのです。具体的に述べますと、いつも背中を押されて仕事をしていたのが、楽しく心静かに診療に携われるのです。楽しく、と言

うと患者さんには失礼ですが、体に張り付いていた硬い皮膚がするりと剥がれて、体に溜まっていた汚物が抜け出た感じがしました。それで体が軽くなり心の余裕となって現れてきたのでは、と自己診断しています。

新年早々神がかり的な話で恐縮ですが、これには三つの序章があるのです。一つ目は、昨年9月秋分の日、新潟県六日町にある雲洞庵の宝物殿で、大きな白い和紙に書かれていた人の死後の行き先のこと（佛教道？）に、大いに納得し了解したことです。誰が書いたか不明ですが、多分雲洞庵の住職でしょう。死後も非常に長く丁寧な追善・供養が必要であると読み取れます。二つ目は、ある書物で刺激を受けて竹田恒泰著の日本の歴史書である現代語「古事記」を読み始め、悪戦苦闘しながら行きつ戻りつ進行中です。三つ目は19、20世紀の医学者・臨床家・医学教育者であり世界的に崇拜・尊敬されているウィリアム・オスラー博士の伝記である「ある臨床医の生涯」に触れたことです。今まで自分流に患者さんに尽くし実践してきた医療というものが、これで良かったのかと自己問答して、彼我の違いと正当性を振り返って考える機会があったことです。二つ目の書籍は神様の名前が多すぎて、三つ目の書物は600ページの大物ですが、少しの時間を割いて完読を目指しています。以上自分の心の在り方と少しばかりの信心や神頼みで今年の運を本物にできたら、と願っています。

当院の診療体制は少しずつ待ち時間も短くなり、患者さんのお役に立てるように変革しつつありますが、今年の4月から中堅の外科医2名が新たに加わりますので、パワフルな診療ができるものと私も期待しております。

宜しくご指導、ご協力のほどお願いいたします。

▶冬に気を付けたいウイルス 検査部 村松 知枝

11月から2月ごろにかけて「インフルエンザ」「ノロウイルス腸炎」が流行します。インフルエンザの主症状には、くしゃみ、のどの痛み、発熱（高熱）などのいわゆる風邪症状に加え、関節痛、全身倦怠感などがあります。ノロウイルスは下痢、嘔吐などが主症状でインフルエンザ同様、人から人へ感染します。どちらも脱水や合併症により重症化することがあるので注意が

必要です。日ごろから十分な休養とバランスのとれた食事を心がけてください。

インフルエンザはワクチン（抗ウイルス剤）を打つことで感染予防や感染後の症状を軽くすませることが可能ですが、ノロウイルスには残念ながら抗ウイルス剤はありません。外出後の手洗いや食事前の手洗いを念入りにしましょう。

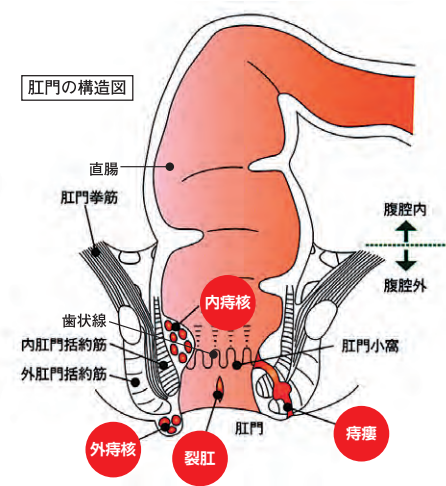
肛門病の治療と予防10ヶ条 その2

皆さんこんにちは。今年の冬は寒いですね。冬はなにかと運動不足になるし、家の中で食べてばかりという生活にもなるので、おしりにはよくない季節です。くれぐれも気を付けてください。

今回は『肛門病の治療と予防10ヶ条』第2弾、便秘と下痢がテーマです。

便秘は、何らかの原因で便の流れが滞り、水分が吸収されすぎて硬い便となる現象です。排便回数が減り、便を出すために力まなければならなくなり、おなかが張ったり腹痛を伴ったりします。下痢は逆に便の流れが速すぎて、刺激性の強い消化液を多く含む形のない便が出る現象です。さすような腹痛を伴うことが多く、場合によって

はトイレが間に合わなくなってしまうます。便秘と下痢は肛門病の原因の双壁といえます。



3 便秘はよくない

便秘をすると便の中の水分が減って、コロコロの硬い便になります。この硬い便によって生じる肛門の傷が「**裂肛**（きれ痔）」です。便秘が一時的なもので、翌日から便を正常に出せるようになれば、傷は比較的早く治ります。口やおしりは本来傷に強い場所です。逆に便秘が習慣性になると、炎症反応のために傷の奥側と手前側が腫れてきま

す。奥の腫れを「**肛門ポリープ**」、手前側の腫れを「**皮垂**」と呼び、便秘が改善しないとどんどん大きくなります。また「**裂肛**」の傷が深くなると、肛門を占める筋肉「**括約筋**」が破壊され、筋肉が弾力を失って繊維化し、「**肛門狭窄**」が起きます。肛門が狭くなるため、ますます便を出すことが難しくなります。「**肛門ポリープ**」や「**皮垂**」が大きくなつて不自由を感じるようになったり、排便が困難になるほど「**狭窄**」が強くなると、手術の対象になります。

詰まった便が肛門部分を圧迫すると、血液が心臓に返りにくくなつて肛門に血がたまります。「**痔核**（いぼ痔）」の正体はこの血液が滞る状態「**うっ血**」です。「いぼ痔」の中身は、血液が溜まって太くなった血管（静脈）です。そのため、小さな傷から走り出るような出血を伴います。「痔核」が大きくなると、肛門の外にとび出してきます。これが「**脱肛**」です。脱肛もひどくなると、注射療法あるいは手術の対象となります。



副院長
川上 和彦

排便のときに力む習慣があると、便だけではなく直腸も押し出されます。直腸が肛門の外に出てくる病気を「**直腸脱**」「**直腸粘膜脱**」といいます。ときに「**脱肛**」と間違われることがあります。が、似て非なるものです。長年便秘を放置したお年寄りに多い病気です。「直腸脱」を完全に治すために、おなかを開ける手術を要する場合があります。

便秘をすると便が腸内にたまって**肛門**を傷つけます。

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。荒れて傷ついた皮膚は細菌やカビに対する抵抗力が低下し、感染をおこしやすくなります。そうなるヒリヒリする痛みやかゆみが生じます。下痢便のときには肛門周囲に残る便をきれいに洗い流すことが重要で

（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

すが、ごしごし擦ることによって余計に傷がつくので要注意です

下痢便はパーンと勢いよく出ることが多いですが、肛門に高い圧がかかる通便の中の菌が肛門の壁の弱いところから体内に侵入してしまいます。肛門は腸の粘膜から皮膚に移行する場所ですが、その境目に「**肛門小窩**」という小さなくぼみがあります。高い圧力で菌が「**肛門小窩**」を突き抜け、肉の中で増えると膿の溜まりとなり、「**肛門周囲膿瘍**」となります。「**肛門周囲膿瘍**」ができると、物が当たっただけで痛む、あるいは夜も眠れないほどの激痛となり、熱を伴うことがあります。「**肛門周囲膿瘍**」は放置すると全身に菌が広がる「**敗血症**」となり、命に係わるので早く治療を受けなければなりません。応急処置として、皮膚に穴をあけて膿の出口をつくる「**切開排膿術**」が行われます。また「**肛門周囲膿瘍**」から「**痔瘻(あな痔)**」に移行した場合は手術が必要です。「痔瘻」は長く思うと癌化し、癌ができてしまうと人工肛門を伴う大手術が必要となるからです。「痔瘻」は決して放置してはいけない病気です。

下痢は肛門を刺激し不潔にもなり、細菌感染をおこします。ふつうの硬さの

便を毎日規則正しく出すことが大切です。

便秘と下痢はこれだけ肛門の病気と関係します。また便秘と下痢は、肛門の病気以外にも、高血圧や糖尿病の原因ともなり、人間が持っている病気を治す力「**免疫力**」にも影響し、さらに女性にとって大事な「**美肌**」にも関係するといわれています。便秘や下痢があっても、「体質だから」とあまり気にしていない方をみうけますが、是非考え直してください。大事なことは、食事に気を付けること、適度な運動をすること、ストレスをうまくコントロールすること、これでかなりの便秘と下痢が改善するはずです。それでもよくならない場合は、病院を受診しましょう。便秘や下痢の背後に**大腸癌**や**潰瘍性大腸炎**、**クローン病**など、大きな病気が潜んでいる場合があります。主治医と相談のうえ、必要があれば検査も受けてください。



■大震災を教訓にして

看護部 鈴木 登美子



未曾有の大震災と呼ばれた東日本大震災からまもなく2年になります。被災地では想像を絶

難ができますが、手術後や重症の患者さんは自力での移動が困難です。限られた職員数で的確に避難誘導が出来るように訓練を重ね、取得できる技術と判断力を高めていきたいと考えます。

する規模の人命が奪われ、一家離散など今現在も影響が残されています。天災の怖さを実感すると同時に、日頃の備えが如何に大切かと教訓を得ました。以来家庭には防災の備品や食料等の備蓄がなされ、各施設では活発に避難誘導を含む防災訓練が行なわれています。当院でも防災訓練を毎年行ないますが、患者さんと職員の安全確保を責務と考え、抜本から見直すことにしました。

また、当院は災害時に、**災害拠点病院の救護病院**として傷病者の治療に当たる役割を担っています。浜松西部における病院は限られ、その役割の重要性を実感しています。災害時には多くの傷病者が発生すると予想がつきますが、応急手当は来院順ではなく傷病の程度で優先づけるという**トリアージ**と呼ばれる方法が導入されます。昨今盛んに防災訓練等で取り入れられているので、緑・黄・赤黒の区分に色分けをされて、手にひも付きのタグと呼ばれる紙をつけた姿をご覧になった方もいらっしゃるのではないのでしょうか？

静岡県は海沿いの立地で、3箇所に渡る活断層の横断により激しい揺れを伴う地震と津波の発生、東日本大震災を超える被害想定が危惧されています。大規模災害から身を守り多くの人の命を救うためには、実践に即した訓練が重要だと考えました。病院内には様々な自立度(歩行の程度)の患者さんがいます。歩行ができる方は速やかに避

当院でも昨年10月末に、震災を想定したトリアージと各区分の診療場所の確保、応急手当の訓練を行いました。多くの課題が見えたので、改善の上で訓練を重ね地域住民の皆様と協力を図りながら、来たる災害に十分な備えをしていきたいと思えます。

新任医師紹介

長嶋 康雄 医師



胆石症などの良性疾患の診療も行っています。

松田病院に来た動機：何といても、肛門疾患に対する手術が多いこと、また、内視鏡症例数が多いことが魅力でした。自分の技術向上のために、沢山のことを吸収したいです。

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

松田 聡 医師



④ おいしい酒と肴、温泉旅行、筋トレ・ランニング(最近始めた)、ペットのインコと遊ぶこと。

⑤ 幼少期には松田病院に時々出入りしていたので、昔からお知り合いの職員の方も何人かいらつしゃいます。小学校の頃はよく病院の顕微鏡を使わせていただきました。最近、久しぶりににお会いしたある方から「随分人相悪くなったね」って驚かされてしまい、時の流れを感じております。

- ① 群馬県前橋市です。年に1回、元日に実業団駅伝が行われ全国中継されます。県内には、山、川、湖が多く、また、温泉も沢山あり、美味しい食材も豊富なので旅行にお勧めです。
- ② O型、ふたご座です。
- ③ 医師になった動機：父が外科医である影響もあると思いますが、"手に職をつける"という考えから、医師を目指したのだと思います。
- ④ 趣味：高校時代には吹奏楽で、大学ではオーケストラで打楽器を担当していました。演奏の楽しさを経験し、続けたいとは思っているのですが、随分、楽器に触れていません...
- ⑤ 浜松は、実家のある群馬県に何となく似ている感じがします。今は、寒さを実感していますが、今後、四季の移り変わりが楽しみです。
- ⑥ 頑張りますので、宜しくお願いします。

- ① 浜松です。
- ② A型、ふたご座です。よく、O型でしよって言われますが、少し仲の良い人にはAだねって言われます。
- ③ もともと生き物が好きだったことと、松田家の長男であったことが関係あると思います。子どもの頃は野生児で、虫博士って言われてました。部屋でクモを放し飼いにして怒られたり、へびを首に巻いて西図書館に入っていくて怒られたりしましたね。大学は東邦大学医学部に入りました。現在、東邦大学医療センター大森病院消化器外科に籍を置いております。松田病院には非常勤で火・水曜日に来ております。
- ④ まだまだ未熟者ですが、患者さんとのコミュニケーションを大切に、フレンドリーかつ信頼される医師を目指して精進してまいりますので、今後とも宜しくお願いいたします。

編集後記

広報委員会 渡部真一

12月21日に院内でクリスマス会を開催しました。Engアンサンブルグループによるコーラスとささやかなプレゼント

ゼントをご用意し、患者さん、職員共につかの間の楽しいひとときを過ごしました。



診療のご案内

●患者様へお願い● 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をご承知下さい。※急患の方はこの限りではありません。

	受付時間	月	火	水	木	金	土
胃腸・肛門外科	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	14:00~15:00		●				
ストーマ外来			●	●		●	
女性専門外来		●					
血管外来					●		



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
東彦尾または西部便局下車 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)