

あいあい通信

AIAI-TSUSHIN 2012.5 Vol.50



Matsuda Hospital

◆院長の一言メッセージ

インターネットと個人情報 プライバシー保護

院長 松田保秀



ら施行されたものである。

なぜこのような法律が必要になったのかといえば、高度情報通信社会の進展に伴い個人情報の利用が著しく拡大したため、個人の情報を守るためであった。ここまでは国民は必要な法律であると理解を醸成したはずである。ところが世の中にインターネットシステムが予測に反して爆発的に発達し、猫も杓子も子供も老人も「何でもかんでもインターネット」という世の中が出現した。そうなると個人の名前や年齢、生活環境、家庭状況、資産、クレジットカードの種類などありとあらゆる情報を提供しないと、インターネットでは買い物も、列車の切符も観劇の入場券も手に入らないことになった。つまり個人情報開示が前提となる。しかも最近では芸能人がブログを通じて自分の私生活を開示したり、映像で国民が知りたい内容を流したりしている。それが流行になったのか、一般の人まで私的感情を暴露して自分のプライバシーや、

個人 個人情報保護法というの

は正式には「個人情報保護に関する法律」といい、2003年5月に国会で成立し、2005年4月か

家族構成を開示し、時には飼犬まで映像で流してくる。おまけにツイッターで夜な夜な全世界に自分の悩みを発信する人もいる。

私にはブログとツイッターの区別ができないが、とにかくそんなに自分のことを開示して何になるのだろう？ どうしたいのだろう？ 個人情報保護の点で神経質になっている人は、こんなことはないはずだと想像し、不思議でならない。また国民共通番号制に大反対している人も含めて、役所に首の根を捕まれることを嫌っているが、インターネットでデパート、レストラン、ホテル、クレジット会社、生命保険会社、自動車ディーラー等々へ個人の大切な情報を提供しているインターネット人間もいる。個人情報とはもはやどこにでも筒抜けとなつているのが今の社会構造だと言われている。しかも巷では個人情報がかんたんに売買されていると聞いている。こんな危険なことも総て常識の範疇なのか？ 何となく違和感を感じるが、わからない。私はやっぱり遅れているのか！

終わりに、犯罪の増加とともに防犯カメラがいろいろな場所に増えたそう。犯罪がリアルタイムで茶の間へ流れてくるので、娯楽映画のように私も興味を持つて見ることが多いが、どこまで人間のプライバシー確保ができるのだろうか？ 安全と引き替えにプライバシー保護は消滅しそつだ。

日本臨床外科学会学会賞を受賞しました

このたび院長の松田保秀は、大腸肛門病における学術活動や地域での啓発活動、一昨年の日本大腸肛門病学会学術集会を会長として成功裏に執り行ったことなどの業績が日本臨床外科学会より認められ、平成23年度の日本臨床外科学会学会賞を受賞しました。去る3月24日には発起人の先生方の計らいで祝賀会が開かれました。学会賞推薦者の浜松外科医会会長の内村正幸先生をはじめ日本全国から百数十名の先生がご列席され、先生方の心温まるスピーチや、ミニコンサートなどが行われました。



肛門病の治療と予防10ヶ条

皆さんこんにちは。いかがお過ごしでしょうか。

松田病院は大腸肛門疾患の専門病院です。誰でもそうですが、お尻はあまり人に見られたくない場所ですよね。症状があってもついつい我慢して病院へ行くことをためらってしまいます。

おしりの症状は結構つらくて、仕事にさしやられるし、ストレスの原因にもなります。ですから治療がうまくいくと、「こんなことならもっと早く病院に来るんだった！」とおっしゃる方がほとんどです。しかもおしりの症状の陰に、難病の炎症性腸疾患や大腸がんが隠れていることもあるので、早めに受診しましょう。そしておしりの病気を予防する上で気をつけていただきたいことがあります。これはおしりの治療後、病気を再発させないための自己管理法でもあります。松田病院では、おしりの病気の自己管理にお役立ていただけるよう、『肛門病の治療と予防10ヶ条』をご用意してあります。

(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. トイレは行きまず、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

今回はこの10ヶ条について解説をしたいと思います。

1 毎日風呂に入る

日本人の風呂好きは有名ですが、私も結構こだわるほうです。出張の際は、大浴場、できれば温泉付きの宿を探しますし、海外旅行先のホテルでバスラブがないと悲しくなります。シャワーを浴びるだけではなく湯船につかることは、いろいろな意味で健康に良く、一番分かりやすい効用は「体を温める」ことでしょうか。

昨今、「からだを温めて病気を治す」「からだを温めれば病気が予防できる」という内容の書籍がたくさん出ています。体内では生命を維持し、身体を動かしたり成長するためにいろいろな化学反応が起きています。この化学反応をスムーズに進めてくれるのが「酵素」と呼ばれるものです。例えばAというものからBというものに変化させるために、実験室では高温の下でないと起こらない反応が、体内では酵素のおかげで体温レベルでも変化してくれる、魔法の物質です。このAからBへの反応によって、新しいものが合成されたり分解されたりします。この酵素反応が、最も効果的に反応するのが37℃前後だそうです。身体の内部分に保たれるためには、体表の温度として36.5℃程度の体温が求められます。とこ

ろが最近では低体温の方が多く、極端な場合には35℃前後の方もいらっしゃいます。これでは酵素反応が滞ってしまいます。低体温の方は概して活力がなく、何らかの症状を抱えている方が少なくありません。体温を36.5℃前後に保つために、低体温の人はまずは基礎代謝率を上げることです。運動をして筋肉をつけることです。そしてもっと手取り早い方法は、お風呂に入ることです。



お風呂に入ると酵素反応をスムーズに進めることができ、なぜおしりの病気を予防につながるのでしょうか。おしりの病気に一番関係するのが排便習慣です。下痢便だったり便秘でこころの硬い便になることがおしりの病



副院長
川上 和彦

気の原因となります。これはひとえに、腸管で起こる消化吸収反応に関係します。この消化吸収反応に、酵素が大活躍しているのです。腸管内で酵素が効果的に働いてくれるよう、便がすっきり出ない方は是非毎日お風呂に入ります。おしりの血行が良くなること、おしりに水圧がかかることもよい影響を与えます。ぬるめのお湯にゆっくりつかること、半身浴もお勧めです。入浴剤で保湿をはかたり、アロマでリラクゼーションするのも良いでしょう。ただし心臓の持病をお持ちの方は、主治医と相談の上入浴してください。

2 おしりをきれいに

からだを清潔にすることが病気の予防につながることはお分かりいただけると思いますが、おしりも同じです。おしりの清潔に大変貢献しているシャワートイレは、日本人ならではの発想で開発された優れたもので、商品として発売開始されたのが1980年6月だそうです。おしりの周囲の皮膚がバイ菌やカビの仲間でただれる病気がありますが、おしりの清潔を保つことでこれらの病気が予防できます。またシャワートイレの刺激で排便を促している方もいらっしゃるようです。とにかく、シャワートイレが一般的に使われるようになってから、世の中のおしりの病気が減少し軽症化しているこ

とは確かで、これはひとえにおしりの清潔が保ちやすくなったからだと思われず。

常にシャワートイレを使っている人は、シャワートイレのない便器に遭遇した時とても困ってしまいます。自分が活動する地域ではどこにシャワートイレがあるか、「シャワートイレ・マップ」をつくっておくこともよいでしょう。またポータブルのシャワートイレも開発されています。どうしてもシャワートイレがないときには、水道水で濡らしたティッシュ・ペーパーを使いましょう。薬局で手に入る、おしり拭き専用のナプキンでも良いですが、使われている消毒剤がかぶれる方もいらっしゃるので注意しましょう。

シャワーで洗った後、トイレトペーパーでは水をふき取る程度とし、強く拭くことはやめましょう。入浴の際、石鹸の付いたタオルでこし洗うこともよくありません。最近、シャワートイレの難点も指摘されるようになりました。いわゆる「シャワートイレ症候群」といわれるものです。強い水流で洗うことで水が直腸内に入り込み、その水が後で漏れてきておしりがただれることがあります。洗いすぎもよくありません。また旧式のシャワートイレでは、ノズルが汚れている場合もありますので要注意です。温風で乾かしすぎることよくありません。適度な湿度を保つてあげましょう。

おしりの清潔を保つために一番大切なこと、それは切れのいい便を出すことです。本当の快便は、用を足した後トイレトペーパーで拭いてもペーパーがほとんど汚れません。この切れのいい便を出すためにも、腸管内の酵素にはしっかり働いてもらわなければなりません。是非酵素の力を十分に発揮させてください。(続きは次回をお楽しみに。)

カナダ 医療事情とモーターホームの旅 ②



Jasper 途上の Crawford 水河が流れ込む Bow Lake

その中を Hwy (ハイウェイ) が突き進む。
7月9日 この旅唯一の有料ガイドツアーの日。日本語のガイドで、しかも運転休業日だ。周遊ルートは、Castle Mountain, Lake Louise, Moraine Lake, Emerald Lake, Takakkaw Falls 等々。帰路、大仰天することに遭遇。高速道路上でグリズリーを発見。パニックを起こした大熊が我が方目指して突進してくる。恐怖とビビッリを「一気に味わう。ここは動植物の宝庫であり、『野生動物の生息地に人間が同居している』という哲学が政治にも人の心にも徹底している。」



グリズリーベア、ハイウェイを駆け抜ける

7月7日 今日カナダに再入国し、Revelstoke まで550 kmを気に走り通す。最初の関門は国境通過だ。検問所では係官から、銃の所持、C\$10,000以上の現金やDrug 持ち込み、禁止野菜・果物の持ち込みの4点が問われた。私は「銃は触ったこともない」「そんな大金持つわけない」「我々はジャンキー(薬物中毒者)じゃないよ」と答え、昨日没収された恨みの抵触野菜は少しあったものの車内は調べないだろうと腹を括り、「購入した食べ尽くした」と答えてOK。思い思った割には何なく通過できた。

7月10日 今日 Banff 市内観光、動物ウォッチング、泊地は Lake Louise である。当地は Vancouver から約800 km、Calgary には1000 km超の距離にある。こんな所で盲腸を患ったり、交通事故に遭つたらどんな医療の手段があるのか、とふと思つた。ここには冷徹な自然だけで、医療施設が近接する便利さはない。ならば、路傍の動物の死骸のように人間も朽ちるのみか。否、救命医療はドクターヘリが担い、軽度な傷病は Banff では診療所が担う。なお、歯科治療は全額自費だ。また、救急車は有料である。問題は病院で医療者が発する問診に答えられるのか? 日常、日本語ですら具合の悪さを伝えるのは至難である。それを英語で言えということだ。例えば、痛みにも、刺痛、圧痛、鈍痛……アーツ、もう本気で頭が痛くなつてきた。

7月11日 この旅のハイライト Icefield Hwy を Jasper に向けて北上。CRの背骨を、絶景と動物との遭遇を求めてひた走り、Banff 国立公園から Jasper 国立公園に向け景観探訪した。

7月12日 この日は日本人がまず行かない裏コース550 kmを走破した。Jasper からルート5 Hwyを西進。途中でCRの最高峰 MtRobson をおがみ、そこから南進。Wells Gray 州立公園を探訪。見事な大瀑布「Spahat Falls」。「Dawson Falls」を覗き、あまりの狂奔の様に鳥肌ものだった。ここへの道中、標識を見落としたばかりに車幅一杯の木橋を重装備のRVで渡る羽目になった。木橋の下からは Dawson Falls を下った怒涛の奔流が、地獄が口を開けたような形相と轟音で迫る。果たして橋が過重に耐え得るのか。思案の後決断し一気に渡橋。何とか生還。「自己責任」の国らしいが、「車重何トン以上は渡るべからず」との注意標識は皆無だった。



Dawson Falls 直下の恐怖の木橋

法人部長(前事務長) 中嶋照夫

◆連携医院のご紹介

第4回

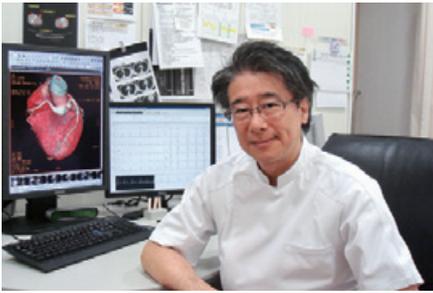
高仲循環器クリニック 高仲知永先生

中区富塚町50698
053-4160022

当院と松田病院の類似している点を考えますと、まず何と言っても松田病院のあのロゴが、その気になって見るとお尻ではなくハートにも見えるということでしょうか。浜松に来た頃、あのロゴを見てしばらくは心臓の病院があるのだばかり思っていました。

松田病院はお尻に特化している病院ですが、私のクリニックはハートに特化しています。どちらにも、その専門性を深く追求し自己完結的に診療を行っているところは同じです。松田病院では消化器系疾患において外科治療までを高い次元で完遂していますが、当院は循環器系疾患の診断と予防治療を実施しています。クリニックでありながら、冠動脈造影が可能な高性能心臓CTを設置していることが当院の大きな特徴です。専門性の高い領域で、総合病院と同等以上の診療内容を遙かに効率的に行っているところが、お互いに大いに自負できるところではないかと僭越ながら思っています。これまで消化器系のトラブルについて松田病院の先生方にはお世話になるばかりでしたが、最近は術前の心臓評価などのご依頼を頂くようになり、ほんの少しはギブ・アンド・テイクの関係に近づけたのではないかと思っています。松田病院との連携は活動的な連携室の方々の協力を得て、より親密なものにしていきたいと思っています。

自分としてはこれからも、ぶれることなく楽しいと思える仕事を続けていきたいと思っています。よろしくお願いたします。



排便機能障害検査

検査部 村松知枝

排便機能障害の主な症状は便秘や失禁（漏便）です。特に便秘でお悩みの方は大勢いると思います。便秘になる原因にはさまざまありますが、排便の要因があります。排便のいきみ方が便秘の原因となっていることがあります。また、失禁は肛門の締まりが弱いことが原因の一つにあげられます。直腸肛門内圧検査はこのような排便機能障害の原因を見いだす検査です。当然、原因が分れば治療方針が決まります。

当院ではこの検査を予約で行っていました。が、このたび診察時にも検査ができるようになりました。検査時間は5分〜10分程度です。排便でお悩みの方は当院の排便機能外来で検査を受けてみてはいかがでしょうか。



直腸肛門内圧検査測定器

編集後記

広報委員会 渡部真一

長期休暇を利用して肛門手術を希望される患者さんが多くいらっしゃいます。そこで当院ではより多くの患者さんに休暇を利用して手術していただけるよう、GWやお盆、年末年始の直前に手術日を設けています。是非ご利用ください。

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。

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	14:00~15:00		●	●		●	
女性専門外来		●					
血管外来					●		



日本医療機能評価機構



Matsuda Hospital

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 http://www.matsuda-hp.or.jp/

(発行/松田病院広報委員会)