

あいあい通信



Matsuda Hospital

AIAI-TSUSHIN

2014.1 Vol.

55

◆院長の一言メッセージ

今年の日標



新年が明け、いかがお過ごしでしょうか。本年もどうぞ宜しくお願いいたします。

例年になく長いお正月休みで、社・

仏閣参拝や、旅行にレジャーと充分なリフレッシュをされたことでしょうか。おかげさまで院内は大きなトラブルもなく、1週間の休みが瞬く間に終わってしまいました。ただ、正月は仕事のため休暇をとれなかったり、正月休みがなくて働いている方々の存在を忘れるわけにはいきません。さて、今年は世界情勢がきな臭い雰囲気です。スタートしましたが、国内では何よりも景気上昇が本物になるかどうかポイントになります。東京では2020年のオリンピックに向けてのインフラ整備が始まり、急激な経済の活性化と建設現場の人手不足が起こることでしょう。

当院では昨年末、長い休みを見越して多くの患者さんで外来が賑わいました。理由は2つあり、急激な冷え込みで、突如の肛門周囲膿瘍や痔の腫れに襲われた方が多かったことと、検診からの大腸癌の発見が集中したからです。特に年末に手術をされた方も多く、否応なしに病院で越年された患者さんも幾人かおら

院長 松田 保秀

れました。この外、お尻の手術では普段は休みが取れない方に、年末年始のお休みを利用できる年末手術キャンペーンの日を利用する方も多くいらつしたので、5月の連休と8月のお盆の手術キャンペーンの日を、今後更に充実させていく予定です。

当院は胃・大腸肛門病の専門病院として消化器外科を主体に診療しています。が、昨年度から便秘・排便障害など直腸肛門機能についての科学的対応も行うことができました。そこで、今までは松田病院大腸肛門外科を診療科名としておりましたが、新年から松田病院・大腸肛門病センターと呼ぶことにしました。勿論これは院内だけの名称です。そして、当院の今年の日標は次の3つです。

- ①患者さんの診察待ち時間を更に短縮して、できるだけ予約時間に近づけること。
- ②病院のリニューアルを具体化するこ
- ③新患者さんの診察をできるだけ優先すること。



職員一同、強い決意を持って努力いたしますので、今年も宜しくお願いいたします。また、ご協力を切にお願い申し上げます。

大腸内視鏡検査時の液体下剤の種類が増えました

“味が良くなり、従来より少量で済むタイプの下剤”

薬剤部 松尾吉晃



モビプレップ

腸の病気を見つけるために大腸の中を観察する大腸内視鏡検査を行う場合、十分な観察を行うために腸内を洗浄しなければなりません。検査を受けた方からは「検査の前に飲む液体の下剤の量が多くてまずい」という意見をしばしばお聞きします。

昨年発売された、大腸内視鏡検査用液体下剤「モビプレップ」は、従来の下剤の味を改善し、濃度を濃くすることで飲みやすく、また飲む量を少なくすることができます。ただし、濃度を濃くした

ために、その分体内の水分が奪われてしまいます。その水分を補うために服用した下剤の半分の量の水分を飲む必要があります。この水分は、水または無糖のお茶類(ウーロン茶、紅茶など)であればかまいません。

松田病院でも、すでに多くの方がこの方法で検査を受けられました。従来の下剤より「飲みやすい」と比較的好評です。

ただし、この下剤は体液の電解質の変化が起きる可能性があるため、腎臓が悪い方、不整脈や狭心症などの心機能に異常がある方、70歳以上の方には行っておりません。詳しくは担当医とご相談ください。

女性とおしり

はじめに

痔は日本人の3人に1人が持っていると言われるほど、なじみの深い病気です。にもかかわらず、受診が遅れがちになるのはどうしてでしょう。

その理由は、日本人が痔を特殊な病気と捉え、おしりを見せることへの羞恥心が強い傾向にあるためです。これに対して西欧では、痔かなと思っただけに受診する傾向があるため、比較的軽いの人が多いといわれています。痔は男性に多い病気というイメージがありますが、女性で痔を煩っている方は実は多いのです。おしりを見せることの恥ずかしさから受診できないでいる隠れ

※当院過去1年間の
三大肛門疾患
手術症例の
男女比
(赤:女性、青:男性)



痔主が圧倒的に多く、治療に対する不安に1人で悩んでいる方がたくさんいらっしゃいます。

当院で昨年1年間に肛門の手術を受けた方の内訳を左上のグラフに示します。特に裂肛は女性に非常に多いです。

女性と便秘

女性が痔になりやすい理由は、痔の最大の原因である便秘の方が多いからです。では、なぜ女性に便秘が多いのでしょうか。女性特有の原因としては次のようなことが挙げられます。便秘の女性がいままで無理に排便しようとして切れ痔(裂肛)になるとというのが典型的なパターンです。

便秘の原因 ①黄体ホルモン

排卵後〜月経前の約2週間や妊娠初期に盛んに分泌されるホルモンです。体温上昇の他、体に水分や塩分をため込む働きがあります。大腸の中にある便の水分も吸収されて硬くなり、出にくくなります。

便秘の原因 ②間違いダイエット

腸は食事が入つてくると動きが活発に

なり、便意を催します。極端に食事を減らすと便秘が起これなくなるのはこのためです。特に朝抜きダイエットは、起床↓朝食↓便意というリズムをくずすので、厳禁です。

便秘の原因 ③直腸瘤(レクトシール)

女性特有の骨盤の事情もあります。直腸瘤は、加齢などにより直腸と膈の間の壁が弱くなる病気です。排便時にいきんだ力が肛門側ではなく膈側に伝わり、いきんでも膈側が膨らむばかりで肛門から便を出すことができなくなります。悪化すると、膈に指を入れて押さないと便が出せなくなります。

妊娠と出産

妊娠すると血液がお腹に集まり肛門周囲の血行が悪くなる上、妊娠子宮により静脈が圧排され肛門から心臓への血液の戻りが悪くなるので、おしりが鬱血し痔が悪化します。

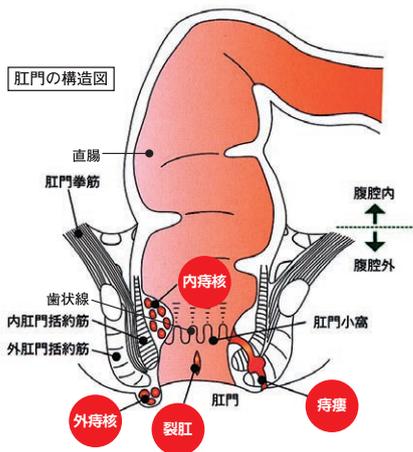
また、便秘の増強も原因となります。もともと便秘でなくても運動量の減少や、ホルモンのバランスで体が便秘傾向に

偏りがちです。

更に、出産時のいきみは排便の何倍も力が肛門周囲にかかるため、それまで何ともなかった肛門に痔ができることも珍しくありません。

からだの冷え

冷えると肛門周囲の血流が悪くなり、鬱血して痔を招きます。冬はもちろん、夏でも冷房の効きすぎた部屋で過ごしていると体の血流が悪くなるのです。ホルモンのバランスで冷えやすい体質の女性もいらつしやいます。ミニスカートや薄着



医師
相川 佳子
Yoshiko Aikawa

も要注意です。

痔にならないために

・排便習慣を見直す

便意を感じたらすぐにトイレに行きましよう。

トイレは3分間を目安に。

少し残便感があっても「またあとでいけばいいわ」と気楽に考えましよう。

・紙で拭きすぎない

優しく洗い流すことで便の残りカスを取るようにならましよう。

入浴、シャワー浴が理想的です。温水

洗浄便座も手軽にできます。

あらかじめ濡らしておいたガーゼなどで優しく拭くのもいいでましよう。

ウェットティッシュはアルコールを含み、人によりかぶれるので注意が必要でましよう。

どの方法もやり過ぎはおしりの免疫力を低下させるため、注意しましよう。

・入浴や座浴で血行をよくする

体が温まり、肛門周囲の血行もよくなるため、効果的です。

ぬるめのお湯は疲れやストレスを取り、腸もリラックスして便秘の予防にもなましよう。

・同じ姿勢で長時間いない

立ちっぱなし、座りっぱなしは肛門周囲の血流が悪くなるので、休憩を取らましよう。

・冷やさない

ガードルやボディースーツも体を締め付け、血行を悪くするので気をつけましよう。

・適度な運動

お腹の血行を促進して腸蠕動ぜんどうを活発にましよう。

特に便秘には腹筋運動が効果的です。

・ストレスや疲労をためすぎない

ストレスや疲労でも、おしりが鬱血しやすくなります。

自律神経が乱れると腸蠕動が異常を来たし、便秘・下痢を引き起こましよう。

ストレス解消のために十分な睡眠とバランスのよい食事を心がけましよう。

女性で痔を持っていることは決して特殊なことではありません。同じように悩んでいる方は案外多いです。気になる症状があれば、気軽に受診してください。軽症であれば、それだけ回復も早いものです。是非、悪化する前に治療しましよう。



相川佳子医師は、通常診療の他に火曜日午後(2時~3時)の“女性専門外来”を担当しております。是非ご利用下さい(女性が初めて肛門科を受診される方を対象としており、予約制です)。

「看護とは」で振り返る

看護部教育委員会 田口 歩美

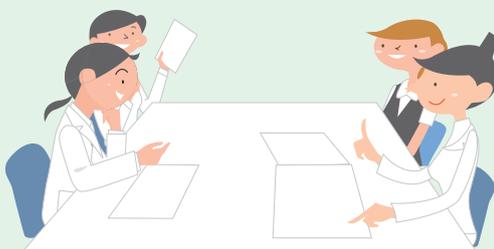


看護部では毎年11月、2日間にわたり自分たちを振り返り、より良い看護へと繋げるために、「看護とは」というグループワークを看護師全員が参加して行っています。これは主に「自己の看護観を確立する」「看護の質を向上させる」「自分の意見を言える」「他者の意見を受け入れる」といったことを目的としています。

「看護とは」では、まずテーマを掲げます。過去に行われたものは「患者満足度調査の結果について」「投書箱の意見について」「医療安全について」「気付き」など様々です。

自分の看護観を自分の言葉で伝える場にするため、経験年数や年代を問わず同じテーマに沿ってグループワークを行い、まとまった意見をグループ毎に発表し、今後の目標を立てます。例えば、患者満足度調査の「何でも聞ける雰囲気」の項目の評価が低かった事に対する

「看護とは」では、まずテーマを掲げます。過去に行われたものは「患者満足度調査の結果について」「投書箱の意見について」「医療安全について」「気付き」など様々です。自分の看護観を自分の言葉で伝える場にするため、経験年数や年代を問わず同じテーマに沿ってグループワークを行い、まとまった意見をグループ毎に発表し、今後の目標を立てます。例えば、患者満足度調査の「何でも聞ける雰囲気」の項目の評価が低かった事に対する



大腸がん検診(便潜血検査)のご案内 毎年、便潜血検査を

検診部

大腸がんは近年急速に増加しており、平成23年は4万5千人以上が大腸がんで亡くなっています(人口動態統計より)。特に女性の増加が目立ち、がん死亡者数で女性では大腸が最も多く、男性でも肺・胃に続いて3番目に多くなっています。しかし、大腸がんは早期発見ができればほぼ完治します。一般的に自覚症状がないため、無症状の時期に定期的な検査を受けることが重要です。当院検診部では、「消化器ドック」など定期的な大腸

腸内視鏡検査をすすめておりますが、一方で、仕事が忙しく来院予定がつかない方のために、ご家庭で手軽にできる「便潜血検査」も行っております。平成3年から便潜血検査を始めて、現在では県内の各健保組合様やそのご家族を中心に毎年1万人以上の方に実施していただいております。この「便潜血検査」は各企業などの団体はもちろん、個人でもお受けすることができますのでお気軽にお申し込み下さい。

<松田病院の便潜血検診の結果>

	H24年度		H3~H24年度累計	
受検総人数	10,217		179,184	
陽性者	425	4.16%	9,321	5.20%
がん発見者	6	0.06%	144	0.08%
ポリープ発見者	93	0.91%	1,859	1.04%

<便潜血検査キット>

採便容器

1日目 2日目



採便棒
採便棒で便の表面を数ヶ所こすり、容器に戻すだけ

お問い合わせ 松田病院検診部 担当:神麻・岡本
申し込み先 TEL:053-448-5290 FAX:053-448-5159

血液検査の結果が当日わかる 体制が整いました

検査部 村松知枝



今まで検査部に設置されていた検査機器は緊急用のみで、検査結果に1患者さんにつき20分近くかかるため、緊急患者さん

を除いて血液検査の結果を当日お話しすることができず、患者さんの「今日血液の結果は聞けませんか」との声には「結果は次回になります」とお答えしていました。この患者さんの声に答えようと、2年前より採血当日に結果説明ができる体制作りのシミュレーションが行われました。そして今回新たに4つの機器(生化学検査・感染症・腫瘍マーカー・ヘモグロビンA1c)を導入し、もともとあった血球計算機とあわせ院内での検査体制が整いました。

今年12月16日より稼働しています。この結果、採血の後1時間程度お待ちいただければ結果説明が可能となりました。今まで事前に採血のために来院されていた内科の患者さんや、診察の前に採血がある患者さんも、診察1時間前に来院していただければ当日結果説明が可能となり、また、化学療法を行っている患者さんも、当日治療が終わるまでに腫瘍マーカー(CEA、CA19-9)も含めた検査結果をお伝えすることができるようになりました。ただし、診察状況によつては待ち時間が長くなってしまふため、次回来院時の結果説明をお願いすることもあります。今後とも迅速かつ正確な検査結果を提供し、患者さんのご要望にお応えできるよう体制を強化していきたいと思っております。

編集後記

広報委員会 渡部真一

最近では化学療法などで医療費が高額になるケースが増えています。そこで、70歳未満の方で医療費が高額になりそうな場合は、事前に「限度額適用認定証」を、加入している健康保険に申請して、医療機関に提示しておくことをおすすめします。そうすれば、窓口でのお支払いを月単位で高額療養費の自己負担限度額までにとどめることができます。詳しくは受付にお尋ね下さい。



昨年秋、ガーデンパーク駅伝に2チーム総勢28名で出場しました

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		●	●			●	
女性専門外来	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番ホール(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)