



明日花川

明けましておめでとうございます
本年も何とぞ宜しくお願い致します



新年
謹賀

目次 CONTENTS

新年のご挨拶	2
新入職医師紹介/面会時のお願い	3
医療ナビ	4・5・6
腸に優しい食事	7
かんたんお通じ体操	8
ほっとひと息とんちクイズ	9
Dr.ヒライの快速ライフ	10
ほっとハート大賞/編集後記	11
外来担当医一覧表	12

理念

特定医療法人 明徳会 佐藤第一病院は、

1. 患者さまの尊厳を守り、地域に密着した質の高い医療を目指します。
1. たえず医療水準の向上に努め、チーム医療を推進します。

運営方針

1. わたしたちは、専門スタッフがそれぞれの役割を分担し、患者さまを中心にしたチーム医療を行います。
1. わたしたちは、患者さまご家族との信頼関係を大切に、満足して頂けるように人格形成をはじめ、知識、技術の向上に努めます。
1. わたしたちは、病院職員としての誇りと責任を持って、他の医療機関、施設との連携をすすめます。
1. わたしたちは、よりよい医療を提供するために、相互啓発し魅力ある職場づくりを目指します。

患者さまの権利

わたしたちは、患者さまの以下の権利を尊重し、納得と同意に基づいた医療を行います。

1. 個人の尊厳を尊重します。
2. 最善の医療を受ける権利を尊重します。
3. 医療に関して知る権利を尊重します。
4. プライバシーが守られる権利を尊重します。
5. 自分自身の治療等について自分で決定する権利を尊重します。

新年明けましておめでとうございませう。



当院の新外来棟工事は昨年7月に全て完了致しました。その間皆さまに大変ご迷惑をお掛けしましたが、お陰さまで病院の顔となる設備の一新が叶い、高能で能率的な医療サービスを提供できる環境が整いました。昨年では常勤医師15名体制をはじめ、リハビリテーション部が療法士69名体制になるなど、各部署へ優秀なスタッフを充足しました。本年も気持ちを新たに職員一丸となって、病院理念に掲げる「地域に密着した質の高い医療」を推進して参ります。地域の皆さまには引き続きご支援の程、何とぞ宜しくお願ひ申し上げます。

理事長 佐藤 仁一

新年あけましておめでとうございませう。新外来棟建設の間、地域の皆さまには温かいご理解とご協力を賜わり、心より感謝申し上げます。長年の懸案であったハードウェアの一新を終え、今後ますますソフトウェアの向上に磨きをかけなければと考えております。



そこで、当院では近年話題になっております脳血管障害急性期治療の一つであるt-PA製剤を用いた血栓溶解療法を昨年より導入しており、今後は更に脳梗塞急性期治療に力を注ぎたいと考えております。加えて、神経内科的疾患の治療や、内視鏡センターにおける消化器疾患への非侵襲的治療の充実にも、より一層の力を注ぐ所存です。

また、当院の特徴である急性期・回復期・生活期に至る「切れ目の無いリハビリテーション」の更なる拡充を目指し、スタッフ一同邁進して参ります。

院長 中原 成浩

あけましておめでとうございませう。

昨年手術室、外来棟の増改築が完成しました。工事期間中の地域の皆さまよりのご理解とご協力に心から感謝申し上げます。ハード面に負けないよう、ソフト面の充実を図っていかねければならないと強く感じております。

今年には病院機能評価受審の取り組みをとおり、より地域に根差した病院として患者さまやご家族の方々に信頼され安心していただける「心温まる」看護が提供できますよう努力して参ります。今後ともどうぞ宜しくお願ひ致します。

看護部長 富井ゆきみ



新入職医師紹介

私は、高校生まで長野県で過ごし、その後愛知県にある藤田保健衛生大学医学部を卒業しました。東京慈恵医科大学にて2年間の研修医期間を経て、東京慈恵医科大学脳神経外科に入局しました。その後同大学の関連施設にて研鑽を積み、今回佐藤第一病院で勤務させていただくことになりました。

佐藤第一病院では多くの職員、スタッフ、医師がとても仲良く協力し合って円滑に仕事をしているのが印象的で、大変すばらしい環境で日々医療に従事させていただいております。私も少しでも早く、佐藤第一病院の一員として地域の皆さまのお役にたてるようになり、多くの患者さまの悩みや苦しみを解決できればと思っております。

地域に密着した脳神経外科医療を広めていけたらと思っております。どうぞよろしく願いたします。



脳神経外科 医師
一之瀬 大輔

面会時のお願い（冬季流行感染症予防）

当院では、冬季の入院時（特に1月から4月）には、入院治療中の患者さまにインフルエンザやノロウイルスなどの冬季流行感染症を予防する為に、ご面会の方へ下記の対応をお願いしています。

患者さまへご面会される際は必ず備え付けの手指消毒剤を使用し、マスクの着用をお願い致します。



※次のような場合、ご面会を制限させて頂くことがあります。

- 熱があるなど、体調のすぐれない方（来院時、受付へお申し出ください）
- 小さなお子様連れでの来院
- 食べ物の持ち込み（特に生もの）

また、流行の状況に応じて一般の方の面会を禁止させていただく場合がございますので、何卒ご理解とご協力をお願い致します。



腸閉塞ってどんな病気？

何らかの原因で、腸の中で食べ物や消化液等の内容物の流れが止まってしまう状態を腸閉塞といいます。腸閉塞は突発的に腹痛が襲ってきたり、お腹が張る、または嘔吐や排便、排ガス（おなら）が出なくなったりもします。これらの症状が起きた場合は我慢せず、すぐに医療機関へ行く必要があります。

今回は腸閉塞の原因や診断、治療法まで専門医より詳しくご説明させていただきます。



消化器外科部長 医師
宮崎 信彦

● 患者さまへメッセージ ●
「良心的な医療を提供致します」



腸閉塞とは

急激に出現する腹痛で、時折手術が必要となる疾患の一つであり、腹部膨満感あるいは腹痛、嘔吐、排ガス・排便の停止を主な症状とする病気です。文字からも推測できると思いますが、腸閉塞とは腸管の内容物の通過障害であり、医療機関ではイレウスと呼んでいます。このイレウスにはその原因から**機能的イレウス**と**機理的イレウス**に分けられます。

①機能的イレウス

腸管の内容物は腸管の蠕動運動という機能で奥へ奥へと運ばれます。

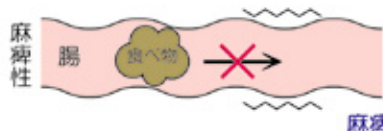
実際には腸管の閉塞がないにもかかわらず、蠕動運動が麻痺するために通過障害を来してしまう状態です。**麻痺性イレウス**と呼ばれるりします。

原因としては

- ・ 腹膜炎による腸管麻痺
- ・ 開腹手術後の一過性腸管麻痺 (Paralytic ileus)
- ・ 薬物性や神経性のもの

などがあります。

原因疾患が改善することで、症状は回復しますが、腸管蠕動を助ける薬を使用することもあります。



②機理的イレウス

こちらのイレウスは物理的に腸管が狭窄・閉塞することによって、通過障害がおこる腸閉塞です。一般的にはこのイレウスが腸閉塞としてわかりやすいように思います。



例えば、

①食物等が詰まって閉塞

実際に肉のかたまりや山菜のお浸しが腸管に詰まった患者さまを診察したことがあります。

②腸管内に発生した腫瘍(おでき)

が増大し、腸管の内腔を閉塞(内腔＝腸の内側、食物等の通り道)

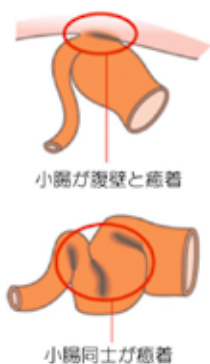
③腸管の炎症で内腔が狭窄して通過障害がおこる

などが閉塞の原因になります。他に比較的多くみられる腸閉塞は開腹手術後に生じる腹腔内の癒着が原因で起こる、術後癒着性イレウスです。

今回は主にこの術後癒着性イレウスについてお話したいと思います。

■術後癒着性イレウスとは

開腹手術によって腸管に刺激(空気が触れる、直接腸管を手で触るなど)が加わると、手術後に腸管と腸管が、また腸管と腹壁がくっつく、いわゆる癒着が起ります。



日常で特に生活の支障となる症状

が出ない場合はほっといても構いませんが、時に癒着の影響で腸管がねじれたり、癒着と癒着の間にたまたまできた隙間に腸管が嵌まり込むことで、通過障害が完成して腹痛や嘔吐などの症状が出現します。

これから術後癒着性イレウスの診断と治療についてももう少し詳しく説明します。

●症状

前述しましたように腹部膨満感や腹痛、嘔吐、排ガス・排便の欠如が症状です。

(食中毒などの胃腸炎でも同様の症状を起しますが、排ガス・排便の欠如の点で違いがあります。)



●診断

症状と腹部所見である程度は推測できますが、腹部単純X線撮影とCT検査を行うことで診断は確実となります。

①腹部単純X線撮影(図1、図2)

拡張した腸管ガス像と腸管内に貯留した液体が水平面を形成することが特徴的です。

図1：腹部X線撮影(臥位)



図2：腹部X線撮影(立位)



②腹部CT検査(図3、図4)

CT検査もX線検査と同様に、拡張した腸管と腸管内のガス、および水平面を呈する多量の内容物の存在で腸閉塞の診断が可能です。

図3：腹部CT検査(単純)



図4：腹部CT検査（造影）

造影されない腸管の存在が明らかであり、腸管が壊死に陥っている可能性が示唆される。



特にCT検査は緊急手術の必要性の有無を判断する時にとても重要な役割を果たします。

CT検査の際に血管内に注射する造影剤は血流がある部分は白く染まりますが、血流がない部分は染まらないという性質があります。

つまり、腸閉塞において**造影剤で白く染まらない部分**があることは、その部分の**腸管が壊死**（腐って）いくしていくことを示唆します。そのため緊急手術が必要となるわけです。

●治療

絶食だけで症状が改善するものから、手術が必要となるものまでさまざまですが、一般的な治療についてお話します。

①絶食にする。

通過が悪いので、食べても嘔吐するし、そればかりか症状はもっと悪

化する。

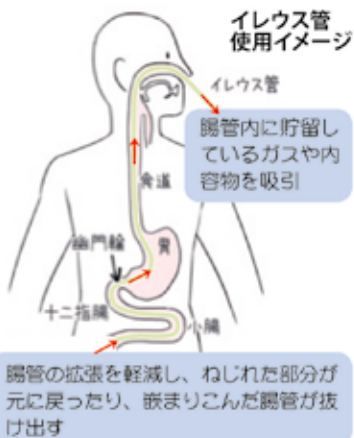
②点滴を行う。

水分が摂れないばかりか、むしろ嘔吐などで脱水症になっていることが多いため。

③腸管内を減圧する。

貯留しているガスや腸管内の内容物を吸引して、腸管の拡張を軽減させることで、ねじれた部分が元に戻ったり、嵌まり込んだ腸管が抜け出たりして腸閉塞状態が解除することがある。

吸引には**胃管**や**イレウス管**を使用します。



●胃管は鼻から咽頭部、食道を経由して先端が胃の中に来るように留置して胃内の内容を体外で排出します。

●**イレウス管**は、胃管よりさらに奥に（十二指腸を通してさらに奥の小腸まで）先端を進ませて、内容を体外へ排出するチューブです。

多くの場合は①～③の処置で腸閉塞の状態が改善し、食事を開始して特に問題がなければ、治療が終了します。

次に外科的治療を必要とする場合はどんな時かについて列記します。

④外科的治療が必要な時

・造影CT検査で血流障害を認める時（この場合は腹痛も急激で強烈なことが多い）

・①～③の処置で腸閉塞の状態が改善されない時

今回は主に術後癒着性イレウスについて説明しましたが、実際の医療現場では開腹手術歴のない腸閉塞の例（癌による閉塞、ヘルニア嵌頓、腸重積など）もあり、それぞれの疾患で診断の方法や治療が異なります。

腹部膨満感や腹痛、嘔気・嘔吐などの症状があれば、ご相談ください。



スムーズなお通じにつながる

腸に優しい食事のポイント

管理栄養士 糸長 美千子

ご質問や詳細は
栄養士へお気軽に
ご相談下さい。



◆消化に良い食材を選びましょう

食べ過ぎや早食いは腸の働きを悪化させ、腸閉塞を誘発しやすくなります。旬を迎えると食べ過ぎてしまいがちなゼンマイ・竹の子・ふき、わかめ・ひじきなど海草類やきのこ類、ゴボウやレンコンなど不溶性の食物繊維を多く含む食品の摂取は控え、消化の良い食べ物を選ぶようにしましょう。

また、規則正しい排便習慣を保つために、整腸作用のある乳製品を摂り、水分をこまめに摂るよう心がけましょう。



◆食事の摂り方

- ①一度にたくさん食べ過ぎないようにしましょう
- ②ゆっくりよく噛んで食べましょう
- ③消化のよい食品・調理法で食べましょう
- ④規則正しく食事を摂るようにしましょう
- ⑤冷たいものの摂りすぎに注意しましょう
- ⑥水分をこまめに摂りましょう



◆消化しやすい食品

- *主食…御飯・お粥・おじゃ・うどん・食パン
 - *魚料理…白身魚
 - *肉料理…脂身の少ない部位、皮なし鶏肉
 - *卵料理…茶碗蒸し
 - *乳製品…牛乳、ヨーグルト
 - *豆類…豆腐
 - *野菜…大根・人参・白菜・南瓜・ナスなど（煮物）
 - *果物…りんご・バナナ・缶詰類、コンポートなど
- 調理は油を控えめにし、焼く・煮る・蒸す等が適しています。

かんたんお通じ体操

腰痛や痛みがある人は無理せず行ってください

年齢にともない、便秘に悩む高齢の方が多くなります。原因として、肉体の衰えや食事量の減少、薬の影響などが考えられます。今回は便秘解消のため、ベッド上や一人でも出来る体操をいくつか紹介したいと思います。

膝抱



- ①あお向けで膝を立てる
 - ②両手で膝を抱える
- ※②が難しい場合は、片脚ずつ行うか誰かに支えてもらって行ってください
- ③10回程度、鼻から息をすって、口から息を吐く

ベッド上でできる運動

バタ足



- ①うつ伏せになる
 - ②手を顔の下に置く
 - ③ゆっくり大きく足を上下に動かす
- 10回程度行いましょう

つま先のぞき



- ①あお向けになる
 - ②両手を頭の後ろで組む
 - ③つま先をのぞき込む様に頭を上げる
- 5～10回程度行いましょう

おまけ

簡単ですが、意外と効果的なのがマッサージです！お腹の上を時計回りになめるように10から20回繰り返すようにしてみてください

お腹のマッサージ



ほっ とひと息

とんちタイム

1月9日は「一休さんの日」ということで、ちょっとした頭の体操をご用意しました。バラバラの文字を組み立てると、ある漢字が完成します。想像力を働かせて、文字を組み立ててみてください。

例：日＋青＝晴、木＋ハ＋ム＝松



問1

イ エ ナ

ヒント：当院は大分県宇○市にあります。

問2

貝 口
カ

Happy
New
Year



今年もよろしくね
2015

上 一
一

ヒント：年賀状でよく使う挨拶です。

問3

女 木 川

ヒント：春にたくさん咲きます

形が少し
変化する文字が
あります



冬の乾燥 「お肌の大敵」だけ？

～冷たく乾燥した空気～



呼吸器内科医師 平井 一弘

冬はお肌が乾燥します

冬は湿度が低くなるため、お肌が乾燥しやすくなり、かゆみやかぶれの起きやすい時期です。夏の紫外線で肌がダメージを受け、肌のバリア機能が低下しているところに、空気の乾燥によって、角質層の乾燥と皮脂膜による防御能力が正常に機能しない状態になっており、ちよつとした刺激でかゆみを感じやすくなっています。まさに美容の大敵！

でも乾燥するのは肌だけじゃない

空気が乾燥し冷たくなると、皮膚同様に気道粘膜が乾燥し障害を受けやすくなります。喉が乾いたり、鼻づまりしやすくなります。

また、乾燥や寒冷によりウイルスなどの病原菌が体外でも生存期間が長くなります。そのため冬は感染症に罹りやすくなります。また、ハウスダストやタバコなどのアレルギー物質が空気中に漂いやすくなり、鼻炎や咳嗽の原因、ひいては喘息発作をもたらしやすくなります。

こわい気道感染症



冬に風邪などを引きやすくなるのは昔からよく知られたことです。アデノウイルスやコロナウイルスなどの風邪症状を起こすウイルスがよく知られていますが、インフルエンザウイルスは子供のRSウイルスと並んでつらい呼吸器感染症をおこします。

かぜやインフルエンザにより障害された気管支や肺の粘膜に、上気道からの細菌が落下・付着して、細菌性肺炎に罹ることもあります。肺炎球菌、インフルエンザ菌、黄色ブドウ球菌などが多くみられます。肺炎は、風邪をこじらせる、程度でもなり得るありふれた病気です。しかし、日本人の死亡原因として第三位で致命的となることもあります。肺炎の程度は細菌力と患者さんの抵抗力のバランスで決まります。

感染予防は

・栄養と十分な睡眠を取りましよう。

・適度な運動も必要です。しっかりと深呼吸をして肺も動かしてあげましょう。

・ウイルスの空気中での生存期間を短縮するために、加湿器などで湿度を保ちます。

・水分を十分に補いましょう。皮膚や粘膜は体に水分がなければ潤いません。

・インフルエンザ、肺炎球菌ワクチンの接種も効果的です。

・手洗い、うがい、口腔ケアは標準的な予防策です。

春に向けて



冬の乾いた空気は、アレルギー物質も長く飛散させます。長引く咳や痰、つまったり出たりを繰り返す鼻、乾燥してかゆくなる背中・手足など、この季節は何かとトラブルが多く発生します。さらに12月からのハンノキ(東日本の白樺)、3月からはスギ・ヒノキの花粉とPM2.5なども続けて多くなります。全くやっかいな季節ですが、少しでも快適に冬をのりきり、気持ちよく春を迎えたいものです。

*アレルギー学会では「総合アレルギー医」という目・鼻・喉・気管支・肺さらに皮膚の炎症に対応できるような医師を育成するプログラムが始まりました。当院でも感染症と種々のアレルギーなど複合する病気を総合的に診療しています。

外来担当医一覧表 ～平成27年1月5日現在の外来体制です～

午前

●午前受付時間 11:00まで <ご注意>お電話での受付は行っておりません。

診療科目	曜日	月	火	水	木	金
内科 (1診)		平井 一弘	平井 一弘	大森 薫	大森 薫	藤井 郁夫
内科 (2診)		藤井 郁夫	姜 正広	藤井 郁夫	姜 正広	姜 正広
内科 (3診)		吉田 加奈子	藤井 郁夫	吉田加奈子	—	—
消化器外科・肛門科		—	(大分大学)	宮崎 信彦	—	宮崎 信彦
消化器外科・乳腺外科		広瀬 宣明	—	—	広瀬 宣明	—
脳神経外科		中原 成浩	山崎 達男	中原 成浩	山崎 達男	山田 清文
放射線診断科		佐藤 仁一	佐藤 仁一	佐藤 仁一	佐藤 仁一	佐藤 仁一

午前・専門外来

完全予約制：予約のない方は受付していませんのでご注意ください。受診を希望される方は、受付窓口にご相談下さい。

診療科目	曜日	月	火	水	木	金
整形外科		—	片岡晶志(大分大学)	—	—	—
神経内科		—	—	—	西江 信	—
膠原病外来		—	—	—	—	尾崎 貴士(大分大学)

午後・専門外来

完全予約制 ●午後診察時間 14:00～17:00

予約のない方は受付していませんのでご注意ください。専門外来はすべて予約制です。受診を希望される方は、受付窓口にご相談下さい。

診療科目	曜日	月	火	水	木	金
内科	糖尿病外来	—	—	—	藤井 郁夫	山下 愛(大分大学)
	生活習慣病外来	—	千葉政一(大分大学)	—	—	—
	肝臓内科	—	—	本田浩一(大分大学)	—	—
	呼吸器内科	—	—	平井 一弘	平井 一弘	—
	神経内科	西江 信	—	[脳電図検査]	—	西江 信(第2・4外来)
	もの忘れ外来	—	—	—	—	西江 信(第1・3・5外来)
膠原病外来	—	—	—	—	尾崎 貴士(大分大学)	
脳神経外科		一之瀬大輔	中原 成浩	山田 清文	中原 成浩	—
消化器外科・乳腺外科		—	—	広瀬 宣明	広瀬 宣明	—
整形外科		—	片岡晶志(大分大学)	—	—	—
放射線診断科		佐藤 仁一	佐藤 仁一	佐藤 仁一	佐藤 仁一	佐藤 仁一

内視鏡担当医

診療科目	曜日	月	火	水	木	金
午前		大森 薫	吉田加奈子	広瀬 宣明	所 征範(大分大学)	大森 薫
午後		姜 正広	吉田加奈子	大森 薫 吉田加奈子	所 征範(大分大学)	大森 薫

リハビリテーションについてのご案内 ●午前受付時間 11:30まで ●午後は予約制