



医療法人社団陽正会

寺岡記念病院

寺岡記念病院情報誌 第8号

2004.8

T E R A O K A M E D I C A L Q U A R T E R L Y



てらおか

メディカル・ クォーターリー

INDEX

夏の関連疾患.....	P2～P5
院内改装工事完了のお知らせ.....	P6
薬局情報 虫にかまれた時には.....	P6
2004年カレンダー.....	P7
夏の食中毒を防ぎましょう.....	P7
診療表.....	P8

2004年7月発行

〒729-3103 広島県福山市新市町新市 37

電話0847-52-3140 E-mail info@teraoka-hosp.jp

<http://www.teraoka-hosp.jp/>

夏の関連疾患

食中毒について

内科

院長代行 武田 昌

食中毒といえば、皆さん良くご存知のように「夏の病氣」というイメージがあると思います。平成11年の統計では年間約3万5千人が被害を受けていますが、冬場は一ヶ月に1000人から2000人くらいの発生があるのに対して7月は3500人くらい、8月は8000人以上の発生件数でした。やはりこれからのシーズンに要注意の病氣です。

食中毒とはどんな病氣?

食中毒とは、飲食物を介して有害な物質が体内に入り、特有の症状(多くは消化器症状)を起すものをいいます。原因としては細菌・ウイルス、化学物質、自然界に存在する毒物などがあります。が、何といても最も多いのは細菌やビールスなどの微生物によるものです。

また、感染経路からみると食品のうち特に「魚介類」が圧倒的に多く見られます。



食中毒の種類と症状、治療

①細菌性食中毒

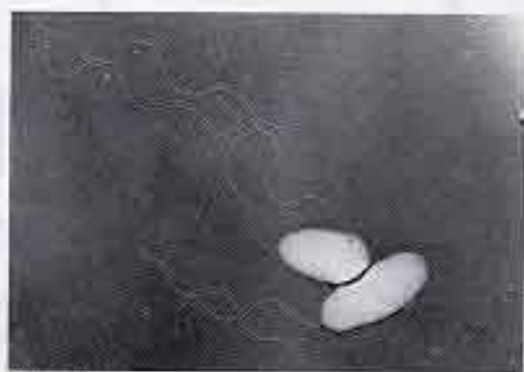
腸炎ビブリオ、サルモネラ菌、病原性大腸菌によるものが代表的です。

また、毒素型と呼ばれる、菌が産生する毒素が症状を引き起こすようなブドウ球菌やボツリヌス菌など、症状の強いものもあります。

症状は主に胃腸の急性炎症症状で、腹痛・下痢・吐気・嘔吐・発熱などがあり、時に血便や脱水症状など重篤な症状を起す場合があります。この場合は入院の適応になります。

診断はこれらの症状に加え、飲食物の種類や状態、海外渡航歴などを参考に便の細菌検査や血液検査で確定します。

治療としては点滴などで失われた水分や電解質を補給し、原因菌がわかればその細菌に効果のある抗生物質を投与します。またボツリヌス菌のように抗毒素があるものは、これを投与することがあります。



腸炎ビブリオ

写真提供:国立感染症研究所 感染症情報センター

②ウイルス性食中毒

ビールスとしては「小型球形ビールス」によるものが多く、冬場に発生し、夏に多く発生する細菌性食中毒と対照的です。

症状は細菌性のものほど強くなく、貝類を介して感染することが多いといわれています。

治療としては、抗生物質はビールスには効かないため、対症療法として点滴をしたり吐気止めを投薬したりすることが中心です。



小型球形ビールス

写真提供:国立感染症研究所 感染症情報センター

③自然毒による食中毒

フグの卵巣や肝臓に含まれるテトロドトキシシンや、毒キノコ(テンクダケ、ベニダケなど)に含まれる毒素によるものが知られておりそれぞれ治療法が異なります。

食中毒の予防

食中毒の予防のため、以下のことに気をつけましょう。

①夏場は特に生食に注意

②調理する手や器具を清潔に

③できるだけ迅速に調理し、できるだけ早く食べる

④食物の冷却(5℃以下)

⑤食物の加熱



槌指(つちゆび)

整形外科

副院長 小坂義樹

今年はアテネオリンピックが開催されます。代表選手の活躍に期待したいと思います。

スポーツをしていて多いケガの一つに「突き指」があります。突き指の中には、放ついても数日で自然に治るものと、腱・靭帯の断裂、脱臼、骨折など早めに治療をしないと後で変形が残ったり、関節の動きが悪くなるものもあります。突き指の中で、指の先の関節(DIP関節)が曲がるものを槌指といえます。欧米で使われている木槌に似た変形になることから名づけられています。槌指についてお話しします。

指の骨には、関節の近くに、指を曲げる腱(屈筋腱)と伸ばす腱(伸筋腱)がついているので、関節を曲げたり伸ばしたりすることができます。

野球やバレーボールをしていて、ボールが指の先に当たって、指を曲げる方向に力が加わると、指を伸ばす腱が切れたり、腱のついた骨の一部で骨折(剥離骨折)したりすることがあります。この様な状態になっても、早めに固定をしたり、手術をすれば結果は良好で

す。固定方法には、アルミの板や、コイルを使った装置があります。手術方

法には、骨折部を開けないでレントゲンをしながら皮膚の上からピン(ハリ)がねで骨を固定する方法と、皮膚を切つて直接骨や腱を見ながら骨折した骨を固定したり、切れた腱を縫う方法があります。

しかし、固定や手術は早いほうが結果が良く、時期が遅れると変形を残すことになりやすくなります。また、腱がついた骨折のほうに、腱が切れているより成績がよいといわれています。

突き指をしたときは、早めに整形外科を受診しレントゲン検査して、どのよう治療すれば良いか専門の医師と相談されることが大切です。



剥離骨折

第1関節を屈曲強制され腱が切断

正常な指

痔について

外科

外科部長 小橋 雄一

夏は急性胃腸炎(食あたり)、睡眠不足・疲労に伴うストレスなどにより体調が崩れやすい季節です。痔疾患も夏には症状が悪化しやすくなります。痔でお悩みの方が多くと思いますので、今回は痔の簡単な知識と対処法についてお話ししたいと思います。

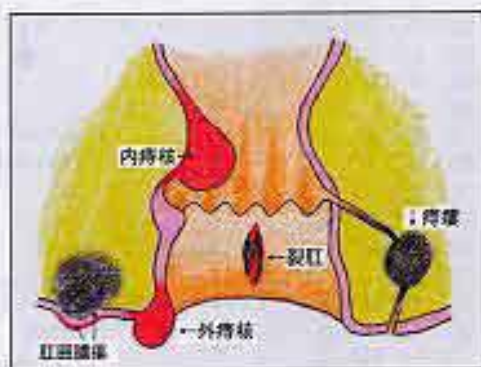
日本で痔に悩む人は3人に1人と言われております。しかも症状の出ない方を含めるとほぼ成人の半数が痔であると考えられます。痔を患っている人の中には10年、20年この病気とお付き合いしている方も多く、その人なりのイメージがあつて、それが医療の妨げになる場合がよく見受けられます。

痔は大別して痔核(イボ痔)、裂肛(切れ痔)、痔ろう(あな痔)の3つに分けることができます。痔のうち、約半数程度を占めるのが痔核です。裂肛、痔ろうはそれぞれ15%となります。

①痔核：直腸肛門部の血行が悪くなり、血管の一部が腫れ上がることで、立ちっぱなしや座りっぱなしの生活などから肛門部の血行障害によってできる痔です。

②裂肛：肛門管が硬い便の排出時に裂けた肛門の傷です。排便時とその後もしばらくはひどく痛みます。出血は紙につく程度です。

③痔ろう：肛門小窩から感染がおこり、肛門腺が化膿して肛門膿瘍になり、それが慢性化して肛門外に排膿を繰り返すようになると、痔ろうとなります。進行すると肛門の周りが腫れて激痛が続き高熱を伴うことがあります。手術以外には治す方法はありません。



それでは家庭でできる簡単な対処法をお話します。

①外痔核が急に腫れて痛いときとか、内痔核で出血のひどいときはまず、お風呂に入り肛門をあたたためるか、熱いタオルをお尻にしばらく当ててみる。重たいものを持つたり、腹圧を上げるような運動・仕事を控える。坐薬を薬局で購入して挿入する(できれば止血作用のある坐薬)。硬便とならないように日頃より野菜・海藻など食物繊維の多いものを食べるように。

②脱肛の上手な戻し方(還納法)脱肛が戻りにくいときは、立位は避け、仰向けになりお尻の下に座布団などをいれて高くして、ガーゼにワセリンかオリーブ油、痔の軟膏を塗って、多数箇所の内痔核を順番にひとつずつ押し込み、脱肛を全部、完全に還納してしましましょう。



③肛門括約筋運動トレーニング法(脱肛を伴う内痔核に対する効果は高い)
(1)肛門を2秒づつ、1回にキュッ、キュウーッと強く締め付ける運動を5分間続ける。

(2)肛門を10〜15秒くらい、ギュウーッと持続して長く、締め付ける運動を繰り返して、5分間続ける。

④正しい排便法、便通習慣

a)もようして、行きたくなくなった、何はさておきすぐにトイレに行きましよう。

b)あまり長く気張らずにさっと排便するようにしましょう。

c)寝起きに1〜2杯の水か牛乳を飲むと、排便しやすくなると言われています。



最後に、痔の予防策をご紹介します。

○毎日お風呂に入ることが大切です。血行が良くなり、清潔にもなります。

○おしりを清潔にしてください。肛門が汚いと細菌が繁殖します。

○便秘は禁物です。便が硬く、太くなると排便時に肛門部を傷つけてしまいます。

○下痢をしないことです。下痢は直腸、肛門部を刺激します。細菌感染の原因ともなります。

○腹を冷やさないことです。肛門部の血行が悪くなるので気をつけてください。

○座りっぱなし、長時間同じ姿勢は良くありません。肛門にうっ血を生じます。

○酒、コショウなど刺激物は避けてください。肛門部を刺激し、うっ血を生じます。

○トイレは短時間で済ませましょう。完全に出そうとしていきみすぎないようにしましょう。

尿路結石

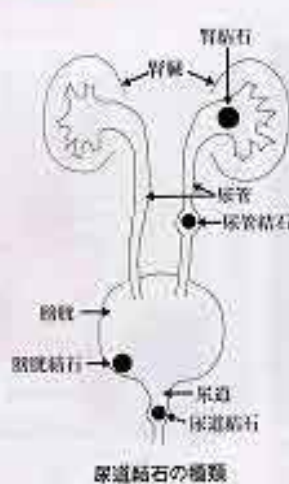
泌尿器科

医長 志田原 浩二

泌尿器科で診察する夏に多い病気のひとつに尿路結石があります。尿路結石とは、尿はまず左右の腎臓で作られ、尿管を通じて膀胱にたまり、尿道を通じて体外に出ます。この経路を尿路と呼び、この尿路に石ができることを尿路結石と言います。部位により腎結石、尿管結石、膀胱結石などがありますが、日常の診療でみかける多くは腎または尿管の結石です。結石は腎臓にある場合、症状はないか、あっても鈍痛程度

です。

しかし、一旦結石が腎から尿管に下降すると激的な痛みを生じることがあります。痛みを我慢できず病院に救急車で搬送されることもしばしばみられます。この痛みは腰部部、側腹部、下腹部などに広がり、しばしば吐き気を伴います。



尿道結石の種類

また、このような場合には血尿を伴うこともあります。診断には一般的には次のような検査を行います。①尿検査②X線検査③腹部超音波検査、その他CT検査などを行い診断します。治療法は8mm以下の小さな尿管結石は水分を多く取り、運動することで自然に排出されます。腎結石は症状がなく、感染を認めず腎機能に影響がないと判断される場合は経過観察で十分です。結石が尿とともに排出されるのが難しいと判断されれば手術を考える必要が

夏に注意する脳の病気



脳神経外科

医長 竹信 敦光

あります。手術は対外衝撃波で砕いたり、内視鏡を用いて行います。再発の予防には結石成分を知ることが重要ですが、基本的には①水分摂取(食事以外に1日2000ml以上)、②食事内容(バランスのとれた食事が基本、3食の平均化、夕食から就寝までの間隔をあける)などが大切です。



尿管結石のレントゲン写真

脳卒中の季節は何ととっても冬と思われていますが、その中の脳梗塞はむしろ夏に多いという報告もあります。脳梗塞は脳の血管がつまる病気で、顔面や手足の麻痺、言語障害、歩行障害、意識障害などが生じます。脳の動脈硬化により徐々に動脈内腔が狭くなって最後につまってしまうのが脳血栓、心臓や頸動脈からの血液凝固塊が脳血管に流れて突然つまってしまうのが脳塞栓と大きく分類されています。両者の区別は必ずしも容易ではありませんが、高齢者の脳梗塞の多くは動脈硬化が関与しています。脳梗塞の7割は前兆なく症状が出現します。ですから高血圧症、高脂血症、糖尿病などの動脈硬化を招く生活習慣病は、無症状のうちから治療をはじめましょう。検診(脳ドック)で動脈硬化や無症状の脳梗塞が発見されれば、血液の流れをよくする薬を飲まれるのもいいでしょう。タバコを吸う人は吸わない人の2倍脳梗塞に

なりやすいので禁煙しましょう。

夏の脳梗塞の多くは暑さによる脱水が引き金になっています。脱水になると血液が濃くなるだけでなく、血圧も低下するために脳の血管がつまりやすくなります。特に高齢の方は喉の渇きを感じにくくなっているために水分補給が遅れがちになりますので、喉の渇きを感じる前に水分補給を行いましょう。就寝中にも汗をかき、朝4時から8時にかけてもつと血液が粘稠になります。睡眠の前後および夜中にトイレに起きたときにコップ1杯程度の水分を摂るのがよいでしょう。夏場の暑い風呂でも脱水になりやすいので、入浴前後に水分を摂取してください。水分といっても糖分の多いジュース類は避けるほうが賢明です。血液が高血糖になると血液が濃くなって、何のための水分補給が分らなくなります。また、ビールには利尿作用があり、飲んだ量より多い量の尿が出てしまうので、かえって脱水が進行してしまいます。それゆえビールも水分補給には向きませ

んし、むしろ飲酒の後こそ水分補給が必要となります。炎天下にビールを飲みながらゴルフをするとか、サウナの後にビールを飲むなどはもってのほかです。また風邪などをひくと、病原菌に対する防御システムが働いて血液の濃度が濃くなります。この状態に、発熱による脱水が加わると脳梗塞を起す危険性は相当なものとなります。夏風邪にも十分な水分補給が必要です。脳梗塞になったひとでは別の血管もつまりやすい状態にありますので、退院後の脳梗塞再発予防が重要です。ただし、心臓のわるいかたでは、水分を多く取りすぎると不整脈や心臓の負担が増えてしまいますので医師の指示に従ってください。



院内改装工事完了のお知らせ

平成14年9月より始まっていた院内改装工事が、本年1月に完了しました。今回の院内改装の基本構想は、オープンで質の高い療養環境づくりと病期別病棟構成でした。これにより、ICU・HCUを中核とする急性期病棟と回復期リハビリ病棟を新設し、リハビリテーションセンターの充実、全ナーステーションのオープン化などを図りました。病棟の構成は、ICU8床、ハイケアユニット33床、急性期一般病棟(3階外科系)53床、4階内科系



ナースステーション



リハビリテーションセンター

53床、一般病棟(東3階)30床、回復期リハビリテーション病棟(東2階)34床、療養病棟(南2階)52床、計203床です。この工事により、患者さまにとってはより過ごしやすいアメニティー、そして職員にとっては効率的な業務が出来る環境が整備出来たと自負いたしております。長期間の工事で地域の先生方や住民の方々にはご迷惑をお掛けしました。今後は職員一丸となって地域医療に貢献してゆきたいと考えています。今後ともよろしくお願ひ致します。

薬局情報

虫にかまれた時には



★蜂に刺されたとき、ムカデにかまれたときの応急処置について★

薬局

高木 加奈

効ではありません。

夏になると、アウトドアを楽しむ人が増え、蜂に刺されたり、ムカデにかまれたりする機会が多くなり、迅速な対応を迫られることがあります。医療機関を受診することが一番ですが、現場での応急処置についてお話しします。

全身症状が見られる場合は一刻も早く医療機関を受診して下さい。

人々を刺す蜂は、アシナガバチ、スズメバチ、ミツバチなど約20種類です。これらの蜂は餌をとるためではなく、外敵を攻撃するのに毒針を使用します。ハチ毒には、毒の注入量による直接作用と、注入量にかかわらず起こるアレルギー作用があります。ハチ刺傷による死亡の大部分はこれによるものです。

ムカデは肉食で、少しでも触れたらすばやくかむのが特徴です。夜行性のため特に夜間にかまれることが多いですが、昼間は石等の下の暗い場所に潜んでいて、最近ではガーデニングブームで増加することも予想されます。

現場で可能な処置

現場で可能な処置

①針の残る場合は取り除く。(針をつまむと毒液が注入されるので指などで弾き飛ばす。)

①アンモニア水を塗布する。(かまれた直後だと有効。)

②抗ヒスタミン成分の入った塗り薬を塗り、水で冷やす。(アンモニア水は有

②抗ヒスタミン成分の入った塗り薬を塗る。

効ではありません。)

痛みが激しい場合や、全身症状が出ている場合は医療機関を早く受診して下さい。

塗り、水で冷やす。(アンモニア水は有

効ではありません。)

効ではありません。)

痛みが激しい場合や、全身症状が出ている場合は医療機関を早く受診して下さい。

効ではありません。)

痛みが激しい場合や、全身症状が出ている場合は医療機関を早く受診して下さい。

効ではありません。)

痛みが激しい場合や、全身症状が出ている場合は医療機関を早く受診して下さい。

効ではありません。)

痛みが激しい場合や、全身症状が出ている場合は医療機関を早く受診して下さい。

効ではありません。)

痛みが激しい場合や、全身症状が出ている場合は医療機関を早く受診して下さい。

効ではありません。)

痛みが激しい場合や、全身症状が出ている場合は医療機関を早く受診して下さい。

効ではありません。)

痛みが激しい場合や、全身症状が出ている場合は医療機関を早く受診して下さい。

効ではありません。)

痛みが激しい場合や、全身症状が出ている場合は医療機関を早く受診して下さい。

効ではありません。)

痛みが激しい場合や、全身症状が出ている場合は医療機関を早く受診して下さい。

効ではありません。)

痛みが激しい場合や、全身症状が出ている場合は医療機関を早く受診して下さい。

効ではありません。)

痛みが激しい場合や、全身症状が出ている場合は医療機関を早く受診して下さい。



2004年 寺岡記念病院カレンダー

8月						
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

9月						
日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

10月						
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

11月						
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

12月						
日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	



■ 日曜・祝日以外の休診日

夏の食中毒を防ぎましょう!

<7月から9月は食中毒の多発する時期です>

管理栄養士 渡辺久子

食中毒予防の3原則を守りましょう

- 1 つけない**・・・細菌は目に見えません。食材や手指、調理器具はしっかり洗いましょう。
- 2 ふやさない**・・・細菌が増えても味、色、香りは変わりません。肉や魚などの生鮮食品は室内に放置せず、冷蔵庫に保管しましょう。また、調理後の食品は早めに食べましょう。
- 3 やっつける**・・・細菌は熱に弱いので、食品を中心までじゅうぶんに加熱しましょう。また、食器や調理器具は洗浄したあと、熱湯や塩素系漂白剤などで消毒しましょう。



健康診断のご案内

当院では、地域住民の健康保持、増進、疾病の予防と早期発見を目的に、下記のような健康診断を実施しています。

種類	内容	金額
脳ドック	身体検査・脂質検査・尿検査・肝機能検査・心電図検査・血液検査・脳波検査・単純X線検査・超音波血流動態検査・磁気断層撮影(MRI)	¥47,250
人間ドック	身体検査・脂質検査・糖代謝検査・尿検査・肝腎機能検査・心電図検査・血液検査・胸部X線検査・超音波・胃透視	¥34,650
福山市国保人間ドック	身体検査・脂質検査・糖代謝検査・尿検査・肝腎機能検査・心電図検査・血液検査・胸部X線検査・胃透視	福山市より補助あり ¥6,220
福山市府中市健康診査	成人健診・大腸がん検診・肺がん検診・胃がん検診・乳がん検診	福山市・府中市より補助あり ¥500～¥3,000

その他、皆様のご希望にお答えして内容の変更も行ってまいります。いつでも電話予約を受けておりますので、お気軽にお申しください。

診療室	月	火	水	木	金	土	
内科	1診	高田	武田 院長代行	藤原	武田 院長代行	藤岡 (肝臓外来)	武田 院長代行
	2診	熊谷	熊谷	高田	平野	熊谷	小島
	3診	松岡	小島	竹原	橋本 (血液)	杉原	平野
	初診	武田 院長代行	杉原	杉原	熊谷	竹原	高田
		(松岡)	(松岡)	(橋本)	(橋本)		横野(月1回) (腎疾患)
	専門外来	前島 (糖尿病)			寺岡 (循環器)	藤岡 (肝臓)	下村(隔週) (肝疾患)
脳外科	1診	理事長			理事長	理事長	
	2診	竹信	竹信	西堂	鳥取大	竹信	東京大
	3診	西堂	宇佐美	東京大	竹信	宇佐美	吉岡
	専門外来		東京大	東京大			
	専門外来	竹原 (機能回復)		脳健診		脳健診	
外科	1診	小橋	庄賀	小橋	赤坂	小橋	庄賀
	2診	赤坂	赤坂	赤坂	岡山大	庄賀	岡山大
	専門外来		甲元 (心臓血管)				
整形外科	1診	小坂	片山	小坂	片山	小坂	片山
	専門外来			小坂 (小児整形)			
産科	1診	志田原	志田原	志田原	志田原	志田原	

地域医療連携室

- 外来・入院紹介：TEL.0847-40-3656
：FAX.0847-40-3657
- CT・MRI検査予約：TEL.0847-51-8045

2003年4月より「地域医療連携室」として、より充実した活動に努めています。

担当 小島敬嗣(内科医長) 小川知子(看護師主任)
寺岡 謙(企画推進室室長)
藤井美香(地域医療連携・入退院管理室主任)

外来診療受付時間

- 平日：午前8時30分～11時30分
- 土曜日：午前8時30分～11時00分

専門外来

- 糖尿病 (月) 午後2:00～4:00 (予約制)
- 肝臓病 (金) 午前9:00～12:00 (予約制)
- 脳血管障害 (火・水) 午後2:00～4:00 (予約制)
- 小児整形 (水) 午後2:00～3:00
- 心臓血管外科 (火) 午前9:00～12:00 (予約制)
- 循環器 (木) 午後3:00～4:00 (予約制)
- 脳健診 (水・金) (予約制)
- パーキンソン病 月2回(金) 午後2:00～4:00 (予約制)

寺岡記念病院 理念

1. 患者ニーズが第一優先。
2. 患者の生命「生活」の質を高める医療を行う。
3. 安全で快適な医療に向かって、常に療養環境改善を図る。
4. 社会に開かれた医療を行う。
5. 地域医療における役割を分担し、有機的連携医療を行う。

編集後記

夏、海に山にと体一杯に自然を感じる楽しい季節です。が、暑しく元気に乗り切りたいと思いつつも、思わぬケガや夏バテ、暴飲暴食による体調不良を起こすこともままあります。そこで今号は各科の先生方に、夏の関連疾患と題して注意すべき事を書いて頂きました。参考にしてください。そして自分の体と話し合っって無理のない生活をしてこの夏を乗り切ってくださいませ。

皆様からのご意見、ご感想をおまちしております。