

2008年の年が明けました。 年末年始の暴飲暴食で 体重が増えていませんか？

最近よく耳にする「メタボリック症候群」についてのべて頂きました。

「メタボリック症候群」という言葉があります。おおざっぱに言えば、腹囲が基準値以上で、かつ、血清脂質・血圧・血糖値の3つの内2つ以上で異常が見られればメタボリック症候群と呼ばれる、というものです。この「腹囲」という項目が多くの問題をはらんでいます。内臓脂肪量を直接測定するのが困難なために、腹囲からそれを推測する、というのが腹囲測定を推奨する根拠ですが、内臓脂肪量が心血管系疾患の独立した危険因子かどうかは依然明らかではありません。逆に、内臓脂肪型肥満と皮下脂肪型肥満を区別しない「肥満度」は心血管系疾患のリスクです。また、メタボリック症候群では、腹囲の下位に位置づけられた「耐糖能異常※」や「高血圧症」は心血管系疾患と明らかに関連があります。結局、腹囲云々にとらわれることなく、「生活習慣病」の予防やコントロールに精を出すことが心血管系疾患の予防において大切なことだといえます。

内科主任部長 立松 充 好

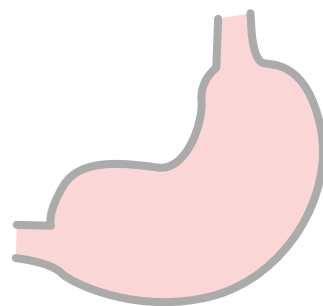
※耐糖能異常：WHOの糖尿病診断基準に取り入れられた分類のこと（IGT）

今年4月から特定健診・特定保健制度が
はじまります。
メタボリックシンドロームを意識した
内容です。



消化器内科の紹介

あなたの胃腸は大丈夫？



消化器内科医として当院に赴任してから1年5ヶ月になりますが、昨年度は1,500件程の内視鏡件数も、本年度は2,000件は超えると思われます。その中でも検診や人間ドック等の、2次検査として胃カメラや大腸カメラの件数は増加傾向にあり、早期胃癌や早期大腸癌、大腸ポリープの発見件数も増えています。早期病変はほとんどの場合内視鏡的治療が可能で、侵襲度もスクリーニングの為にを行う胃カメラや大腸カメラとそれ程変わりなく、術後の入院期間も2日～7日と短いというメリットがあります。早期病変は自覚症状がほとんどないため、検診や人間ドックを受ける重要性はまさにこの点にあります。胃カメラや大腸カメラは近年、ファイバーの改良や検査前処置の工夫により、以前に比べかなり楽に検査を受けられるようになっていきます。自覚症状がなくともぜひ検査を受けられ、皆様の健康を維持していただきたいと考えております。

消化器内科部長 中路 正 裕

消化器内科（内視鏡室）スタッフ

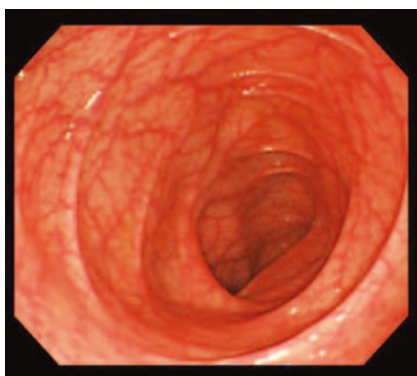


内視鏡のESDとEMR？

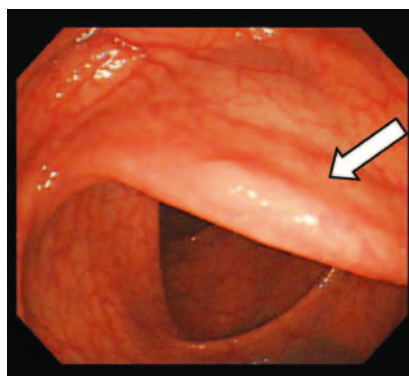
- 早期胃癌のうち粘膜内癌については、リンパ節転移の可能性も
- きわめて低く、開腹手術をすることなく、これまでも内視鏡的
- に切除されていました(内視鏡的胃粘膜切除術(EMR))。しかし、
- この方法は切除範囲が不確実であり、腫瘍が分割されたり、取
- り残しなどの問題がありました。この欠点を解消する方法とし
- て、内視鏡粘膜下層剥離術(ESD)が2000年以降に考案され徐々
- に普及しています。この手技は、切除範囲の周囲の粘膜を切り
- 取り、粘膜より下層を剥がし取るため、切除範囲を確実に病変
- を一括切除できます。ただ、この手技はEMRと比較して技術的に難しく、京都府北部では限ら
- れた施設でのみ行われています。その中で当院の内視鏡室では、年間約25例の実績があり、より
- 安全により確実に治療を行うことをモットーにスタッフが協力し合い頑張っています。
- この他にも大腸ポリープ切除をはじめとする大腸内視鏡治療や、食道や胆石、胆管癌に対する
- 内視鏡的治療を行っています。



消化器内科医長 上古直人



(正常な腸)



(大腸ポリープ)



● 編集委員より一言 ●

私も昨年10月に大腸ファイバーの検査を受けました。

思ったより随分楽で、痛みは感じませんでした。

また、検査前は異常がないか心配でしたが、自分の大腸がこんなにキレイなのかと、感激しました！

皆さんも、是非検査を！



京都大学医学生の紹介

京都大学医学部の学生が当病院に研修にこられましたのでインタビューをしました。

質問内容

- ① 趣味は？
- ② 好きな言葉は？
- ③ 医師になろうと思ったきっかけは？
- ④ 丹後中央病院の印象は？
- ⑤ 当院医師の印象は？
- ⑥ 地方の医療についてどう思われますか？
- ⑦ 将来どんな医師になりたいですか？



内 田 雄一郎さん

- ① サッカー、麻雀、ビリヤード
- ② 努力
- ③ 開業医の父の背中をみて、同じ道を進もうと思ったから。
- ④ 活気があり、スタッフの熱意を感じました。
- ⑤ 親切でわかりやすく説明してくださり、実習がしやすかったです。
- ⑥ 患者さんの印象として、高齢の方が多いと思いました。

川 村 洋 介さん

- ① ゴルフ：なかなか上手になりません。
- ② 一日一善：昨日より少しでも進歩していきたい。
- ③ 医師である父親の姿を見て（尊敬していたから）。
- ④ 成長期の病院ということもあって、活気があると思いました。また、どのスタッフも親切でした。
- ⑤ 院長は、やっぱりカリスマ性があると思いました。
他の先生方も親切で、丁寧に教えてくださいました。
- ⑥ 都会の病院で行われている医療より劣っているとは思わないし、ここなら医者として働き甲斐があると感じました。



川村さんと西島毅志医師

藤田医師とともに





金政祐典さん

- ①読書、音楽鑑賞、ラグビー
- ② one for all、all for one
- ③ブラックジャックに憧れて・・・
- ④想像したより大きな病院でびっくりしました。
- ⑤丹後の医療を支えようという熱い思いを持った先生方だと感じました。
- ⑥患者さんとの距離が近く、患者さんのことを深く知り、考えることができるのは地方の医療の利点だと感じました。
- ⑦患者さんから慕われるような医師になりたいです。

亀田和明さん

- ①チェロ、読書
- ②みんなで一つ物を作る
- ③人という存在に興味があったから。
医師は、人に最も深く関わることのできる職業の一つだと思います。
- ④活気があり、また皆さん大変親切でした。先生方のレベルがとても高く、質の高い医療をしていると感じました。
- ⑤一人一人の先生が優秀で、個性豊かであり、多くのことを学ばせていただきました。
- ⑥医師の数が少ないことで、医師負担が多くなり責任が重い、やりがいがあると思いました。
- ⑦常に自分を高めつつも、患者さんの気持ちを分かる医師になりたいです。



医学生が研修にこられたことで、
丹後中央病院がより活気に満ち溢れた
病院となりました。
これからも医師を目指して、頑張ってください！

立松医師とともに



院長とともに



インフルエンザの子供に対しての 解熱剤の危険性が注目されています。

今年は例年に比べ早くインフルエンザの流行が始まりました。

インフルエンザにかかると高熱が続くので解熱剤を服用することが多いでしょう。

しかし、15歳未満の小児のインフルエンザにアスピリン類（ボルタレン、ポンタール、バファリン、医療機関の小児用バファリン）を投与することは禁忌になっています。

まれではありますがライ症候群（激しい嘔吐、意識障害、痙攣、肝臓障害、低血糖症などの症状が短期に起こる、かなり死亡率の高い疾患）がおこることがわかっています。ただ原因は不明です。

したがってインフルエンザが疑われる場合には、ライ症候群の予防のため病院で使われるボルタレン、ポンタール、小児用バファリンなどは服用しない方が良いでしょう。

ただアセトアミノフェン（商品名カロナール等）はライ症候群などの副作用は比較的少ないとされています。



当院の行事食

今回は、クリスマスの行事食を紹介します。



菜めし／玉子スープ／紅ザケタルタルソースかけ
・とりのからあげ・ウインナーの盛り合せ／
イチゴショートケーキ

12月行事食の感想

- 心のこもったクリスマス料理、とてもおいしかったです。
- ケーキで我が家のイブを思い出しました。
- もう少し塩味を強くしてください。
- 思いがけないごちそうでおいしかったです。
- 私のことをよく考えて料理してくれてありがとう。





乳がん検診

～女性の明るい未来のために大切な早期発見・早期治療～

日本の女性が患うがんの中でもっとも多いのは乳がんだと知っていますか？

乳がんにかかる女性の数は年々増えており、22人に1人がかかると言われてしています。

しかし、早期発見・早期治療をすれば完治する病ともいわれています。

日本では乳がんの発症のピークは40歳代に見られます。がんを早い時期に発見するためには、毎月の自己検診に加え定期的に“マンモグラフィ”などの画像検査を取り入れた乳がん検診を受けることが大切です。

自己検診で注意すべき症状

- ①乳房にしこりがある
- ②乳房にひきつれ、くぼみがある
- ③乳頭から分泌物がでる
- ④乳頭が陥没したり、ただれや変形がある。
- ⑤わきの下にぐりぐりがある。

気になったら、迷わず受診を

マンモグラフィとは……

乳房専用のX線撮影のことをいいます。外から触っても見つけられない小さなしこりや、しこりになる前の石灰化した微細な乳がんの早期発見に威力を発揮する検査法です。乳房を挟みながら圧迫してX線撮影をします。



奥田レントゲン技師

私が撮影します

当院では女性技師による撮影を行っておりますので安心して検査を受けられます。大切な乳房をあなた自身で守りましょう。

NPOマンモグラフィ検診精度管理中央委員会認定

- マンモグラフィ読影認定医師 | 西村 一郎
藤田 眞一
立松 充好
- マンモグラフィ撮影認定技師 | 奥田 真実

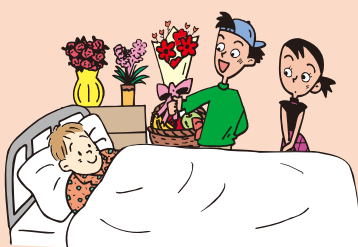
新年明けましておめでとうございます。

皆様のご協力により、昨年 10 月に創刊号を発行することができました。スタッフ一同力を合わせ「陽だまり」を発行していきたいと思ひます。

より丹後中央病院を知っていただき、皆様の健康的な生活のお役に立てれば幸いです。今後とも、よろしくお願いいたします。



面会についてのお願い（マナーについて）



- ・面会時間を守りましょう。
- ・面会は、患者様の安全のため、短時間にしましょう。
- ・同室の方のご迷惑にならないようにお願いします。
- ・小さなお子様は感染予防のため、面会をご遠慮ください。
- ・かぜ症状等により体調が優れない方も、面会をご遠慮ください。
- ・病院内での携帯電話の使用は控えましょう。
- ・面会時間 診察日：正午～午後 7 時
 休診日：午前 10 時～午後 7 時

午前中は医療処置等が多く予定されております。
平日及び第 2、第 4 土曜日（診察日）の午前中は面会時間となっております。

どうしても面会が必要な方につきましては、1 階の正面受付で許可証の交付を受けていただきます様お願い致します。

