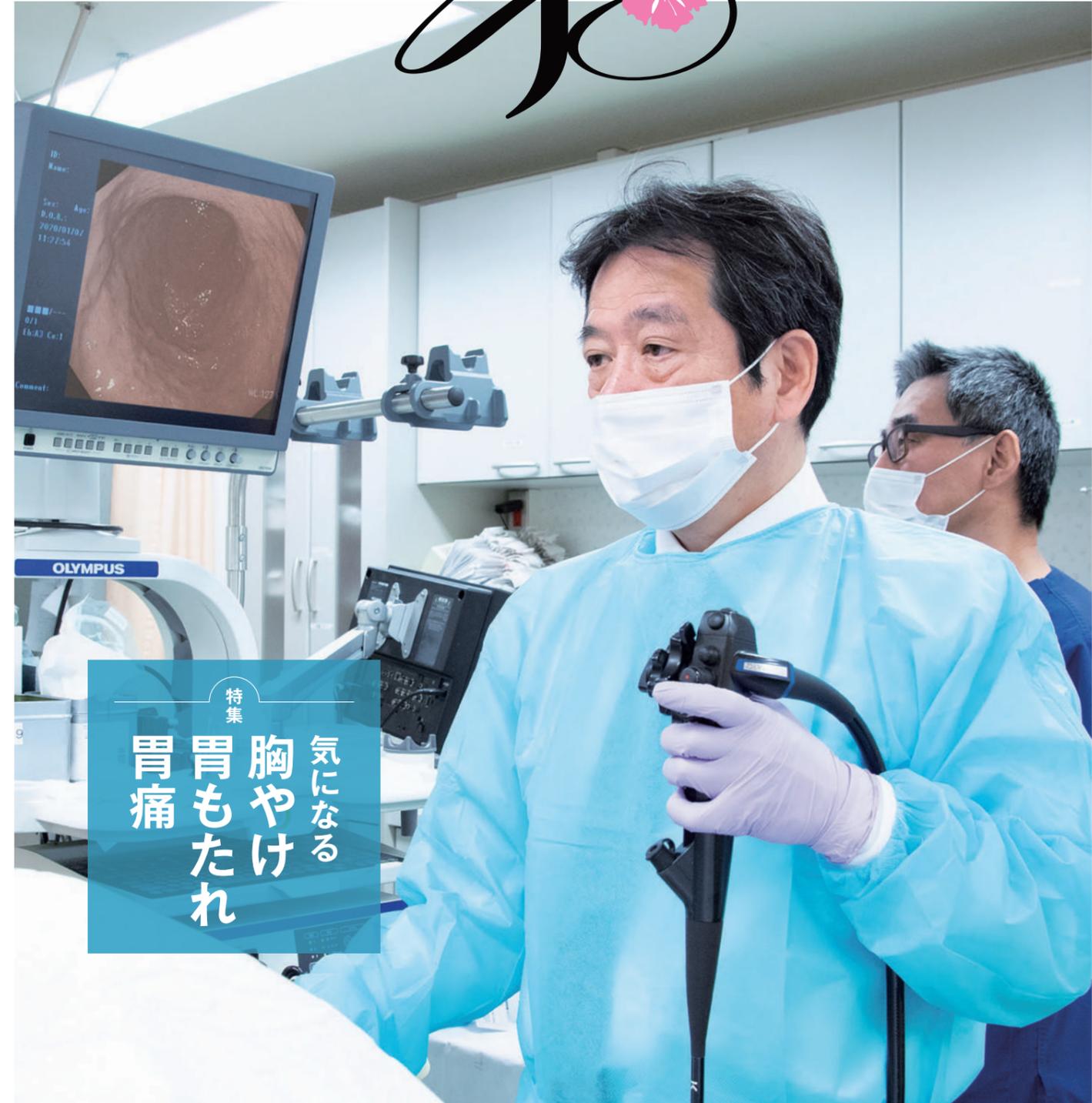


No.204

Winter | February 2020

SAISEIKAI
KYOTO
HOSPITAL
kyoto.saiseikai.or.jp

なでしこ



特集
胃もたれ
胸やけ
気になる
胃痛

歴史 嘸

これから年4回シリーズの連載物が始まります。毎回、有名な戦国武将に襲いかかった病魔をテーマにしなが健康を保つポイントを紹介していきます。第1回は越後の虎と呼ばれた上杉謙信です。謙信は長期にわたるアルコール多飲歴があり、高血圧をベースとした脳出血で死亡したと推測されます。詳しくは私のブログ『Dr. Tomの徒然日記』をご覧ください。ブログでは病魔大王というミクロの戦士が、名だたる戦国武将を次々に襲っていくコミック時代劇に仕立てております。軍神ともいわれた謙信を見事にしとめた病魔大王から、みなさんのメッセージを紹介します。

- アルコールは日本酒にして1日平均1合未満が適量。これを超えると飲酒量が増えるにつれて、脳出血の発症率は増える。
- 高血圧の放置は禁物。普段の血圧が130/80 mmHgまで。
- 塩分摂取量は男性8g/日、女性7g/日以下が理想。高血圧の人は6g/日未満の減塩を。
- 謙信(けんしん)のようにならないよう健診(けんしん)を

診療部長・消化器内科 中島智樹
ブログ『Dr. Tomの徒然日記』はこちら ▶



社会福祉法人 恩賜財団 済生会とは

済生会は、明治天皇が医療によって生活困窮者を救済しようと明治44(1911)年に設立しました。100年以上にわたる活動をふまえ、今、次の三つの目標を掲げ、日本最大の社会福祉法人として全職員約62,000人が40都道府県で医療・保健・福祉活動を展開しています。

- 生活困窮者を **済(すく)** う
- 医療で地域の **生(いのち)** を守る
- 医療と福祉、 **会** を挙げて切れ目のないサービスを提供

病、老い、障害、境遇...悩むすべてのいのちの虹になりたい。済生会はそう願って、いのちに寄り添い続けます。

総裁：秋篠宮皇嗣殿下 会長：有馬朗人 理事長：炭谷 茂

なでしこ紋章の由来



初代総裁・伏見宮貞愛(ふしみのみやさだなる)親王殿下は、明治45年、済生会の事業の精神を、野に咲く撫子(なでしこ)に託して次のように歌にお詠みになりました。

露にふす 末野の小草 いかにぞと あさ夕かかる わがころかな

野の果てで、露に打たれてしおれるナデシコのように、生活に困窮し、社会の片隅で病んで伏している人はいないだろうか、いつも気にかかっていたが

この歌にちなんで、いつの世にもその趣旨を忘れないようにと、撫子の花葉に露をあしらったものを、大正11年以来、済生会の紋章としています。

saiseikai.or.jp



SAISEIKAI KYOTO HOSPITAL

◎理念

質の高い医療・思いやりの心・明るい職場
～医療を通して地域に貢献～

◎基本方針

- 患者さん本位の安全で良質な医療の提供
- 地域に応える医療、医療連携の推進
- チーム医療の推進
- 次世代医療者の育成
- 経営の安定、新病院の建設



◎受診案内

診療受付時間 8:50～11:00(予約診療の方は17時まで)
診療開始時間 9:00から
休診日 土・日・祝日・年末年始
救急受付 24時間可能な限り対応
(ご連絡のうえ来院してください。TEL 075-955-0111)

受診の際は必ず手帳をお忘れなく

◎交通案内

- 駐車場あり(約160台)
- 阪急京都線「長岡天神駅」下車、西出口よりバスまたは徒歩15分
 - JR東海道線「長岡京駅」下車、西出口よりバスまたはタクシー
 - 阪急バス：
 - ・ JR「長岡京駅」より阪急「長岡天神」経由
 - ⑦ 美竹台住宅前経由
 - ⑧ 奥海印寺(循環)済生会回り
 - ⑨ 奥海印寺(循環)梅ヶ丘回り
 - 各バスで「済生会病院」下車
 - ・ その他、他系統バス「東台」「太鼓山」下車、徒歩5分



社会福祉法人 恩賜財団 済生会京都府病院

〒617-0814 京都府長岡京市今里南平尾8番地 電話 075-955-0111(代表) FAX 075-954-8255 https://kyoto.saiseikai.or.jp/



社会福祉法人 恩賜財団 済生会京都府病院

2022年、済生会京都府病院は 新しい病院に 生まれかわります。

医療を通して
地域に貢献します!



当院は昭和58(1983)年に現在の地に移転してから、京都府乙訓地域の中核病院として地域の医療と福祉に取り組んできました。しかし、36年以上が経過し「古い」「狭い」「通にくい」など、地域の皆さんに安心・安全な医療を提供するには課題が山積しています。坂の上の古い病院のままでは「医療を通して地域に貢献する」という我々のミッションが果たせなくなるでしょう。これら課題を解決するために、当院は2022年秋の新築移転を目指して、始動しました。

新病院では、乙訓地域の唯一の公的医療機関として、救急医療、手術や高度な専門医療などの急性期医療、お母さんと子どもための小児・周産期医療をより一層充実させ、人間ドックなどの健診事業や災害拠点病院としての役割も拡充します。また、阪急西山天王山駅から歩道橋で繋がることで通いやすい病院になります。

今後、気になる新病院の進捗についてはこの紙面でご紹介しますので、おたのしみに。

2022
Reborn
SAISEIKAI KYOTO HOSPITAL

INFORMATION

京滋初、AI問診を導入しました

当院にタブレット端末で問診を行う「AI問診」システムを導入しました。従来の紙の問診ではできなかった患者さんの症状に合わせた質問を、AIが約5万件の論文から抽出されたデータに基づき自動で分析・生成します。操作は画面をタッチするだけなのでとても簡単。さらに問診結果は自動で文章となり電子カルテへ反映されるので、医師の事務作業時間軽減と、患者さんの待ち時間短縮にも繋がります。今後各科に順次導入し、医療の働き方改革を進めると共に、患者さんより向き合える質の高い医療を目指します。



ドック期間限定割引キャンペーンのお知らせ

健診センターでは、2月～4月を対象に、ドック割引キャンペーンを実施します。
この機会に是非受診をご検討下さい。

一泊ドック 62,700円 ▶ **56,430円**
人間ドック 41,800円 ▶ **37,620円** 脳ドック 38,500円 ▶ **34,650円**
心臓ドック 49,500円 ▶ **39,600円** (お問合せは循環器外来へ)

※税込価格です。※全額自己負担でお支払いの方が対象です。※その他の健診やオプション検査は対象外です。

予約・お問い合わせは健診センターへ TEL 075-955-0111 (平日10～17時)

旬の食材と栄養

ねぎ特有の香りと辛味のもと「アリシン」という成分です。血行をよくして体を温め、疲れのもとになる乳酸を分解してくれるので、ねぎを食べると体がポカポカ、疲れが吹き飛び、ひき始めの風邪を撃退することが出来ます。同じ理由で、肩こりの解消にも効果的。血の巡りがよくなるので、怖い血栓を予防する効果もあります。また胃液の分泌を助けるので、胃腸の働きがよくなり食欲も増進。たっぷりの食物繊維とぬめり成分は、お通じの心強い味方です。青い葉の部分にはカロテンやビタミンC、カルシウムやカリウムといったミネラルが豊富に含まれていて、これも風邪を予防する効果があります。一本丸々食べれば、病気知らずの元気な体!ということに...

体がポカポカ。
豊富なミネラルで
風邪予防。

ねぎ





知
り
た
か
っ
た
体
の
こ
と
。

特集

気になる
胸やけ
胃もたれ
胃痛

食後や明け方の胸やけは要注意 潰瘍は消炎鎮痛剤でできることも 検査が異常なしでも症状が持続

済生会京都府病院 院長 吉田憲正

食後や明け方の胸やけ 逆流性食道炎かも

胃酸が食道に逆流するために胸やけや胃もたれが起きる逆流性食道炎は、40～50歳代を中心に消化器系で今、最も多い病気です。症状はあっても粘膜のただれや炎症がない場合（非びらん性胃食道逆流症）も多く、それも含めて胃食道逆流症とも呼ばれています。食生活の欧米化やストレス、肥満の増加などで日本での患者数は増え続け、オレンジやグレープフルーツのジュースなど柑橘類を多くとることで悪化する場合があります。

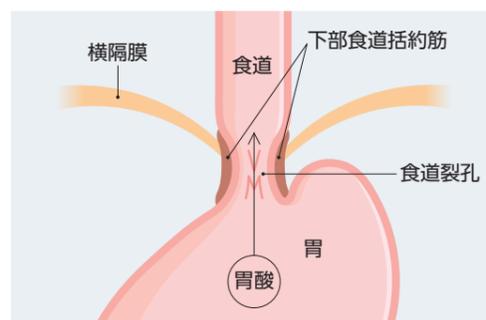
病気かどうかは、医師による問診と内視鏡を使った検査で分かります。1週間に2回以上、胸やけを感じるなら、病気を疑ったほうがいいでしょう。

治療には胃酸の分泌を抑える2種類の薬が使われ、これで80～90%の人の症状は抑えられます。さらに、脂っぽい食事やアルコールを避け、満腹まで食べない、減量、禁煙するなど生活習慣の改善も大切です。背中が曲がっていると、物理的に逆流が起りやすいので、姿勢も気をつけたほうがよく、夜、寝るときに枕を高くするのも、ひとつの方法です。

胸やけってどんな症状？

胸やけといっても、実際には胸よりも胃への症状として感じる事が多く、胸が熱い、痛いと感じる人もいます。逆流した胃酸が食道を通過して喉まで上がり、喉が痛い、咳が止まらないなどの喘息症状を訴える患者さんも少なくありません。

〈逆流性食道炎のしくみ〉



食道から胃につながる部分は「下部食道括約筋」という筋肉で締められていて、胃の内容物が食道側に逆流しないようになっている。逆流性食道炎は、食生活や肥満などでこの筋肉が緩んでしまうために起きる。また、高齢で腰が曲がると、胃が胸のほうにせりあがってしまう「食道裂孔ヘルニア」が原因となる場合も多い。

症状

胸やけ、げっぷ
口の中に酸っぱい液がこみあげる
胸の痛み、胃もたれ、のどの痛み、声のかすれ
咳、喘息、耳の痛み

胃カメラ検査の必要性

胸やけや胃もたれがある人では、潰瘍やがんの有無をチェックするために、内視鏡（胃カメラ）による検査が必要です。粘膜に特殊な光を当てて検査できる最新の機器（当院でも使用）なら、通常の内視鏡では見落としがちな早期がんも発見できる可能性が高いです。

一方、麻酔を使って検査を行う施設も増えています。当院でも、希望者の一部には鎮静剤の静脈注射を使うこともあります。検査後、麻酔が醒めるまで休む必要はありますが、患者さんの負担は軽くなります。医療者側にとっても咽頭反射や体動が強く、検査に支障をきたす患者さんには、十分な観察を行うためにも使用するメリットがあります。

痛み止めが胃を傷める

胃潰瘍や十二指腸潰瘍でピロリ菌に次いで重要な原因は、痛み止めや解熱剤などのお薬です。アスピリンや整形外科などで処方されるジクロフェナクやロキソプロフェンなどの非ステロイド消炎鎮痛剤(NSAID: エヌセイド)の長期常用は潰瘍の原因となります。抗血栓剤などを併用している人では、出血しやすい潰瘍ができやすいため要注意です。最近では、健康保険で使用できる潰瘍予防薬もあるので病院で相談してください。

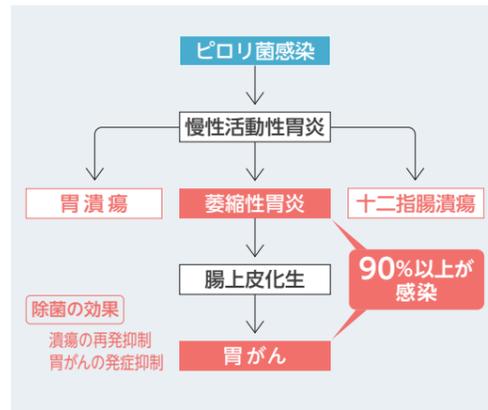
胃の中のピロリ菌

ピロリ菌感染者は胃潰瘍や十二指腸潰瘍だけでなく、胃がんになりやすいことが知られています。除菌が浸透していない5年以上前では、50歳以上の日本人の70%が感染していました。潰瘍があってピロリ菌が陽性なら、除菌することで再発はほとんど防げます。

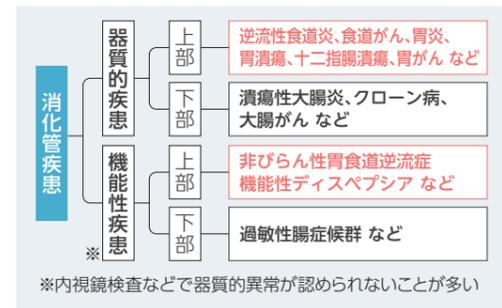
2013年2月より潰瘍のない慢性胃炎でも感染検査(便、尿、呼気や生検検体を使用)や除菌が健康保険の適用となりました。除菌方法は、酸分泌抑制剤とペニシリンを含む2種類の抗生剤を1週間飲みます。これで除菌できなければ抗生剤を1

種類だけ変えてもう1週間治療します。それでも除菌できない人には、保険外(自費)診療になりますが、3次除菌の選択肢がありますので、希望される方(ペニシリンアレルギーを有する方を含む)はピロリ菌感染症認定医のいる医療機関にお問い合わせください(当院では吉田)。除菌すると、将来胃がんになる確率も減りますが、完全ではありません。除菌後胃がんになることも少なくないので、しばらくは定期的な内視鏡検査を受けることが重要です。

〈ピロリ菌感染と胃十二指腸疾患〉



〈消化管疾患の分類と主な疾患〉



検査が異常ないのに症状あり?

機能性ディスぺプシアという病名を聞いたことがあるでしょうか。内視鏡検査をしても、粘膜になんの異常もないのに、胃もたれや胃痛が起こる病気のことです。昔は、神経性胃炎や胃けいれんなどと呼ばれていました。原因としては、胃の運動異常や知覚過敏、胃酸過多などが想定されています。治療としては、消化管の運動機能を改善する薬や食道炎でも使われる酸分泌抑制剤の他に、漢方薬や抗不安薬を使用することもあります。命に関わる怖い病気ではありませんが、慢性的な症状が続き生活に支障をきたすこともあるため、消化器専門の医師とよく相談して治療を受けることが必要です。

吉田憲正 (よしだ のりまさ)

済生会京都府病院 院長。消化器・内視鏡、特に食道、胃、腸の病気が専門。
1980年京都府立医科大学卒業、第一内科入局。ルイジアナ州立大学医学部留学、武田病院消化器内科部長、京都府立医科大学講師を経て、2009年京都第一赤十字病院副院長・消化器センター長、2019年10月より現職。京都府立医科大学臨床教授、日本消化器病学会財団評議員など兼務。

こんにちは

4A病棟

です。

ともに頑張り、喜び合える病棟を目指して治療にむきあう患者・家族の不安は様々です。私たち4A病棟のスタッフは、その様々な不安を一番近くで支えることのできる存在でありたいと願い、日々誠実な看護を目指しています。質の高い安心していただける医療提供のために治療にかかわるすべてのスタッフとのチームワークを大切にしています。

混合病棟(消化器外科・内科・脳外科・乳腺外科・泌尿器科) 周術期看護・化学療法を中心とする当院の急性期看護を担う病棟です。

地域での生活 自宅退院を目指して

治療のその先にある患者さんの生活を見据えて、リハビリテーション科と協力し、術後の機能回復に取り組んでいます。



医療安全カンファレンス

週1回、医療安全をテーマに医療安全管理者とともにカンファレンスを行っています。ヒアリングのふりかえりを中心に病棟業務の整備を安全視点で行っています。



外科回診



週に1回、感染管理認定看護師、皮膚・排泄ケア認定看護師とともに周術期の患者さんの回診を行っています。



病棟薬剤師が常駐



常に薬剤師と連携がとれる体制であり、化学療法などの治療はともに取り組んでいます。