

ふれあい

2016

10

No.355

牛久愛和総合病院 広報誌



「出雲大社」 撮影：医事企画部 吉川 和美

「右下腹部痛!？」

外科 宮島 綾子



皆さんはお腹が痛くなったことはありませんか。誰しもお腹が痛くなった経験はあると思います。日常的に便秘や下痢の際でもお腹が痛くなりますが、腹痛の原因となる病気は数えきれない程挙げられます。そんな中で私達外科医が診療の際に念頭に置いている一つの病気として、虫垂炎を今回紹介したいと思います。

世間一般では「盲腸」と言われることが多いですが、医学的には「虫垂炎」と言います。虫垂は小腸から大腸に移り変わるところの近くにあり、ご自身にとって右下腹部に存在します。虫垂という臓器に何らかの原因で炎症が生じると虫垂炎となり、腹痛の原因となります。虫垂炎の初期症状は多岐にわたり、診断が難しいこともありま

す。初めのうちはお臍やみぞおちの痛みから、吐き気、嘔吐、下痢など胃腸炎と似た症状をもたらすこともあります。この段階で我慢される方もいらっしゃると思いますが、発熱や徐々に痛みが右下腹部に局限してくるのが虫垂炎の特徴として挙げられます。問診の際には症状の経過を詳細に聞き、腹部診察の後に採血や画像検査を行い診断していきます。また右下腹部痛の原因として虫垂炎のみならず、大腸憩室炎や悪性腫瘍、また尿路結石などの泌尿器科疾患や婦人科疾患などの消化器領域以外にも沢山の病気が隠れている可能性があります。

虫垂炎の診断の後には、患者さんの病態により手術による外科的治療を行うことが多いです。当院では腹腔鏡下虫垂切除術を基本に行っています。手術以外にも抗生剤を使つての保存的治療の選択肢もあります。今後、これまで述べてきた様な症状がおきた場合は早めの医療機関の受診をお勧め致します。ところで、私は今世間で騒が

れているSMAP、特にキムタクのファンであり、幼いころからの憧れでした。なので解散報道が出たときは報道を見るたびに悲しくなりお腹の痛みを感じていました。胃や大腸など消化器系の臓器はストレスによって症状が出やすい臓器です。私達が日々食事をとって元気に暮らすためには、健康な体づくり、健康な内臓作りが大切になってきます。そのためにはバランスの良い楽しい食事と適度な運動と共に、出来るだけストレスをためない様にしましょう。また定期的な健康診断を心がけていきましよう。何か困ったら我慢せず、早めに病院に相談にいらして下さい。



ここが知りたい!

Q & A コーナー

Q 手足のしびれがあるのですが、原因は何でしょうか?

A 一言でしびれ、と言っても感じ方も様々であり、さらにしびれの原因となる病気は枚挙にいとまがありませんが、その原因は大きく「感覚の鈍麻」、「異常感覚」、「運動麻痺」に分けられます。

いわゆる患者さんの訴えるしびれ感の多くは「ジンジンする」「ビリビリする」といった「異常感覚」であり、脳↓脊髄↓手足などの体の部分の神経の経路のいずれかが障害されたことにより生じます。そのため、しびれの原因は障害される場所によって脳血管障害、脊髄障害、末梢性神経（脳や脊髄から分岐した身体に広がる神経）障害に大別されます。

脳血管障害は脳の血管の病気や腫瘍などによって、脊髄障害は首や腰で脊髄が圧迫されることによって生じます。また手根管症候群や糖尿病の

合併症、手足の末端の循環障害による末しょう神経障害でも手足の指にしびれがおこります。

このように非常に多くの原因が考えられる「しびれ感」ですが、しびれがあるからと言って必ずしも神経が危険な状態に陥っているとは限りません。麻痺や痛みがある状態の方が神経にとっては重症の場合が多いのです。

そのため外来を受診される際には、まずどのようなしびれか? しびれ以外に痛みや麻痺、その他の症状が随伴するか? しびれの詳細な部位はどこか? どのような時にしびれるのか? などを説明して頂ければスムーズな診察の助けになるでしょう。

(整形外科…一瀬裕史)



DMカフェ



気付けば夏も終わり、秋を迎えて急に涼しくなりましたが、皆さまいかがお過ごしでしょうか。秋といえば、何を思い浮かべますか? 読書の秋、芸術の秋、スポーツの秋などが代表ですが、やはり忘れてはいけないうのが「食欲の秋」でしょう! 旬を迎えるおいしいものがあふれるこの季節、糖尿病患者さんにとっては、楽しみな一方、我慢が増えるつらい時期かもしれません。

秋に食欲が増すのは、日照時間とも関係があるようです。脳内の神経伝達物質であるセロトニン、食欲の調節にも関わりますが、日光に当たった時間によって分泌が増えます。日光以外には、食べることや眠ることでもセロトニンの分泌量が増えることから、日照時間が減るこの時期、精神の安定化のために食欲が増したり、睡眠を多くとったりするようになるのではないかと考えられています。

とはいえ、食べ過ぎは禁物です。バランスの良い食生活を心

糖尿病代謝内科 宜保 英彦

がけ、食欲の秋を満喫してください。夏の暑い時期に中断していた運動も、ぜひ再開していきましょう。

〈糖尿病教室のご案内〉

11月9日(水)

糖尿病について (宜保医師)

11月16日(水)

運動療法について

11月30日(水)

糖尿病と薬

◆時間…14時30分～

◆場所…C館1階からだ情報館
お気軽にお越し下さい。



入職者

- ①担当 ②専門とその紹介 ③出身大学
④趣味 ⑤生年月日 ⑥血液型 ⑦星座



9/1付入職
ハビリテーション科
青山信隆

①月曜日・木曜日の午前・午後
②9月1日よりリハビリテーション科の医師として勤務することとなりました。患者さん達が日常生活や社会へ一日でも早く復帰できるようにスタッフの皆さんと力を合わせて頑張ります。

③高知大学医学部卒・高知大学医学部大学院(博士課程)卒 ④東京の街めぐり ⑤昭和57年4月17日 34歳 ⑥A型 ⑦おひつじ座

9月1日付

■医材センター

事務 野原 京子

至らない点もあると思いますが、はやく皆様のお役に立ちたいと思っています。

■生理検査室

臨床検査技師 阿野 二美子

ブランクがありますが早く仕事に慣れ、病院に貢献できるようつとめていきたいと思っています。

9月16日付

■臨床工学科

臨床工学技士 増村 龍一

他職種の方とも積極的にコミュニケーションを取っていききたいの

春秋園だより

日増しに秋も深まり、朝夕は肌寒く感じる季節となりましたが皆様いかがお過ごしでしょうか。



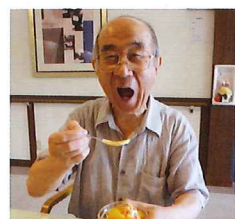
入所4階フロアでは先日、調理レクリエーションと題して「プリン・ア・ラ・モード」作りを行ないました。内容としてはプッチンプリンを人数分用意させていただき生クリームや果物(モモ・みかん)、カラスプレーなどを用いて利用者様にお好きなようにデコレーションをしていただきました。作っている最中に、利用者様同士で「これ(みかん)、取れますか?取って差し上げましょうか?」「あら、どうもありがとうございます。」といったやり取りもあり、和

気あいあいとした雰囲気の中で楽しく作業することができました。

利用者がご自分の手でデコレーションした「プリン・ア・ラ・モード」はその日のおやつとして、みんなでテーブルを囲んで頂きました。「甘くておいしい!」「もう一個食べたくなっちゃうなあ。」等の声をいただき職員一同、企画・実行できて良かったと心から思いました。最後に一人の男性利用者様より「ごちそうさまでした!美味しかったです!」と締めめの言葉を頂きました。その場にいた職員も感謝無量でその場はお開きとなりました。

当施設では衛生上の理由もあり長い間調理レクリエーションを行なっていないのでした。今年、改めて新たに規則などを設け、再び調理レクリエーションを実現する事が出来ました。今後も利用者様がより良い日々をお過ごしできるように、精進してまいります。

(春秋園入所フロア一同)



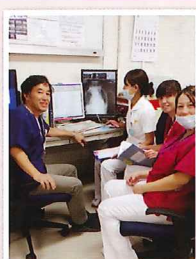
看護部

病棟紹介

みなさんこんにちは。秋もすっかり深まり、寒さが増してきたこの頃。今回の病棟紹介は、B7階病棟です。

当病棟は、入院病棟の中で最上階にあり、眺めが良い病棟です。天気が良いと晴れた日には、筑波山がくっきり見え、時にはスカイツリーが見えることもあります。

さて、当病棟は、病床数37床の急性期の混合病棟であり、多岐にわたる患者さんを受け入れています。病棟医長の瀬口先生をはじめ、22名の看護スタッフが、明るく元気に働いています。患者さん・家族に信頼され、より良い看護を提供することをモットーに日々関わっています。スタッフは、看護師経験年数が高いスタッフが多く、それぞれが、今までの知識と経験をもちより、意見を出し合い、その患者さん個々にあった看護が提供できるように協力しています。



協力体制が構築され、人間関係良好で、笑顔が多いことが、より良い看護の提供につながっているのだと思います。これからも、協力的体制で、元気に明るく患者さんのために、頑張っていきたいと思っています。

B7階

看護副部長 灰垣 美由紀

で、気軽に声を掛けて下さい。

■春秋園
9月1日付

ケアサービス部

看護師

窪田 素子

個々に合わせた健康が維持でき、その人らしい生活を全うできるように看護を提供したい。

9月16日付

経営管理部

向島 美紀

今年の1月からバドミントンはじめ体力的には自信があります。

『第60回 生活習慣病教室』
テーマ
「肩の痛みについて」

日時 平成28年11月9日(水)
14時30分から約1時間

講師

整形外科 医長

田中 雄也 医師

会場 牛久愛和総合病院
B館2階 大ホール

参加費 無料

事前予約は不要です。興味がある方は、お誘いあわせの上、お気軽にぜひご参加ください。

◎お問い合わせ先

牛久愛和総合病院 総務課
029-873-3111(代)

《出来事ピックアップ》

高校生一日看護体験

7/26・8/12

今年の7月26日、8月12日の2日間にわたり「一日看護体験」が開催されました。

総勢81名の多くの高校生に参加していただきました。

臨床現場で働く看護師と一緒に行動し、血圧測定・シーツ交換など様々な体験をしました。

体験当初は緊張や戸惑いがみられ、緊張気味な様子でしたが、午前中の体験が終わるころには笑顔も見られるようになり、体験終了後には「とても貴重な体験になった」「看護師を目指す気持ちが高まった」と感想をいただきました。

看護は人と関わる仕事です。思いやり、やさしさを持って仕事をすることを感じてもらい、今回の取り組みで一人でも多くの高校生が医療従事者を目指すきっかけと願っております。

(人事部・瀧田)

お月見集会

9/14

9月14日、お月見集会を行いました。さくら組が、お月様にお供えする梨や栗、保育園で育

てて収穫したさつま芋などを大きな声で紹介しました。そのあと、みんなで「虫の声」の歌を元気に歌いました。



次に、お月様とたぬきの親子の人形劇を見ました。「ポンポコボン」とたぬきたちが踊り出すと、子どもたちのにぎやかな笑い声が聞こえてきました。集

会の後は、みんなでお団子を作りました。自分たちで作ったお団子は、おやつで美味しくいただきました。

(山本)

編集だより

日に日に寒さが増してきましたが、いかがお過ごしでしょうか？ 台風の影響で野菜の高値も続いています。バランスよく食べるように心がけましょう。

(S・S)

病院理念

我々は医療全般は基より、3つの柱「救急医療」「予防医療」「高齢者医療」を通じて地域住民の皆様に最高の医療・福祉を提供すると共に、職員一同自己研鑽に励みます。

病院概要

病床数 489床 (一般391床 医療療養型55床 地域包括ケア43床)

施設

敷地 59,449.60㎡ 駐車場 1151台



診療科目

【一般外来】

総合診療科 (内科)、消化器内科、糖尿病・代謝内科、循環器科、呼吸器内科、血液内科、腎臓内科、神経内科、リウマチ科、小児科、総合外科、救急科、甲状腺・内分泌外科、乳腺科、消化器外科、内視鏡科、形成外科、整形外科、産婦人科、脳神経外科、眼科、耳鼻咽喉科、泌尿器科、皮膚科、歯科口腔外科、透析外来 (シャント外来)、禁煙外来

【専門外来】

整形外科 (股関節、脊椎、スポーツ、肩関節、膝関節)
小児科 (小児循環器、小児心理)
循環器科 (心臓血管外科)
皮膚科 (レーザー)
外科 (そけいヘルニア)
形成外科 (下肢静脈瘤)

日本医療機能評価機構認定病院
医療法人社団 常仁会



牛久愛和総合病院

〒300-1296 茨城県牛久市猪子町896番地
Tel 029-873-3111 Fax 029-874-1031
ホームページ <http://www.jojinkai.com>

《関連施設》

総合健診センター

Tel 029-873-4334

健康増進施設 スポーツリラックス

Tel 029-874-8791

介護老人保健施設 春秋園

Tel 029-870-3100

