



# 花みずき

## 本庄総合病院だより

発行日：平成15年12月1日  
 発行者：加部吉男  
 編集者：院内広報委員会  
 後藤利和  
 第11号  
 住所：本庄市北堀1780  
 TEL：0495-22-6111(代)  
<http://homepage3.nifty.com/honjogh/>

### 病診連携ということ

病院長 加部吉男

前号でも述べましたが、病診連携とは地域の病院と診療所が密接な連携を取りながら診療を行うことで、良質で効率的、継続的な医療には不可欠なことであります。

病院も診療所も同じように医療を行っておりますが、その役割は同じではありません。

病院は入院の患者さんの診療が主体となり、また、高度の検査も分担いたしております。したがって、入院診療が終了し、病状が安定すれば、かかり付けの医療機関で診療して頂くのが原則です。

本年4月より、本庄市児玉郡医師会と本庄総合病院との間で病診連携を築く事が決まりました。病診連携の趣旨にそって、受診される患者さんは前医の紹介状を頂いて

来て下さい。入院後は紹介して下さったかかり付け医の先生も、病院内で当院の医師と共同で診療することが出来ます。入院中の状態が判っていれば、退院後のかかり付け医の診療が継続して行えるメリットがあります。

現在、外来が混雑して長時間お待たせする事が少なくなく、申し訳なく思っております。しかし、外来の患者さんの病状によっては診療所で診ていただく方が良い事が少なくありません。ご希望がございましたらお申し出て下さい。ご希望の医療機関へご紹介いたします。

地域内の病院と診療所とのネットワークが早く完成し、効率的な医療関係が構築されるよう医療側も努力いたしているところでありますが、皆様のご協力をお願いいたします。

### 糖尿病!あなたはだいじょうぶ?

内科 木下宏文

日本の糖尿病患者数は年々増加しており、1997年の調査で患者数は推計690万人とされています。これは成人10人に1人ということになります。しかし、その中でかなりの人がきちんとした治療をせず、放置しているという現状があります。初期の糖尿病には強い自覚症状が無いので、ついつい軽く考えてしまうようですが、症状が出てから慌てても手遅れになっていることも多く、実はとても怖い病気なのです。

血液内の糖分をコントロールするホルモンである「インスリン」の働きが不足となり、血糖値が高くなってしま病気が糖尿病です。遺伝的な要素があり、親兄弟が糖尿病の人は特に注意が必要です。こういう糖尿病になりやすい体質の人に、食べすぎ、運動不足、肥満などが重なり発症するのが典型的な、いわゆる「成人型糖尿病」です。

初期の糖尿病には自覚症状がありません。血糖値がかなり高くなると、だるさや体重の減少、のどの渇き、夜間の尿量が増えるなどの症状が出てきます。さらに高血糖になると、意識がおかしくなることもあります。しかし、糖尿病で一番怖い所はこういった糖尿病そのものからの症状ではなく、じつは様々な合併症にあります。糖尿病を放置しておくで眼底出血による視力低下、腎不全、神経障害などの様々な合併症を起こしてきます。これらの合併症が発症してから慌てて糖尿病の治療を始めても、治ることはなく進行していくのみです。糖尿病の合併症は一方通行なのです。さらに、糖尿病がある人は心筋梗塞や脳梗塞なども起こしやすくなります。ですから、糖尿病と診断を受けたら、早い時期からきちんと治療をおこなう事が肝要です。糖尿病治療の基本は食事療法と運動療法です。軽症の糖尿病の人は、薬を使わずにこれらを行うことで血糖値は改善します。さらに糖尿病が進行している場合は、内服薬やインスリンの注射を行います。その場合も、食事療法と運動療法の重要性は変わりなく、どんなにたくさん薬を使っても、食事制限が守れなければ治療は上手くいきません。また、どんな形であれ治療は一生続ける必要があります。

現在、私たちのまわりには美味しそうなものが溢れ、いくらでも手に入ります。また、何もかも便利になり、自分の体を動かすことが少なくなりました。糖尿病は増えるべくして増えていると言って良いでしょう。こんな時代だからこそ「我慢」というものが大切なのかもしれません。

(内科医師)

### 前立腺癌

泌尿器科 橋本勝善

2003年初頭の天皇陛下の開腹術、そして、2003年9月になり発覚した某医科大学付属病院のばかな医師団の手によっておこなわれた腹腔鏡下手術。この手術はいずれも前立腺癌に対しておこなわれたものです。今回この前立腺癌について話してみたいと思います。

現在、前立腺癌は増加傾向にあります。米国では増加傾向は著明であり、その新規発生数は全固形腫瘍中第1位となっております。わが国でも、1990年に、新規発生数6,945名、死亡数3,485名であったものが、推定では、2015年には、新規発生数26,110名、死亡数13,494名になるだろうと言われております。

前立腺は図の如く、体の奥深いところにあります。尿道を囲むように存在するために、前立腺に癌や筋腫ができて肥大化すると排尿障害をきたしやすくなります。一般的に癌は前立腺の外側より発生します。そのために尿道を圧迫することなく、自覚症状が現れにくくなるのです。症状があり、病院に来院さ



れる方に癌が見つかった場合、いわゆる早期癌ではなく、しばしば転移を有しているのはこのためです。前立腺癌を根本的に治すには、手術をして取り除くのが最も確実です。そこで、手術でとり除ける早期に癌を発見しようとするわけですが、幸いなことに、前立腺には大変感度の良い腫瘍マーカーがあります(PSAといいます)。血液検査をすることにより、癌の可能性を推定することができるのです。私の居住する群馬県では、1982年より住民検診に前立腺の検診もとりいれております。しかし、本庄市では現在、前立腺の検診は行われておりません。そのためか、本庄市でみつかる前立腺癌は群馬県に比べて、進行したものが多く、治しにくい印象をもっております。

現在、本庄市児玉郡医師会において前立腺の腫瘍マーカーによる検診の話がでております。是非、この検診が実現化してほしいとおもうわけですが、最後に決めるのは市町村の長です。どんな結論となるのか、住民の皆様も注目していただきたいと思います。

御拝読ありがとうございます。

(泌尿器科医長)

### 足くびの捻挫は癖になる!?

整形外科 布袋屋 浩

「運動会の練習で転んで足首を捻った」、「階段を駆け降りて踏み外した」等、誰でも一度は足くび(医学的には足関節という)の捻挫を経験したことがあるでしょう。だんだん青く腫れてきて、取りあえず湿布したけど痛くて歩けず、病院に行ったらレントゲン写真を撮られて、でも医者に「骨は大丈夫、折れてません」と言われ、ひとまずほっとして。ちょっと待てよ。こんなに腫れてるのに、大丈夫ってことはないでしょう。捻挫に限らず打撲などのケガをして、内出血してるってことは、皮膚の下で何か折れたか切れたために出血している証拠です。ただレントゲン写真で骨折はない。ということは靭帯が切れているってことです。

靭帯とは、関節の骨と骨を連結している線維性結合組織で、いわゆるストッパーの

紐のようなものです。そして関節が正常範囲以上に動かないようにする大事な役目を担っており、これが完全に切れると関節がグラグラとなり脱臼や亜脱臼を起こします。捻挫とはすなわちこの靭帯が損傷している状態であり、その程度により、度損傷(ほんのちょっと内出血した程度、軽症)

度損傷(部分断裂、中等症) 度損傷(完全断裂、重症)に分類され、それぞれ治療法が異なります。この度や度損傷をきちんと治さないと、ちょっとしたことでもすぐ足くびを捻挫する、すなわち「捻挫がくせになった状態」になります。これは実は「くせ」ではなく、靭帯が伸びて治ってしまったか、完全に断裂したままで全くストッパーの役目を成しておらず、「関節の不安定性が残存している状態」となっているのです。残念ながら靭帯は紐のような組織なので、放っておいても自然には縮みませんし、靭帯は筋肉と違って鍛えられません。そして捻挫を繰り返すごとにいわ

ゆる亜脱臼とおなじ衝撃が関節に加わるため、軟骨がガリッと傷ついて徐々に磨り減ったり、「関節ねずみ」ができたり、また反応性に骨棘が形成出されたりして将来的には変形性関節症となってしまいます。いずれにせよ、腫れて内出血するほどの捻挫をした場合は、専門的判断と治療が重要です。捻挫の応急処置としては、RICE療法(Rest安静、Icing冷却、Compression圧迫、Elevation挙上)が効果的ですが、詳細は後報を参照して下さい。(整形外科医長)



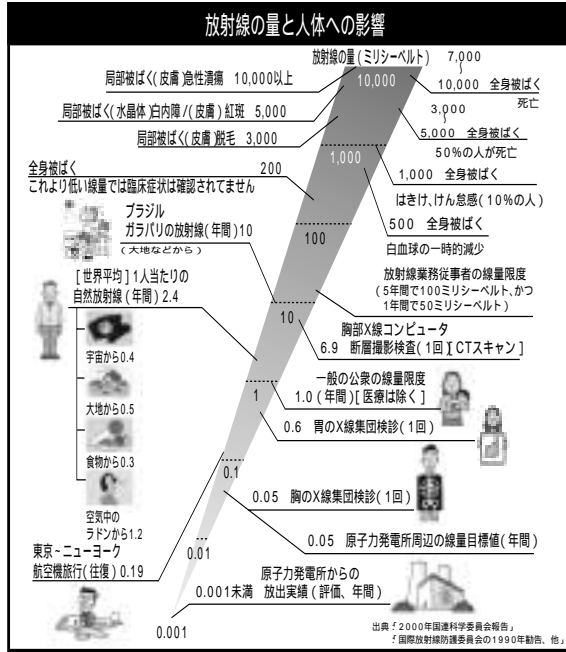
## X線検査って大丈夫なの？

放射線科 森 啓一

X線（レントゲン）検査を受ける患者さんや家族の方から、「X線をあびても大丈夫ですか？」「何度もX線の検査を受けても大丈夫ですか？」といった質問を受けることがあります。この機会に、皆様に簡単ではありますが放射線についてのあらましだけでも知っていただければと思います。

私たちの周りには、もともと自然に放射線が存在していることをご存知でしょうか。宇宙から注ぐ放射線、大地から出る放射線、食物にも放射性物質が含まれています。これを自然放射線といい、人類はその誕生以来ずっと、人体に影響のない微量の放射線に囲まれて生活しています。

では、「何度もX線検査を受けても大丈夫なの？」という問いに対しての一つの簡単な回答例を紹介します。検査の種類にもよりますが、身体（妊婦を除く）に影響が現れる回数は、短期間に腹部撮影でおよそ1,000回、頭部撮影で600回、CTで40～140回位と言われています。そのうえ、身体には細胞を修復したり再生能力があり



放射線による影響は蓄積されるものではありません。必要以上の検査を繰り返し受けているのであれば、身体の異常の有無を検査することの利益（メリット）の方が非常に大きいといえます。また、妊娠もしくは妊娠の可能性のある女性、乳幼児のX線診断により遺伝的影響や健康に影響するようなことは、ほとんどないと考えられています。とはいえ、不安を避ける為にも、特に、妊娠もしくはその可能性のある女性は、診察の際や検査を受ける前に是非申し出て下さい。

そして、私たち放射線技師は検査にあたり、必要に応じた検査部位に、なるべく少ない線量で画質を落とさず、より良い写真を医師に提供すべく努力し、X線検査に関してご心配になっている患者さんの力になりたいと思っております。

極々簡単ではありましたがX線検査における放射線の影響は深く心配になるほどではないこと、ご理解いただければ幸いです。  
(放射線科 技師長)

## とげや釘を刺したとき

看護部 持田 温子

先のとがったものを刺した時は、ゆっくり抜き取り、血をしぼり出して消毒します。刺し傷は小さく見えても化膿したり、破傷風になる危険もあるので、病院で手当を受ける方が安心です。



=とげを刺したとき=

1. 傷の周囲が汚れていたら水で洗う。
2. 毛抜きを先に火で消毒し、冷めてからとげを抜く。
3. 毛抜きで取れにくい時は、五円硬貨を押し当てながら抜くと取れやすいこともあります。



=釘を踏みぬいたとき=

釘を抜いたら、オキシドールなどで消毒し、きれいな布で覆って病院を受診して下さい。  
(外来主任)

## 接遇（こころづかい）

看護部長 鈴木 順子

本庄総合病院が産声を上げてから15年、看護部として看護の質の向上を目標に努力している毎日です。精神的、肉体的な病をもって病院を訪れる患者さまに対して、患者さまの身になって、温かく優しい態度での対応を心がけております。

今年1月より院内感染予防の視点よりナースキャップを廃止し、身だしなみにも配慮するように心がけております。また、自分の仕事に責任を持つ（態度、言葉使い）という意味を込めて写真入り名札の導入を開始しております。

## 「看護の日」をおえて

看護部 山口 芳之  
吉田 瑠美子



今回初めての試みとして、去る10月25日「看護の日」を開催いたしました。今回はリハビリテーションのスタッフの協力を得て、盛大に開催されました。多くの地域の方々のご参加、ご協力に改めてお礼を申し上げます。

## から 潤 さわ 沢

総務課 永田 和子

絵画の世界では、「自然は師なり」という。穂高連峰に抱かれた潤沢カールはこれに勝る景観である。

秋分の日の前日、秋雨前線とあいまった台風15号は四国沖の海上を進みその勢力をましていた。今晚中の通過を信じ山行を決行した。うす暗い霧雨の午前5時、上高地より潤沢に向け歩きだした。1時間ほど歩くと左足に違和感がはじまった。靴底の先が剥離していた。不安がよぎった。やむなく、靴紐でゆわき、テーピングでぐるぐる巻きにし応急処置をとった。空を見上げると厚い雲が切れかけていた。梓川の清流ぞいに西穂高岳を左にみて、歩くこと3時間、横尾山荘につく。再び靴底を直す背に朝陽がふりそそいだ。

横尾大橋を渡り見上げるような岩稜を巻き終わるとガレ場に入る。峡谷の深さに恐怖がはしる。ひとたび体のバランスを崩したら死の谷への



滑落はまぬがれない。ナナカマドの群落が風にゆれていた。登ること7時間半余り、急登の手作りの石段を上りつめると潤沢ヒュッテについた。地盤が狭く、岩肌に捕まるように立っていた。穂高の峰々は空の碧をつんざいていた。20代に登った奥穂高岳が眼前にせまる。

翌朝5時30分、摂氏3度、ひんやりと冷たさが肌をさす。じっと日の出を待つ。前方には、前穂高、奥穂高、北穂高岳が座す。後方には、横尾尾根、その延長線上は槍ヶ岳へと続く。その後方より、突然白みかけた霧雲があらわれた。そのまもなく霧雲は下方より淡いピンク色にそまる。日の出である。次の瞬間その光は前方の白雲を抱いた穂高連峰を暁にそめた。山麓の草もみじが浮き上がってきた。しかしこの霧雲は急速な天気の変化を示すという。朝食を終えヒュッテを後にしようとした頃には、朝の青空は薄い白雲に覆われていた。

夢のような朝のドラマに終わりを告げて下ること3時間半、横尾山荘のラーメンで喉をうるおす。しかし椅子にかけた瞬間、太ももが硬直した。瞬間座ったら歩けなくなると直感した。やむなく立ったまま汁をすすった。

20代に登った奥穂高岳登山から30年がたった。

## おいしく食べることで口腔の健康

言語聴覚士 萩原 典子

「食べること」は生命を維持していくためには欠かせない行為です。と同時に、私たち人間にとって「食べること」は、生活の中の大きな楽しみでもあります。

食物の咀嚼や飲み込みが不自由になってしまう障害を嚥下障害といいます。嚥下障害は脳卒中や口腔・咽頭・食道の疾病、加齢に伴う機能低下などにより起こります。食事中や食後にむせたり、声がガラガラするような場合、発熱・肺炎を繰り返すような場合には嚥下障害が疑われます。

おいしく食べることは、視覚・聴覚・嗅覚・触覚・味覚の五感を刺激し、脳を働かせることにもなります。おいしく食べるためには、食べる機能が正常であることと同時に、口腔の健康を保つことが大切です。

味覚は五感の中でも、おいしく食べるための重要な感覚です。舌や口腔内の粘膜にある味蕾（味覚細胞）が、食べ物が唾液に溶けたものを味として感じます。この細胞が食べ物のカスで覆われていたり、舌の上が汚れていると、おいしさにも影響を与えます。

さらに、汚れた唾液を誤嚥することにより、抵抗力の弱い方は誤嚥性肺炎を起こす可能性が高くなってしまいます。誤嚥性肺炎を予防するためにも、口腔内を清潔に保つようにしましょう。

また、唾液の分泌が少なかったり、薬の影響等で口腔内が乾燥していると、味を感じづらくなってしまいます。乾燥しがちな場合は、食前にも口をすすぐなどして口腔内を潤すと良いでしょう。

口腔ケアを十分に行って口腔の健康を保ち、いつまでも食べる楽しみを味わいましょう。

## 関連病院

本庄福島病院  
内科・小児科・療養型 96床  
本庄市千代田1-1-18 ☎0495-22-5211

介護老人保健施設 彩の苑  
入所定員 100床  
本庄市千代田1-1-21 ☎0495-23-3988

伊勢崎福島病院  
内科・小児科・外科・整形外科・神経内科  
歯科・リハビリテーション科 262床  
伊勢崎市大手町18-10 ☎0270-24-3456

熊谷福島病院  
内科・療養型 93床  
熊谷市宮前町1-135-2 ☎048-525-2522

上武病院  
精神科・内科・歯科 537床  
本庄市小島5-6-1 ☎0495-21-0111