

清流

●伊藤病院だより

第2巻4号

平成16年1月15日発行

●発行所●

伊藤病院

〒920-0976

石川県金沢市十三間町98

TEL(076)263-6351(代)

FAX(076)263-2526

●印刷●

高桑美術印刷(株)



「一人ごと」

伊藤病院 名誉院長 伊藤 博

私どもの病院もお蔭様で新しい別館が完成してから満一年が経過しました。別館内の新しい内視鏡センターでは、充実した設備の中で、カメラ等機器も最新型を備え、スタッフもそれぞれ内視鏡検査の専門の資格を持った経験豊かな医師、技師（ナース）が担当し、熱心に取り組んでいる所でございます。私どもは内視鏡センターに限らず、当院が地域の身近な病院として、皆様方のお役に立ちますように、今後とも医療水準確保のため努めてまいります。患者さまから信頼され、安心に受診して戴けますように、

そして患者さま中心の思いやりのある質の高い医療が出来ますように職員一同力を合わせて頑張っていきたいと念願しております。

なおお気づきの点は何なりとご指摘、ご指導を戴ければ、まことに幸いです。何卒よろしくお願いたします。



清流

広報誌タイトルは伊藤博院長みずからのネーミングによるもので、患者さま一人ひとりに対して職員全員が犀川の清き流れの如く澄んだ気持ちでおだやかに思いやりを持ちながら対応させて頂ければと考えております。

インフルエンザについて



薬剤部 川瀬 裕子

インフルエンザの流行する季節になってきました。

インフルエンザは、感染力が強く症状が重いのが特徴で、抵抗力の弱い高齢者や小児・呼吸器疾患患者などには注意が必要です。インフルエンザにかかると、他の細菌にも感染しやすくなります。

このような細菌による肺炎・気管支炎などの合併症の治療として抗生物質が使われることありますが、抗生物質はききません。現在はインフルエンザに直接作用する抗ウイルス薬があります。

のどや気管支の細胞に感染したウイルスが細胞内で増えて周囲の細胞に広がって感染していきます。

増えたウイルスが他の細胞に感染して広がるのを防ぎます。この抗ウイルス薬はA型・B型いずれのインフルエンザにも有効です。カプセルであり、朝と夕方の1日2回、3〜5日間使用します。

3〜5日間飲み続けることで体内のインフルエンザの増殖がほぼ抑えられます。副作用は少ない方ですが、吐気や下痢を起こすこともあります。

この薬はインフルエンザの症状を軽減し回復を早めますが、出来るだけ早く（発病してから48時間以内）に服用しないと十分な効果がありませんので、インフルエンザ流行期に「急な高熱・全身倦怠感・関節痛」などがあればお早めに受診して治療を受けて下さい。

外来の看護

総師長 西村 節子

このテーマをいただいた時、真っ先に頭に浮かんだ事は待ち時間です。

私の一番神経を使うことです。

定期診察の方、急性期疾患、慢性期疾患で具合の悪い方、みなさんが待合室で自分の診察はまだかまたかと待つておられるのをひしひしと感じます。

何とか早く診察ができるようにしてあげたい、早く薬にしてあげたいと、そんな事ばかり考えて外来診療の介助をしております。

そんな中、ニュースでも騒がれている医療事故（インシデント・ヒヤリハット等）を起こしてはいけないと頭の中におきながら、敏速且つ積極的に質の高い心のこもった看護を提供していきたいと思っております。

何かとご不満な点多々あると思います。御意見等あれば教えていただければ幸いです。

これからの外来看護に活かしていきたいと思っています。



うがいがかぜを予防しましょう

院長 伊藤 順

かぜの予防

かぜの流行する季節ですが、かぜは予防が大切です。

空気中には、細菌やウイルスが浮遊し繁殖する場所を探しており、人の体も格好の繁殖場所となります。

「のど」は、空気中の微生物をいち早く感知し、体の深部に入り込むのを防ぐのが役割ですが、「のど」が一度に大量のかぜウイルスに侵されると、「のど」は腫れ上がり、体に入り込んだウイルスと戦うため高熱が出たりします。そこで正しい「うがい」を身につけましょう。

まず清潔な水、冷めた日本茶や紅茶とタオルを一枚用意します。水で口をすすぎ、深呼吸を一回した後に、空気を吸い込み、用意した水または茶を口の中に一口量含みます。上を向き、タオルをあごの下に当て、口からガラガラ音をさせ「うがい」を始め、次に静かに「うがい」を続けながら舌を口から外に出します。

このように「うがい」をすると「のど」の奥まで洗い流すことが出来ます。この正しい「うがい」を毎日、帰宅後や就寝前に行ってかぜを予防して下さい。



栄養部から

あなたの健康に一言

カルシウムは足りてますか？

栄養部 長浦 英子

骨粗鬆症の予防や神経のイライラを抑えるのに欠かせないのがカルシウム！

しかし吸収しにくく、一度にたくさん食べても全部吸収できません。効率よく取るにはCaとMgを2:1の割合で取るのが理想的です。Mgは昆布やひじき、ほうれん草などに多く含まれます。

また、干した野菜やサンマ・いわしなどビタミンDの多い食品と一緒に取ると吸収もよくなります。

カルシウムの多い代表選手は小魚ですが、食べ過ぎると消化が悪くコレステロールも高いので他の食品と組み合わせる食べるとよいでしょう。牛乳やチーズ・ヨーグルトなど乳製品はカルシウムが豊富で吸収率も40%と高く、また、小松菜やほうれん草も比較的カルシウムの多い野菜といえます。

さて、あなたの食卓にカルシウムはありますか？

病棟だより

病棟部 丸山 康子

昨年のことですがクリスマスが近づき、みんなで飾りつけをしたツリーをナースセンター前に飾りました。

夜は電飾が鮮やかになり、患者さまと共に私たち職員も楽しみました。また、昼食時にクリスマスケーキも配られ、一時でもクリスマスの雰囲気を得られ、心が和んだかと思えます。

診察のご案内

診療時間		月	火	水	木	金	土
午前	9:00	伊藤 博	伊藤 順	石澤友海子	伊藤 順	伊藤 博	伊藤 透
	13:00	伊藤 順					
午後	14:00	伊藤 順	伊藤 順	藤岡 央	伊藤 順	伊藤 順	
	17:30	PM4:00~ 伊藤 透					

内視鏡検査日：月、火（胃・大腸）
水、土（胃）

■外来診療時間

平日受付 8:00～13:00 14:00～17:30
土曜日受付 8:00～13:00
休 診 日 日曜・祝日及び12月31日～1月3日



メディカルコラム

— アニサキス症について —

この患者さまは61歳の男性で、当院に受診される前日に奥様と二人で夕食にお寿司を食べに行かれました。そこで新鮮な鯖や鳥賊などを召し上がったようです。しかし、深夜の午前2時頃より上腹部の疼痛が目が覚め、翌日腹痛の精査目的に来院されました。写真は同日施行された上部消化管内視鏡検査です。胃体上部大弯に約15mm大の細くて白い虫体が胃粘膜に刺入しているのが認められます。周囲の胃粘膜は急性胃炎の状態を呈しています。内視鏡的には典型的な胃アニサキス症と診断されます。治療としては胃内視鏡で虫体を摘出することです。みぞおちの不快感は数日残ることもありますが、胃の薬でより軽くすることが出来ます。アニサキスは新鮮な鯖、鳥賊、鱈、鰻などの海産物に感染する寄生虫の一種ですが、人体は第一中間宿主で卵が感染しても影響はありません。虫体が胃に刺入し、アレルギー物質を出すことで胃痛や吐き気、嘔吐、掻痒性の皮疹などの症状が認められます。胃内視鏡所見は前述したとおりですが、アレルギー物質を出し、周囲の胃粘膜は急性胃炎の状態を呈することが多いようです。またあまりはっきりとした数値は出ておりませんが、比較的低い確率でアニサキスが小腸に進み穿孔を起こし、腸閉塞を併発することがあり手術になることもあります。北陸は新鮮な海産物が比較的安価で入手出来るので、お寿司屋等での外食のみならず、家庭でも起こりうる事の認識が必要です。特に寒くなって海産物が美味しくなり、新鮮な鯖、鳥賊（スルメ鳥賊やおおり鳥賊のような比較的安価な鳥賊に多い）、鱈（鱈の子付け）等を召し上がって上腹部痛が認められた時は我慢せず内視鏡検査をお受けください。



アニサキス



駐車場 収容台数25台

交通ご案内

- 北鉄バス
片町（金劇パシオン前）下車 徒歩3分
片町（ラブリ前）下車 徒歩5分
野町・広小路下車 徒歩5分
- 城下まち金沢周遊バス
十三間町（伊藤病院前）下車
- タクシー
JR金沢駅より10分

編集委員 / 伊藤 透 橋本 香織 松本 幸子 坪坂 薫 丸山 康子 川瀬 裕子 直江 みゆき 本田 祐子

伊藤病院 日本医療機能評価機構認定病院

〒920-0976 金沢市十三間町98
TEL (076) 263-6351(代) FAX (076) 263-2526