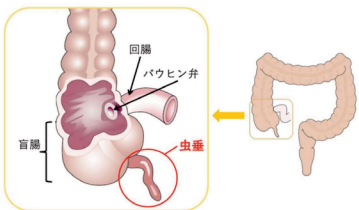


Monthly Doctor's Column

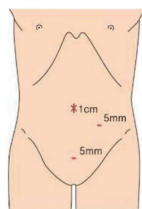


急性虫垂炎は、我々消化器外科医が緊急で対応が必要な腹部疾患の代表的な病気で、一般的には「もうちょっ」と言われています。小腸から大腸に移行する部分に盲腸になっている箇所があり、そこを盲腸といい、盲腸にぶら下がっている細い管状の臓器が虫垂です。『もうちょっ』は、盲腸が炎症を起こす病気でなく、盲腸についている虫垂が炎症を起こす病気で、虫垂炎は、2〜3歳からの幼少期から、30代までの発症が多いですが、年齢男女問わず発症します。一生の間に、7%（15人に1人）程度が発症すると言われています。

急性虫垂炎

症状としては、発症初期は炎症で虫垂の内圧が上がり、その刺激が内臓の神経を介して、みぞおちの痛み（内臓痛）を起こします。その数時間後に虫垂の炎症がお腹の壁にまで波及すると、右下腹部に痛みが移動し、虫垂の炎症に対応する限局した痛み（体性痛）を起こします。

虫垂炎の治療は、手術を行うか、抗生剤での治療になります。再発率は10〜35%と言われていますので、手術が可能な方には手術を勧めることが



多いです。虫垂炎の重症度や、他の基礎疾患、発症からの経過時間やご本人の希望などで手術か抗生剤治療の選択を行います。

手術は、現在腹腔鏡で行う事が多く、臍に1cm、他2か所の5mmの傷の計3か所の傷で、マジックハンドのようなものを使って、虫垂を切る手術です。経過が良ければ術後2〜3日で退院が可能です。

の治療は早ければ早いほど、負担が減りますので、上記のような経過や、気になることがあればご自身で判断せずに、病院を受診するようにして下さい。



今月のDr.

外科
科長
KOJIMA KAZUTAKA
児島 和孝
日本外科学会専門医
日本消化器外科学会専門医
消化器がん外科治療認定医
日本がん治療認定医機構がん治療認定医



INFORMATION

01 消火訓練を実施しました

今回は新型コロナウイルス感染症拡大の為、今年度の新入職員を中心に3回に分けて、火災発生時に慌てることなく迅速に対応できるよう、消火器・室内散水栓の使用方法を病院の防災設備を管理している会社の職員より学び、実際に水消火器・室内散水栓を使用した初期消火訓練を行いました。

室内散水栓の訓練では、水圧の強さに驚く職員も見られ、もし火災が起きた際は、消防隊が到着するまでの間に初期消火に対応できるよう、今後も継続して訓練する必要があると強く感じました。



02 かかりつけ医を持ちましょう

かかりつけ医を持ちましょう



当院の受診は紹介状が必要です 詳しくはコチラから
大浜院での初診の際は、かかりつけ医からの紹介状の持参のない方は
診療費とは別に「選定療養費」が発生する場合があります
★大浜院は200床以上のベッドを有する病院と認定されています
厚生労働省
大浜第一病院は、地域のかかりつけ医を支援します

医療法人おもと会 大浜第一病院 TEL: 098-866-5171 FAX: 098-869-4720
平日 9:00-17:00 / 土曜日 9:00-12:00
地域医療連携センター 日曜日・祝日はお休みとなります

今月の smile イマイイ

「笑顔になる算数」
+ たすけあう
- ひきうける
× 声をかける
÷ 友をいわる
+ たすけ合う仲間
喜んで仕事を「ひき」受ける
「か」合う仲間は、友を

医療コンサルジュ・上地の 外来より こんにちを

総合健康管理センター 保健師

Dr. 仕垣セレクト 医学・医療 の名言

大切なのは、ここまでの過程を この先の人生にどう繋ぐかだ
— エリック・ハイデン —

ふり先生

医療 川柳

眼鼻口 触るときには 要注意

50代医師

編集後記 Text: 事務部長 平良

長い梅雨も明け、暑い夏がやってきました。夏は大好きだったのですが、最近は過ごしやすいや秋が好きになっています。年のせいでしょうか？ コロナ禍で迎える3回目の夏、制限も緩和され、MM コロナ時代の夏を迎えることでしょうか。ただ、医療従事者はもう少し辛抱が必要のようです。どうぞ楽しい夏を過ごすために基本的な感染予防は忘れずに。

もっと風通しの良い社会へ！

先日、10年前のアニメを見る機会があった。人気キャラクターの日常がユーモラスに描かれており、当時は爆笑せずにはいらなかったシーンの数々が、なかなか今は笑えない。自分が年を取ったが、どうもそうではない。見続けるうちに疑問が解けた。ここかしこにゲイが笑いの対象として出てくるのである。10年前は許されても、今ははっきりアウトだ。性的マイノリティ(LGBTQ+)はこの10年、日本社会のなかでようやく市民権を得つつある。しかし、その足取りは第一歩が踏み出されたばかりだ。LGBTQ+は特別なものではない。私はシスジェンダーの男性として生活しているが、

子供の頃には「女子になりたい」と感じたり、同性の男子に憧れを抱く瞬間があったのを思い出す。また最近では中学や高校の制服にも男女の境界がなくなりつつあり、選抜は自由だという。我が家の娘は小学校に入學するとき、男子より真っ青なランドセルを選んだ。「その色が好きだから」という理由だ。「男だから」「女だから」に当てはまらないものを多かれ少なかれ皆が少しずつ持っており、割合は人それぞれ異なる。なのにも男女を男と女の二種類に分けようとするのはむしろ無理があるだろう。

本書のような入門書を通して、多くの方がLGBTQ+を自身の問題ととらえられたら、もっと社会の風通しはもっとよくなると思う。



イベリコ 柚木
内科医。
"Read Hard!
"Sleep Well!"
がモットー。

Review

ちびりより！
新米ドクター



今春、1年次研修医4名が入職しました！
1年次研修医4名は約2週間おおよぶ入職研修を行った後、各診療科での研修をスタートしました。当院の入職研修は臨床に入る前に必要な手技や多職種業務を勉強できるため、研修医同士はもちろん多職種の方ともコミュニケーションをとることができる機会となり好評です。
1年次研修医の集合写真を撮影する際、和気あいあいとした雰囲気を感じられ、嬉しさたまりました。



臨床工学科の
キホエ



「排煙装置」

手術においては電気メス装置や超音波凝固装置などが使用されます。これら機器を使用するとスモークと呼ばれる様々な物質を含んだガスが放出されます。手術中の患者様は全身麻酔の状態です。フィルタを通した空気で呼吸されていますので影響はせんせんが、医師や手術スタッフが曝露する事有害な影響が発生する可能性があります。当院では排煙装置のフィルターで浄化を行い、手術室や環境への影響を防止しています。



臨床工学科
前川正樹

からだの通知表

〈腫瘍マーカー (CEA・シーイーエー)〉

CEAは代表的な腫瘍マーカーで最も多く検査されています。血液(採血)で検査し1週間ほどかかります。大腸や肺、乳がん、胃がんなどで数値が高くなりますが、癌ではない病気(肝炎や肺炎など)でも高くなる場合があります。数値が高くなった場合は他の腫瘍マーカーを検査して判断していきます。



うなぎのかば焼き
(土用の丑の日)



うなぎ重
うなぎのかば焼き.....150g
白米.....200g
山椒.....少々

2022年の夏の土用の丑の日は7月3日と8月4日の二日あります。夏の土用の丑の日といふのはうなぎの蒲焼。ウナギは栄養価が高く、赤身肉に並ぶほどのたんぱく質、青魚に匹敵するほどのn-3系不飽和脂肪酸を含みます。また、亜鉛やビタミンA(レチノール)の含有量も多いことで知られています。亜鉛はたんぱく質と結合し酵素を造るなど大事な役割を果たし、汗や皮脂などで体外に排出されます。ビタミンA(レチノール)は細胞膜の保護作用などに重要な栄養素です。脂に溶けるビタミンなので身体(肝臓など)に蓄えられます。

日本人の食事摂取基準に記載されている、それぞれの栄養素の推奨値(75歳以上の男女1日分)。(亜鉛)男性10mg、女性8mg、(ビタミンA)男性800μg、女性600μgとなっており、上記の栄養素と照らし合わせると、特にウナギが栄養満点が見て取れます。特に汗をかきこの季節にピッタリの食品ですね。



栄養給食科 加島ひとみ
管理栄養士

代謝をあげて、お得に過ごそう♪

始めの姿勢



息を吸いながら両手をクロスし、前へゆっくり突き出します。あえて、猫背に。息を吐きながらゆっくりと始めの姿勢に戻りましょう。



または
余裕がある方は、両うでを一緒に、空に向かって伸びあげてみましょう。息を吸いながら、ゆっくりとできるだけ真上に！

体を倒さないよう気を付けながら...息を吸いながら、片手ずつ、ゆっくりと空に向かって伸びあげます！

セラピストによる
健康体操館

コロナ禍になって以来、なかなか運動はできず...気づけば、ハツラツさはどこへやら...。そんなお悩みもございませんか？
みなさんの背中にある天使の羽こと「肩甲骨」。その周囲には褐色脂肪細胞が多く存在します。この細胞の活性化は体温のみならずエネルギー代謝にも関与するとの研究結果もあるのです。胸を張り、換気量をあげ、代謝もアップ!!
お得ですね♪
さあ、みなさんも、やってみませんか？



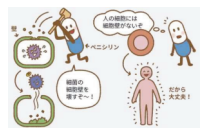
リハビリテーション科
理学療法士 末長拓也
理学療法士 仲本裕香里

薬にまつわる
エトセトラ

薬剤科
姫野 耕一

「薬剤耐性(AMR)」
抗生剤とは?

今回は、抗生剤の基本的なお話し致します。抗生剤とは「細菌」を壊したり、増えるのを抑えたりする薬のことを指します。細菌の仕組みを利用して薬ですので、細菌以外の「病原体」(ウイルスや真菌など)が原因となる感染症には効果を期待できません。抗生剤にもさまざまな種類があるのですが、どこにおきた感染症なのか、どの菌によるものなのかから最適な抗生剤を判断して処方されます。残った薬を取っておけば効かないだけではなく、病気に合わせては効かないだけでなく、副作用が出てしまう可能性も絶対にはないでください。



お答えします!
病院のギモン!?

Q 今年 75 歳を迎えますが、後期高齢者の保険証はどこから受け取ったらいいですか？

A 75歳の誕生日の前月に、お住まいの市役所・町役場から、後期高齢者医療保険証が郵送されます。75歳の誕生日以降は、郵送された後期高齢者医療保険証をお使い下さい。
(※後期高齢者医療保険証を更新される方へ)
後期高齢者医療保険証は、有効期限が1年間で、毎年8月1日から翌年7月31日までとなります。毎年7月下旬頃に、お住まいの市役所・町役場から保険証が郵送されますので、8月1日以降に医療機関を受診するときは、新しい保険証をお使いください。