

思いやりと優しさのある、良質で安全な医療を提供いたします。

# HOKUTO TIMES

社会医療法人北斗会 大洲中央病院広報誌「ホクトタイムス」

No.

60  
2019/11



大洲中央病院では、  
安全で患者さんの負担が少ない  
内視鏡検査に努めています。

Zoom Up!

OzuCentral Hospital



【内視鏡センター】

普段から検診を受けていますか？検診は特定の病気を早期に発見し、早期に治療することを目的としています。当院では市区町村の検診や職場検診は行なっていませんが、日々の診療における内視鏡検査や、二次検診を主に行なっています。今号では、特に胃がんについて、その原因や検査についてご紹介させていただきます。

胃がんは日本人が最も多くかかるがんです。男性ではおよそ9人に1人、女性ではおよそ18人に1人が一生のうちに胃がんと診断されます。胃がんのリスク因子として、ピロリ菌の感染、多量の塩分や飲酒、喫煙などがあります。飲酒や喫煙が原因ということは、健康に気をつけてい

ればリスクを避けることができそうですが、ピロリ菌についてはどう対策すればよいでしょうか。

ピロリ菌について説明すると、ピロリ菌（正式名称：ヘリコバクター・ピロリ）はヒトなどの胃に存在する、らせん状の細菌です。1983年にオーストラリアのロビン・ウォレンとバリー・マーシャルという細菌学者によって発見され、この功績により2人はノーベル生理学・医学賞を受賞しています。もともと胃酸により胃の中は非常に強い酸性の環境になっており、通常の細菌では生育することはできません。しかし、ピロリ菌はウレアーゼという酵素を産生し、胃酸を中和することで、胃の中で生活することができます。ピロリ菌は、

胃がんでなく慢性胃炎や胃潰瘍、十二指腸潰瘍といった病気の原因としても知られます。また、一部のリンパ腫や、特発性血小板減少性紫斑病、鉄欠乏性貧血といった病気の原因に繋がることが報告されています。また、ピロリ菌が胃の中にいる状態（慢性胃炎）が長期間続くことで、胃粘膜の中の胃酸を産生する組織が失われた、萎縮性胃炎という状態になります。

どこからピロリ菌は感染するのでしょうか。詳しくはまだ分かっていませんが、まだ免疫の発達していない幼児期に口から侵入し、胃の中に定着すると考えられています。大人になってピロリ菌が侵入した場合は、一時的な症状がでますが、



日本消化器内視鏡技師の資格を持った看護師が、スムーズな検査ができるように援助をしています。

Zoom Up!

OzuCentral Hospital



【前処置・リカバリールーム】

免疫により排除されます。発展途上国ではいまだにピロリ菌の感染率は高いですが、先進工業国での感染率は低下傾向であり、衛生管理の徹底により感染率は低下しています。ただ、日本でも約3500万人のピロリ菌感染者があり、全体では25%以上、60代以上でみると約50%の方がピロリ菌に感染していると報告されています。気をつけて欲しいのは、子供のころから胃の中にピロリ菌がいる場合には、胃潰瘍などの病気になる限り、なかなか自覚症状が出ないため、気づかないうちに萎縮性胃炎が進行することも少なくないということです。

自分の胃にピロリ菌が感染しているかどうかを調べるには、どうすればよいでしょうか。当院では、呼気中のピロリ菌の反応を調べる「尿素呼吸試験」、血液中のピロリ菌抗体を測定する「抗体検査」、内視鏡検査によって胃壁粘膜を採取し、ピ



胃カメラ

ロリ菌の反応を調べる「迅速ウレアーゼ試験」などを主に行なっています。これらの検査は、内視鏡検査を行なってピロリ菌感染を疑う所見がある方に限り、健康保険を利用して検査を行なうことができます。費用はかかりますが、検診の中には血液検査にピロリ抗体検査を追加できるものもあります。ピロリ菌の検査を行なった方がよい方として、60歳以上の方、胃潰瘍や十二指腸潰瘍になったことがある方、家族がピロリ菌陽性だった方、などの場合は、一度検査を受けることをお勧めします。ただ、全く症状がなくとも胃粘膜の萎縮が進行している場合もありますので、該当しなかった方も、一度検査を受けられるとよいのではと考えます。

当院で行なっている上部消化管内視鏡検査(胃カメラ)では、経口と経鼻の2通りの方法があります。口から挿入する内視鏡カメラは直径が1cm前後で、経鼻カメラはそれより細く、約5mmほどです。経鼻内視鏡は口から検査する場合に比べ喉の負担が少なく、比較的楽に検査できることがメリットですが、デメリットとして画質が荒いため詳しい検査には向かず、鼻腔が狭い方は内視鏡が通らない場合があります。そのほか、楽に検査を行なうために、当院では希望される方には鎮静剤を使用していますので、うとうとしながら検査ができます。鎮静剤を使用すると検査後は車の運転を控える必要がある等、使用には条件がございますので、希望される方は医師や看護師にご相談ください。

また、ピロリ菌の感染が確認された方は、除菌治療を受けることができます。制酸薬と抗菌薬を



検査結果の説明

組み合わせた、複数の内服薬を7日間しっかり内服する方法です。1度除菌治療に失敗しても、抗菌薬の組み合わせを変えて2度目の除菌治療を行なうことができます。除菌治療を行なうことで胃潰瘍や十二指腸潰瘍の再発が抑制されたり、また新しく胃がんが発生する確率を低下させたりできると報告されています。ただ、慢性的なピロリ菌感染により、粘膜の萎縮が進行している場合、たとえピロリ菌が除菌されても粘膜の萎縮が改善するには長い時間が必要で、その間に胃がんが新たにできる可能性もありますので、ピロリ菌除菌治療をされた方も、1年に1度胃の健康チェックを受けられることをお勧めします。

この機会に、定期的な健康チェックについて、改めて考えていただくと幸いです。また、胃内視鏡検査だけでなく、当院では大腸内視鏡検査も行なっていますので、お気軽にスタッフにお声掛けください。

## 安全に、そして少しでも楽に 検査を受けていただくために

当院の内視鏡センターでは、上部・下部消化管内視鏡検査を合わせて年間約1000件行っています。内視鏡検査は消化器専門の熟練した医師が行い、私たち看護師も、日本消化器内視鏡学会が認定した日本消化器内視鏡技師の資格を取得し、患者さんにより安全・安楽に検査を受けていただけるように努めています。また、日々の定期検査だけでなく、夜間や土・日曜日・祝日についても、オンコール体制で医師と看護師が緊急処置に対応できるようにしています。

国立がん研究センターから出されているがん検診ガイドラインには、胃がん検診では胃内視鏡検査を推奨する、大腸がん検診では、便潜血等で異常がある場合は、大腸内視鏡検査を行うと書かれています。ここでは、上部・下部内視鏡検査時の援助についてお話しします。

少しでも楽に胃内視鏡検査を受けていただくためには、喉の麻酔をして内視鏡カメラを通りやすくしま

すが、どうしても飲み込むのが難しい方には鼻から挿入する方法もあります。また、楽に検査を行うために鎮静剤を使用することもできますので、医師や看護師にご相談ください。それでもいざ検査となればみなさんどうしても緊張なさいますので、事前に検査内容を十分説明すると共に、検査中には適宜お声をかけ、緊張が解れるようにお部屋にはBGMを流すなど、検査がスムーズに進行できるように援助しています。

大腸内視鏡検査で腸内を隅々まで丁寧に診てもらうためには、大腸に便が残っていると確実な観察ができませんので、前処置が重要になります。前日の夕食から指示されたものを摂っていただき、当日午前中に下剤(モビプレップ1~2ℓ)を服用、便が出やすくなるように腹部のマッサージや運動をして頂くなど、大腸の中ができるだけ綺麗になるように援助します。この検査も、多くの方が苦しくないかと心配なさいますが、当院では腸に吸収されやすい炭酸ガス送気装置を導入し腹部膨満感の緩和に努め、さらにご希望の方には緊張を和らげるための鎮静剤を使用するなど、より苦痛の少ない検査を行っています。

私たちが経験する中には、自覚症状が出てから受診された患者さんで、思いのほか進行した癌が発見される事例もあります。胃腸などの消化管をはじめ、進行しないと無症状である疾患も多く、自覚症状が出てからではかなり進行してしまっているケースも少なくありません。国立がん研究センターの胃がん予防対策としては、食生活の改善、禁煙、ヘリコバクターピロリ菌の除菌などの胃がん予防対策を行うこと、胃がん検診を行うことが大切であると言われています。また、近年大腸がんも増加傾向にあり、2017年の最新がん統計によると、がん死亡数の部位別では、大腸が女性は第1位、男性では第3位になっています。市町村で広く行われている便潜血検査で陽性になった方はもちろんのこと、40歳以上の方は大腸の内視鏡検査を受けていただくことを強くお勧めします。もし検査でポリープが発見されたとしても、大腸の場合はほとんどの方が当日切除して検査に提出、終了後は帰宅できます。

自分自身の明るい未来のために、また大切な人のためにも、定期的な身体チェックを行っていたら幸いです。

からだに効く  
**レシピ**

**Point**  
バターを  
チーズに変えたり、  
魚を肉に変えたりと  
バリエーションが  
広がります。

大洲中央病院栄養科

## 鮭のホイル焼き

### ■材料 (2人分)

鮭(切り身).....	2切
しめじ.....	1/4株
えのき.....	1/4株
しいたけ.....	1枚
玉ねぎ.....	1/8個
にんじん.....	20g
栗.....	適量
塩.....	少々
コショウ.....	少々
バター.....	適量

### ■作り方

- ①玉ねぎ・しいたけ・にんじんは細切りにし、しめじとえのきは食べやすいサイズにほくしておく。
- ②アルミホイルに鮭をおき、きのご類と野菜をのせて、塩・コショウ・バターをのせホイルで包み200度に熱したオーブンで10分程度焼いたら出来上がり。



## すぐそばにある絵画 院内美術館 26



『犬吠崎』  
吉崎道治 作

## 描かれているのは、 詩情ある風景と空気

今回ご紹介するのは、本館2Fリハビリスタッフステーションにある吉崎道治の『犬吠崎』。徹底した現場主義から生まれる的確な筆致と明快な色彩で表現された情景は、おだやかに爽やかな感動を覚える。



吉崎道治 / 1933年北海道生まれ / 武蔵野美術大学卒。中村琢二に師事。一水会運営委員、日展審査員、一水会展一水会賞優勝、日展特選2回。

次号は安野光雅  
「バルケンブルク」をご紹介します。

## 健康講座

参加自由  
入場無料

■会場 大洲中央病院 2階 第一研修室

■時間 午後2:00~3:00

※都合により内容が一部変更となる場合があります。あらかじめご了承ください。※場所を変更する場合があります。

### 【開講予定】

◎11月28日(木) 午後12:30~1:30 ※開催時間が異なります。  
(事前申込みが必要です。申込期間:10/24~11/14 募集人数:30名)

11月13日は世界糖尿病デー  
糖尿病食を美味しく食す(病院食体験)..... 栄養科

◎12月19日(木)  
今年もやっぱり流行のシーズン到来。  
~学んで予防。インフルエンザ、ノロウイルス感染~環境保全院内感染防止対策委員会

◎1月23日(木)  
<体験型>肩こり予防体操..... リハビリテーション科  
学んで防ごう ヒートショック..... 看護師

## 火災避難訓練に参加して

8月26日、大洲消防署立ち会の下、火災避難訓練を実施しました。訓練では、防災設備の点検、初期消火、避難誘導、通報訓練等を行いました。夜間に本館3階介護医療院の病室付近で火災が発生したという想定で、初期消火、院内での避難誘導の放送、患者の避難誘導等の訓練を行いました。参加した職員は、患者役とスタッフ役にそれぞれ分かれて、緊張感のある中、真剣に訓練を行いました。私は避難患者の中でも自力歩行が出来ない患者役で車椅子での避難でしたが、誘導係りの職員に声を掛けてもらい、安心して避難することが出来ました。「全体的に声が小さかった」「もう少し職員同士の指示、連携が上手くいけば良かった」等の反省もありましたが、今回の訓練で消防署の方よりご指摘いただいた点を今後の訓練に活かし、地震や水害等の大規模災害が起こった際にも、落ち着いてしっかりと行動出来るようにしたいと思います。



医事課 山口 莉生

## 医療安全セミナーの開催

8月に「インシデントレポートについて学ぼう」というテーマで、医療安全セミナーを開催しました。医療現場では、誤った行為を実施したり、実施しそうになったりといったミスが発生することがあり、その原因を突き止め、再発防止策をとる為に必要な資源となるのがインシデントレポートです。特に実施しそうになった事例については、その時の行動を丁寧に記録し振り返ることで、問題点を明らかにし、事故を未然に防ぐ仕組みを作るのに役立っています。ご面倒でも毎回フルネームを確認させていただくのは、この取り組みの一つです。年々研修会の参加率も上がり、職員の医療安全に対する意識の向上を実感することが出来るようになってきました。今後も、職員一人ひとりが医療安全への意識を高めて、医療事故防止に積極的に関わっていくことができるような研修を企画していきたいと思ひます。



本館4階 主任 宮崎 志津江

## 親睦会 鵜飼いに参加

7月8日に行われた、鵜飼いのイベントに参加しました。当日は空模様心配されましたが、なんとか小雨程度で済み、無事決行されました。4艘の舟に分かれて出発し、最初は用意されたお弁当や飲み物を楽しみながら、船頭さんのお話を聞きました。日頃はあまり関わりのない他部署の職員ともいろいろな話をして、親睦を深めることができました。日が落ちてあたりが暗くなる頃に、鵜を連れた船がやってきました。鵜にはそれぞれに名前があり、彼ら(?)が水の中に潜って魚をくわえてくる度に、各舟から歓声が上がって皆がスマホなどで撮影していました。小一時間ほどの船旅の後、大洲城近くの岸部に上陸し、解散となりました。自分は八幡浜出身ですが、鵜飼いは初めてで貴重な体験をすることができました。またこのような機会があれば、ぜひ参加してみたいと思ひます。



薬剤科 中川 健太郎

## 外来診療医師一覧表

診療科目	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜
内科	1診	近藤 賢之	休診日	大久保啓二	大久保啓二	近藤 賢之	大久保啓二
	2診	岡本 傳男		岡本 傳男	井上 明子	岡本 傳男	岡本 傳男
	3診	井上 明子		井上 明子	近藤 賢之	大久保啓二	非常勤
	4診	浅川 建史		清家 愛理	清家 愛理	青木 一成(第2-4)	浅川 建史
外科	1診	森岡 徹	休診日	森岡 徹	森岡 徹	森岡 徹	森岡 徹
	2診	満谷 臨		満谷 臨	満谷 臨	満谷 臨	満谷 臨
整形外科	1診	栗田 英明		栗田 英明	栗田 英明	栗田 英明	藤澤 圭史
	2診						栗田 英明
泌尿器科		清水 公治		清水 公治	清水 公治	清水 公治	
脳神経外科	1診(新患)	西原 潤		西原 潤	西川 真弘	重川 誠二 末廣 諭 (隔週)	橋本 尚樹(第1-3) 戸田 茂樹(第2-4)
	2診(再診)	西川 真弘		西川 真弘	西原 潤		西原 潤
形成外科						森 秀樹(第1-3-5) 真田紗代子(第2-4)	

受付時間 午前8時00分～午前11時30分

診療開始時間 午前9時00分～ 担当医師は緊急手術などで変更する場合がありますので、事前にお問い合わせください。(休診になる場合あり)

休診日 救急診療のみ…11月3日(日)、11月23日(土)、1月3日(金)

ただし日曜日の場合18:00まで

休診日…火曜、水曜、12月30日(月)、1月2日(休)、1月13日(月)

お見舞い・面会時間 午後1時00分～午後9時00分

## ◎大洲・喜多地区の一週間の救急当番

- 金～日曜日…大洲中央病院  
(日は18:00まで)
- 日曜日…市立八幡浜病院(18:00～)
- 月曜日…市立大洲病院
- 火曜日…市立大洲病院
- 水曜日…加戸病院
- 木曜日…大洲記念病院(昼)、  
市立八幡浜病院(夜)

## 編集後記

暑かった日差しも和らぎ、涼しい良い気候になってきました。「スポーツの秋!」と張り切りたいところですが、年々運動が苦手になってきているこの頃、せめて少しでも体を動かそうと最近ラジオ体操を始めました。毎朝、起床時にインターネットのラジオ体操動画に合わせて体を動かすのですが、あちこち関節が固くなっているのがなんとも情けない限り。妙な動きをしている私を見て、いつも夫が冷やかします。それでも続けていると効果があるのか、最近少し体が柔らかくなっているような気がします。微々たる運動ですが、加齢に抗いながら元気に仕事に邁進中です。

発行/社会医療法人 北斗会 大洲中央病院  
編集/広報委員会

寺尾 光司(事務部長・理事) /  
京河雅史(放射線科長) / 瀧本美保(看護師長)  
道休 由佳里(看護師長) /  
井上 結希(リハビリテーション科) /  
大西 修平(リハビリテーション科) /  
松本 奈緒(総務課) / 廣見 由美(栄養科) /  
中來田 友里恵(医事課)



社会医療法人 北斗会  
**大洲中央病院**



〒795-8507 愛媛県大洲市東大洲5番地  
TEL 0893(24)4551 FAX 0893(23)5083 <http://www.oozuchuo-hsp.jp/>

大洲中央病院

検索