

令和6年4月診療予定表

診療時間(午前:9:00~12:00 午後:15:00~18:00) ※予告なく変更となる場合があります。

日	曜日	午前診				午後診			当直
		内科・一診	内科・二診	内科・三診	小児科	内科・一診	内科・二診	小児科	
1	月	前田純	多田羅		岩井	前田純		岩井	竹崎
2	火	前田純	田代	佐尾山	岩井	佐尾山	田井	岩井	伊藤
3	水	隈元	多田羅	佐尾山	岩井	前田隆/前田純	多田羅	岩井	多田羅
4	木	佐尾山	多田羅		岩井	佐尾山	藤原	岩井	次田
5	金	前田隆/前田純	多田羅	佐尾山	岩井	佐尾山		岩井	松川/福家/安藤
6	土	前田隆/前田純	隈元	穴田	岩井	穴田	竹谷		津村
7	日	休診(日直 津村)							森下
8	月	前田純	多田羅		岩井	前田純		岩井	竹崎
9	火	前田純	田代	佐尾山	岩井	佐尾山	田井	岩井	田井
10	水	隈元	多田羅	佐尾山	岩井	前田隆/前田純	多田羅	岩井	多田羅
11	木	佐尾山	多田羅		岩井	佐尾山	藤原	岩井	次田
12	金	前田隆/前田純	多田羅	佐尾山	岩井	佐尾山		岩井	松川/福家/安藤
13	土	前田純	福家		岩井	前田純			桑原
14	日	休診(日直 桑原)							
15	月	前田純	多田羅		岩井	前田純		岩井	竹崎
16	火	前田純	田代	佐尾山	岩井	佐尾山	田井	岩井	戸田
17	水	隈元	多田羅	佐尾山	岩井	前田隆/前田純	多田羅	岩井	多田羅
18	木	佐尾山	多田羅		岩井	佐尾山	藤原	岩井	次田
19	金	前田隆/前田純	多田羅	佐尾山	岩井	佐尾山		岩井	松川/福家/安藤
20	土	前田純	隈元		岩井	竹谷			桑原
21	日	休診(日直 桑原)							長谷川
22	月	前田純	多田羅		岩井	前田純		岩井	竹崎
23	火	前田純	田代	佐尾山	岩井	佐尾山	田井	岩井	山本
24	水	隈元	多田羅	佐尾山	岩井	前田隆/前田純	多田羅	岩井	多田羅
25	木	佐尾山	多田羅		岩井	佐尾山	藤原	岩井	次田
26	金	前田隆/前田純	多田羅	佐尾山	岩井	佐尾山		岩井	松川/福家/安藤
27	土	前田純	福家		岩井	馮			高橋重
28	日	休診(日直 高橋重)							高田
29	月	休診(日直 竹野内)							長谷川
30	火	前田純	田代	佐尾山	岩井	佐尾山	田井	岩井	伊藤

※多田羅Dr. 3・10・17・24日の午後診は16:00~18:00、月曜日は午後診 ⇒ 午前診へ変更になります。  
 ※皮膚科・形成外科は予約診療・訪問診療を行っています。

専門外来	消化器内科	前田隆史 前田純	内科	穴田雅英
		田井裕樹 田代康平	呼吸器内科	前田隆史
	消化器外科	隈元謙介 馮東萍	呼吸器外科	佐尾山信夫
		藤原潤一 竹谷洋	泌尿器科	多田羅潔
		福家拓郎	小児科	岩井朝幸

当院では、正面玄関や病棟に「ふれあいの箱」というご意見箱を設置しておりますので、当院に対するご意見・ご要望等ございましたらご遠慮なくお聞かせください。



善通寺 前田病院

# 広報 純心便り

2024年  
**4月**  
 第192号

## トピックス

- 今月の一言………理事長
- 脈圧について
- 痔について
- 旬の素材で簡単料理

〔純心会理念〕  
 信頼される医療  
 想いと優しさの伝わるケア  
 私たちはそれを目指します



理事長 前田純

皆さんこんにちは。4月になりました。だんだん暖かくなってきましたね。

早いものでこの4月で僕が純心会の理事長に就任させて頂いてちょうど一年になります。「理事長になって忙しくなりましたよ。」などよく聞かれるのですが、正直にいうと就任以前より前理事長がやっていた仕事は殆ど僕が引き継いでやっておりますので、やっている仕事はさほど変わっておりません。ただ幾つかは増えた仕事もありまして、その中で思ったより大変なのが、この「純心だよりの原稿」だったりします。元々文章を書くのが得意では無いので、毎月、自分の文才の無さと着想の貧困さに打ちひしがれながら、ポチポチとパソコンを叩いてなんとか書き上げております。毎月大したことは書いておりませんが、皆さんが時間

が余ってヒマでしようがない時に、少しでも暇つぶしになれば幸いです。さて、話は変わりますが、4月10日に今年の本屋大賞が発表されました。今年の本屋大賞

は宮島未奈さんの「成瀬は天下を取りにくい」という本でした。皆さんご存知のように本屋大賞は、全国の本屋さんが一番売りたい本を選ぶ、という名目で行われており、今では芥川賞や直木賞を凌ぐほど知名度のある賞になっていきました。実際に売上も本屋大賞にノミネートされた本の方が芥川賞、直木賞の本よりもはるかに売れるようです。最近できたばかりの賞のような気がしていましたが、調べてみるともう二十一年目のことです。ちなみに第一回の受賞作は「博士の愛した数式」でした。歴代の受賞作を見てみると、僕は半分ぐらいいは読んでるかなあ、という感じでした。

僕は元々本を読むのが好きなので、時々本屋さんに行つては、読みたい、と思う本を何冊も買い込んだりしますが、読むのが追いつかず、いわゆる「積ん読」になっちゃうのが最近はずいぶん悩んでいます。これからは季節も良くなるので、天気の良い日に公園で日向ぼっこしながら本を読む、みたいな時間が少しはとれると良いな、などと思っております。4月は暖かくなり行楽には良い季節ですが、気候が安定せず体調が狂いやすい季節でもあります。皆さま体調に気をつけて健やかに過ごしてください。



# 脈圧について

4月になると病院では健康診断で来院する方が増えてきます。健康診断で行うことのひとつが血圧測定です。血圧で気になるのはやはり高血圧ですが、他にも注意すべき点があります。それは、脈圧です。脈圧とは、収縮期血圧(上の血圧)と拡張期血圧(下の血圧)の差のことです。

一般的に加齢とともに血圧は上昇傾向にあります。原因はさまざまですが、ほとんどの場合、動脈硬化が進行するからです。



◆脈圧の変化  
 加齢にともない脈圧も変化していきます。最初に末梢血管から動脈硬化が進んでいきます。そうすると末梢血管の抵抗が大きくなり、下の血圧が高くなります。つまり上と下の血圧の差(脈圧)が小さくなります。そして、次に太い血管の動脈硬化が進んでいき上の血圧が高くなります。つまり脈圧が大きくなります。

◆まとめ  
 血圧が高くなると血管を傷付け動脈硬化の進行を助長するため、血圧を上げないようにすることが大切です。

高血圧の原因

遺伝的要因

環境要因(生活習慣)

- 食塩のとり過ぎ
- 肥満
- 運動不足
- ストレス
- 大量飲酒
- 喫煙



# 痔とは

# 痔について



痔とは肛門の病気の総称で、大きく分けて痔核（いぼ痔）、痔瘻、切れ痔の3つがあります。

**【痔核】**  
肛門から何かが飛び出したり、肛門の一部がぼこつと盛り上がった状態のものを痔核（いぼ痔）といいます。

肛門の周囲の皮膚が伸びている状態（肛門皮垂）や、肛門の外側にできた血の塊や浮腫（外痔核）なども、いぼ痔に含まれます。

いぼ痔の中で手術を行うことがあるケースは、主に肛門の中からスポンジ状の組織が飛び出す内痔核といういぼ痔です。

お尻の中でクッションの役割を担っている静脈叢という組織が、お尻に力がかかったり、血流が悪くなったりして、弱くなつてきたり、肛門から出てくるようになります。

肛門の中間辺りにある直腸の粘膜と皮膚の境界を歯状線と呼び、歯状線より奥の方にできるものを内痔核、歯状線より手前の肛門にできるものを外痔核と呼びます。部位により名称が異なりますが、構造的には内痔核と外痔核に大きな差はありません。

## 診断

### ○問診

肛門部の症状（違和感・出血・痛み・膿の排出など）、経過、排便や生活習慣について聴取します。

### ○肛門の診察

診察では、肛門の色や形を調べる視診を行います。外側から見ても分からない部分については、肛門鏡という筒状の器具を挿入して観察します。

他にも、肛門の周囲に触れる触診や、肛門から指を入れて直接患部に触れる指診などを行います。

### ○肛門エコー検査

超音波を発する細い器具を肛門から挿入し、内部の状態を調べる検査です。膿がたまっている様子などを画像にして観察できるため、視覚的に分かりやすい方法です。

痔瘻が疑われる場合は、基本的に肛門エコーを実施します。外痔核と痔瘻のように視診だけでは見分けることが難しい痔をしつかり見極めるため、肛門エコーを実施し、血の塊と膿のたまりを区別します。

### ○下部消化管内視鏡検査（大腸カメラ）

レンズのついた細い器具である内視鏡を肛門から挿入し、主に大腸や小腸の一部を観察する検査です。出血量が多い方や、お尻ではなく腸の病気の可能性が考えられる方に対して行うことがあります。

### 【痔瘻】

痔瘻は、肛門内の歯状線の高さにある十数個の小さなくぼみに細菌などが入り込み、肛門腺という部分に細菌感染を起こして、膿がたまる感染症です。

肛門の周囲に膿がたまる状態が進行すると、膿を排出するために、瘻管と呼ばれる膿のトンネルのような管ができた状態を痔瘻と呼びます。

一度できてしまった瘻管は、膿を排出した後も体内に残るため、根本的な治療をするために手術が必要になります。

### 【切れ痔】

切れ痔は、肛門の皮膚部分である肛門上皮に傷がついて、痛みや出血などの症状が出る病気で、便秘や下痢などの排便異常が原因で起こることが多く、便秘をしやすい女性に多く見られます。

切れ痔は、発症してすぐに手術が必要になるというわけではありません。まずは、お尻を傷つける原因となった排便異常を知り、排便をコントロールすることが大切です。

切れ痔の傷は、基本的には自然に治るものですが、薬を使っても治療が難しい難治性の切れ痔については、手術の対象になることがあります。

## 症状

### 【痔核の症状】

内痔核は排便時に出血しますが、痛みはないことがほとんどです。ただし、肛門から脱出した内痔核が元に戻らなくなり、血栓や潰瘍、壊死、リンパ浮腫などをきたした状態は激しい痛みを伴います。

外痔核は排便時に肛門部で膨らみますが、痛みはあっても鈍痛です。しかし、静脈に血栓ができる（血栓性外痔核）、激しい痛みが起こります。

血栓性外痔核には通常、保存的治療を行います。血栓が大きく痛みが強い場合や出血が続く場合には外科的な切除も考慮します。

### 【痔瘻の症状】

肛門周囲膿瘍では、比較的急に肛門部の腫れ、痛み、発熱を生じます。膿瘍を切開して膿を出す（排膿）と、症状は速やかに改善します。

皮膚に近い肛門周囲膿瘍は腫れや痛みが分かりやすいですが、深い膿瘍（直腸周囲膿瘍や深部膿瘍）では症状が発熱や違和感だけで診断の難しい場合があります。

痔瘻になると、間歇的に肛門周囲が腫れるときに強い痛みを感じますが、持続

## 治療と予防

### 【痔核の治療】

症状があっても普段の生活に支障のない場合は、保存的治療を選択します。日常生活が制限される場合には手術的な治療法（手術、硬化療法など）を検討します。

排便時に肛門外に脱出する痔核が自然に戻らず指で押し戻す必要がある場合、指で戻してもすぐに脱出する場合は、根治するためには手術的な治療が必要です。

### 【痔瘻の治療】

肛門周囲膿瘍を切開排膿するだけで、痔瘻根治手術をせずに30〜50%は治癒すると報告されています。しかし、痔瘻の状態となり排膿を繰り返す場合は、膿の通り道である瘻管を切開して開放する手術や、瘻管を全て切除する手術などが検討されます。

### 【切れ痔の治療】

まず、便秘や下痢を改善する排便コントロールを行います。また外用薬（注入用軟膏）や、局所の血流を改善する内服薬を投与します。改善が見られない場合や、慢性裂肛になつて肛門ポリープやいぼ、肛門狭窄などを起こしてきた場合には、手術治療を考慮します。

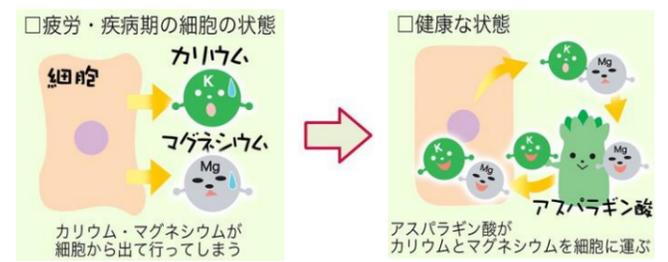
### 【予防】

排便習慣の改善が第一ですが、長距離運転や立ち仕事、デスクワークで長時間座り続けるなど肛門に負担をかける姿勢を避けることや、便通を整えること、肛門環境に留意することも大切です。

## エネルギー生成促進、疲労回復に「アスパラガス」



- 【作り方】**
- ① アスパラは根元が硬いので、根元辺りを手でしならせて折ります。
  - ② 鍋に水を適量、塩少々を入れ、沸騰したらアスパラを入れ1〜2分茹でます。冷水にとり水気を拭き取ります。
  - ③ 小鍋にAを入れひと煮立ちさせ、粗熱をとります。
  - ④ 保存容器にアスパラを入れ③を注ぎ、塩こんぶをのせます。冷蔵庫で1時間以上漬けたら完成♪



アスパラに含まれるアスパラギン酸が乱れた体調を整えてくれます

- アスパラの塩こんぶ漬け ●●●
- 【材料3〜4人分】**  
アスパラ・・・6本、唐辛子・・・2本分、塩こんぶ・・・10g、A 水・・・150cc、だしの素・・・小さじ2、塩・・・小さじ1/4、醤油・・・小さじ1

的に膿や血液が出ていると強い痛みはほとんどありません。穴の周囲がかぶれることがあります。

**【切れ痔の症状】**  
排便時に強い痛みと出血があります。通常、出血は紙に付く程度であり、多くはありません。

硬い便や下痢便では、排便時の痛みが強くなります。裂肛が慢性化して深くなると、排便後も数時間痛みが続くようになります。

**【痔瘻がん】**  
痔核・痔瘻・切れ痔はいずれも良性的病気ですが、慢性の炎症が10年以上続くと、深部痔瘻では肛門管のがんである痔瘻がんの合併が報告されています。

痔瘻がんは痔瘻の炎症が10年以上続いている人に肛門管のがんを認めた際にだけそのように呼ぶと決められています。

しかし、わずか1年間、3年間の炎症でも痔瘻がんと同様のがんを認めた深部痔瘻の例があるため注意が必要です。痔瘻がんになると人工肛門や命に関わることもあるため、深い痔瘻は早く診断・治療する方が好ましいです。