

令和6年6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	土	穴田	馮		岩井	竹谷			津村
2	日	休診(日直 津村)							新居
3	月	前田純	多田羅		岩井	前田純		岩井	竹崎
4	火	前田純	田代	佐尾山	岩井	佐尾山	田井	岩井	田井
5	水	隈元	多田羅	佐尾山	岩井	前田純	多田羅	岩井	多田羅
6	木	佐尾山	多田羅		岩井	佐尾山	藤原	岩井	次田
7	金	前田純	多田羅		岩井	佐尾山		岩井	安藤
8	土	前田純	隈元		岩井	馮			桑原
9	日	休診(日直 桑原)							上原
10	月	前田純	多田羅		岩井	前田純		岩井	竹崎
11	火	前田純	田代	佐尾山	岩井	佐尾山	田井	岩井	田井
12	水	隈元	多田羅	佐尾山	岩井	前田純	多田羅	岩井	多田羅
13	木	佐尾山	多田羅		岩井	佐尾山	藤原	岩井	次田
14	金	前田純	多田羅		岩井	前田純		岩井	福家
15	土	前田純	隈元		岩井	竹谷			桑原
16	日	休診(日直 桑原)							光井
17	月	前田純	多田羅		岩井	前田純		岩井	竹崎
18	火	前田純	田代	佐尾山	岩井	佐尾山	田井	岩井	田井
19	水	隈元	多田羅	佐尾山	岩井	前田純	多田羅	岩井	多田羅
20	木	佐尾山	多田羅		岩井	佐尾山	藤原	岩井	次田
21	金	前田純	多田羅		岩井	佐尾山		岩井	松川
22	土	前田純	隈元		岩井	馮			高橋重
23	日	休診(日直 高橋重)							阪梨
24	月	前田純			岩井	前田純		岩井	竹崎
25	火	前田純	田代	佐尾山	岩井	佐尾山	田井	岩井	田井
26	水	隈元	多田羅	佐尾山	岩井	前田純	多田羅	岩井	多田羅
27	木	佐尾山	多田羅		岩井	佐尾山	藤原	岩井	次田
28	金	前田隆/前田純	多田羅	佐尾山	岩井	佐尾山		岩井	福家
29	土	前田純	福家		岩井	竹谷			
30	日	休診(日直)							光井

※多田羅Dr. 5・12・19・26日の午後診は16:00~17:00、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	呼吸器内科	前田隆史
		田井裕樹 田代康平	呼吸器外科	佐尾山信夫
	消化器外科	隈元謙介 馮東萍	泌尿器科	多田羅潔
		藤原潤一 竹谷洋	小児科	岩井朝幸
		福家拓郎		



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

今月の一言



院長 前田純

皆さんこんにちは。6月の純心便りです。さて、6月からいわゆる生活週間病で診療させて頂いている患者様に血圧や血糖、体重などの目標値を書いた治療計画書をお渡ししているのですが、その中で「ダイエットして下さいね。」とか、「体重を減らして下さい。」などと説明させて頂いています。ただ、自分が太つてるのに患者様に「痩せて下さい。」などと言つてもあまり説得力がありませんので、最近、僕自身もダイエットをしております。そこで今回は僕個人のダイエットの方法について少し書かせてもらおうと思います。

からダイエットを始めます。僕のダイエット方法はとにかく炭水化物と糖質を摂らないようにする、という方法です。その代わりタンパク質や脂質はしっかり摂ります。具体的にはお米やパン、麺類は基本的に一口にせず、主食を豆腐に置き換えて、その分お肉をしっかりと食べる、というやり方です。(人によって合う合わないはありますので、全ての人におすすめるやり方ではありません。注意点としてこれをやるとかなり便秘気味になります。)

僕自身は6~7年前に90kg近く体重があったのですが、このやり方で、コロナ前には75kg程まで落としました。コロナ禍でいろいろ有るうちに生活習慣が戻ってしまいい、体重も戻ってしまいましたが、また頑張つて75kgぐらいまでは落としたいと思つています。4月からダイエットを始めて現在87~88kgぐらいになっています。引き続き頑張りたいと思つていますので、上手くいくかどうか、皆さん是非注目いただければと思います。

2024年 6月 第194号

トピックス

- 今月の一言………理事長
- ハートフル多聞台(仮称)起工式
- クロン病について
- 旬の素材で簡単料理

ハートフル多聞台(仮称)起工式

医療法人純心会では、神戸市垂水区にてハートフル多聞台(仮称)の起工式(地鎮祭)を行いました。ハートフル多聞台は、ユニット型老健(100床)、グループホーム(3ユニット)、小規模多機能型居宅介護事業所、デイケアセンター(定員50名)からなる複合施設です。

これまで神戸市元町でパルモア病院(周産期医療)を運営してきましたが、介護施設としては神戸市で初めての開設となります。



(仮称)ハートフル多聞台 新築工事 地鎮祭



クローン病とは

クローン病について



私たちの体には免疫系という防衛システムが備わっており、ウイルスや細菌などの異物を体内から追い出そうとします。

このときに異物の侵入部位等の腫れや痛み、発熱などの全身の免疫反応が起こります。この免疫反応を「炎症」と呼んでいます。

炎症は体にとって不可欠なものです。が、過剰に起こると体を傷つけることになりません。

過剰な炎症を引き起こす原因としては、細菌やウイルスなどの病原体による感染や、薬剤や化学薬品による刺激などが考えられます。

この過剰な炎症が腸に起こる病気を「炎症性腸疾患」といいます。

炎症性腸疾患のうち、感染性腸炎、薬剤性腸炎、虚血性腸炎、腸結核などでは、細菌や薬剤などの原因を特定できるため、原因を取り除く治療を行います。

しかし、炎症性腸疾患のなかには免疫反応が過剰に起こる原因がわからないものもあります。

クローン病はそのひとつで、自分に対して免疫反応が起こり、過剰な炎症が続いてしまう病気です。

治療

クローン病の治療としては、**内科治療（栄養療法や薬物療法など）**と**外科治療**があります。

内科治療が主体となることが多いですが、腸閉塞や穿孔、膿瘍などの合併症には外科治療が必要となります。

【**栄養療法・食事療法**】
内服薬による治療に加えて、**栄養療法**を行うことがあります。

脂肪の多い食品は控えて、**栄養剤**という高カロリー液体を飲んで**栄養を補う**ことにより、腸の炎症を抑え、**症状の改善が期待**できる方法です。

栄養療法の方法には、**栄養剤を経口摂取**するほか、専用のチューブを鼻から挿入して寝ている間に**栄養剤を摂取**する方法があります。また、**完全静脈栄養療法**という**静脈内にカテーテル**というやわらかい管を留置し、**直接、血管の太い中心静脈に栄養剤の輸液を投与**する方法があります。

腸管狭窄や穿孔、瘻孔などの**症状により食事療法が難しい重症の場合**や**食事療法が不十分なケース**で行われます。

直接、静脈に輸液を投与するため、**消化吸収**による腸管の負荷を軽減し、**腸管を安静**に保つことで**症状の改善が期待**できます。

症状が落ち着いてきたら、**バランスのよい食事**を取るようになります。一般的に、**腸への刺激を抑えるため脂肪分や食物繊維の少ない食**事を取るなどの**栄養指導**が行われます。

クローン病では、炎症を引き起こす体内物質が、通常よりも多く産生されると考えられています。

クローン病と似た病気で同じく原因不明なものに、**潰瘍性大腸炎**があります。クローン病では**口から肛門までのどの場所にも炎症が起こる可能性**があるのに対して、**潰瘍性大腸炎は大腸だけに**炎症が起きることが特徴です。

原因

クローン病の原因として、**遺伝的な要因**が関与するという説、**結核菌類似の細菌**や**麻疹ウイルス**による**感染症説**、**食事**の中の**何らかの成分が腸管粘膜に異常な反応をひきおこしている**という説、**腸管の微小な血管の血流障害**などが報告されてきましたが、**いずれもはっきりと証明されたものはありません**。

最近の研究では、**なんらかの遺伝的な素因**を背景として、**食事や腸内細菌**に対して腸に**潜んでいるリンパ球**などの免疫を担当する細胞が**過剰に反応**して**病気の発症、増悪**にいたると考えられています。



【薬物療法】

小腸や大腸、直腸、肛門などに生じた炎症を抑えるために、**抗炎症作用のある内服薬**を用いることが一般的です。

症状が悪化してきたら、より**強力に炎症を抑える作用のある、副腎皮質ステロイド**を使用します。

病気の状態によって**適切な薬剤は異なる**ため、**一人ひとりに合わせた薬剤の組み合わせ**を検討します。

また、クローン病は**再発を繰り返す**ことが多いため、**症状が改善しても再発を予防**するために**継続した薬物療法が必要**となります。

【外科治療】

高度の狭窄や穿孔、膿瘍などの合併症に対しては**外科治療**が行われます。その際には**腸管を**できるだけ**温存**するために、**小範囲の切除**や**狭窄形成術**などが行われます。

また**難治性痔瘻**などの**肛門病変**には**切開排膿**や**ドレナージ術**が行われます。適用が**限定**されますが**難治性痔瘻**には**ヒト体性幹細胞**を用いた**治療**も試みられています。

【内視鏡的治療】

クローン病の合併症のうち、**狭窄**に対しては、**内視鏡的に狭窄部を拡張**する**治療**が行われることもあります。



症状

クローン病は**口から肛門まで**全ての**消化器官に炎症**を引き起こす**可能性**があるため、**症状は人によって大きく異なる**ります。

しかし、クローン病の多くは**小腸や大腸に発症**するため、**小腸や大腸の粘膜**が**強いダメージ**を受けたり、**粘膜の一部**が**えぐれる**ような**潰瘍**が**形成**されたりすることで**腹痛**、**下痢**、**血便**などの**症状**を引き起こします。

また、**小腸や大腸での栄養吸収能力も低下**するため**症状が長引く**場合は**体重減少**などの**症状**を引き起こしたり、**発熱**、**貧血**、**だるさ**といった**全身症状**が見られたりすることも**少なくありません**。

さらに**重症な場合**には、**腸の壁に穴が開いたり**、**腸の壁が厚くなって腸が狭窄**したり、**膿の塊が形成**されたりすることもあります。また、**肛門部に痔瘻**をしばしば伴います。

そのほか、クローン病は**関節炎**や**虹彩炎**（目の炎症）、**皮疹**、**口内炎**などさまざまな**症状**を引き起こすことも知られています。

また、これらの**症状はいったん改善**しても**再発を繰り返す**ことが多いのも、クローン病の特徴の1つです。

検査

【血液検査】

クローン病では**小腸や大腸**などに**炎症**が生じ、**病変部**からは**じわじわと出血**が生じるため**貧血**が**引き起こ**されます。

そのため、クローン病が疑われるときは**体内の炎症や貧血の程度**などを調べるために**血液検査**を行うのが一般的です。また、クローン病と似た**症状**を引き起こす**大腸がん**などの**鑑別**を行うために、**腫瘍マーカーの有無**を調べることもあります。

【便検査】

クローン病では**小腸や大腸**に**形成**された**潰瘍**などから**出血**が生じます。血便が生じることが多いため、**便潜血検査**を行うことがあります。

また、**腹痛**や**下痢**、**血便**といった**症状**は、**腸管出血性大腸菌感染症**をはじめとした**感染性胃腸炎**でも生じることがあるため、**便の中に病原性を有する細菌が含まれていないか**を調べる**検査**を行うこともあります。

【画像検査】

X線検査やCT検査などを行うこともありますが、**大腸の内部**を詳しく観察するために**内視鏡検査**を行うことが一般的です。

抗酸化作用と骨粗しょう症のリスクを軽減「びわ」



●●● びわのコンポート ●●●

【作り方】

- ① びわを縦半分にカットし、種と中の渋皮を取り除き水洗いする ※煮崩れしないように外皮は剥かない
- ② 鍋にAとびわを入れ、落し蓋をして中火で熱する。
- ③ 沸騰したら少し火を弱めて、5分くらい煮る。
- ④ 火を止めレモン汁を入れてひと混ぜし、そのまま冷ます。
- ⑤ 冷めたらびわの外皮を剥き冷蔵庫で冷やせば完成♪
※アイスやヨーグルトに添えても美味しいですよ

【びわの葉エキスは薬用として】

昔からびわの葉は、**切り傷・火傷・皮膚炎・虫刺され・歯槽膿漏・口内炎・咳止め・胃もたれ**などの**症状**に効くとされています。びわの葉エキスの作り方は、乾燥させたびわの葉を数cmの大きさに切り、ピンの容器に入れてよく揉みます。そこに35度以上の焼酎を注ぎ密閉して暗所で保管します。2週間に1度位混ぜます。3~4ヶ月すれば茶色になるので葉を取り除けば完成です。

【材料3~4人分】

- びわ・・・小 25~30 個くらい、A 水・・・500cc、
- 白ワイン・・・大さじ 2、砂糖・・・大さじ 4~5、
- レモン汁・・・大さじ 1