

いてふ



7070-No.46 2021 3

Hofu Institute of Gastroenterology

診療・検査の予約制はじまりました
まもなくオンライン予約もはじまります

防府消化器病センター

日本人は胃腸が弱い

消化器・一般外科医師 宮崎 航

「日本人は胃腸が弱い」これはフジテレビ系「力の限りゴーゴー!!」という番組の企画でネプチューン、ゆずと寺岡呼人により制作され、2000年に発表された曲です。当時、学生であった私は、所謂胃腸が弱い子供であり、この曲がなぜか気に入りがよく口ずさんでいました。学生時代は、朝は必ずお腹が痛くなり、通学の電車の中でお腹が痛くならないか心配でした。過敏性腸症候群（IBS）だったのだと思います。

IBSの診断基準（Roma IV）は ●繰り返す腹痛 ●最近3ヶ月の間で、平均して1週間につき少なくとも1日以上占める ●下記の2項目以上の特徴を示す 1) 排便に関する 2) 排便頻度の変化に関連する 3) 便形状（外観）の変化に関連する です。

当時の私がもし患者として、今の自分の外来に来たとして、私はどんな治療や指導ができたかを考えてみようと思います。

まず、IBSはストレスに対する過剰応答が考えられます。ただし、通学、試験および部活動などなどストレス過多な生活しているのに、「ストレスを感じないようにしましょう。」と当時の私に言ったところで、何を言っているだと言われておしまいでしょう。

次に、IBSは腸内細菌叢の異常が病態との関連が論じられており、整腸剤の処方に関しては、納得してもらえる気がします。

最後は、運動療法、食事療法についてですが、運動は部活動をしていましたが、強度が強くなるストレスの原因として考えられるため、それとは別に強度の低い、ウォーキングやヨガを提案しますが、忙しくて実施は難しいかもしれません。食事は、過敏性腸症候群では健常人と比較して炭水化物を多く含む食物で症状を誘発しやすいとの報告があるので、体重を増やすために大量に食べていた白米に制限をかけるよう提案してみようと思います。

昔の自分が素直に聞いてくれるかわかりませんが、少しは症状を緩和できるのではないのでしょうか。

さて、今もこの原稿の締切でお腹が痛くなってきました。症状改善のために次に原稿依頼があったら断ろうと思います。

最後になりますが、過敏性腸症候群は、その他の病気が否定されていることが重要なので、症状でお悩みの方は専門医にご相談ください。



Message from our Director

膵臓がん早期発見のために

病院長 三浦 修

我が国における膵臓がん死亡数は、2020年のがん死亡予測で、肺、大腸、胃に引き続き第4位の36,700人となっており、近年急速に増加しているがんといえます。膵臓がんが発生しても早期の間はなかなか症状が出にくく、予後改善のためには出来るだけ早い時期に診断することが重要です。

膵臓がんについては、血縁のある家族に膵臓がんになった人がいること、糖尿病や慢性膵炎、膵管内乳頭粘液性腫瘍（IPMN）にかかっていること、喫煙、大量飲酒、肥満などが、膵臓がんを発生するリスクを高めることがわかっています。

膵臓がんの特化した検診はありませんが、通常の検診や人間ドッグの中で、血液検査や腫瘍マーカーの異常、あるいは腹部超音波検査での膵管の限局的狭窄、膵管拡張、膵嚢胞性病変などをきっかけに、CT検査やMRI（核磁気共鳴画像）検

査、さらにERCP（内視鏡的逆行性胆管膵管造影）検査、PET（ポジトロン画像）検査、EUS（超音波内視鏡）検査など、膵臓がん早期診断へのルートが開けることになります。

尾道方式といわれる尾道市で行われている膵臓がん早期診断プロジェクトは、病診連携システムを活用して現場の意識を高め、とくに膵臓がんの危機因子を持つ方の検査、受診の頻度を増やすことで、Stage0, Iを含む早期診断数の増加とそれに伴った5年生存率の改善（全国平均の3倍近く）実績上げています。膵臓がん早期診断という確固たる意識を、病院医師だけでなく日常診療されている先生方、看護師さん、画像検査や血液検査に関わっている検査技師の方々、患者さんご自身やご家族など、皆が常に共有していくことで、根治可能な膵臓がんになり立ち向かって行けるのではないのでしょうか。

第2回 感染制御研修会を終えて

感染制御チーム 看護師 案野 加代子

11月に続き COVID-19 についての感染対策から薬物療法についての研修会が開催されました。

新型コロナウイルスは感染したとしても症状が出ないケースが多いことが分かっている為気付かないうちに周囲に感染を広げているケースも多々あり油断は禁物です。

感染経路の中心は飛沫感染や接触感染です。医療の現場では、検査や処置の際にエアロゾルが発生することで感染する可能性も指摘されており、感染予防はとて大切な事です。

今、私たち一人ひとりにできる感染対策（マスク着



用・手指衛生・標準予防策・環境衛生・飲食時の会話厳禁・換気）を今後も励行していくことが重要である事を改めて感じました。

また、新型コロナウイルスのワクチン予防接種が日本国内でも、医療従事者を対象に始まりました。発症を予防する効果があると報告されているようですが、接種後に十分な免疫ができるのは、2回目接種後7日以降経過してからと言われています。副作用や予防効果、免疫の持続期間についてはまだ評価されていないことで不安はありますが、その反面期待もあります。ワクチンの安全性が確立し、多くの人にワクチン接種が実施され安心して普通の生活を送れる日々が取り戻せるように今できる感染対策をとっていきましょう。

栄養管理科の紹介

栄養管理科主任 尾村 祐未子

現在、栄養管理科は二人体制で業務を行っています。業務内容は主に栄養食事指導、入院患者様を対象とした栄養管理や食欲不振や摂食嚥下状態に応じた食事調整・多職種とのカンファレンスなどがあります。毎日ベッドサイド訪問を行い、食事の形態が合っているかの確認や食事摂取量・食事相談などから必要に応じて個別対応を行っています。

食事は治療の一環であると共に楽しみの一つとなるような食事提供を心掛けています。



生姜の効いたポカポカスープ

【材料（2人分）】

鶏もも肉……100g	玉葱…1/4個
ニラ………1/3束	生姜…1/2かけ
ごま油………小さじ1	水…500ml
鶏ガラスープの素・ 小さじ2	塩…少々

【作り方】

1. 鶏もも肉は皮をとり一口大に切る。
玉葱は薄くスライス、ニラは3cm幅に切り、生姜は千切りにする。
2. 鍋にごま油を熱し、①の鶏もも肉に焼き色がつくまで焼く。
3. ②に水を入れ、煮立ったら鶏ガラスープの素、塩、玉葱、生姜を入れる。
火が通ったらニラを入れてひと煮たちさせる。

Renkei

地域連携室より ～自動精算機について～

2月22日より受付前フロアに自動精算機を設置しています。

自動精算機での支払いは、診察券が必要です。診察終了後受付窓口にてファイルを提出して頂き、会計表示が出るまでにお手元にご準備頂きますようお願い致します。

当面の間、受付前フロアにて係の者がご案内をさせていただきますので、ご不明な点等ございましたらお気軽にお声掛け下さい。地域の皆様に選んで頂ける病院を目指して、今後も努めて参りますので宜しくお願い致します。

3月の診療表

外来診療予定表							
	診察室	月	火	水	木	金	土
午前	1診	藤原 9:00~	三浦	三浦	藤原 9:00~	三浦	-
	2診	-	-	-	-	-	-
	3診	三浦	竹尾	竹尾	竹尾 9:00~	-	交代制
	5診	生形	宮崎	生形	好中/竹元/ 望月(交代)	生形	交代制
	6診	-	-	-	宮崎	-	-
	肛門外科	-	-	-	-	竹尾(再診)	-
午後	1診	生形(※1)	-	宮崎(※1)	-	-	休診
	肛門外科	竹尾	-	-	-	日高(※2)	休診
診療日時			受付時間		診療時間		
平日	午前		8:00~11:00		8:30~		
	午後(月・水)		13:30~16:30		14:00~		
土曜日	午前		8:00~11:00		8:30~		

※1 都合により代診になる場合があります。

※2 肛門外科：12:30より初診・再診の外来診療を行っております。14:00以降は手術や処置が入ることがございます。お問い合わせください。

土曜日の診療に関しましては、交代制となっております。土曜日の診療予定は受付前に掲示しております。出張等で担当医が不在の場合もございますので、受付またはお電話にてお問い合わせください。

Access



一般財団法人 防府消化器病センター

山口県防府市駅南町 14-33
 TEL : 0835-22-3339 (代表)
 H P : <https://www.hofu-icho.or.jp>



交通機関のご案内

- 【電車】 JR 防府駅よりバス 2 分 (防府市役所前下車)
 または JR 防府駅より徒歩 10 分
- 【バス】 防府市役所前下車
- 【お車】 山陽自動車道 防府東もしくは防府西インターから 10 分

Editorial Note

三寒四温と申しますが、今年あまりに乱高下。体調管理に気が抜けません。3月といえば桃の節句。最近男女共同参画で、桃の節句も共に祝うことになるのでしょうか。お内裏様がおられますから、もともと共同参画といえば穏やかにまとまります。表紙のお花は、新型コロナウイルス感染症に立ち向かう医療従事者への感謝の思いとして、山口県花卉園芸推進協会様からお届けいただきました。山口県飲食業生活衛生同業組合様よりお弁当もお届けいただきました。心より御礼申し上げます。事務局長 栗林左知