



当院は平成11年より(財)日本医療機能評価機構の認定を受けております。

日本医療機能評価機構

- ESD(内視鏡的粘膜下層剥離術)とは?
- 腰痛に対するリハビリテーション
- お薬と食べ物の飲み合わせ
- 観桜会のお知らせ
- 看護日誌
- 診療日カレンダー
- 名誉院長の炫き ●医師紹介
- お知らせコーナー ●クロスワード

ESD(内視鏡的粘膜下層剥離術)とは?



従来、癌の観血的な治療法としては手術加療のみが最善の治療法として考えられていました。しかし現在、医学

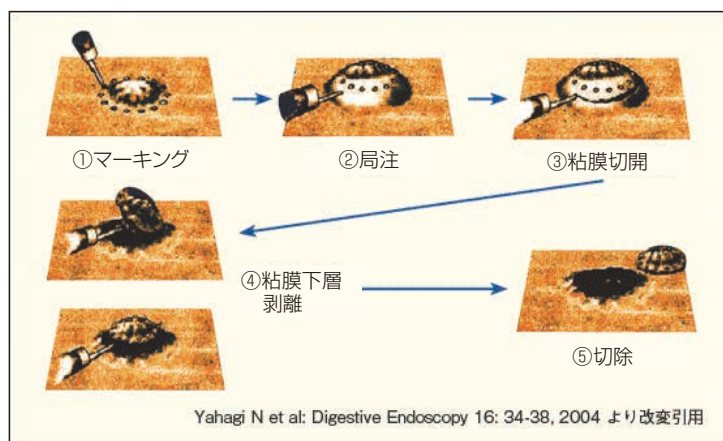
の発展、検診・人間ドック等の普及により病変の早期発見が可能になってきました。さらに、医学の進歩に伴い平均寿命の延長を認め高齢の患者様が増えているという事もあり、患者様の負担を減らす低侵襲の治療がすすめられています。そこで、全ての症例に対してでは有りませんが早期の癌の場合には内視鏡的治療(胃カメラ、大腸カメラ)が積極的に施行されるようになってきました。その一つとしてESD(内視鏡的粘膜下層剥離術)が挙げられます。

ESD(内視鏡的粘膜下層剥離術)とは早期癌に対して手術加

療では無く内視鏡的に一括切除を行うという治療法です。具体的には消化管の構造(胃、大腸)というのは粘膜、粘膜下層、固有筋層、漿膜の4層構造になっており、癌の進行が粘膜下層までに留まっている場合は内視鏡的に粘膜下層を筋層より剥離し切除するというものです。当院では食道、胃、大腸に対して幅広くESD施行可能です。

勿論、手術に比べて利点ばかりでは無く、内視鏡治療をした結果、癌の浸潤が高度である場合には追加で手術加療が必要になる事もあります。また、内視鏡治療の中でも高度な技術を用いますので、安全には十分に注意し施行しておりますが処置に伴う合併症(出血、消化管穿孔等)も無いわけではありません。個々の症例に応じて内視鏡治療の適応を見極め安全に施行しております。

当院では消化器センターをつくっており、外科・内科の医師、内視鏡専門の看護師、検査技師とともに協力して日々、内視鏡治療を行っています。内視鏡治療に関して、何かお困りの事や質問等ありましたら御相談下さい。



外科医師 塩津 聡一

腰痛に対するリハビリテーション



平成25年国民生活基礎調査によると、病気やけが等で自覚症状がある人で、腰痛は、男性で第1位、女性は「肩こり」に次いで第2位でした。

一生のうち84%の人が腰痛を経験するといった報告もあり、腰痛を抱える人は非常に多くいらっしゃいます。その腰痛の原因について、

腰部脊柱管狭窄症や圧迫骨折など原因が特定できる“特異的腰痛”に関しては、腰痛全体の中の15%のみで、85%もの大多数の腰痛が、原因が特定しきれない“非特異的腰痛”であります。

そもそもなぜ腰痛が引き起こされるかというと、腰というのは、背骨1本しか存在せず、非常に不安定な構造をしています。お猿さんが四足歩行をしていたときは、背骨というのは上半身と下半身を

繋ぐ梁の役割をしていたのですが、とあるお猿さんが2足歩行をしたために、腰に負担がかかるようになってしまったのです。だからといって四足歩行をするわけにはいかないので、なんとか腰痛を減らす方法を考えていかなければいけません。

腰痛を引き起こすパターンにも色々ありますが、例えば、身体を前屈していくときに、ももの裏の筋肉が硬いと、股関節が動かず、腰だけが曲がってしまいます。このような前屈の仕方をしていると、日常生活の中で、腰だけを動かしてしまい、腰痛を引き起こします。そこで、ももの裏の筋肉を柔らかくするストレッチを1つご紹介します。椅子に少し浅く腰かけて、どちらかの足を伸ばします。そこから、背骨を伸ばした状態で、前に倒します。すると、ももの裏の筋肉が伸びているのがわかると思います。

この度は、一例をお伝えしましたが、腰痛を引き起こすパターンは色々ありますので、リハビリテーション科では個別に身体を評価し、プログラムを設定しています。腰痛でお悩みの方は是非、整形外科を受診してみてください。

リハビリテーション科 理学療法士 片浦 聡司



～お薬と食べ物の飲み合わせ～

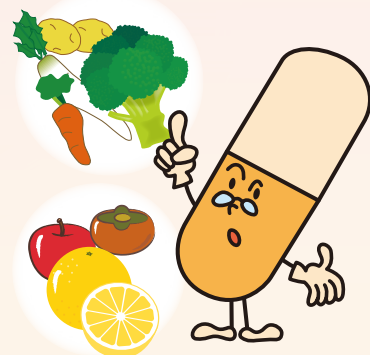
薬剤部 山口 徹郎

鰻と梅干、てんぷらとスイカ、カニと柿など先人の知恵と経験による『食べ合わせ』というものがあります。薬と食べ物にも『飲み合わせ』というものがあることをご存知でしょうか。飲み合わせが悪い薬と食べ物を摂取すると、薬の効果が強く出過ぎてしまい思わぬ副作用が出てしまったり、はたまた薬の効果が弱くなってしまい、期待した薬の効果が発揮されなかったりする場合があります。

例えば、ビタミンKあるいはビタミンKを多く含む食品（納豆やブロッコリー、モロヘイヤなどの緑色野菜、クロレラなどの健康食品など）を摂取すると、抗血栓薬であるワルファリンの効果が弱くなってしまいます。ワルファリンの抗血栓効果は、一連の血液が固まる反応において、その一因であるビタミンKの働きを阻害することによってもたらされており、食べ物からビタミンKが供給されることによって拮抗的にワルファリンの効力が弱くなることに起因する現象です。

もうひとつ有名な例はグレープフルーツジュースの同時摂取により、血圧を下げる薬の一種であるジヒドロピリジン系カルシウム拮抗薬の血液中の量が上昇して、血圧を下げる効果が強く出てしまうことがあります。この場合は、小腸粘膜上の薬物を代謝する酵素の活性をグレープフルーツジュースに含まれる苦味成分であるフラノクマリン誘導体というものが不可逆的かつ強力に阻害してしまうことによるものであることがわかっています。

薬と食べ物の飲み合わせは多種多様で複雑です。疑問などがありましたらお気軽にかかりつけ薬剤師などにお尋ね下さい。



UCC
Good Coffee Smile

ブラック無糖は、UCC。

BLACK
無糖

観桜会開催の 第16回 お知らせ

第16回



4月1日(金)、当院リハビリ公園にて観桜会を開催いたします。今年で16回目となる観桜会ですが、入院・外来患者様やご家族、地域の方々と病院関係者が交流を図る良い機会となっております。フランクフルトやおでん、お団子など屋台も出る予定です。美味しいものを食べながら綺麗な桜を観てのんびり和やかなひとときを過ごしませんか?詳細が決まりましたら院内掲示でお知らせいたします。皆様お誘い合わせの上お越し下さい。



看護日誌

健康管理センター師長 浅井 敦子

人間ドック学会の目指す人間ドックの目標は以下の4項目です。

1. 社会の期待にこたえる内容を持たなければならない
2. 早期発見に限らず、1次予防にも配慮し受診者と共に考え実践する
3. 検査のみの健診機関ではなく、人々の健康と幸せを支援する保健医療機関である
4. その地域での予防医学のリーダーである。社会貢献の役割を自覚しなければならない

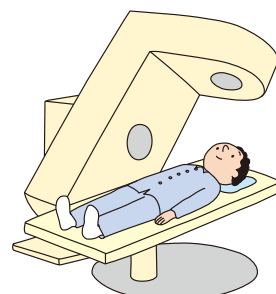
当ドックの主な特徴として<全員対象の検査前の問診><1次予防を目的とした生活相談>があります。問診では安全に検査が受けられるように、内服薬・既往歴・自覚症状の有無などが記入された問診票をもとに面談をしています。特に初回の方は、緊張感が表情から読み取れる事もあり、安心してドックを受けてもらえるように笑顔の対応やわかりやすい説明を心がけています。又、必要な検査の勧めや、前年度の結果と一緒に見直しオプションを勧めます。

ドック中に外来受診を希望される方については、他科の協力を得て受診してもらっています。外科外来では結果によって当日の受診や精密検査が出来る体制を作っています。このように早期の対応は受診者に喜ばれています。

また、生活相談では、日頃の生活習慣を振り返ってもらい自己の問題点に気付けるようにアドバイスしていきます。医師の結果説明だけでは不足しがちなその方のライフスタイルに合わせた改善方法を一緒に考え、何をするか自分で決めることや目標を共有する事が次のステップにつながります。

最後にドック終了後のフォローアップも大切な役割です。結果についての質問や相談があれば看護師が対応し記録に残しています。又、悪性疾患の疑いのある受診者には早急に電話連絡を行います。

皆様の健康と幸せを支援する保健医療機関であり続けるために、私達スタッフは日々頑張っています。



診療日カレンダー

3月

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

4月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

5月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

：休診日

年に一度は脳の総合的な健康診断を!!

神戸百年記念病院 脳ドック

脳血管障害(脳出血・脳硬塞)の 予防・早期発見!

検査内容:脳MRI・心電図・血液検査・胸部X線・一般計測・問診等

検査費用:33,000円(税別) 検査時間:月曜～金曜の午前中で実施

お申込みは
ドック予約
係へ



TEL:078-652-4163

予約受付時間:月～金:9時～16時半
土(第二・第四)9時～12時



名誉院長 の 呟き

火山の噴火、地震、津波と地球上の至る所で自然災害に襲われ、被害が出ておりますが、地球の中心にあるマグマを持つ生命体の結果と考えれば、全く無機質な太陽系の他の天体と比較すれば、有難いことかも知れません。米国に留学していた時に、世界で最初の国立公園になったイエローストーンをドライブ観光したことがあります。ワイオミング、モンタナ、アイダホ州にまたがり、山梨県の2倍の広さです。1時間毎に50mの高さに吹上げる間欠泉、全長24km、深さ300mの峡谷、その断崖に硫黄で黄色く染まった岩から落下する滝等が見られます。野生動物も多く、中でも観光に訪れる昔のアメリカ車にのしかかる様に行く手を遮る熊に出逢い驚きました。車の三角窓から角砂糖を投げると、のっしのっしとゆっくり拾いに行き、やれやれと車を動かすと、200m程先にまた別の熊が待ち構えているという有様でした。イエローストーン公園の南には西部劇のシェーンの最後の場面の背景となったグランド・ティートンという湖を前景にした美しい山があり、素晴らしい思い出であります。有機体の生命を持つ地球と上手に付き合って、楽しい人生を送りたいと願っています。

医師 紹介



平成27年4月より初期臨床研修をさせて頂いています。まだまだ未熟者で至らない点多々あると思いますが、患者様お一人お一人や職場の皆様、自分自身に対して、何事も誠実に対応していけたらと考えております。どうぞよろしくお願い致します。

臨床研修医 酒井 咲紀

お知らせ コーナー

糖尿病教室 午後3時30分～ 場所:本館3階ロビー

3月25日(金)
シックデイと低血糖について
～シックデイ(病気の日)対策～

☆参加費用は無料です。どなたでもご自由にご参加ください。

ミニコンサート 午後4時～ 場所:本館1階ロビー

3月24日(木) コーラスコンサート

出演:みさきコーラス

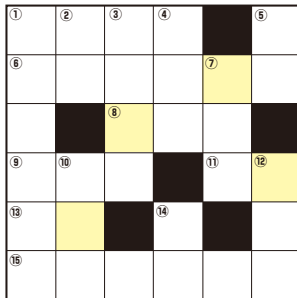
4月27日(水) ひだまりコンサート 出演:大塚弥生 堂本澄子
どなたでもご自由にお越しください。

コンサートの日程は都合により変更になる場合がございますのでご了承下さい。

Quiz

クロスワード パズル

タテのカギ、ヨコのカギをヒントに四角の中にカタカナを入れ、黄色のマスの文字を使って4文字を答えて下さい。



※冬籠りの虫が暖かさを感じて這い出る頃。

答え



応募締切り

平成28年3月31日

(消印有効)

前回の答えは「日進月歩」でした。多数のご応募をいただきありがとうございました。今回もふるってご応募ください。

タテの鍵

- ① 酸素の通り道の閉塞を予防し、窒息しないよう呼吸管理を行うための処置
 - ② この魚の子供(卵巣の塩漬け)はオニギリの具にすると美味しい!
 - ③ 改まったかたちで人に会うこと
 - ④ 結婚を希望する男女が、第三者の仲介によって対面すること
 - ⑤ バレーボールでセッターがアタッカーに上げるもの
 - ⑦ JR東日本のSuica、JR西日本の〇〇〇
 - ⑩ 顔しかめる程の・・・精神的・・・
- あまり味わいたくないものです
- ⑫ 「永遠のゼロ」映画化で有名になった鹿児島県の地名
 - ⑭ 酸素を体内に取り込むところ

ヨコの鍵

- ① 岩手県、宮城県、青森県の辺りにある〇〇〇〇山地
- ⑥ 固体二酸化炭素のこと
- ⑧ 広く芸道に共通して使われる、主に練習を指す言葉
- ⑨ 守るべきものとしてその家に伝わる戒めや教え
- ⑪ 負けの反対
- ⑬ 足を包む形の履物
- ⑮ 加齢によって目立ってきます



編集後記

花の季節も梅から桃になりもうすぐ桜のシーズンです。春が待ち遠しいですね。今年はインフルエンザの流行が遅れているため春先まで注意が必要になっています。花粉症とあわせてお体を大切になさってください。

医療法人社団 顕鐘会
神戸百年記念病院 すこやか編集部

編集責任者 西岡 昭彦
〒652-0855 神戸市兵庫区御崎町1-9-1
TEL (078)681-6111(代)
FAX (078)681-6118
<http://www.kobe-century-mh.or.jp/>



PCサイト



スマートフォンサイト



ホテルオークラの伝統が息づくおもてなしで、上質なひとときを

みなと神戸のランドマーク

ご宿泊をはじめ、各種宴会、レストランでご利用いただけるさまざまなプランをご用意いたしております。いろいろなお集まりにご利用ください。

施設概要

◎客室数/475室 ◎宴会場/ 大小合わせて15会場 ◎レストラン/6店 ◎バー/1店 他

ホテルオークラ 神戸

〒650-8560 神戸市中央区波止場町2番1号
<http://www.kobe.hotelokura.co.jp>

TEL.078-333-0111

Hotel Okura
Kobe