

蓮田病院広報

第25号 1月号

このたびの東日本
大震災により被災され
た方々、ご家族の皆さま
に心より
お見舞い申し上げます。
蓮田病院職員一同

日本はひとつ

蓮田病院理念

“思いやりのある やさしい医療”
“最新の高度医療”

発行：蓮田病院広報部
連絡先：048-766-8111 蓮田病院総務課
発行日：平成25年1月4日



心筋梗塞

循環器内科医長
那須学



日本人の3大死因といえばご存知のとおり「がん」「心疾患」「脳血管疾患」で、心疾患のほとんどが血管疾患ということを見ると「多くの人はがんか血管病で死ぬ」と言っても過言ではありません。ところが、世の中で「がん検診」を受ける人が多いのに、「血管検診」という言葉すらありません。これはおかしいことではないでしょうか？

血管病の危険因子は「高血圧・脂質異常・糖尿病・腎機能障害・肥満・加齢・性別(男性)・遺伝」などがあります。どの危険因子も重要ですが、例えば糖尿病の人は5人に1人が7年以内に心筋梗塞を起こし、心筋梗塞を起こしたことがある人も同じで、糖尿病があり心筋梗塞を起こしたことがある人に限ると7年以内に約半数が2度目の心筋梗塞を起こすと言われています。ちなみに心筋梗塞の死亡率は緊急治療を受けることができれば10%以下ですが、緊急治療を受けられなかった人に限ると3割程度の方が亡くなる病気です。

こうしたことを踏まえると、危険因子をもつ方や実際にすでに血管病を体験した方は、定期的にキチンと血管病の有無や危険因子のコントロールが十分かについて主治医に相談することが必要だと思います。血管疾患は「老化現象」なので止められませんが、早期にしっかりと調べ、特に「危険因子」の予防的な治療をしておくことで、未長く健康な暮らしができると思います。

ごあいさつ



歯科口腔外科
副院長 秋月弘道

新年明けましておめでとうございます。
本年も良い年でありますよう、お祈り申し上げます。

「吸ひこまれさうな空から蜜柑もぐ」 山田幸代

この季節、蓮田の街を歩くと、澄みきった青空に鮮やかな橙黄色の柑橘類の実が目映えます。スーパーや果物屋には山積み、たくさんのみかんが見られます。正月休みは、炬燵で暖まり、みかんの甘酸っぱい冷たい果汁が楽しめる。

「元日のこたつ みかんと生あくび」 鈴木実

冬の代表的な果物「みかん」。栄養価が高く、特に豊富に含まれているビタミンCは、コラーゲンの生成を促し、しわやシミを予防する働きがあり、肌・皮膚を若々しく保ちたい方におすすめの栄養素です。加えて、ウイルスや細菌に対する抵抗力をつけ風邪の予防、近年ガンを予防する栄養素としても注目されています。また、鉄分を吸収しやすく、疲れやストレスを感じている人、運動量の多い人積極的に摂りたい栄養素です。さらに成長促進作用のあるビタミンAやB群、むくみの改善、利尿作用があるカリウム、便秘を改善し大腸ガンを予防する食物繊維といった体に有益な成分を多く含んでいます。特にみかんの白いすじには食物繊維が豊富で、なるべく取り除かず食べるのがお勧めです。みかんをたくさん食べると手が黄色くなる場合がありますが、なぜでしょうか？みかんの橙色はβ-クリプトキサンチンというカロテノイド色素によるもので、この色素は体内に入ると脂肪酸と結合して脂肪酸エステルになり、皮下の脂肪組織に蓄積されます。手のひらには皮下脂肪が多く、目に付きやすいので気づきますが、実は手のひらだけでなく足の裏や臓器など脂肪があるところは、黄色くなるといわれています。また同じ量のみかんを食べていても手などが黄色くなる傾向は赤ちゃんや女性、高齢者に見られやすく、脂肪の量やホルモンの関係で、男性の場合は女性より黄色くなりにくいそうです。また、黄色くなくても、健康には問題がなく、みかんを食べるのを一時的に抑えれば、元に戻るそうです。みかんは高い健康効果が期待でき味覚も楽しめますが、体を冷やす作用もあるので、食べ過ぎには注意が必要です。



心臓検査について

診療技術部 野村秀行



心臓の検査には、様々ありますが、今回は、虚血性心疾患についての検査を紹介します。虚血性心疾患には心筋梗塞・狭心症があります。心筋梗塞では、検査は緊急を要します。

最初に行う検査は心電図検査や採血を行います。心筋梗塞の場合、異常が検出され診断がつかず。また、心臓超音波検査を行うことで、動脈が栄養を与えていた心筋は詰まることで動かなくなる為、検査を行うことで分かります。その後、心臓カテーテル検査を行うことでどの冠動脈(心臓に酸素や栄養を送っている血管)が詰まっているか調べ、詰まっている血管の治療を行います。狭心症は、安静時の心電図検査で異常がなく運動時に起きますので、検査では運動をしていただきます。運動負荷心電図で運動時の心電図を調べます。また、夜中や明け方などで発作が起こる方の場合、ホルター心電図検査にて心電図を記録し、医師が診断します。心電図検査だけでは、冠動脈のどこで狭窄を起こしているか判断できないため、心臓超音波検査や心臓カテーテル検査を行い、より詳しく調べる必要があります。これらの結果により医師が治療方針を決めていきます。心臓に圧迫感・動悸を感じる方だけでなく健康と思っている方も動脈硬化の評価の為に、一度検査を受けてみてはいかがでしょうか。

耳鼻咽喉科

耳鼻咽喉科といえば中耳炎、花粉症、扁桃炎などの病気が思い浮かぶ方が多いことと思います。特に多い病気といえば、スギ花粉症です。花粉症の患者さんは年々増加の一途をたどり、現在日本人のほぼ3人に1人の割合で花粉症の方がいるまでになっております。

平成25年春のスギ花粉は少なかった24年よりかなり量が多いと予想されています。花粉症の薬は症状が出てからあわてて飲んだのでは効果が薄れます。くしゃみや鼻水などが本格的になる1週間先に抗アレルギー薬を飲んでおくと、症状が出てから内服するより薬の効果が上がります。

埼玉県では花粉が本格的に飛散するのは例年2月の第4週です。年によってスギ花粉の飛散開始時期は若干のずれがあります。報道される花粉情報を参考にして頂き、早めの受診をお勧めします。

耳鼻咽喉科で扱う病気の範囲は案外幅が広いことをご存知でしょうか。頸(鎖骨)から上にある臓器のうち、脳、脊髄、眼球、歯を除いた部分が全て耳鼻科咽喉科の守備範囲です。例えば、こんな症状が耳鼻咽喉科の治療の対象になります。

《耳の病気》

- ぐるぐる回転するめまい ⇨ 8割方は耳の一番奥の内耳に病気があります。
- 朝起きたら片目が閉じない ⇨ 顔面神経麻痺。耳の骨の中を通る顔面神経の炎症が原因の場合が大部分です。

《鼻の病気》

- 脳外科では異常ないといわれたが、頭が重いのが1ヶ月以上続く
- 内科の風邪薬を飲んでいるが1ヶ月以上たってもものどがすっきりしない
- 歯が痛い歯科では異常がないといわれた
⇨ これらは全て副鼻腔炎(いわゆる蓄膿症)でおこる可能性がある症状です。
- 喘息が内科で治療しても改善しにくい
⇨ 合併する鼻アレルギーの治療を行うと改善する場合があります。



《のどの病気》

- 夜間寝付いてもすぐ目が覚めてしまう。睡眠薬を飲んでも症状が改善しない
⇨ のどが狭いため夜間呼吸が止まり呼吸困難のため目が覚める睡眠時無呼吸症候群が隠れている可能性があります。
- 内科の血圧の薬をのんでもなかなか血圧が下がらない
⇨ これも睡眠時無呼吸症候群があるとおこることがあります。
- 食事はのどを通るが、何となくのどが詰った感じがする
⇨ 逆流性食道炎の場合が結構多いです。唾液の分泌が少ない方はこの症状が起り易いです。

《頸の病気》

- 頸のしこりを感じたとき ⇨ 頸の手術は耳鼻科で扱う分野です。甲状腺腫瘍、耳下腺腫瘍など。

もちろんこれらの症状が耳鼻科だけでは解決できない場合もあります。関連する他の科の先生方と協力して治療をするよう心がけておりますので、まずは耳鼻咽喉科にご相談ください。

耳鼻咽喉科部長 合津和央



◆ 新採用医師のご紹介 ◆



腎センター 松井亜男

11月より常勤医となりました。蓮田病院の一員になれたことは幸せですが、むしろ責任を感じています。よろしくお願いします。

11月16日付け

編集後記

新年明けましておめでとうございます。お正月と言えば門松を飾ります。松竹梅はおめでたい象徴とされていますが、日本には平安時代に中国から伝わったそうです。冬の寒さの中でも緑を保つ松は長寿命、雪の重さにも負けずすくっと生える竹は成長力、寒さの中で咲かせる梅は生命力を捧げる賛辞で、中国では清廉潔白の喩えであるそうです。身体の芯から凍える冬の寒さに耐えながら、梅の花の咲く季節を楽しみに待ちたいものです。

広報委員 岩崎真由美

キャンドルサービス

12月18日に当院の正面玄関1階ロビーにて、毎年恒例のキャンドルサービスが行われました。さいたま市大宮音楽会協会の方を招いてのクリスマスコンサートやサンタクロースに扮した医師と職員で病室を訪れ、『メリークリスマス』の声と共に患者さまお一人おひとりにプレゼントを届けました。



蓮田病院公開講座のお知らせ

日時：平成25年2月1日(金) 14:00~15:10

場所：蓮田病院C棟6階 談話室

内容：1. 脂質異常症とは

総合診療科医師(山形健一)

2. 脂質異常症の食事療法について

管理栄養士(大野泰行)

参加費：無料

問い合わせ：蓮田病院 病診連携室 Tel 048-766-3660