

# 蓮田病院広報

第29号 10・11月号

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10月1日



## 新しい胃がん検診について

総合診療科  
浜田節雄



日本人のがんの死因のうち、現在胃がんは第2位です。(ちなみに第1位は肺がん)  
しかし、胃がん検診を受けた人々は受けなかった人々と比べ、胃がん死亡の危険性は半分位まで減っています。  
現在まで、胃がんの検診には胃バリウム検査や胃内視鏡検査が行われてきました。  
最近、血液検査でピロリ菌の感染の有無と胃粘膜の萎縮の程度を調べ、その組み合わせによってどの程度胃がんになりやすいか、なりにくいかを判断する検査法が注目されています。  
胃がんにはピロリ菌感染が深くかかわっていて、胃がんになる危険性は感染したことの無い人の約10倍とされています。ピロリ菌感染によって胃粘膜の萎縮が進むほど、胃がんが発生しやすくなります。また胃粘膜が萎縮するとペプシノゲンという物質の分泌量が減少します。この血液中のペプシノゲンの濃度が基準値以下の人は基準値内の人と比べ6~9倍胃がんになりやすいとされています。ピロリ菌に感染していなくて、ペプシノゲンの濃度が基準値内の人は胃がんになりにくい訳です。  
このピロリ菌の感染の有無と血液中のペプシノゲンの濃度は1回の血液検査でわかります。その結果胃がんになりやすい程度がわかりますので、内視鏡検査が必要かどうか、又適切な間隔も決まってきます。またピロリ菌に感染していても薬で除菌できる可能性が高いので医師にご相談下さい。

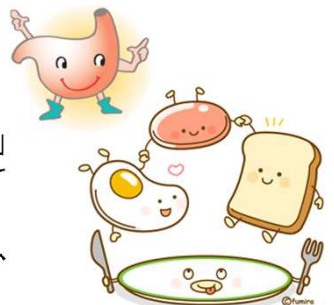


## 胃に優しい食事は常温!?

看護部 澤野磨奈美



今年の夏も酷暑でしたね。こまめに水分を摂っていたという方も多かったのではないのでしょうか。  
「暑い日には冷たい飲み物」と思いがちですが、最近は、「常温」の飲み物を持ち歩く人が増えているそうです。理由には「冷えているとペットボトルについた水滴で、鞆の中が濡れる」「常温のほうが身体に優しい気がする」といったことがあげられていました。たしかに、冷たすぎたり熱すぎたり、辛すぎものなど「度」を超えたものは胃に負担を与えます。「常温のビール」には賛否が分かれるところですが(?)、「胃に優しい食事」を考える際には、味付けだけでなく温度にも気を配りたいものですね。



## 味覚の秋



薬剤部長  
相澤鉄也



いよいよ秋、朝晩はだいぶ涼しくなってきました。秋といえば“食欲の秋!”ですね。

さて、皆さんは何を連想されますか？私は絶対にサンマです。サンマは「秋刀魚」と書くぐらいで秋が旬です。今のサンマは脂が乗っていてとてもおいしく、必須アミノ酸を含む良質なたんぱく質や鉄分、ビタミンA・D・E・B2、カリウム、さらに最近話題の不飽和脂肪酸であるDHAやEPAなど多くの栄養素が含まれています。  
サンマは江戸時代から大衆魚として親しまれてきました。・・・といえば思い出すのは古典落語の「目黒のさんま」です。ここだけはひらがなで書かせてください。  
ここで概略を紹介すると  
江戸時代、松平出羽守という大名が家来を連れて馬に乗って目黒へ遠出した時のこと。その時、農家から何やらいい匂いが漂ってきました。空腹の折、農家で焼きたてのサンマをわけてもらった。その後、屋敷に戻ったが脂の乗ったサンマの味が忘れられなかった。しかし、屋敷の御膳にサンマが出るはずもない。ある日、親戚で食事をお呼ばれした際に、ここぞとばかりにサンマを注文したが家来たちが大名の体を気遣い、サンマを蒸し焼きにしたため、すっかり脂が抜けてしまった。一口食べたがおいしいはずがない。そこで「このサンマはいずれより取り寄せた？」と問うと、返ってきた言葉が「日本橋魚河岸でございます」。そこで大名が一言「それはいかん。サンマは目黒にかぎる」。という大名の世間知らずを笑った庶民のお断りでした。



ここで話は変わりますが釧路市漁業協同組合ホームページから「間違いないサンマの選び方」をご紹介します。

- 1、頭から背中にかけて盛り上がり、厚みのあるサンマの方がより脂が乗っています。
- 2、魚は内臓から悪くなるので、お腹が硬いサンマの方が新鮮です。
- 3、黒目の周りが濁ってなく、透明で澄んでいること。
- 4、尻尾を持った時、刀のように一直線に立つサンマは新鮮です。
- 5、口と尾が黄色いものは脂が乗っていて美味しいと言われていますが最近ではそうではないという説もあります。

・・・だそうです。

# ◆◆◆ 糖尿病と血液透析について ◆◆◆

昨今、糖尿病の恐ろしさは周知されつつありますが、糖尿病の3大合併症として、**糖尿病性神経障害・糖尿病性網膜症・糖尿病性腎症**があることをご存じですか？

糖尿病性神経障害は、比較的早期から発症しやすく、自律神経から感覚神経へと障害が進展し、自律神経障害として胃腸障害・発汗障害・起立性低血圧があり、感覚神経障害として末梢のしびれ・神経痛等があります。

糖尿病性網膜症は、白内障、緑内障をはじめとする眼科疾患の原因となるほか、硝子体出血、牽引性網剥離、虹彩血管新生などにより失明に至ることもあります。

そして、糖尿病状態が長期にわたり維持されると、腎臓の尿を作る場所の血管が硬化し、内圧の上昇が見られ、腎臓の濾過機能が低下してきます。こうして糖尿病性腎症と言われる腎不全になります。糖尿病性腎症の治療でもっとも大事なことは、早期腎症の時期までに発見し、血圧と血糖のコントロールや食事療法などの適切な治療を行なって、進行を防ぐことです。悪くなった腎臓は元には戻りません。

末期の腎不全になると、体内の余分な水分や老廃物の排泄ができなくなります。そのため低蛋白血症・高度な蛋白尿・浮腫(眼瞼や下肢)・倦怠感・悪心・精神的不安定・掻痒感などの尿毒症症状が生じ始め、**透析療法**が必要となります。腎不全の治療には、『**血液透析**』、『**腹膜透析**』、『**腎移植**』がありますが、ほとんどの患者様が、血液透析を行っています。日本では、毎年38,000人以上の患者様が血液透析を開始し、その40%以上は糖尿病性腎症の患者様です。

血液透析とは、体外に取り出した血液を透析器に通し、そこで血液中の老廃物や余分な水分を取り除き、きれいになった血液を再び体内に戻すものです。個人差はありますが、週3回、1回4~5時間程度の透析を行うのが一般的です。

透析では腎臓の機能を完全に代替することはできないため、様々な合併症が出てきます。個人差がありますが、一般に次のようなものが知られています。

## 骨の障害

腎不全のためビタミンDの活性化が障害され、カルシウムが吸収されにくくなります。また血液中にリンがたまり、骨がもろくなります。

## 透析アミロイドーシス

透析で十分に取り除けない物質(たんぱく質の一種)がアミロイドという物質に変化し、骨や関節に沈着することで、痛み・しびれ・関節が曲がりにくいなどの症状を起こします。代表的なものが手根管症候群です。

## 動脈硬化

透析患者様は動脈硬化が進みやすくなります。

## 心不全

体の水分量が透析毎に大きく変動するため、心臓に大きな負担をかけ、働きが悪くなります。

## 感染症

免疫力が低下し、感染症にかかりやすくなります。



それらの合併症を悪化させないために、適切な指導を受け、食事や水分摂取を厳しくコントロールし続けなければなりません。

日本の透析療法は世界一と言われていています。透析技術は日進月歩で進歩していますし、様々な治療の選択肢も増えています。透析療法に関する知識を深め、透析を明るく元気に毎日をおくるための治療として捉えなおして、積極的に治療生活に向き合うことが大切です。

診療技術部 臨床工学技士 的山 直美



## 編集後記

### スポーツの力

先日、全国高校総体水泳をテレビで観戦していました。埼玉代表のK高校が男子800メートルリレーで決勝に残りました。決勝は4人の選手のリレーで手に汗握る熱いゲーム運びでしたが、埼玉のK高校は最後の選手が逆転し優勝を獲得したのです。とても感動しました。

2020年には東京で2度目の五輪、パラリンピックが開催されます。今から夢を膨らませてスポーツの力を信じ、今日から、もっと、もっと楽しみましょう。

広報委員 富田 功



## 蓮田病院公開講座のお知らせ

日時：平成25年12月6日(金) 14:00~15:10

場所：蓮田病院内 C棟6階

内容：1. 早期胃がんに対する内視鏡的切除  
総合診療科医師 (濱田節雄)

2. みんな知りたい内視鏡検査  
診療技術部 (野村秀行)

参加費：無料

問い合わせ：蓮田病院 病診連携室

TEL 048-766-3660

