

# 常滑市民病院だより

発行者：病院長 鈴木 勝一  
編集：病院広報委員会  
第47号  
2009年4月1日発行



さあ始まるぞ！（常滑春まつりより）

## — 第47号の内容 —

- \* 新市民病院建設について  
事務局長 伊藤 宣之
- \* ピロリ菌と胃・十二指腸潰瘍  
消化器内科部長 桑原 由孝
- \* 看護の姿勢  
看護師 新海 和子
- \* 簡易懸濁法(かんいけんたくほう)による  
薬の服用方法 薬剤師 高須 利治
- \* IT眼症  
視能訓練士 中村 悦子
- \* 季節のメニュー「春」  
管理栄養士 東海林文彦

## 「新市民病院建設」について

事務局長 伊藤 宣之

昭和34年5月に病床数188床・8診療科の総合病院として、当院はスタートいたしました。当時は、知多半島を代表する基幹病院であったことは、想像に難くありません。しかし、50年の時の経過は大変に重く、いろいろな課題が発生している状況です。そのために、「新市民病院建設構想」が市の「総合計画」に位置付けられ、準備をしまいましたが、いろいろな課題があり、実現にいたりませんでした。こうした中、片岡市長が誕生し、「新病院は最優先課題である」と公言され、昨年5月に「新常滑市民病院あり方検討委員会」が設置されました。半年に亘る検討をいただき、「新市民病院を常滑地区ニュータウン内に250床を基本に建設する。」との答申内容でありました。しかし、市の財政状況、世界同時経済不況、医師・看護師不足、病院の経営状況などの課題が山積し、すぐに結論が出ませんでした。

現在でも、こうした状況に変わりはありませんが、平成21年第1回市議会定例会初日の「施政方針」の中で、片岡市長が、「地域医療を確保するため、平成28年度の開院を目途に、常滑地区ニュータウン内に

新市民病院を建設する。」と発表されました。このことは、病院に働く私たち職員にとっても、大変ありがたい嬉しいことで、長い間切望いたしておりました。地域の皆様に、救急医療の充実、医療・保健・福祉の連携、災害時医療の整備などの、新病院が果たすべき役割を検討し、実践していくことが、重要だと考えています。

ここで、私たち職員から、皆様方にお願ひがあります。常滑市民病院の必要性について、よく考えていただき、当院の必要性を声に出していただきたい。もし、夜中に皆さん自身や家族の方が、急病になったとき、この病院がないことが想像できますか。あるいは、現在、治療を受けている病気について、他の病院に変わることが想像できますか。もうひとつ、願ひがあります。当院を利用していただきたい。何かあったら、他の病院ではなく、当院を利用してください。（ただし、コンビ二受診は困ります。）

これから、職員一丸となって、新病院建設をしまひります。

皆様の御支援を、心から願ひ申し上げます。

### ◎ピロリ菌っていったいなあに？

ピロリ菌は胃の中に好んで住みつき、胃の壁を傷つける細菌で、1980年代に発見されました。胃の中は強い酸性で、細菌は住むことができないと思われていましたが、ピロリ菌は自ら住みやすい環境をつくりだして生息しています。

### ◎ピロリ菌はやっぱり胃・十二指腸潰瘍の真犯人？

胃・十二指腸潰瘍の多くの方にピロリ菌の感染が認められています。ピロリ菌を除菌すると再発が著しく減少することが報告されています。

### ◎ピロリ菌は胃がんにも関係ある？

最近の研究で、胃がんとも深いあることがわかってきました。ピロリ菌の陽性例と陰性例に対して10年間の追跡調査を行なったところ、ピロリ菌陽性例では2.9% (36/1246例) に胃がんが発見され、陰性例では胃がんは認められなかったという報告があります。

### ◎あなたの胃にもピロリ菌がいるかもしれません

ピロリ菌は、下水道未整備などの衛生環境の良くない発展途上国などでは感染率が高くなっています。ところが、日本人でも非常に感染率が高いのです。特に、50歳以上では70%近い人が感染していると推定されています。幼年期の環境が悪かったためと考えられます。

### ◎ピロリ菌に感染するとどうして胃潰瘍や胃がんになるの？

ピロリ菌は、主に幼年期に感染するといわれています。感染経路としては、衛生環境が疑われていますが、まだはっきりとはしていません。感染したからといって、潰瘍や胃がんが必ず発症するわけではありません。しかし、感染するとほとんどの人に胃炎がおこります。除菌しないかぎり、ピロリ菌は胃の中に住み続け、慢性的に炎症が続きます（慢性胃炎）。慢性胃炎では、胃の粘膜を防御する力が弱まり、ス

レスや塩分の多い食事、発がん物質などの攻撃を受けやすい無防備な状態となります。つまり、ピロリ菌は胃十二指腸潰瘍、胃がんを起しやすい下地をつくってしまうわけです。

### ◎ピロリ菌がいるかどうか、どうやって調べるの？

#### 内視鏡を使う方法

内視鏡で胃の組織の一部を取って調べます。

#### 内視鏡を使わない方法(尿素呼気試験)

呼気【吐き出した息】を採取して調べる方法です。

### ◎ピロリ菌の検査を受けたほうがよい方は？

- 胃・十二指腸潰瘍の経験がある方また再発を繰り返している方
- 胃がん家系の方
- 胃がんを内視鏡で切除した方

### ◎ピロリ菌除菌治療はどうやって行なうのですか？

2種類の抗生物質とプロトンポンプ阻害薬の3種類の薬を1週間飲むだけです。これだけで約70%の方は除菌に成功します。残り30%の除菌不成功の方には抗生物質の1種類を変更して、同様に3種類の薬を1週間飲む二次除菌治療があります。これにより約90%の割合で除菌に成功します。10%の人に下痢などの副作用が起こることがありますが、それよりも除菌治療によって、再発を繰り返していた潰瘍が治ったという多くの実例により、その実用性は大変高いものがあります。最近では、胃がんの予防、再発予防にも有効ではないかと検討されています。（ただし現時点では、健康保険で除菌治療をおこなえるのは胃十二指腸潰瘍の方だけです）。

なんとなく胃の具合がいつも悪い方、  
胃がん家系でご心配の方はお気軽に消化器内科医師にご相談ください。尚、  
当院では細径の経鼻内視鏡での楽な検査を行なっております。

## ●●● 看護の姿勢 ●●●

看護師 新海 和子

中部国際空港が開港して早や5年目を迎え、道路も整備され、景色も日々変貌を遂げています。私事ですが、常滑市民病院に就職試験を受けに来た頃は、駅から病院までの道路が舗装されておらず、雨の中を歩いてぬかるんだ道で足を取られ、白い靴下が泥んこになり、心細さも手伝ってベソをかきながら歩いていた頃が、遥か遠い日の出来事になってしまいました。看護師見習いだった頃は、いわゆる徒弟的なものでした。つまり指導者がいて教えてくれるのではなく、先輩のやっていることを「盗め」「見て覚えろ」と言うものだったのです。近年、少子化や社会が豊かになったことで進学率も上がり、看護教育もだんだんと変わってきました。そこで、看護師という専門職とはいかなるもののでしょうか。もう一度ひもといってみました。

### 専門職の定義

- (1) 単なる技術の訓練ではなくして、知的な内容の訓練を必要とする職業である。
- (2) 自分自身のためでなく、他人のための奉仕を

目指す職業である。

- (3) 経済的な報酬の多少によって、成功を測定する基準としてはいけない職業であること。

ということでした。私が、長年看護という職業の中で感じたことは、なんといっても患者様の顔を見るのが楽しいことです。何かお世話をしてさしあげて、患者様から何か反応が返って来るのが看護の楽しさの原点ではないだろうかとは私は思うのです。マニュアルどおりに動くのではなく、今後もマニュアルを踏まえて考えて行動する看護師でなければならぬと考えます。安全で効果性の高い看護ケアを提供しつづけることができるよう看護師一同日夜努力し、今日も頑張っています。

最後に私の下手な一句を。

「人生の無限の悩み、

底知れず

まだ浅きかなわが歩む道」

和子

## ●●● 簡易懸濁法(かんいけんたくほう)による薬の服用方法 ●●●

薬剤師・主任 高須 利治

病気や加齢など、何かの原因で錠剤やカプセルの飲み込みが悪くなる(嚥下障害)と、今までは錠剤を粉砕したり、カプセルをはずし中身を出したりして調剤を行なってきました。

しかし、こうした粉砕調剤には、①光や湿気で薬の効果が急激に減弱してしまう ②苦味や刺激が強くなって飲みにくい ③胃ろう・鼻腔チューブ(経管)が詰まりやすい…などの欠点がありました。そこで10年ほど前、「簡易懸濁法」という新しい薬の服用方法が発案されて、現在では全国の医療機関に広く普及してきました。今回は、この簡易懸濁法について説明します。

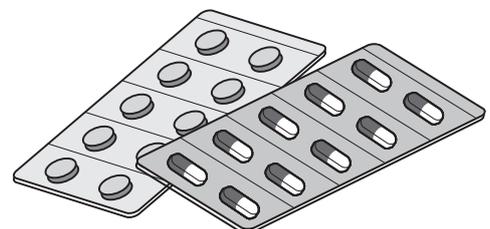
- ①まず、湯飲みにポットからの熱湯を2に対して水1の割合で混合した温湯(この割合で混ぜると約55℃になります)を用意します。
- ②この中に、服用する薬を錠剤やカプセルのまま「チャポン!」と入れて、待つこと10分。この時、温

湯は約40℃。湯飲みの中で薬は溶けて、「飲みごろの溶解液」の出来上がりです。

- ③あとは、良くかき混ぜてから、この「飲みごろの溶解液」を服用すれば良いのです。

尚、薬の種類によっては、5分で溶けるものや10分以上たっても溶けないもの、かえて味や臭いを悪くしてしまうもの等ありますので、注意が必要です。

勝手に薬を溶かそうとしてはいけません。日頃から嚥下障害や経管投薬で、薬の服用にお悩みの方がみえましたら、当院薬局や、かかりつけの調剤薬局で気軽に薬剤師に御相談下さい。



## ●●● I T 眼症 ●●●

視能訓練士 中村 悦子

10年ほど前から情報処理を中心とした技術革新により、パソコンが広く職場で導入されたことに伴い、それらの作業に関わる人の視覚障害として「VDT症候群」が社会問題になっています。近年では一般家庭でもテレビゲームや携帯電話でのメール、インターネットなど「IT (information technology) = 情報技術」と呼ばれる機器が広く普及されてきたため、職場でパソコンを使う人たちだけの問題ではなくなってきました。これらのIT機器を長時間、あるいは不適切に使うことで起こる、目を中心に肩、腰、首の痛み、頭痛などの症状を総称して「IT眼症」と呼びます。

予防にはディスプレイ(画面)を上向きに見上げる

のではなく、ディスプレイの上端が目と同じか、やや下にくるように設置しましょう。そして椅子に深く腰掛けて40~50cm離れ体に負担をかけない正しい姿勢を心がけましょう。また、ディスプレイを長時間眺めているとまばたきの回数が減り、ドライアイのような状態になってしまうので、意識的にまばたきをするように心がけましょう。40歳代頃から初期の老眼が始まってきます。明視距離にあわせて適切な屈折矯正が行われた最適な眼鏡を装着しましょう。

IT機器と上手につきあっていくために日頃から予防に努め、適度に休憩をとって遠くを眺めたり、ストレッチを行い体を休めることや、睡眠を十分にとり目を休ませることが大切です。

## 季節のメニュー「春」

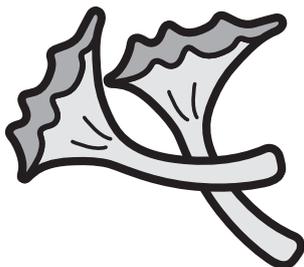
管理栄養士 東海林 文彦

春に旬を迎える野菜は、にが味やあくの強い野菜が多いものです。その中で今回は「フキ」を使った料理をご紹介します。市場に出回っているフキの約4割は愛知県産で、そのうち8割は知多半島で栽培されています。とっても身近ですね♪でもフキって料理するのは面倒に感じてしまいがち…そこは手間を惜みず！春の味覚を満喫しましょう(^ ^)低カロリーでダイエットにも良いですよ☆

### ◎フキの土佐煮

#### ■材料 (1人前)

フキ 一本程度  
だし汁 適宜  
しょうゆ 小さじ1杯  
みりん 小さじ1杯  
カツオ節 2つまみ程度  
サヤエンドウ、木の芽など(飾りに) 適宜



#### ■作り方

◎まずはフキの下茹でをします

1. 大きめの鍋にたっぷりの湯を沸かします。
2. フキを塩で板ずり(まな板の上でコロコロ)し、鍋に入る大きさに切ります。
3. 沸騰した鍋にフキを入れ、再沸騰後2~3分茹でます。
4. 茹で上がったら水にさらし、太い筋と表面の皮を手でむきます。
5. 料理に合った大きさに切ります。水に漬けて冷蔵庫で保管すれば2~3日持ちます。

①下茹でしたフキを3cm程度に切ります。

②だし汁を火にかけ、フキを入れます。

③しょうゆ、みりん、カツオ節を加え、煮含めます。

④器に盛り付け、サヤエンドウや木の芽を飾ります。

### 編集後記

桜咲くこの時期は、新たな希望に満ちた時期です。当院にも新しい職員が入職し、院内での研修が始まります。不器用な点は多々あると思いますが、早く一人前の医療従事者になれるよう日々精進していきますので、よろしくお願いたします。(編集担当 中谷)