

社会医療法人母恋の使命「医療人として組織として社会に貢献する」

目次

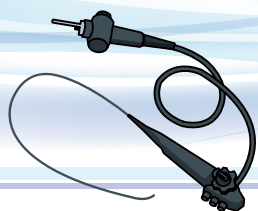
- 新型コロナ時代の消化器検査 2~3
- カラダすみずみ~臨床検査技師に聞いてみよう! 4
 - エコー検査(超音波検査)
- 栄養通信 5
 - 胃腸に優しい“ホット”するスープ
- 院内探検隊 ハギウダが行く!! 6
 - 脳ドック受けてみた
- 母恋インフォメーション 7
 - 新生児オプションスクリーニング 料金改定のお知らせ
 - インフルエンザ予防接種 全年齢実施中
 - 小児科病棟でハロウィン
 - 理容室閉店のご案内
- 日鋼記念病院発 医療・健康情報 8

今日の
スナップ

内視鏡検査

感染対策と安全への対応、そして患者さんの尊厳、気持ちに寄り添う。細心の注意を払いながらの緊張の中、医療人として患者さんと向き合っています。

新型コロナ時代の消化器検査



監修

消化器センター

横山和典 センター長



2020年が明けたころから流行が報じられた新型コロナウイルス。その一年ももう終盤を迎えようとしていますが出口はまだ見えず、診療の現場では治療の実施と感染対策を安全に行うため、緊張感の高い状況が続いています。そのような状況の中、患者さんの安全な治療環境を目指した当院消化器センターの今を横山センター長に伺いました。

新型コロナウイルス流行 before after

全国に先駆けて、北海道では緊急事態宣言がだされて、長期間にわたる外出自粛を余儀なくされました。現在も、圏域外への外出を自粛されている方も多くいることと思います。

『巣ごもり消費』と揶揄される、自宅生活を充実させるためのゲームソフトや、料理に関連した商品のヒットなど、多くの方の生活動向の変化を物語っています。地域の皆さんの生活の変化やそれに伴うストレスを感じることもあったと思いますが、消化器の病気も変化が見えてきました。このころから、便秘の悪化、おなかの不調、痔の悪化などの消化器症状を訴える患者さんが増加してきています。おそらく、外出自粛に伴う運動不足や、食生活の変化に由来すると考えています。

ある調査では、「新型コロナウイルスへの不安や緊急事態宣言、外出自粛によってストレスを感じている人の51.3%は、排便やうんちの状態に変化があった」としており、それらのうち、うんちの回数が減った(56%)、便秘になった(43.3%)という回答データが示されていました。

(調査：ウンログ株式会社 令和2年4月)

コロナ時代の消化器検査

胃カメラ検査は、口または鼻からカメラを入れる検査です。今回の新型コロナウイルス感染の大きな問題点は、すでに皆さんもご存じのように無症状患者の飛沫による感染拡大です。

内視鏡検査においては、麻酔の影響で咳が出やすくなったり、検査中に嘔吐反射が起こったりするケースが多々あり、内視鏡室内はウイルスがエアロゾルとして漂いやすい空間になります。そのため、4月～5月の緊急事態宣言下では検査休止を余儀なくされました。

現在も当該地域も都心ほどではないにせよ、状況は予断を許さない状況ですが、病気の早期発見をすることは大切ですので、日本消化器内視鏡学会の提言に基づき、感染予防対策を行うとともに細心の注意を払いつつ、検査の受け入れや処置の体制は平常通り実施しています。

これから、インフルエンザの流行が予想される中、次の新型コロナウイルスの余波に備え、安全な体制を維持するには私たち医療者の体制とともに、患者さんにも感染対策への協力を必要としています。

当院の感染対策

● 検査前の問診

内視鏡検査への予約患者さんには、検査当日に検温に加え呼吸器症状などの問診によるチェックをさせていただきます。

検査前の問診等で新型コロナウイルス感染を疑う際には、緊急性がない検査は延期させていただきます場合があります。



通常の検査の問診に加え、体調や直近の外活動向についてもお話を伺います。

● 内視鏡検査室の対策と環境調整

待合室では一定の間隔を設け、向かい合わないよう配置しています。

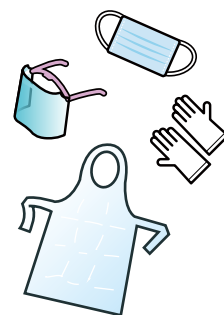
また、大腸内視鏡検査受診患者さんの前処置室においても、患者さんの座席数を減らし、向かい合わないレイアウトに変更するとともに、隣同士も透明のつい立てを設置しております。



● 内視鏡検査室スタッフの対策

検査時には、サージカルマスク、フェイスシールド、手袋、エプロンを着用し、患者さんごとに交換しています。

また、医師をはじめとするスタッフは毎日検温を行い、体調管理に努めています。



患者さんへのお願い

以下のような症状がある方はお知らせください。

- のどの痛み、咳などの風邪症状や37.5℃以上の発熱のある方
- 強い倦怠感や息苦しさのある方
- 臭覚(におい)や味覚(あじ)の低下を認める方
- 2週間以内に新型コロナウイルス罹患者やその疑いがある方と濃厚接触歴がある方
- 2週間以内に感染流行地域や海外へ行かれた方

日鋼記念病院は、地域がん診療連携拠点病院としてがんを早期に発見し、早期に治療することが使命です。地域の皆様が、がんをはじめとする病気を心配されているのに、感染を気にして発見が遅れることが一番恐れることです。

当センターは、新型コロナウイルス感染症流行以前と変わらず従来通りの検査・診察を細心の感染対策を行い、患者さんとスタッフを守るべく対応を実践しています。地域の皆さんにおかれましては、安全な治療環境に向けて協力を頂きながら継続的に医療の提供を行っていきたいと思います。

エコー検査（超音波検査）



臨床検査センター 主任/ 超音波検査士 塚田真由美

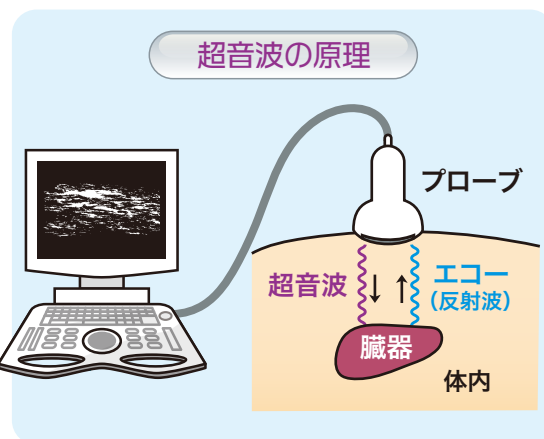


《エコー検査はどんな検査？》

エコー検査は、身体表面から超音波を発生する器械（プローブ）をあてて、超音波の反射の様子を画像化し、体内に異常がないか調べる検査です。

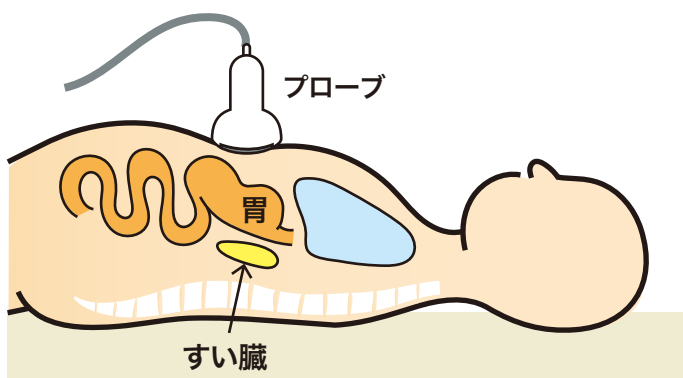
超音波は人間の耳に聞こえないほどの高い音です。音で検査するので、「痛みがない」「放射線被ばくの心配がない」という利点があり、お腹の中の赤ちゃんから高齢者まで検査することが可能です。

近年、装置の小型化が進み、様々な場所に持ち運んで検査ができるのも特徴です。

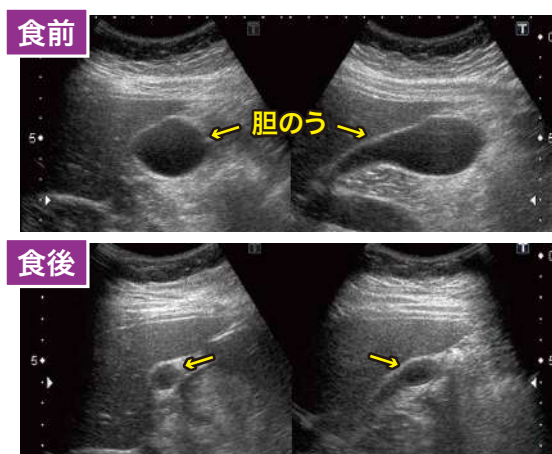


《どうして腹部エコー検査は ご飯を抜かなきゃダメなの？》

多くの場合、腹部エコー検査前は『ごはんを食べないでください』と案内をされます。それは、食事をとってしまうと見えづらくなったり、形が変化する臓器があるからです。たとえば、すい臓は胃の裏側に存在するため、胃に食物が入ると超音波が通りにくくなり、見えにくくなってしまいます。胆のうも食事をとると、胆のうから消化液が出てしまうため、しぼんで小さくなり、内腔が見えづらくなります。なお、患者さんの病状によっては、欠食せずに検査をする場合もあります。



胃の裏側にある **すい臓** は、胃に食べ物が入ると見えづらくなってしまいます



食前・食後の **胆のう** の大きさは、こんなに違う

検査前の食事の指示は、できるだけ良い条件で検査を行うためにとっても大切です。検査を受ける際はご協力をお願いします。検査について不安なことや不明なことがあれば、遠慮なくおたずねください!



栄養通信

胃腸に優しい“ホッと”するスープ

栄養課 管理栄養士 しん どう さ き 新藤 早希 

気温や湿度も低くなって乾燥しやすい季節。今年は風邪、インフルエンザ、ノロウイルスに加えて、新型コロナウイルスの流行もあり、ますます免疫力を上げて感染症に負けない体作りをする事が大切です。免疫力が落ちると疲れを感じやすくなったり、下痢を起こしたり風邪を引きやすくなるなどの軽い症状が出ることがあります。今回は胃腸を元気にしてくれる大根のレシピをご紹介します。



大根のオススメポイント

消化酵素のアミラーゼはでんぷんの分解を助け、胃もたれや胸焼けの予防や改善に効果があります。また、辛味成分イソチオシアネートは消化液の分泌を促し、血液をさらさらにすると言われています。いずれも熱に弱いので、大根おろしやサラダなど生で食べるにより効率良く摂ることができます。

大根選びのポイント

- 葉付きの場合は葉が緑色でみずみずしいもの
- 皮の色が白く、ハリとツヤがあってひげ根が少なく、ずっしりと重みのあるもの
- カットされたものを買う場合は断面がきめ細やかでスが入っていないもの

大根の上手な保管方法

- 葉が根の栄養と水分を奪い、風味が落ちる場合があるので、葉と根を切り分けて新聞紙かラップにくるんで冷暗所で保存
- 使いかけのものはラップにくるんで野菜室で保存
- 葉はしおれやすいので、早めに茹でたり、炒め物や浅漬けに



すりおろし大根のスープ



材料 (2人分)

1人分 エネルギー 120kcal / 塩分 0.8g

- 大根 5cm
- 大根(後乗せ用) ... 3cm
- キャベツ 1枚
- 卵 2個
- 水 500ml
- 片栗粉 小さじ1

(調味料)

- 鶏ガラスープの素 ... 小さじ1
- 酒 大さじ1
- しょうゆ 小さじ2
- すりおろししょうが ... 小さじ2

作り方

- ① 大根はすりおろす、キャベツは千切り、卵は溶いておく。片栗粉は少量の水(分量外)で溶いておく。
- ② 鍋で水をわかし、調味料を入れ沸騰したら大根おろしとキャベツを入れる。
- ③ 水溶き片栗粉を入れ、一煮立ちさせる。
- ④ 溶き卵を回し入れる。
- ⑤ 器に盛って、後乗せ用の大根おろしを乗せて完成。



キャベツの成分、ビタミンUには胃炎や胃潰瘍を予防し、傷ついた粘膜や肝機能の回復を助ける効果があります。

院内探検隊 脳ドック受けてみた



ハギウダが行く!!

はぎう だ き く み
広報・広告室 萩生田貴久美

脳ドック、受けたことありますか？ 脳ドックは、脳と脳血管の病気の早期発見と予防のための検査です。食べるの大好き、運動習慣なしの50歳目のハギウダ。血管系の病気は気になるお年頃です。果たしてハギウダの頭の中やいかにっ！

● 脳血管疾患は早期発見が大事

2019年の人口動態統計によると、脳血管疾患は日本人の死因の第4位が脳血管疾患で7.7%です。脳血管疾患の多くは、何の前触れもなくおこり、発症してからの治療では重い後遺症が残ることも少なくないそうです。つまり『脳の状態をチェックして、病気やリスクが隠れていないかを確認する検査』といえそうです。

● 検査へGO

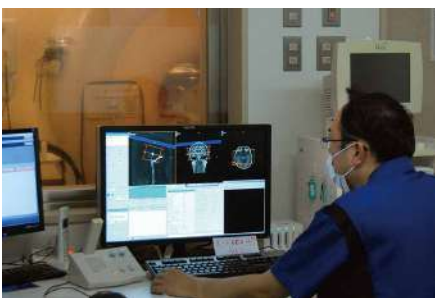
検査項目は、採血とMRI。実はハギウダ、人生初のMRI検査です。あの大きなマシンの中に入る！ 緊張しております。(@_@)
MRIは強力な磁力と電磁波（RFパルス）を使って体内の水や脂肪の水素原子の反応を利用して画像化する技術です。中学生の時に習った超強力な電磁石の中に入るイメージ。なので、磁石や電磁波に反応するものはご法度！ 眼鏡、携帯、指輪、名札ぜんぶ外します。事前の問診では体内に金属がないか（手術による金属ならMRI対応型かどうか）も、しっかり確認します。

● ハギウダMRIの中へ！

寝台に横になり、いよいよ検査スタート。
頭が動かないようヘッドギアのようなもので固定します。大きな音があるので耳栓も装着。すーっと、寝台が動いて輪の中に入っていきます。すると機械の中に運ばれていく様子は、さながら宇宙船のコクピットに乗り込む宇宙飛行士のような妄想をして興奮していました。👁️'3'👁️
その後、大きな音が聞こえてきましたが、コンサート会場で大音量のドラムを聞いているような気分で気にはなりませんでした。※個人の感想です。

脳ドックでわかること

- 脳梗塞
- 未破裂脳動脈瘤
- 無症候性脳梗塞
- 脳・頸部血管の閉塞、狭窄



15分ほどで検査は終了。

寝ているだけのラクチンな検査でした。

結果は採血、MRIの画像ともに異常なしの判定でした～！ ほっ。(^^)

検査自体はとても簡単。病気になったときのことを思うと、「やっぱり定期的に受診していかなくちゃ」と改めて思いました。

健診センター
《脳ドック》

申し込み

TEL 0120-257-457 (平日9:00~16:00)

脳ドックご案内



定期検査のオプションとしても可能です。24時間 Web申込にも対応しています。

● 新生児オプショナルスクリーニング 料金改定のお知らせ

6月に開始した新生児オプショナルスクリーニング検査の料金を11月より変更いたします。
 新生児オプショナルスクリーニングは、生後すぐには発見できない重い障害を伴う可能性のある病気の早期発見・早期治療を目指して行う検査です。各市町村が行っている新生児マススクリーニング検査対象外の病気を対象に実施しています。
 この度の改定で、新生児マススクリーニング検査と同時採血が可能となり、検査対象の赤ちゃんへの負担も軽減されます。

変更点 《変更前》採血2回 / 12,100円 ⇒ 《変更後》採血1回 / 6,600円

対象疾病 原発性免疫不完全症
 ライズゾーム病（5疾病：ムコ多糖症Ⅰ型、ムコ多糖症Ⅱ型、ファブリー病、ポンペ病、ゴーシェ病）

● インフルエンザ予防接種 全年齢実施中

2020年度インフルエンザ予防接種予約を全年齢に対し、受付を開始しています。



《成人》

公費助成対象 12月29日まで
接種日 各科診療時間内
料金 65歳以上 1,500円
 一般の方 5,038円

- 当院通院中の方で診察予約がある方は正面玄関受付にお申し出ください。
- 2020年12月29日まで診察予約のない方および現在当院に通院していない方は事前に予約してください。

予約問合せ TEL 0143-24-1331
 (平日 9:00~16:30)

《小児》

接種日 毎週(火・水) 13:30~14:30
 3階 健診センター
※ 当日、待合会場が変更になる場合がありますので、受付または総合案内までご確認ください。
料金 12歳以下 1回目 4,460円
 2回目 1,903円
 13歳以上 5,038円

- 12歳以下の方は、1回目の接種を12月29日までに済ませてください。

予約問合せ TEL 0143-24-1331
 (月~水曜日 16:00~17:00)

● 小児科病棟でハロウィン

10月30日金曜日 小児科病棟でハロウィンのイベントが行われました。当日は仮装した看護学生が子どもたちの病室を回り、「トリックオアトリート」の掛け声とともに、お菓子をプレゼントしました。



● 理容室閉店のご案内

セブン-イレブン横の院内理容室を閉店させていただきます。長きにわたりご愛顧賜りありがとうございました。次の店舗が決まりましたら、広報誌、ホームページ等でご案内いたします。

糖尿病教室

合併症予防は適切な血糖コントロールから。気になる症状、生活上の注意など専門職がお話をします。

- 11月17日 歯科衛生士 糖尿病と歯周病
- 11月24日 認定看護師 糖尿病と合併症
- 12月 1日 認定看護師 糖尿病患者の感染症
- 12月 8日 管理栄養士 うっかり塩分にご注意を

開催時間 毎週火曜日 15:00～

お問合せ 糖尿病センター TEL 0143-24-1331

講義内容および講師は変更になる場合があります。

WEB がんサロン 『ほっとほーむ』



ご参加お待ちしております

- 対象者** 北海道内にお住いの方(ご家族も可)
- 参加費** 無料 緩和ケア科 吉田先生も登場します!
- 開催時間** 12月2日(水) 13:30～14:45
途中15分間の休憩を挟みます
- 申込締切** 11月30日(月)
- 使用アプリ** ZOOM
- お問合せ** がん相談支援センター
TEL 0143-22-2225 (担当:菊地)



FM76.7 ラジオ健康プラザ

放送時間 毎週月曜日 8:05頃放送

- 11月16日 いきいき健康レシピ
- 11月23日 カラダすみずみ
- 11月30日 イカワがいく!～特定保健指導パート2
- 12月 7日 医療トピックス
- 12月14日 医療トピックス

84.2MHz

番組内容は予告なく変更になる場合があります。
日鋼記念病院のホームページで、バックナンバーを公開しています!ラジオ健康プラザライブラリーをご確認ください。

wi-radio のインターネット放送が始まり FM76.7 の番組が 77.6MHz パソコン、スマホで聴けるようになりました!

Listen Radio リスラジオ で検索! wi-radio 77.6MHz を選局!

YouTube 日鋼記念病院チャンネル

健康生活にまつわる情報を
随時更新してまいります!



NEW

- 乳がん～早期発見・早期予防のために
- 乳がん～セルフチェック編

●病院のお仕事

《薬剤師編》《臨床検査技師編》《看護助手編》

●お家でチャレンジ

《ストレッチ編》《筋肉貯筋編》

チャンネル登録をお願いします!

新型コロナウイルス 感染拡大防止の取り組み

引き続き、ご協力をお願いします

ご来院
の際は

- ▶ 手洗い・マスク着用および検温
- ▶ ソーシャルディスタンスのお願い

編集後記

今月は消化器内科に密着して紹介しました。取材中、「安全の追求は絶対に大事だけど、患者さんを置いてきぼりにしてはいけない」と言われた横山先生の言葉が印象的でした。患者さんと医療者の安全のために様々な取り組みを積み重ねられています。患者さんの気持ちに寄り添うことを忘れちゃいけないんだな、と改めて気が付く機会になりました。

(ハギ)

発行 社会医療法人 母恋

日鋼記念病院

〒051-8501 室蘭市新富町1丁目5番13号

TEL 0143-24-1331 (代)

FAX 0143-22-5296

e-mail koho@nikko-kinen.or.jp

ホームページ http://www.nikko-kinen.or.jp

編集 広報誌編集委員会 委員長 山田康弘