

四季

2018.5.15

vol. **40**

S h i k i

P2.3

紙上クリニック

食思不振を主訴とする栄養障害について

P4

平成29年度 光生会病院 事業報告

P5

新任医師紹介／

人間ドック健診施設機能評価更新

P6

【診療科紹介】

C型肝炎治療

P7

PET-CT検査のご案内

P8.9

【検査紹介】

骨密度検査とは

P10.11

赤岩病院リハビリテーション科より





食思不振を主訴とする 栄養障害について

(ビタミンB1、亜鉛、カルニチン)



光生会病院
副院長・総合診療部長 山口 俊介

【略歴】

昭和60年 自治医科大学医学部卒 名古屋第一赤十字病院
平成 4年 厚生連加茂病院 医長
平成10年 名古屋大学大学院卒 犬山中央病院
平成13年 三菱名古屋病院 外科部長
平成23年 光生会病院 副院長兼総合診療部長兼任

【所属学会・認定等】

・医学博士・臨床腫瘍学会・消化器内視鏡学会
・日本緩和医療学会・大腸肛門学会・地域医療学会
・日本外科学会認定医 日本消化器外科学会 認定医
・日本内視鏡外科学会
・マンモグラフィー健診精度管理中央委員会読影指導医

食思不振を訴えて入院される高齢者が増えています。光生会病院での過去5年間に食思不振で入院された患者さんの中で、約70%にビタミンB1欠乏が、そして約50%に亜鉛欠乏が認められました。さらに、口から食べることを嫌がる認知症患者さんには複数の栄養障害が潜んでいることがあります。

ビタミンB1欠乏症

脚気のことです。脚気は昔の病気ではありません。ビタミンB1は細胞内のエネルギー産生であるミトコンドリア内で、ブドウ糖をエネルギーに変える段階で重要な反応の補酵素として重要な栄養素です。心筋のエネルギー不足であれば倦怠感などの心不全の症状。体幹の筋肉細胞であれば脱力感。末梢の神経細胞のエネルギー不足でしびれ、脳神経細胞ではふらつき等の小脳症状が見られます。補充さえすれば症状は改善します。食欲がなくなった際にせめてもと、白米やお粥、麺類などだけを食べていると悪化することがあります。欠乏すると消化管の運動機能も低下しますので食欲がさらになくなっていきます。

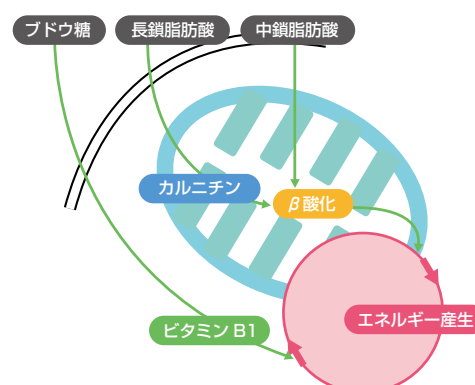


亜鉛欠乏症

亜鉛は体内で鉄に次いで多く存在する必須微量元素で、様々な酵素の構造内に存在しています。DNAを複製するDNAポリメラーゼも代表的な亜鉛含有酵素の一つで抗がん剤、放射線治療、長期の慢性炎症の回復期に失われることが多く、この時、細胞分裂の盛んな、口腔内、皮膚、消化管粘膜の障害が起こってきます。味覚障害、口内炎、皮膚の水疱を伴う炎症、消化管運動の低下、性腺機能の低下がみられます。何を食べても苦みと金属味しかしないので食欲が低下し、益々欠乏症の症状が悪化することがあります。

カルニチン欠乏症

カルニチンは長鎖脂肪酸をミトコンドリア内に移動させるときに必須のアミノ酸です。欠乏すると脂肪をエネルギーに変えることが困難となり、もう一つのエネルギー源である血糖が多く消費されます。血糖の変動が大きくなることと、低血糖時にたんぱく質を分解してアミノ酸からブドウ糖を作る糖新生が亢進し、血中のアンモニアが高値になりやすくなるのです。特に高齢となり肝腎機能が衰えると、カルニチンの生成が低下し、尿中への漏出も増えるため欠乏が起こりやすくなります。もともとカルニチン欠乏症は小児の先天性酵素欠損が主だったのですが、最近、低血糖や高アンモニア血症に伴う認知機能低下を伴い、全身倦怠感、筋肉のこむら返りのある、筋力の低下したフレイル(老衰、脆弱)の患者さんに見られることが多くなってきました。



以上3つの欠乏症の特徴的な症状と検査値、補充できる食品をまとめた表に示します。

	身体症状	検査所見	多く含まれる食品
ビタミンB1 欠乏症	全身倦怠感 浮腫 しびれ ふらつき	ビタミンB 1 欠乏症	胚芽 豆類 ニンニク (B1吸収↑)
亜鉛欠乏症	味覚障害 口内炎 皮膚炎 易感染症	血清ALP値低下 血清亜鉛値低下	牛肉 牡蠣 魚介類 チーズ
カルニチン 欠乏症	こむら返り 傾眠傾向 筋力低下 嘔吐	遊離カルニチン値低下 アシル/遊離比増加	羊肉 赤身の肉

食欲ホルモン グレリン

欠乏症による食思不振の患者さんには点滴、内服による補充を行いながら、消化管から分泌される食欲ホルモン【グレリン】の増量を図ります。現在までにグレリンの分泌を増加させる薬剤としては認知症治療薬ではリバスタッチパッチ、漢方薬の六君子湯などが知られています。漢方薬の生薬成分では陳皮、すなわち蜜柑の皮が重要と言われており、案外日本料理で使われる柚子は食欲を増す成分なのかもしれませんね。

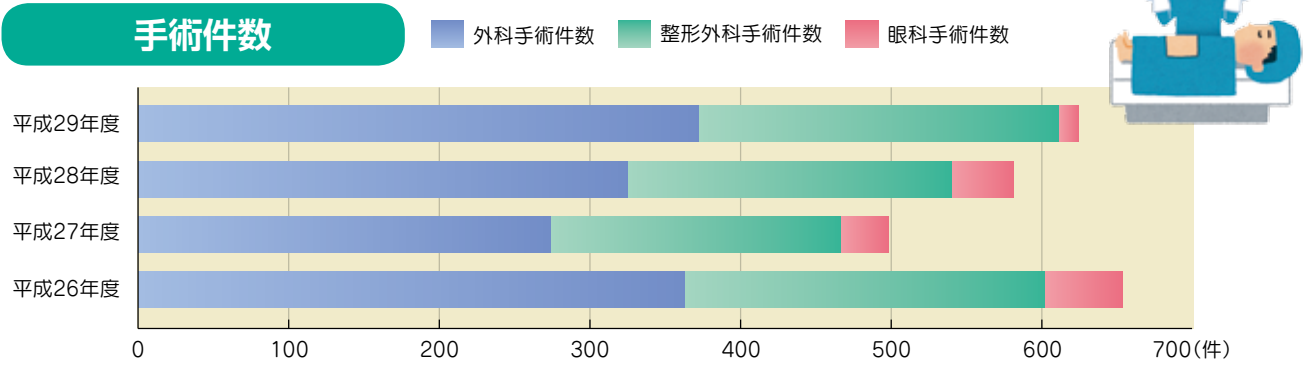
これらの欠乏症は高齢者だけに起こるものではありません。偏食のある若者や癌などの治療中の方にも起こります。光生会病院では食思不振について、症状、病態を細かく分析し、食事内容も含めてアドバイスするようにしています。受診、相談、検査はいつでも受け付けています。ご利用ください。

平成29年度 光生会病院 事業報告

光生会病院では経験豊富なスタッフと最新機器をそろえ、多種多様な手術および各種検査を行っております。また、地域の皆様が安心して過ごしていただけるよう救急車の受け入れを行うための救急処置ルームも完備しており、積極的に救急車の受け入れを行っております。

今後も急性期病院として地域医療に貢献できるよう、さらなる改革を進め、医療技術・サービス向上に努めてまいりたいと考えております。

手術件数



手術内容

【主な手術】

外科

胃がん、肝がん、大腸がん、食道がん、肺がん、脾がん、乳がん、胆石症、鼠径ヘルニア、急性虫垂炎 他

整形外科

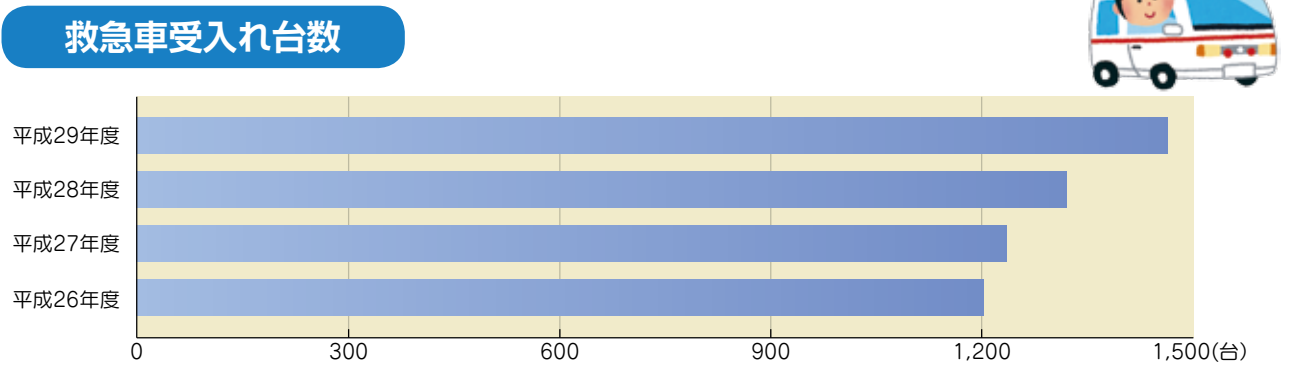
骨接合術、人工関節置換術、人工骨頭挿入術、骨軟部腫瘍切除術 他

眼科

白内障、翼状片手術、眼瞼下垂手術 他

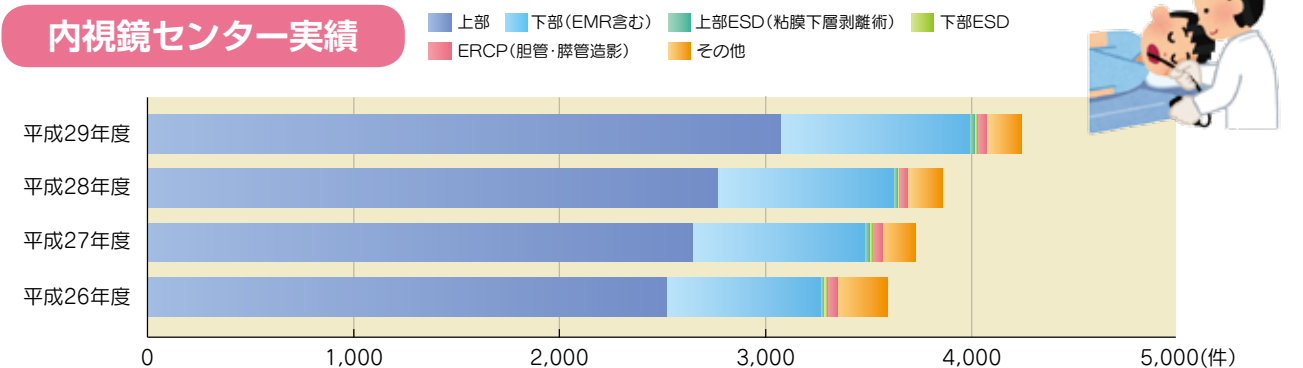
経験豊富なスタッフが最新機器をそろえ、多種多様な手術を実施しております。

救急車受入れ台数



地域の皆様が安心して暮らせるよう、積極的に救急車の受け入れをしています。

内視鏡センター実績



経験豊富なスタッフが最新機器を使用し、精度の高い検査を実施しております。

★新任医師紹介★



光生会病院 眼科
白井 正一郎 先生

平成30年4月1日から、眼科医師として勤務いたしております。名古屋市立大学で約27年間、豊橋市民病院で約18年間、地方公務員として勤務し、その後2年間眼科クリニックで眼科診療に従事してまいりました。この度、縁あって光生会病院にお世話になることになりました。豊橋は、小学校・中学校・高等学校で学んだ地であり、今までの経験を生かして、光生会病院の一員として地域医療に取り組んでまいりますので、よろしくお願いいたします。

【略歴】

昭和45年3月 信州大学医学部卒
昭和45年4月 豊川市民病院
昭和46年4月 名古屋市立大学医学部眼科学教室
昭和55年4月 名古屋市立城北病院 眼科部長
昭和56年6月 名古屋市立大学医学部眼科学教室 助教授
平成10年7月 豊橋市民病院眼科部長
平成14年10月～平成22年3月 名古屋大学医学部医学科臨床教授(眼科学)

平成17年4月 豊橋市民病院副院長兼眼科部長・手術センター長・医療安全管理室室長
平成23年4月 豊橋市民病院医療安全管理室顧問
平成28年4月 眼科池田クリニック
平成30年4月 光生会病院 副院長兼眼科部長

【所属学会・認定等】

- 医学博士
- 日本眼科学会 名誉会員・専門医
- 日本眼科医会 副会長
- 日本小児眼科学会 監事
- 日本眼科病理研究会 世話人
- 日本網膜硝子体学会
- 「現代医学」編集委員

眼科診察日

受付時間は午前8:30～12:30(火曜のみ12:00)、午後14:00～16:30となります。

	月	火	水	木	金	土
午前	白井先生	白井先生	白井先生	藤原先生	白井先生	休診
午後	休診 (検査のみ)	休診 (検査のみ)	白井先生	休診 (検査のみ)	休診 (検査のみ)	

※藤原先生の診察は月曜から木曜に変更となります。

総合健診センター

人間ドック健診施設機能評価更新

2018年2月に人間ドック学会より、認定機能評価施設として再認定されました。総合健診センターは愛知県では8番目、東三河では初めて機能評価認定を受け、その後も継続して認定を受けております。

今後も受診者のみなさまに最善の人間ドックをご提供できますよう、努力してまいります。



フリーダイヤル変更のお知らせ

平成30年4月2日よりフリーダイヤルが0120-613-266へ変更となりました。よろしくお願いいたします。

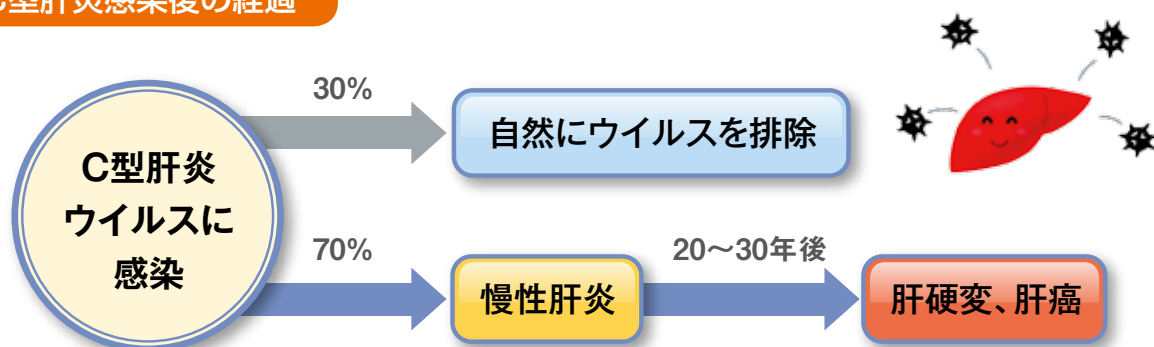
C型肝炎治療

C型肝炎とは

C型肝炎とは、C型肝炎ウイルスが肝臓に感染し炎症を起こす病気です。感染した人の約70%は慢性肝炎になり、自然に治ることはほとんどありません。一般的に、慢性肝炎に進行しても自覚症状はほとんどありません。

肝機能の数値が正常であっても、気づかない間にゆっくりと肝臓の線維化が進み、**肝硬変や肝がんへ進行する危険性**があります。

C型肝炎感染後の経過



検査について

肝がんの原因の約80%が肝炎ウイルスといわれています。感染しているかどうかは検査を受けないと分かりません。B型肝炎、C型肝炎ともに**検査は採血のみ**です。必ず一度は肝炎ウイルス検査を受けてください。

治療方法

C型慢性肝炎の治療方法は、ウイルスのタイプ、肝臓やほかの病気の状態、これまでの治療などによって異なります。現在の治療の中心は、「抗ウイルス療法」です。「抗ウイルス療法」は、体内からウイルスを排除する治療で、肝硬変や肝がんに進展するリスクを低下させます。

以前はインターフェロン注射を用いた治療が一般的で、副作用で悩まれる患者様もみえました。現在は、**飲み薬だけ**を服用して、ウイルスを排除する「インターフェロンを使わない治療」が中心に行われています。**ほとんどの方がウイルスを除去**でき、最短の治療法の場合、8週間ですむようになりました。

助成制度

現在は医療費助成があり、月1～2万円程度で治療が可能となっています。過去に高額な治療費のために治療を断念された方もご相談ください。

金子院長は日本肝臓学会専門医の資格を有しており、最新の治療薬を用いて治療を行っております。肝臓のご病気でお悩みの方は、お気軽にご相談ください。

肝炎ウイルス検査を一度は受けましょう。

陽性だと分かっている方も放置している方はぜひ受診してください。

診察日 月・水・木・土曜(第2・3・4週) 8:30～12:00

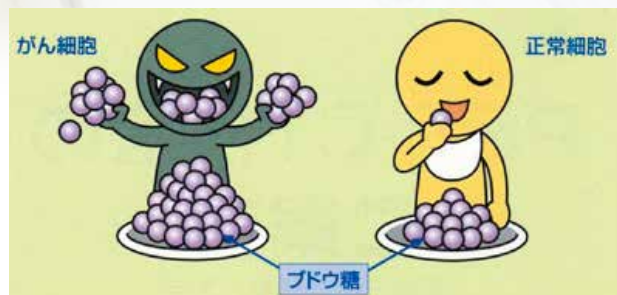


PET-CT検査のご案内

PETの原理

がん細胞は正常細胞より増殖が盛んで、一般的に正常細胞に比べ3～20倍の糖分(ブドウ糖)を取り込む性質があり、PET検査ではこの性質を利用します。

PET検査で使われるFDGとは、ブドウ糖に目印(ポジトロン)を合成した薬です。この薬を注射し、多く集まる部分をPETで調べることにより、がん細胞を発見します。FDGは微量の放射能を出しますが、半減期(寿命)が短いため、体の中からすぐなくなります。



PET-CTとは

PET画像と、CT画像を組み合わせることにより、発見したがんの位置や大きさをより詳しく分析できる装置です。

PET-CT検査のメリット

- ① がんがどの部位にあるかはっきり分かる
- ② 良性・悪性の判断ができる
- ③ 全身を一度に検査でき、転移しているがんを発見できる
- ④ 早期のがんも発見できる



お得なPET 健診コース のご案内

光生会 先端画像センターではより多くの皆様に検査を受けていただけますようにお得なPET健診コースをご用意しております。

お得なPET健診コース
検査費用(税込)

98,000円

(便潜血：ドック未検査時)



光生会病院にて過去3回連続でドックを受診された方で前回の受診が3カ月以内の方は

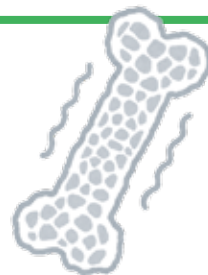
特別価格90,000円(税込)とさせていただきます。

先端画像センター(PETセンター)

TEL:(0532)62-2262 FAX:(0532)62-2140

骨密度検査とは

骨密度検査では骨の中にカルシウムやミネラルがどれくらいあるのかを測定します。それを二十歳以上との平均値と同年代での平均値で比較をします。これにより、骨粗鬆症の疑いがあるかを知ることができます。



当院ではDEXA(デキサ)法による検査を行っています。

高性能

エネルギーの異なる2種類のX線を用いて、前腕で骨塩の量を調べることで、全身の骨の状態がわかります。

簡単

椅子に座っているだけで検査できます。痛みもありません。

短時間

2分程度で検査できます。

安全

放射線の量は非常に少なく、安全です。

検査時の注意事項

検査時には計測箇所の金属製、プラスチック製のものを予め外して頂きます。

検査中は体を動かしてしまうと、正確な計測結果を測定する事が出来ないで動かないで下さい。

ごく微量ですが放射線被ばくがあるため、妊娠中または妊娠の可能性のある方は予め申し出て下さい。

骨粗鬆症とは

骨は一度できると変わらないイメージがありますが、常に古い骨を壊し、新しい骨を作っています(骨代謝)。このバランスが崩れて、新しい骨が作られる量が少なくなると、骨がスカスカになります。この状態を骨粗鬆症といいます。

骨のバランスが崩れる原因

- ・ 加齢
- ・ カルシウム不足
- ・ 運動不足
- ・ 閉経による女性ホルモン減少



骨粗鬆症になると

- ・ 転んだだけで骨折する
- ・ 身長が縮んでくる
- ・ 背中や腰が曲がる
- ・ 背中や腰の激しい痛みで寝込んでしまう



寝たきりの原因

- ・ 第一位が脳卒中
- ・ 第二位が認知症
- ・ 第三位が老衰
- ・ 第四位が骨粗鬆症



骨粗鬆症による骨折の予防

1 食生活

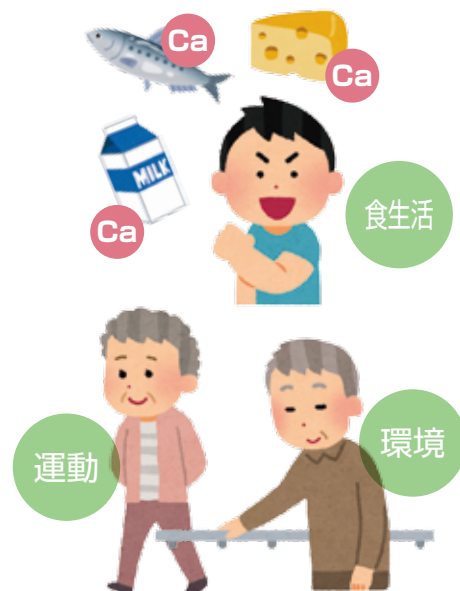
カルシウムは1日600～700mg必要ですが、多くの人がその8割くらいしかとれていません。カルシウムをしっかりとりましょう。また、ビタミンDやビタミンKも骨を丈夫にします。

2 運動

適度な運動をすることで、骨が丈夫になります。なかでも散歩がおすすめです。軽くてよいので、毎日少しずつ続けることが大切です。

3 骨折を防ぐ為の環境作り

手すりをつける、すべりやすい履物はやめる、段差をなくす、外出時は杖を使う。



骨密度検査

骨粗鬆症 Q & A

Q いつごろから骨の量が減るの？

A 30代後半から減り始め、女性の場合、特に閉経後は急激に減少します。

Q タバコはやめたほうがいいですか？

A タバコはカルシウムの吸収を邪魔します。骨粗鬆症以外にも他の病気の原因になりますので、禁煙しましょう。

Q ダイエットがいけないって本当？

A 無理なダイエットを行うと、骨の減る原因になります。食事の量を極端に減らすようなダイエットは控えましょう。

Q 出産でカルシウムが減るの？

A 妊娠、出産などで、カルシウムは減少します。多めにとるようにしましょう。

Q 骨粗鬆症は治療できますか？

A ここ数年で、いろいろな薬ができました。きちんと薬を使う事で骨の減少を防げます。



予防が大切です

骨粗鬆症になると、簡単に骨折しやすくなります。骨折は寝たきりの原因にもなるため、定期的に検査を行い、しっかり予防しましょう。

異常が見つかった場合

骨密度はその変化を長い期間で観察していく事が重要です。定期的に検査を行い前回と比べて、顕著に下がっている場合は、専門外来もしくはかかりつけ医へご相談下さい。





赤岩病院リハビリテーション科より



1 外出訓練・試験外泊について

リハビリでは院内での訓練以外に、退院後の生活を想定して、公共交通機関の利用などの必要がある患者様の外出訓練を行っています。写真は市電で豊橋駅まで行き移動の確認を行っている様子です。また、自宅まで行って動作の確認をしたり、スーパーで買い物を行うなど、実際の環境でその人の生活にあったリハビリを行っています。



自宅退院にむけて希望があれば試験外泊も行っています。その際に、日常生活動作(ADL)の動作確認を記載したチェックシートを渡して記入して頂いています。こうしたシートを使用することで問題点や目標が明確となり、活動性の向上や入院期間の短縮につながると言われています。院外での動作を確認する事で安心して退院する事ができます。

外出チェックシート（記入例）

記入方法：			1 日の過ごし方	
介助欄に 1～5 の数字を記入			午前 7 時に起床、正午までは車椅子に乗って過ごした。午後 9 時には寝た。	
動作	内容	介助量	困った点	
	食事	1		
内服	指定の時間に薬を飲む	2	指定の量を渡して飲んだ	
	顔・手を洗う	5		
整容・更衣	歯磨き・口を濯ぐ	4	倒れそうになり介助した	
	髪を洗う	4		
寝床動作	服を脱ぐ（上着／ズボン）	4/1	膝折れし持ち上げるのが大変だった	
	服を着る（上着／ズボン）	4/1		
トイレ動作	靴の脱ぎ履き	4	倒れそうになり介助した	
	靴下の脱ぎ履き	4		
移動	装具の着脱	5	玄関の段差昇降が大変だった	
	寝床から起きる	2		
外出	寝床へ寝転がる	2	思った以上に 1 人で出来た。1 人でトイレに行けるようになったら安心出来る。	
	寝床から車椅子へ移る	3		
入浴	車椅子から寝床へ移る	3	トイレの出入り口に手摺が欲しい。廊下の手摺の高さがあっていないように感じた。	
	車椅子から便座に移る	4		
	便座から車椅子へ移る	4	要望・感想	
	便座からの立ち上がり	4		
	お尻を拭く	4		
	ズボン・下着の上げ下げ	4		
	尿器の使用	5		
	駐車場から玄関	4		
	玄関から屋内	4		
	屋内	4		
	車の乗り降り	3		
	屋外移動	3		
	浴槽の出入り	3		
	洗体	3		
	髪を洗う	1		

2 集団レクリエーションについて

リハビリを行うことは大事ですが、リハビリ以外の時間をどう過ごすのかも大事です。回復期病棟では余暇時間を快適に過ごすために火・水・金曜日の15時からリハビリスタッフが主体となったレクリエーションを行っています。

【レクリエーションの目的】

- ①身体を適度に動かすことで身体機能の維持や向上
- ②脳の活性化
- ③コミュニケーションの活性化・生きがいの創出



歌唱



火曜日は歌唱を行っています。参加者からのリクエストで歌う曲を決めています。音楽には脳を活性化させるばかりでなく、気持ちを落ち着かせるリラクゼーション効果もあります。また、口を動かすことで嚥下力のトレーニングになり、耳で聞いた音から、どんな曲だったかを思い出す記憶力のトレーニングにもなります。歌うのが苦手な方は聞くだけでも大丈夫です。



体操



水曜日は体操を行っています。身体を使ったレクリエーションは、日常生活で身体を動かす機会の減った高齢者の方にとってとても大切な時間です。日中、適度に身体を動かすことで、食欲が出たり、夜の睡眠がスムーズになったりするなど生活リズムを整える効果も期待できます。ゲーム的な要素を取り入れることで、リラックスして自発的に身体を動かすことができます。



作品づくり



金曜日は創作活動を行っています。月ごとに作る作品を決めて紙をちぎる、紙を丸める、用紙に貼るなどの工程に分けて行っています。比較的簡単な作業なので継続しやすいものとなっています。でき上がった作品は、達成感を参加者にもたらし、病棟に飾る事でレクリエーションへの参加意欲やレクリエーション以外の時間の楽しみも創出することができるなど、生きがいづくりに貢献します。



参加者は特に決まっていません、皆さん気軽に参加しています。見学もご自由にどうぞ！



みなさまの輝くいのち、守ります。

年に1度は健診を

～いつもと変わらない

何気ない日常が1日でも長く続くように。～

健診に関するご質問・お問合せは

総合健診センター

〒440-0045 豊橋市吾妻町137 フリーダイヤル.(0120)-613-266

TEL.(0532)61-3000 FAX.(0532)61-2962 メールアドレス kenshin@kouseikai-hp.or.jp



PET-CT検査によるがんの 早期発見を ～家族のために、自分のために。～

PET-CTに関するご質問・お問合せは

先端画像センター(PETセンター)

〒440-0045 豊橋市吾妻町137

TEL.(0532)62-2262 FAX.(0532)62-2140 メールアドレス pet@kouseikai-hp.or.jp



光生会病院 TEL.(0532)61-3166

総合健診センター TEL.(0120)613-266

先端画像センター TEL.(0532)62-2262

消化器内視鏡センター TEL.(0532)61-3166代表

地域医療連携室 TEL.(0532)61-3213



赤岩病院 TEL.(0532)62-2105

医療病棟 療養病棟

回復期リハビリテーション病棟



介護老人保健施設 赤岩荘

TEL.(0532)66-1123

グループホーム エバグリーン

TEL.(0532)62-4434

交通の
ご案内

