

新年度の  
お慶びも  
申し上げます

看護学生さん  
奮闘中!!



さやま総合クリニック、狭山病院では、西武文理大学看護学部と提携し、学生の実習を受入れています。ベテラン看護師の指導のもとより、直接かかわった患者さんからも教えていただくことがたくさんあるそうです。

SAYAMA GENERAL CLINIC



年頭所感

社会医療法人財団石心会  
さやま総合クリニック 院長 河村 正敏



2012年が始まりました。  
振り返ってみると昨年は、震災に伴う計画停電もあり医師とスタッフが一団となって苦難を乗り越えた一年でありました。そして乗り越えられたのは皆様のご協力があったからであり日頃から支えられていることを実感した一年でもあります。

現在、当院がかかえている改善すべき問題で『当日受診したくても予約がいっぱい』という声がございます。昨年からの取り組みですが内科を中心として医師の充実を図り今年【断らない医療】を目標としております。医師を補充することでより多くの診療と待ち時間の改善も図り地域の皆様を支える医療機関で有り続けるよう励んで参ります。

今年もどうぞ宜しくお願いいたします。

平成24年1月号  
No.007

さやま総合クリニック 部署紹介

外科 Surgery

外科医長 高橋 剛

外科系をとりあげるドラマなどは数多くあります。ブラックジャック、白い巨塔、救命病棟24時、メスよ輝け、ゴットハンド輝、医龍、そして今テレビで放送しているのがDoctorsという番組です。みなさんも見たことがあり御存じだと思います。そしてここからはノンフィクションです。舞台は石心会狭山病院外科。

ここは、炎症から癌疾患まで手術になりえる疾患を幅広く扱っております。そして検査・治療を行いまた日常生活にもどる手助けを行わせていただいております。皆様方との信頼関係で成り立っている部分がほとんどです。臓器別では、甲状腺、副甲状腺、乳腺や腹部・消化器系である食道、胃、大腸、肝胆膵、虫垂、そけいヘルニアなどに対して、内視鏡などの検査診断から手術による治療まで幅広く対応させていただいております。また、がん診療指定病院に埼玉県より指定されており、質の高いがん医療を行える病院として県西部地域のがん治療中核病院の役割をはたしており、手術から抗がん剤などの治療に関して機能しております。

近隣の医療施設と連携を重ねており、年々の手術の症例数も増加しており、ここ数年の手術症例は600件を超えております。このなかには緊急手術なども含まれ対応もさせていただいております。

手術の方法も従来の開腹の他にも胃癌、大腸癌、胆のう疾患、虫垂などの適応となる病気に対して腹腔鏡を用いた傷を小さくする手術を行っております。

また乳がんの方も最近多くなっており、外来での手術から入院しての手術などまで幅広く対応を行っております。最近外科医の減少も言われておりますが、当院は厚い人材でカバーし、チームをつくっております。対応させていただくのが、ブラックジャックを超えた医師免許をもった面々。

聖人の河村、熱血の菅野、知性の堤、技術の坂本、機械の町田、女神の児玉、不動の荻野、柔和の高梨、粘りの中村、天使の杉山、笑顔の石井、そして地黒の高橋。

高齢化時代となり、80歳代の方の手術も珍しくなくなりつつあります。心臓や腎臓などの他臓器に不安を抱えた方も多くなっております。当院では他科と連携を図り高度な治療を心がけております。いつでも御気軽に御相談いただければと存じます。



# 副院長が就任しました 小川 哲史 医師



小川 哲史 医師

趣味 酒が大好き、読書、音楽鑑賞、<sup>※</sup>ミュージカル公演(?)

※ミュージカル公演について

音楽祭で歌ったり、地元練馬区の地域の出し物で忍たま乱太郎の劇をやったり、教会を貸し切って歌ったりしています♪

患者さんへ

消化器科の専門としてクリニックに在籍していますが、消化器症状はもちろんのこと、ほかの内科症状で体の不調があればなんでも相談してください。トータル的に診察をさせて頂き患者さんと向き合っていきたいと思っております。よろしくお願いします。

出身地 東京都練馬区

出身大学 愛媛大学

日本消化器内視鏡学会認定専門医  
糖尿病協会療養指導医



## 禁煙外来 NEWS

禁煙成功患者さんの声

患者 A さん (63歳)

先生・看護士の方をはじめ家族皆の協力のもと禁煙を成功させる事が出来ました。禁煙してから朝はスッキリ！食欲も出て体の調子が良くなりました！孫が『タバコ臭くないおじいちゃんが良い』とも言ってくれます。禁煙成功の秘訣は何か没頭する事を作る事です。私はパズルを始めました。皆さんも参考に頂き禁煙してみてください。

※いくつかの条件にあてはまれば健康保険で診療が行えます。

禁煙外来は毎週水曜日 14:00～16:00です。

## 慢性腎臓病の食事

～栄養室～

腎臓病の食事療法では食塩やたんぱく質の制限が重要ですが、それに加えて十分なエネルギーを摂ることも大切です。これは身体を構成するたんぱく質が壊れること(体蛋白異化)を予防するためです。指示量は症状によって異なりますので、主治医の指示量に従いましょう。

### 【食事療法のポイント】

- ① たんぱく質を控え、腎臓への負担を減らします。
- ② 1日5g程度に減塩し、血圧コントロール。
- ③ エネルギー(カロリー)を十分に。
- ④ 腎機能により食品中のカリウム・リンを制限します。

### 【お勧めメニュー】

《材料》(1人分)		たまねぎ	20g
タラ	40g	鶏卵	15g
清酒	少々	マヨネーズ	10g
振り塩	0.2g	乾燥パセリ	少量
コショウ	少々		

- 《作り方》① タラに酒、塩コショウをふり、レンジで蒸す。  
② Aを混ぜ合わせ、①に乗せてトースターで焼き目をつける。  
③ ②にパセリをふり、お皿に盛る。(付け合せ 温野菜 など)



白身魚のタルタル焼き

《栄養価》			
エネルギー	: 135 kcal	カリウム	: 215mg
たんぱく質	: 9.4 g	リン	: 141mg
脂質	: 9.6 g	食塩	: 0.6 g

## スギ花粉! シーズン到来

近年、花粉は増加傾向!?



耳鼻咽喉科医長 片山 龍 医師

1月25日より毎週水曜日の 14:00～15:30の診療時間で『アレルギー外来』を行います。ご希望の方は1階受付または予約専用電話にお問い合わせ下さい。 Tel: 04-2953-9995

\*アレルギー症状のみの診療科となっております。その他の耳鼻科症状は通常診療科のご案内となります。

## 冬に流行る感染症【ウイルス性胃腸炎】について

さやま総合クリニック 院長 河村 正敏

冬はインフルエンザの時期でもありますが、ウイルス性胃腸炎の流行る時期でもあります。

今回はウイルス性胃腸炎についてご紹介させていただきます。

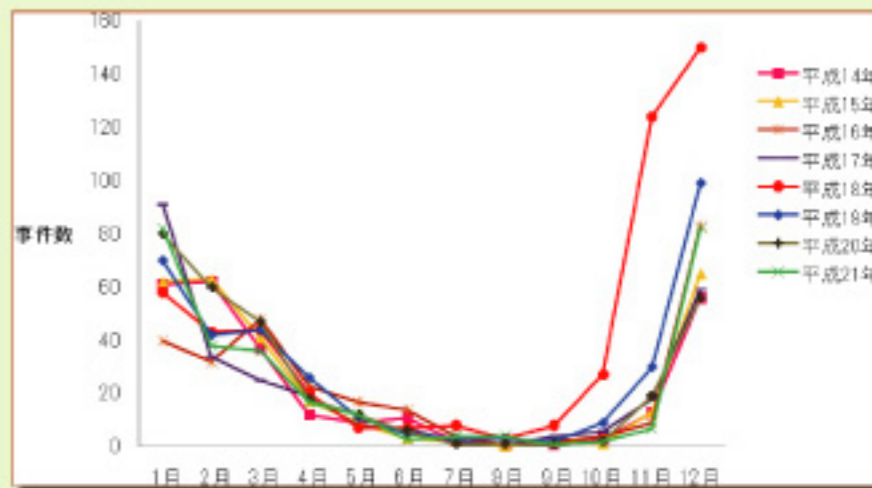


食中毒・腸管感染症には、細菌性とウイルス性があります。細菌性はカンピロバクター、サルモネラ、大腸菌(0-157を含む)など細菌が原因で、初夏～初秋に流行します。ウイルス性はノロウイルス、ロタウイルスなどのウイルスが原因で、冬に流行します。これらの細菌やウイルスにより汚染された食べ物を食べることによって感染します。また、ウイルスはヒトの手を介してヒトからヒトへ直接感染しますし、オムツや下着、トイレのノブなどを介しても感染します。保育園・幼稚園・小学校や、病院・老人ホーム・福祉施設などで集団発生が多くみられます。症状は、下痢、腹痛、血便、粘液の多い便、吐き気、嘔吐、発熱で、抵抗力の弱い子供や高齢者では症状が重くなる場合があります。

特にロタウイルスでは、ノロウイルスよりも感染力が強くて症状が重くなりやすく、まれに急性脳症や痙攣などの合併症を起こして治り難くなる場合がありますので注意が必要です。ウイルスは吐いたものや下痢の中に大量に排泄されるため適切な処理、手洗い、汚染された衣類等の消毒が感染防止の基本です。

### ・予防法・

- ① 肉や魚、貝類などはよく加熱しましょう。
- ② 調理した食べ物は早めに食べましょう。
- ③ 手洗い・うがいをしましょう。
- ④ 台所用品はよく洗いましょう。



ウイルス性感染症月別件数 (埼玉県)

### ・消毒方法・

ウイルス性胃腸炎の原因であるウイルスにはアルコール消毒が効きません。次亜塩素酸ナトリウム液(0.1%～1%)を用いて消毒をします。感染防止のために、必ずマスクと手袋を装着しておこなひましょう。

### ・治療・

早めの受診が必要です。

下痢、嘔吐があるとき、腹痛が強いとき、血便が出たときなどは早めに

医師の診察を受けましょう。ウイルス性胃腸炎には

インフルエンザのような抗ウイルス剤がないので、治療は

対症療法が基本となります。水分補給が第一で、栄養の

入った点滴をします。必要に応じて吐き気止め

(ナウゼリンなど)や、整腸剤である乳酸菌製剤(ビオフェルミン、ラックビーなど)の処方により症状を改善します。

下痢に対して下痢止めを使用しても治療期間が変わらないという報告から、強い下痢止めは使われないことが多いです。

最近の話題としては、脱水時に失った水分や電解質の補充を、点滴代わりに経口補水液を飲んで補充する『経口補水療法』

が注目されています。これは水分や電解質を含んだ、点滴と同じ成分を口から補うものです。市販されているものもあり

ますので、下痢、嘔吐などの症状がある場合はまずこのドリンクを飲んでいただくと、脱水時に失った水分や電解質

の補給になります。

### ・特に注意すること・

子供と高齢者は脱水症状を起こしやすいので要注意!

子供と高齢者は短時間で脱水症状を起こしやすいので注意が必要です。とくに子供は、元気がよく、機嫌がよければま

ずは安心ですが、ぐったりしていたり、唇や肌が乾燥しているときは脱水症状を起こしています。できるだけ早く医師

の診察を受け指示に従いましょう。

