

まごころ

2019
Vol.65
夏号

特集

血便、肛門出血について

〜もじと皆さんとふれ合いたい〜
まごころコラム

■夏の外傷

■摂食嚥下シリーズ②

誤嚥予防のためのトレーニング

■嚥下食に関するワンポイントアドバイス

とろみがつきにくいときの対処法



病院理念

みなさまの一日も早い社会復帰を願い、地域住民から安心され信頼され共感を得られる組織作りを目指します。

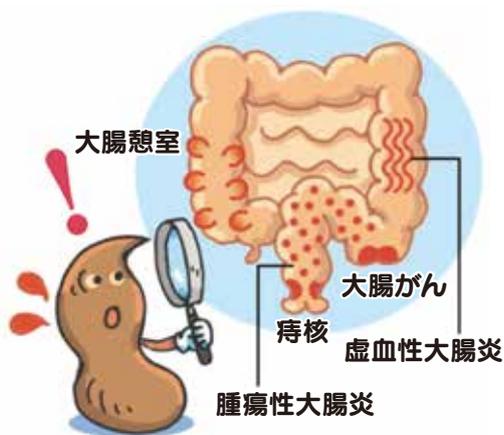
患者様の権利

1. 思いやりのこもった、礼儀正しい応対を受けることができます。
2. 安全で適切な医療を平等に受けることができます。
3. 病状・治療・予後について事実を知り、理解し納得できるまで十分な説明を受け、自由に意見をのべることができます。また、他の病院の医師に意見(セカンドオピニオン)を聞くことができます。
4. 診療録(カルテ)開示については、当院の手続きに従って、自己の全ての診療記録、画像、各種検査記録などを見たり、その写しの交付を受けることができます。
5. 十分理解した上で、検査・治療法などに同意・選択・拒否をすることができます。
6. 個人情報や、医療に関する情報の秘密は守られます。
7. 全ての医療費について説明を受けることができます。
8. 医療・介護・福祉・健康について医療従事者を通じて学習することができます。



特集

血便、肛門出血について



便に血がついた、排便時に出血したという訴えは比較的多いですが多くの方は痔ではないかと思われるようです。しかし血便、肛門出血の原因は痔の症状ばかりではなく、大腸の癌や出血性大腸炎などたくさんの要因があり、治療を始めるためには原因が何なのか調べる必要があります。

血便、肛門からの出血の原因は

一般的に便と混ざっていない鮮血は、肛門や直腸、痔からの出血が多いですが、直腸癌などの悪性腫瘍や直腸ポリープと呼ばれる良性腫瘍からのこともあり症状のみでは区別も困難です。また出血性直腸潰瘍などもあり検査が必要になります。

また直腸より上部では便と血液が混ざることが多く、直腸と同様に癌やポリープの腫瘍が原因として挙げられます。原因の多くは結腸憩室からの出血で、これは結腸の壁に袋状の憩室ができ炎症や出血などを引き起こします。比較的高齢者に多い病気として大腸の血行障害が原因と考えられる虚血性大腸炎、これに対して比較的若い人に多いとされる潰瘍性大腸炎、クローン病、さらには細菌感染による感染性大腸炎（O157の感染なども含まれます）などその原因となる病気はたくさんあります。



治療や療養に関するアドバイス

血便、肛門出血の原因に関しては上に述べたように、痔核出血をはじめたくさんの病気が考えられます。その原因の病気を診断することは治療の方針を決める上で非常に大切です。検査は、肛門診や大腸内視鏡検査、注腸造影検査などのいずれかが必要となります。感染性大腸炎に関しては内視鏡検査などの前に腹部所見、食べたものの履歴などが非常に大切になります。



どこの科にかかったらよいか

血便であれば消化器科（内科、外科）、肛門出血であれば肛門科となります。お気軽にご相談下さい。

担当医



消化器内科
久原 研二郎 医師
くはら けんじろう

資格・所属学会

日本消化器病学会 専門医

日本内視鏡学会 専門医

日本内科学会 認定医

日本ペリコパクター学会 認定医



夏の外傷

外で活動することが多くなり、怪我をしてしまうことも多いのではないのでしょうか。今回は、夏に気をつけてほしい事案を紹介します。

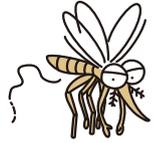
海での怪我

裸足で遊ぶのは避けましょう
(裸足ではウニや貝などを踏んだり、砂浜で熱傷したり危険)
思わぬ怪我の原因となりますので飛び込みも止めましょう



虫刺され、ヘビ咬傷

まずは流水で洗い流しましょう
息が苦しくなったり、意識がぼーっと
してくるようなことがあれば、すぐ病院を受診して下さい。



怪我した際、口で毒を吸いだそうとしたり、傷口に薬草を塗り込んだりするのは止めましょう。

嚥下食に関するワンポイントアドバイス

とろみがつきにくい ときの対処法

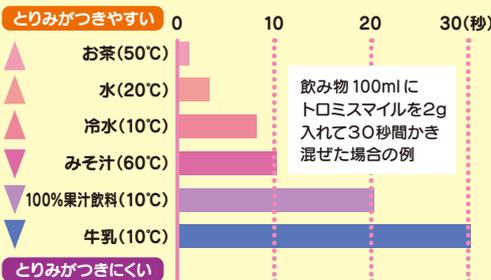
とろみがすぐにつかないのですが
何か原因はありますか？



すぐにつかないと量が足りないのかな？と思って必要以上にとろみ調整食品を加えてしまい、強いとろみになってしまうというお声をよく伺います。

A 混ぜる時間が短い可能性があります。
30秒くらいは混ぜましょう。特に、冷たい飲み物の場合は長めに。
また、飲み物の種類や温度によってとろみがつくのが遅い場合があります。

とろみが安定するのに要する時間



なるほど! 種類だけでなく同じ飲み物でも冷たい方がとろみがつきにくいんですね。



(ヘルシーネットワーク参照) (栄養科)

摂食嚥下シリーズ②

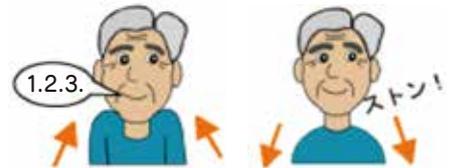
誤嚥予防のためのトレーニング ～日常的に誤嚥の予防に取り組みましょう～

日常的にお口や喉のトレーニングを行うことが最も効果的です。年齢を重ねてくると足腰の筋力が低下してくるよう、口・喉の筋力も徐々に低下してきますので、以下に紹介する嚥下体操を日常的に取り組み口や喉の筋肉を鍛えましょう。

嚥下体操

肩の体操

ゆっくりと肩をあげ1.2.3.と数え、肩の力を抜きストンと落とします。



首の体操

首をゆっくり前後左右に倒し、大きく回します。



肩～首が強張ると飲み込みにくさが助長されてしまいます。

口の体操

①～③のようにお口の開け閉めを繰り返していきます。



大きく口を開け「あー」 唇を力いっぱい引き「いー」 唇を力ずぼめて「うー」

舌の体操

舌を前後に出し入れを行い、左右、上下に動かします。

※鏡を見ながら行うことで、お口のトレーニングの効果がさらに上がります。食事のムセが気になる方は、食前に行うとよりよいです。



(言語聴覚士)

病院からのお知らせ

マンモグラフィサウンデー

10月20日(日)はマンモグラフィサウンデーです。

JMS(ジャパンマンモグラフィサウンデー) は全国的に開催されている乳がん検診啓発イベントで当院も毎年参加させて頂いており今年も実施します。

マンモグラフィサウンデーとは、多忙な平日を過ごしておられる女性の皆様に向けて「10月第3日曜日に乳がん・マンモグラフィ検査が受診できる環境作り」への取り組みです。

当日はマンモグラフィ(2方向)と視触診を行います。別途 3,000 円で超音波(乳腺エコー)も受けられます。



ぜひこの機会に一度乳がん検診を受けてみて下さい。



ご予約の方を優先させて頂きますので、電話での事前予約をお勧めしております。市町村が発行している乳がん検診無料クーポンも受け付けております。

【予約電話番号】 092-322-3437 (医事課)

心不全患者の地域在宅医療・多職種連携を考える会

2019年4月11日、日本ベリリンガー・インゲルハイム主催の「心不全患者の地域在宅医療・多職種連携を考える会」に当院リハビリテーション科理学療法士の松井が参加させて頂き、「心不全の過労」と題して心臓リハビリテーションの講演を行いました。会場には80名を超える医師が参加され、心不全悪化の要因について



多職種で考え、たくさんの質問や意見交換が出来ました。当院でも心臓リハビリテーションを入院・外来で実施しております。心臓に気になる症状がある方は、当院外来にご相談下さい。

(リハビリテーション科)

	当院の手術件数		
	整形外科	外科・その他	合計
3月	10	6	16
4月	15	6	21
5月	17	4	21

	1日平均	1日平均
	外来患者数	入院患者数
3月	182	70
4月	181	72
5月	190	72



外来診療担当表 (令和元年7月1日現在) 手術・学会出張等で変更となる場合がありますので、詳細につきましては受付窓口へお尋ねください。

診療科目	曜日・時間帯	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日
		午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前
外科	消化器門 肛門外科全般	院長	永吉	永吉	永吉 (非常勤)	外科 (非常勤)	外科※3	院長	大内田 (九大)	永吉	院長	永吉
	救急・処置室	中塚		中塚		中塚		中塚		中塚		
	乳腺						院長★		院長★			院長★ 九大
内科	内科全般	久原 (10:00~)	國弘 (~17:00)	増谷 高田 (非常勤) (10:30~)	國弘 (~17:00)	高田 (非常勤) (10:30~)	高田※1 (非常勤) 堤 (非常勤)	前田 高田 (非常勤) (10:30~)	前田 久原	國弘		國弘
	血液腫瘍内科 内科全般					佐々木 (福大)	佐々木 (福大)					
	糖尿病	前田★	前田★	前田★			堤★ (非常勤)					
	循環器	吉峯★ (福大)	吉峯★ (福大)	中村	吉峯※2	中村		中村		志賀★ (福大)	志賀★ (福大)	
	呼吸器					藤田★(福大)						
消化器内視鏡検査	増谷★	久原★	國弘★	増谷★ 國弘★	久原★	久原★	永吉★ 増谷★	増谷★	久原★	久原★	久原★	
整形外科 リハビリテーション科	深水	坂本★		坂本★	深水			中山(九大)	坂本 小牧	深水 (14:30~)	整形 (非常勤)	
緩和ケア内科								今野★				

★…この時間帯は予約制となっています。

※1…水曜日午後の高田医師の診療は訪問診療終了後からとなります。 ※2…火曜日午後吉峯医師の診療は月曜日が休日の場合の予備日となります。

※3…水曜日午後外科の診療は第1・第3週が永吉医師、第2・第4週が九大医師の担当になります。

※個人健診は随時実施しておりますが、11時までの受付となります。 ※ご不明点等ございましたら、当院外来にお問い合わせください。

編集後記

「夏は夜空の星を見上げるのに良い季節」と感じている方は多いと思いますが、キャンプなど屋外で夜更かする機会が増えるので、そう感じるのでしょうね。星を見上げていて夢中になって、足下への注意が足りなくなり思わぬ大怪我をすることがあります。特にお子さんはいつもと違う夜の屋外で興奮し、周りが見えなくなりがちです。楽しい思い出だけを持って帰ることが出来るように、大人が注意してあげたいですね。(広報委員: T・H)

医療法人 誠心会 井上病院

TEL.(092)322-3437 〒819-1104 福岡県糸島市波多江699番地1

訪問診療、各種検診、検査(胃カメラ・大腸カメラ) 行っています。

訪問リハビリテーション

TEL.(092)322-3478

ケアプランセンター

TEL.(092)322-3478

通所リハビリテーション いきいき

TEL.(092)321-3108

訪問看護ステーション

TEL.(092)322-3439

ホームページアドレス <https://www.sih.or.jp/>

診療科目 外科(消化器・乳腺・肛門)
内科(消化器・循環器・糖尿病)
整形外科 リハビリテーション科
緩和ケア内科 救急科

休診日 土曜午後・日曜・祝日

※急患の方は休日・時間外でもお電話の上お越し下さい。

診療時間	午前	午後
平日	9:00~12:00	14:00~17:30
土曜	9:00~12:00	-

※平日午後の受付時間 16時まで(予約を除く)

※敷地内禁煙にご協力お願いします。