

きずな

2018年
8月号
vol.378



撮影：飯綱町 サンクゼールワイナリー

2018年 北アルプス医療センター
あづみ病院祭
10月21日(日)開催決定

あづみ豆知識

知って得する薬の話～ピロリ菌編～

■ 消化器内科 シリーズ 3
～痔瘻～

■ 精神科 シリーズ 3
～アルツハイマー型認知症～

North Alps Medical Center Azumi Hospital

JAL長野厚生連 北アルプス医療センター
あづみ病院



消化器内科 シリーズ

第3回

消化器内科部長・内視鏡室長

村木 むらき

崇 たかし

膵臓

●膵がんは増えている!!

現在、日本人の死因で最も多いのは悪性腫瘍です。その悪性腫瘍の中でも、膵がんは肺がん、大腸がん、胃がんに次いで4番目に多い死因のがんです。そして、膵がんの死亡数は年々増加傾向にあり、その原因はわかっていません。

●どんな人が膵がんになりやすいの？ 膵がんの危険因子は？

ご家族に膵がんの方がいる、糖尿病、肥満、慢性膵炎、膵嚢胞、膵管拡張、喫煙、飲酒、塩素化炭化水素を暴露する職業の方は、膵がんの危険因子と考えられています。特に、①親、兄弟姉妹、子の中に2人以上膵がん患者がいる、②糖尿病の新規発症や増悪、③膵嚢胞と膵管拡張の合併、④危険因子を複数持つ人は、定期的な検査をお勧めします。

●どんな症状がでるの？

膵臓は、胃の背側(後側)にあります。膵臓と胃の痛みは同じ上腹部で痛みを感じます。胃の痛みは空腹時に感じる事が多いのに対し、膵臓は食後に痛みを感じることが多く、背中が痛くなること、食欲不振、腹部膨満感、黄疸、体重減少など、人により症状は様々です。また、

膵臓は血糖を下げる唯一のホルモンであるインスリンを分泌しています。膵がんができるとう糖尿病を発症したり、増悪したりすることがあります。

●膵がんの診断は難しい!

血液検査だけでは膵がんかどうかは診断できません。超音波検査、CT、MRIを行い、膵臓に腫瘤ができていくかどうか、がんが疑わしいかどうか調べます。膵がんは膵管のがん

ですので、内視鏡を用いて膵管造影検査や細胞採取を行うこともあります。

●治療法は？

手術が第一選択です。しかし、膵臓は肝臓や腸を栄養している重要な血管が周囲にあり、転移のない比較的小さながんでも時に手術ができないことがあります。そのようなときは抗がん剤治療を行います。痛みの緩和などに放射線治療を併用することもあります。

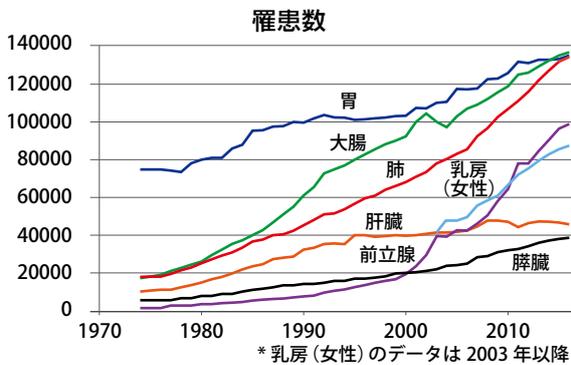


図1 部位別がん罹患数の推移 (国立がん研究センターがん情報サービス「がん登録・統計」)

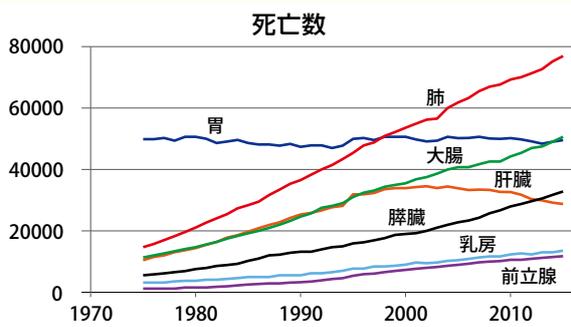


図2 部位別がん死亡数の推移 (国立がん研究センターがん情報サービス「がん登録・統計」)



図3 膵がんのCT画像

① 知って得する薬の話

ピロリ菌編

あなたの胃は大丈夫？

私は胃は弱い方なんですよ～最近また胃もたれするようになって…宴会つづきだったからですかねえ

それってホントにただの“胃もたれ”？

1983年に発見されたピロリ菌 (*Helicobacter pylori*)。胃の病気のとの関連が明らかとなり、除菌の重要性など、メディアでも広く報道されてきました。日本人の感染者はおおよそ3500万人とされていますが、多くの感染者は自覚症状がないまま暮らしています。

ピロリ菌って??

ピロリ菌は胃の粘膜に生息するらせん形をした細菌です。発見以来、ピロリ菌が胃炎や胃潰瘍、胃がんなどの胃の病気に深く関わっていることが明らかになってきました。胃の中に入り込むと、多くの場合、除菌しない限り胃の中に棲み続けます。

「ヘリコ」：らせん・螺旋
「バクテリ」：バクテリア (細菌)
「ピロリ」：胃腸門部 (ピロリス)

ピロリ菌が、胃の粘膜を傷つけます。ピロリ菌がすみ続けることで、さまざまな病気を引き起こす可能性があります。

アンモニアは直接、または強い傷害作用をもつモノクロロアミンになって胃粘膜を傷つけます。

ピロリ菌に対する免疫反応により、炎症が起こります。

ピロリ菌が出す酵素と胃内の尿素がアンモニアを作ります。

ピロリ菌が作る vacA という蛋白は胃粘膜に穴をあけます。

胃がん？

胃がんと胃がん？

② どうやって感染するの？

充分わかっていませんが、口から感染すると考えられています。

口～口感染

上下水道の完備など生活環境が整備された現代日本では、飲水による感染はないと考えられています。ピロリ菌は、主に幼児期に感染すると言われており、ピロリ菌に感染している大人から小さい子どもへの食べ物の口移しなどには注意が必要です。

ただの胃炎？ 胃の不快感がくりかえすとき、ピロリ菌が原因の一つとして疑われています。

胃の不快感をくりかえす時、慢性胃炎、胃潰瘍、十二指腸潰瘍などの病気が疑われ、ピロリ菌の感染が、それらの発症に関係していることがわかっています。

ピロリ菌が胃の中にすみ続けることで慢性的な炎症が続き、胃粘膜を防御する力が弱まり無防備な状態となります。胃の不快感をくりかえす時、慢性胃炎、胃潰瘍、十二指腸潰瘍などの病気が疑われ、ピロリ菌の感染が、それらの発症に関係していることがわかっています。

安心して！ピロリを退治する薬があるよ！

③ ピロリ菌検査と治療の流れ

ピロリ菌感染診断及び内視鏡検査 陽性

ピロリ菌除菌療法 1週間～1次除菌

除菌 成功

二次除菌

除菌失敗

ピロリ菌除菌療法に使う薬

1日2回(朝・夕) 7日間

一次除菌：ラベキュアパック、ポノサップなど

ラベキュアパック400

ポノサップ400

3種の薬を飲みます

①胃酸の出を抑える薬
②抗菌薬 アモキシシリン
③抗菌薬 クラリスロマイシン

二次除菌：ラベフィン、ポノピオンなど

ラベフィン

ポノピオン

3種類の薬を飲みます

①と②は同じ薬
③抗菌薬 メロニダゾール

1日2回(朝・夕)7日間 必ず飲みましょう！

薬を飲み忘れると… 飲むのを中止すると…

除菌がうまくいかない

飲み忘れた！

高の熱きにくいピロリ菌(耐性菌)があらわれる

飲み忘れたら、次の飲み忘れが近い場合は、飲み忘れた分は速やかに1回分を飲みましょう。

④ 以下の項目にあてはまる方は、事前に必ず主治医に申し出てください

- ①これまでに薬を飲んでアレルギー症状を起こしたことのある方。
- ②ペニシリン等の抗菌薬を服用時に、ショック等の重篤なアレルギー症状を起こしたことのある方。
- ③抗菌薬や風邪薬で副作用を経験したことのある方。

主な副作用

下痢 軟便 味覚異常 アレルギー反応

軟便、軽い下痢などの消化器症状や味覚異常のときは 自分の判断で、飲む量や回数を減らしたりせずに、最後まで(7日間)残りの薬を飲んでください。ただし、症状がひどくなったときは主治医または薬剤師に相談して下さい。

ひどい下痢、下痢に血が混ざったり発疹が出たときは 直ちに薬を飲むことを中止し、主治医または薬剤師に連絡してください。

たばこやアルコールは飲んでいいの？

なるべく控えましょう。アルコールだけでなく、コーヒーなど胃酸の分泌を促すものは除菌に影響を及ぼすことがあります。たばこも胃に負担をかけてしまうため、除菌の成功率を下げます。また、二次除菌中にアルコールは絶対に飲まないでください。二次除菌療法に含まれている薬が2日酔いの様な症状を起こします。

何かわからないことがあれば主治医または薬剤師にご相談ください

今年の病院祭は、10月21日(日)に開催決定いたしました。今年も各部署がパネルを作製しプレゼンを行い一般の方からも投票を受け付けますので、ぜひお立ち寄りください。

パネル作製エピソード

薬剤部

百瀬 ちもせ
丸山 まるやま
恵奈 あやな

ほっと一息

7月4日(水)の夕方。

11月完成に向けて建築工事が進んでいるところに大きな虹がかかりました。雨続きだったので一瞬の晴れ間にとても癒されました。

3月末から始まりました増改築工事は、現在基礎部分ができあがりました。もうしばらくの間ご迷惑をおかけいたしますが、引き続きご理解ご協力をお願いいたします。



薬剤部では例年「知って得する薬の話」をタイトルに掲げてパネルを展示していますが、今回は、「ピロリ菌」と「ピロリ菌の除菌」をテーマに作製しました。

「ピロリ菌」については多くの方が耳にしたことがあるのではないのでしょうか？

ピロリ菌の感染や、胃の病気に対する除菌の重要性などについてメディアでも多く取り上げられてきました。胃がんの発生にピロリ菌の感染が深く関与していることも明らかとなっており、ピロリ菌の検査を考えている方、近い将来、ピロリ菌の除菌をされる方もいると思います。除菌については、成功させる一番のカギとなるのが薬の正しい飲み方であり、安全な薬物治療がなされるためにも薬の飲み方における正しい理解は重要です。ピロリ菌と除菌について皆さんに理解を深めていただき、より効果的で害の少ない薬物治療を行えるようサポートしたいと考え、このテーマを選びました。

パネル作製においては、特に薬物治療の箇所は伝わりやすい表現を心がけ、担当者で相談しながら決めていきました。また、製薬会社提供の一般の方向けの情報サイトなども参考にしました。今後よりよい薬物治療を目指して、情報提供・発信に努めて参りたいと思います。

就労支援業務紹介 vol.2～クリーニング～

当院から徒歩5分ほどの畑に囲まれた場所に建つ「クリーニング場あるぷす」。
職員のユニフォームの洗濯をしています。



更衣室から白衣の回収を毎朝行います。休み明けは25キロ口袋が十数袋にもなります。



洗濯の前にポケットの忘れ物チェックをし、シミや汚れがあれば下処理を行います。



洗濯機待ちのユニフォームがカゴいっぱい待機。



ピシッときれいになって持ち主のところに戻ります。



乾燥を終えたら200℃にもなるプレス機でシワをとります。服型によってプレス機もいくつかあります。最初は、やけどもしました。

取材にお邪魔したときは、扇風機やクーラーをかけていても、プレス機のすごい熱気に驚かされました。いつも暑い中ありがとうございます。



この作業を毎日月曜～金曜で日中行っています。仕事に興味のある方・少しの時間だけ働きたい方は、総務人事課担当までご相談ください。



詳しくは→

受講生募集

北アルプス医療センターあづみ病院 0261-62-3166(代表)

介護職員初任者研修

詳しくは→



当院では JA あづみ・JA 大北と共催で平成 30 年度の介護職員初任者研修の受講生を募集します。

8 月～3 カ月間、研修を行い介護の基本的な知識や技術を身につけていきます。介護福祉士の資格を目指す方はもちろん、家庭内の介護にも活かせる「介護職員初任者研修」を受講してみませんか！



介護リフトを使つての実技の様子

募集要項

- ①研修期間 平成30年8月21日(火)～平成30年11月30日(金)(毎週火曜・金曜日)
- ②受講料 40,000円(消費税込み、授業料、実習費、テキスト代含む)
- ③定員 15名
- ④募集締切 平成30年8月14日(火)正午

看護師再就職支援研修会

詳しくは→



再就職を希望する看護有資格者の方が子育てなどのブランクによる就職復帰の不安を少しでもなくし再び医療の現場で就労できるように支援します。

講義・演習を通して知識技術の再確認や新しい技術や知識の取得ができます。

あなたの資格を生かしてみませんか？



採血演習の様子

募集要項

託児は事前予約にて利用可。(無料)

- ①日時 平成30年11月8日(木)・9日(金)・15日(木)・16日(金)の4日間 13時～16時
- ②参加費 無料
- ③募集締切 平成30年10月31日(水)

私のリフレッシュ

臨床検査科 ひらばやし 平林 しおり 志織

梅雨も明け、暑い日が続くようになりました。私はそんな季節の移り変わりを特に通勤時に実感しています。病院に向かう道での池田町の美しい山々や田んぼを眺めていると、山に残る雪がだんだんと溶けて青々としてきて、小さかった苗が立派な稲に育っていきます。つい3月まで4年間東京にいたためか、なんだかそんなよき田舎の風景がより懐かしくいとおしく感じられます。

夜になれば窓を少し開けて蛙や虫の鳴き声をききながら涼しい風を浴びて、また明日も頑張ろうとリフレッシュできます。またこれからも精一杯頑張ってまいりますのでよろしくお願ひします。



ホットケーキミックス要らず 簡単パンケーキ

おやつにも朝食にもぴったりの簡単パンケーキです。ふだんが台所にある材料で気軽に作れます。コッパは生地を焼くフライパンをよく熱し、濡れ布巾に乗せて温度を少し下げること。焦げ付かずきれいに焼けます。

栄養科からの

おすすめ
レシピ

材料(4枚分)

- ★小麦粉 100g
- ★ベーキングパウダー 4g
- 砂糖 20g
- 卵 1個
- 牛乳 100cc
- バニラエッセンス 2、3滴
- サラダ油 少々
- 甘味が少ないので
バター、メープルシロップ、
蜂蜜、黒蜜等 お好みで

作り方

- ①★を一緒にしてボールにふるい入れる。
- ②①にサラダ油以外の材料を計り入れる。
- ③泡立て器で良く混ぜる。
- ④フライパンを熱し、サラダ油を入れる。余分な油はキッチンペーパーで拭き取る。濡れ布巾の上にフライパンを置き、温度を少し下げる。
- ⑤フライパンを再び弱火にかけ、②の1/4量を流し込む。
- ⑥弱火で焼く。(生地のふちが乾きはじめ、表面に気泡が浮き出てきたら裏返す)
- ⑦両面がきつね色になったら出来上がり。



栄養素量 (1枚分)

バター、蜂蜜を添えた場合

エネルギー	169Kcal
たんぱく質	4.7g
塩分	0.1g

調理師 わたなべ 渡辺 としみ 敏文

北アルプス医療センター あづみ病院
休診日のお知らせ
(赤字の日が全科休診日です)

2018 8月 August

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

2018 9月 September

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23 30	24	25	26	27	28	29

お知らせ
休日緊急当番医

- 8/12(日)
本院(大北南部地区)
- 8/11(土・祝)
白馬診療所(大北北部地区)



北アルプス医療センター
あづみ病院理念

質の高い医療と社会への貢献をおし、地域の皆さまから信頼される病院を築きます。

〈基本方針〉

- ① 医の倫理を守り患者さんの権利を尊重し、平等で親切、安全な医療・福祉サービスを提供します。
- ② 救急医療から在宅医療まで広く、地域の皆さまの安心を支えます。
- ③ 地域の皆さまのこころの健康を支える、やさしい医療につとめます。
- ④ 日々の研鑽に励み、明るい職場環境造りと信頼される医療人の育成につとめます。
- ⑤ 保健予防活動を通じて地域の皆さまの健康増進に貢献します。
- ⑥ 研究・文化活動を積極的に展開し豊かな地域づくりに貢献します。

あるぷすメンタルクリニック移転のご案内

9月1日(土)の診療をもって、現在の場所での診療は終了いたします。9月3日(月)から新たな場所へ移転しての診療を開始いたします。

移転先

松本中央2-3-17
知新堂ビル2階
(石井スポーツ松本店様隣り)



松本駅からのアクセス

- バス利用 本町バス停(タウンスニーカー北回り)より1分
- 徒歩700m 約15分



ご理解・ご協力をお願いいたします。
その他詳しくは、当院ホームページにてご確認ください。

8・9月糖尿病教室のご案内

専門職種・管理栄養士による各20～30分の講義です。
お気軽にご参加ください。

会場 外来棟2階会議室 西

時間 14:00～15:00

開催日 8月9日(木) 検査技師・管理栄養士
28日(火) 理学療法士・管理栄養士
9月13日(木) 歯科医師・管理栄養士
25日(火) 薬剤師・管理栄養士

予約不要
参加無料

求人情報

☎0261-62-3166



薬剤師、看護師、保健師、看護補助者募集中!!

勤務地 北アルプス医療センターあづみ病院
北アルプス医療センター白馬診療所

資格条件・応募方法など詳しくはホームページをご覧ください。

院外研修は出張扱い! スキルアップをサポート!!

有給取得率H29年度70%以上!!

(H29年度厚労省発表有給取得全国平均52.5%、医療福祉49.4%)

インターンシップ体験してみませんか?

● 8月20日(月)開催決定。それ以外の日程もご都合に合わせて随時開催。

● 希望部署であなただけのプログラムを作ります。

詳しくはホームページをご覧ください。

看護師ガイダンスに出展します

● 8月10日(金) 松本市 ブエナビスタ

ホームページにて随時更新しています。



編集
後記

夏真っ盛り、行きつけの居酒屋では、「暑いときはこれね」と言って酢の物を出してくれます。食欲が落ちるこの時期には、嬉しい一品ですね。もうしばらく暑い日が続きますが、熱中症に気を付けて元気に夏を乗り切りましょう。(A.N)

受付時間：平日 7:30～11:30 ※診療科により受付時間が
 土曜 7:30～11:00 異なります。
 お問合せ：0261-62-3166 ※青字は、信大医師又は
 非常勤医師が診察します。

担当医表

予告なく変更されることがありますので、ご了承ください。

平成 30 年 8 月 1 日現在

診療科目	曜日	月	火	水	木	金	土
内科	内科新患	岡田光代 林田研介(第1・3・5) 信大(第2・4)	東方壮男 村木 崇	馬渡栄一郎 木全博己	川上裕隆 芹澤由樹子	東方壮男 岡田光代	川上裕隆 馬渡栄一郎
	内科再診 (予約制)	川上裕隆 東方壮男 林田研介	川上裕隆 東方壮男 岡田光代 林田研介	川上裕隆 東方壮男 岡田光代 林田研介	林田研介	川上裕隆 林田研介 木全博己(13:30～)	岡田光代 林田研介
	循環器内科	富田 威 東方壮男	桑原宏一郎	東方壮男	田畑裕章	富田 威 馬渡栄一郎	
	消化器内科		村木 崇	木全博己	村木 崇		
	呼吸器内科	岡田光代	岡田光代	花岡正幸(10:00～)(予約制) 岡田光代		松原美佳子(第1・3・5) 池川香代子(第2・4)	藤本圭作(第1)
	神経内科	林田研介 坂口典子(第2・4)	林田研介	林田研介	林田研介	林田研介	林田研介
	腎臓内科		芹澤由樹子(予約制)	芹澤由樹子(予約制)	芹澤由樹子 上條祐司(予約制)		
	リウマチ・膠原病 (予約制)			牛山 哲			岸田 大(第1) 上野賢一(第3)
総合内科		林田研介		林田研介			
精神科・心療内科	精神科 心療内科 (予約制)	村田志保 鬼頭 恆 中村伸治 岡田知徳 古屋昌宏 雨宮光太郎 小笠原紘輔 岡田文美子	中村伸治(第1・3・5) 岡田知徳 古屋昌宏 小椋京子 雨宮光太郎 小笠原紘輔 春原隆史 岡田文美子	村田志保 鬼頭 恆(午前) 中村伸治 岡田知徳 小笠原紘輔(第1・3午前) 春原隆史 岡田文美子	村田志保(午前) 鬼頭 恆 中村伸治 古田 康(第2・4) 古屋昌宏 雨宮光太郎 春原隆史 樋端佑樹(第1)	村田志保 鬼頭 恆 中村伸治 岡田知徳 古屋昌宏 小笠原紘輔 春原隆史(第2・3・5) 岡田文美子	鬼頭 恆 中村伸治 古屋昌宏 雨宮光太郎 小笠原紘輔 春原隆史
	新患(午前)(予約制)	輪番	輪番	輪番	輪番	輪番	輪番
	認知症診療(予約制)	輪番	輪番	輪番	輪番	輪番	輪番
小児科	午前	小口弘子 保刈 健(10:30～)	保刈 健	小口弘子	保刈 健 小口弘子(予約制,10:30～)	小口弘子 又は 保刈 健	信 大
	午後 (予約制)	小口弘子 (慢性疾患)	予防接種・乳児検診		予防接種	保刈 健 (慢性疾患)	
外科	一般外科	唐澤文寿	石曾根 聡	唐澤文寿	石曾根 聡 久米田茂喜(予約制)	唐澤文寿	石曾根 聡
	専門診療 (予約制)		石曾根 聡(肛門) (13:30～)	信 大(乳腺)		信 大(甲状腺)	
		ストーマ外来(予約制) ※看護専門外来					
	呼吸器外科	花岡孝臣 藏井 誠(13:00～)	手術日 (急患対応は要相談)	藏井 誠 (第1・4・5)	花岡孝臣	手術日 (急患対応は要相談)	花岡孝臣
形成外科 (受付15:00まで)		春日 航(13:00～)					
整形外科	新患 (受付10:30まで)	磯部文洋 / 手・肘 中村恒一(その他新患)	中村恒一(手・肘) 太田浩史(下肢 輪番) 狩野修治	輪 番 狩野修治(下肢)	向山啓二郎(脊椎) 新津文和	太田浩史(下肢) 信 大	信 大
	再診 (予約制)		向山啓二郎 高橋 淳	向山啓二郎 太田浩史 新津文和	中村恒一 磯部文洋	狩野修治	信 大
肩関節治療センター (受付10:30まで)	松葉友幸(初診) 畑 幸彦(予約制) 石垣範雄(予約制)	手術日		手術日	石垣範雄(初診) 松葉友幸(再診) 畑 幸彦(予約制)		
皮膚科	河内繁雄 高沢裕子	河内繁雄 高沢裕子	河内繁雄 高沢裕子 こども外来(15:00～17:00) 初診(当日)受付16:30まで	河内繁雄 高沢裕子	河内繁雄 高沢裕子	河内繁雄 高沢裕子	
泌尿器科	平林直樹 信 大(第1・3)	平林直樹 西澤 理	平林直樹	平林直樹 西澤 理	平林直樹	平林直樹	
	ストーマ外来(予約制) ※看護専門外来						
女性骨盤底医学センター		西澤 理	西澤 理(予約制)	西澤 理	山ノ井万里子		
産婦人科(予約制)	信 大	曾根原衛雄		信 大			
眼科	太田いづみ	今井玲子		太田いづみ・今井玲子 (午後コンタクトレンズ 予約制)	太田いづみ (受付10:00 まで)	今井玲子	
耳鼻咽喉科 (受付16:00 まで)		信 大 (14:00～)			信 大 (14:00～)	信 大	
放射線科				信 大			
麻酔科(予約制)	小林浩一		小林浩一		小林浩一		
リハビリテーション科 (予約制)	松葉友幸	畑 幸彦	石垣範雄	松葉友幸	石垣範雄	松葉友幸	
歯科口腔外科	飯島 響 中野僚子	手術日 (急患対応は要相談)	飯島 響 中野僚子	飯島 響 中野僚子	飯島 響 中野僚子 中野 哲	飯島 響 中野僚子	
緩和医療外来 (予約制)		間宮敬子 (第4火曜)					

北アルプス医療センター 白馬診療所

内科 人工透析 リハビリテーション科	下里修一 富田 威(午後)	下里修一	下里修一 整形外科(第2・4) (15:00～)	下里修一	下里修一	下里修一
--------------------------	------------------	------	--------------------------------	------	------	------