

サ、ホスピタル^{Autumn}2021

vol. 64

｜医療特集｜

大腸がん検診、受けていますか？

副院長ごあいさつ

健康診断書の見方

腸内フローラ検査を受けてみませんか？

皮膚科よりお知らせ

新任退任医師ごあいさつ

Ishii hospital
news letter

考えるといふこと

副院長 兼 診療部長

牛久保 重智



『人間は、自然のうちで最も弱い一本の葦わづにすぎない。しかしそれは考える葦である』

みなさんお聞きになったことはあるかと思います。漠然としたテーマではありますが、今回は私なりに『考える』ということについて書いてみたいと思います。「何々をしたい」「何々をしないようにしたい」というテーマがあればまずはメモをとる。手帳にでもパソコンのメモ機能でもよいので文字に起こしてみましょう。メモは忘れないようにするための利用と今後のアウトプットに活かせる利用があると思います。なぜメモをするかというと、人間は個々に社会環境などが違うため、少なからず偏見（バイアス）があります。メモという文字に起こすことで頭の中からいったん追いつくことになり、物事を冷静にやや客観的に見ることができると思います。

テーマが決まれば次には情報収集です。私の若い時代は辞書や図書館で探しても分からないことだらけだったのですが、現在は溢れる情報時代です。瞬時に情報が得られる反面、正しい情報だけでなく、不正確な情報や、間違えた情報など様々です。考えてみれば教科書に書いてあったことは正しいはずとか、いやそうでもないぞとか、マスコミは正しいのかそうではないのか？と、考えないで鵜呑みにしてしまうと頭の中にインプットしている？インプットさせられている？作業になってしまいうでしょう。ここにはなぜこうなる

のだろう？という『考える』ということが無く、ここからアウトプットの『考える』があるから楽しいのです。

歴史は繰り返す。過去から情報収集して未来へのアウトプットへ向けて考えるというのもありでしょう。歴史を学ぶ過程で色々な説があつて証明されていないことも多いのだなとか、その過程で自分の固定観念に気付いたり、教わったことが違っていることに気付くこともあります。仕事の帰り道、非常に混んでいるラーメン屋さんがありました。このラーメンはおいしいのだろうか？ネットで情報を集める。実際に食べて検証してみる。なぜおいしいのか。味覚とはなんだろう。どうやって脳に伝わるのか。その伝達物質は何か。味覚は普遍的なのか。このラーメンを自分で作れるだろうか。『考える』を始めるのと枚挙にいとまがありませんね。今年8月に群馬県でCSF（豚熱）が見つかり5万頭の殺処分が決まったという記事がありました。CSFについて農林水産省のホームページで調べると、人間には影響はないが、豚にとつては伝染率が高く、致死率も高いということでした。ではなぜ殺処分なのか、と考えたところでは、私の強いバイアスによる考え、想像をこれ以上お伝えはしません。『考える』ことについて作文いたしました。『考える』ということを創造するといふところまでもつて行きたかったのですが、これではだぶ表題と内容が違ふようです。幼児のように不思議に思うとしましうかね。



健康診断書の見方



①メタボリックシンドローム編



食べすぎ、飲みすぎ、運動不足など日頃から気になっているけれど、なかなか改善できないということはありませんか？健康診断の結果を確認することで、これらの生活習慣がご自身の体にどのように影響を及ぼしているのかを知ることができます。この表は主にメタボリックシンドロームに関連した検査項目です。ご自身の結果と照らし合わせて確認してみましょう。なお、「要精密検査」や「要治療」という判定のあった方は結果を持参し、速やかに医療機関を受診しましょう。

BMI(肥満度)	『体重 ÷ 身長 (m) × 身長 (m)』で算出される、体格の指標です。この値から肥満度をみる事が出来ます。BMI が 22 の時の体重が標準体重であり、最も生活習慣病になりにくい状態であるとされています。25 を超えると脂質異常症や糖尿病、高血圧などの生活習慣病のリスクが 2 倍以上になり、30 を超えると高度な肥満としてより積極的な減量治療を要するものとされています。
腹囲	男性が 85 cm 以上、女性が 90 cm 以上で内臓脂肪面積が 100 cm ² 以上に相当します。メタボリックシンドロームになると、溜まった内臓脂肪から脂質がたくさん放出されます。その結果、中性脂肪の増加や HDL コレステロールの減少をまねき、動脈硬化が進行します。
血圧	高血圧が進んで動脈硬化になると、心臓では狭心症や心筋梗塞、心不全など、また脳では、脳梗塞、脳出血などの脳血管障害（脳卒中）や認知症になりやすくなります。
空腹時血糖 ※食後 10 時間以上経過した血糖の値です。	血糖値が高いまま下がらない状態が続くことを高血糖と呼びます。この状態が長く続くと血管が傷ついて動脈硬化を引き起こし、糖尿病など様々な病気を発症する危険が高まります。
HbA1c	血糖は直前の食事の影響を受けるのに対して、HbA1c はおよそ 2 ヶ月くらいの血糖を反映するため、直前の食事の影響を受けにくい糖尿病の指標とされています。
LDL コレステロール	肝臓で作られたコレステロールを全身へ運ぶ役割を担っており、増えすぎると動脈硬化を起こして心筋梗塞や脳梗塞を発症させる、悪玉コレステロールと呼ばれています。
中性脂肪	中性脂肪は人や動物にとって重要なエネルギー源ですが、とりすぎると体脂肪として蓄えられて肥満をまねき、生活習慣病を引き起こします。

「厚生労働省 e-ヘルスネット」引用

《特定保健指導を受けましょう!》

特定保健指導の受診券が届いた方は、特定保健指導を受けることができます。日本人の死亡原因の約 6 割を占める生活習慣病の予防のために、40 歳から 74 歳までの方を対象に、メタボリックシンドロームに着目した健診を行っており、これを特定健診といいます。この特定健診の結果から、生活習慣病の発症リスクが高く、生活習慣の改善による生活習慣病の予防効果が多く期待できる方に対して、保健師、管理栄養士などが生活習慣を見直す面談サポート（保健指導）を行っております。



保健指導を受けるメリット

- 生活習慣病のリスクを改善せず放置した場合、将来、生活習慣病へ移行し、治療を要する状態になる可能性が高くなります。治療にかかる医療費が家計を圧迫したり、通院や入院により仕事や家事などが両立できなくなる恐れがあります。

生活習慣病を未然に防ぐことは将来の経済的、精神的負担を減らすことにもつながるのです。自分自身の健康状態と向き合い、特定保健指導を受けることで、医師や保健師、管理栄養士と一緒に改善する手助けを行います。機会があったら是非受けてみてください。

保健指導は無料もしくは少額の費用負担で受診することができます。詳細に関しては利用券をご確認下さい。

ご不明な点等ありましたら石井病院総合診療部（TEL0270-23-8526）（直通）〈14 時～ 16 時の間〉までお気軽にお問い合わせ下さい。

大腸がん検診、受けていますか？



敷島の森おなかのクリニック
副院長 内科・消化器内科

関谷 真志
SEKIYA MASASHI

●はじめに

大腸がんは、本邦で年間5万人以上の方が死亡しており、がんによる死亡の原因として女性第1位で男性は第3位と、頻度が高い疾患です。男性ではおよそ11人に1人、女性では13人に1人が、一生のうちに大腸がんを診断されています。

大腸がんは、腺腫という良性のポリープからがん化して発生するものと、正常な粘膜から直接発生するものがあります。早期の段階ではほとんど自覚症状がなく、進行してから血便や排便障害（下痢や便秘）、残便感、おなかが張る、便が細い、腹痛、貧血、体重減少などの症状が出現してきます。発見されたときには既にがんが進行しており、治療が困難になる場合もあるため、がん検診による早期発見・早期治療が重要です。

●大腸がん検診の検査方法

1) 直腸診

2) 全大腸内視鏡検査

3) 便潜血検査

大腸がん検診では上記3つの検査方法がありますが、直腸診は死亡率減少効果がないことから勧められません。また、全大腸内視鏡検査は死亡率減少効果を示す根拠があるものの、無視できない不利益（前処置や検査による苦痛や、致命的な腸管穿孔など）から、集団を対象とした検診としては勧め

られていません。そのため、大腸がん検診として推奨されているのは、検査自体に偶発症がなく、大腸がん死亡減少効果を示す十分な根拠があることから、便潜血検査が推奨されています。

●大腸がん検診を推奨したい方

・40歳以上の方

・メタボリックシンドロームに該当する方

・大腸がんの家族歴がある方

上記に該当する方は、大腸がん発症リスクがあるため、毎年の大腸がん検診を推奨しています。

●死亡率への影響

国立がん研究センターの症例対照研究では、1日法による検診を毎年受診することで、大腸がんでの死亡する確率が約60%減るという結果が報告されています（現在の検診では、偽陰性の可能性も加味し、2日法が推奨されています）。しかしながら、日本は他の先進諸国と比べて、がん検診の受診率は低く、40歳から69歳の方の受診率は、男性で47・8%、女性で40・9%に留まっています（出典…厚生労働省『2020年国民生活基本調査の概況』）。

●便潜血陽性となった場合

便潜血検査は比較的精度が高い検査法ですが、「100%正確な検査」ではないため、偽陰性（大腸がん

があるのに陰性となる）による発見の遅れなどが生じる可能性があります。1回でも陽性が出たら、全大腸内視鏡検査を受け、全大腸の粘膜を直接観察して、病気の有無を確認することが必要となります。

●全大腸内視鏡検査について

肛門から内視鏡を挿入して直接粘膜を観察します。ポリープ等の前がん病変を認めれば、その場で摘出することも可能です。

大腸内視鏡検査は苦痛の多い検査と思われがちです。実際に、痛みに敏感な方や過去にお腹の手術を受けて腸管が癒着している方などは通常の内視鏡では痛みが出る場合があります。そのような場合は、細くて柔らかい内視鏡を使用したり、腸を圧迫しない方法で挿入したり、お腹の張りを抑える炭酸ガス送気などで、苦痛の少ない検査を行っております。また、鎮静薬を使用することで眠ったまま検査を行う場合もあります。

●さいごに

便潜血陽性となり、精査で早期大腸癌が見つかった方々は、ほとんどの場合自覚症状はありません。便潜血が陰性であっても偽陰性の可能性もあるため、何かお悩みなことがございましたら消化器内科医にご相談ください。

「腸内フローラ検査」を受けてみませんか？

「腸内フローラ」という言葉を聞いた事がありますか？腸内フローラとは、腸内に生息する常在細菌の集合体で、私たちの腸内には約600～1,000兆匹の細菌が住み着いています。

近年、「腸内フローラ」が私たちの健康に密接に関係している事が研究で解明されており、腸内フローラの乱れにより様々な病気にかかる危険が高まることも分かってまいりました。（腸炎、大腸がん、乳がん、肥満、アレルギー、動脈硬化、糖尿病、自閉症など）そのため、ご自身の腸内フローラバランスを知り、自分にあった生活習慣の改善をすることが重要です。

- ✓ 下痢や便秘などお腹の悩みでお困りの方
- ✓ お肌のトラブルをかかえている方
- ✓ 糖尿病、アレルギー等の疾患をお持ちの方
- ✓ なかなかダイエットが成功しない方



「腸内フローラ」が関係しているかもしれません
一度ご自身の腸内フローラを調べてみませんか？

腸内フローラ検査でわかること

腸内フローラ
スコア判定

健康
長寿菌

ダイエット
美容

アドバイス
コメント

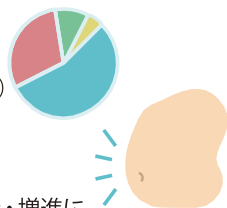
まずは自分自身の腸内フローラ
スコアを把握しましょう。

検査結果をもとにご自身の生活習慣を見直すことで
様々な病気にかかるリスクを減らすことができます。

そのほかにも、

- ・ 太りやすさ
- ・ 菌の多様性(菌の種類の多さ)
- ・ 腸内フローラバランス(菌バランス)
- ・ 健康維持、増進に関わりの深い菌

なども調べることができ、
検査結果を参考に、今後の健康維持・増進に
役立てることが可能です。



腸内フローラ検査は自宅で簡単に、 安心して受けられる検査です



① 詳細説明

直接ご来院いただき、診察室にて医師から
検査方法など詳細な説明をいたします。



② 自宅で採便

来院時にお渡しした検査キットを使い、
ご自宅で便を採取します。



③ ポストに投函

採便したキットを同封の返信用封筒に
入れ、ポストに投函します。



④ 検査結果受取り

来院時に結果をお渡しし、その後医師から
結果の説明をいたします。

検査費用

20,000円(税別)

腸内フローラ検査はまだ実用化されて間もなく、研究の途中ですが、ひとつ確実なことが分かっています。それは、多様性のある腸内フローラが健康であるということです。

今食べているヨーグルトは本当にご自身に合っているのでしょうか？毎朝食べている納豆の成果はどのように出ているのでしょうか？まずは現在のご自身の腸内環境を知ることからオススメしたいと思います。ぜひ一度、腸内細菌を検査してみてください。



内科医長 石田克敏



次回、弊誌冬号にて当院石田Dr.より特集「腸内フローラ(腸内細菌叢)について」の掲載を予定しております。腸内フローラについて皆様に分かりやすく解説いたしますので、ぜひご覧ください。

お電話または窓口にて、お気軽にご相談ください

0270(21)3111

デュピルマブによる アトピー性皮膚炎の治療が受けられるようになりました

アトピー性皮膚炎の治療

どの重症度でも、治療の基本は外用薬（ステロイド軟膏や保湿剤など）です。外来で通院していただき、医師が指導をしながらきちんとした外用法を実践いただいても、湿疹がなかなか良くならない場合に、全身投与の治療（飲み薬や注射）が検討されます。飲み薬はシクロスポリンという免疫抑制剤を使うことがありますが、副作用や連続使用できる期間の制限もあり、重症の方への使用は限られてしまいます。

2018年よりサイトカイン（細胞同士で連絡を取るための物質）の働きを直接おさえることで、外用ではおさえられない皮膚の炎症をおさえ、かゆみや湿疹を改善する、デュピルマブというお薬が認可されました。

デュピルマブってどんな薬？

アトピー性皮膚炎の治療薬としては初めての生物学的製剤（生体の作る抗体を人工的につくり、薬として利用するもの）。ペン型の注射器で投与する薬で、投与は2週間に1回行なう。

どんな人に投与するの？

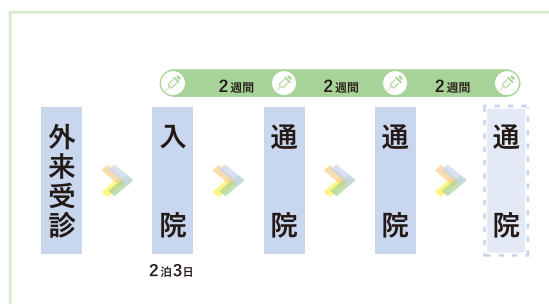
アトピー性皮膚炎による、湿疹、掻き傷の程度や面積、部位を EASI スコアという指標を用いてスコアリングし中等度以上、またステロイド軟膏を外用しても良くならない場合に医師が総合的に判断して投与を開始します。

デュピルマブ開始までのながれ

当科では、まず外来受診をしていただき、皮膚の状態を診させていただきます。デュピルマブの適応であれば、日程を相談し2泊3日で入院し、デュピルマブを用いた治療を開始します。入院中は治療の基本である外用療法や生活習慣の指導も併せておこないます。

注射は2週間ごと、おなかなどの柔らかい皮膚の下に注射します。退院後は2週間ごとに受診していただき、自宅での注射を行うことができれば、期間を開けて通院していただくことも可能です。

デュピルマブ開始と投与スケジュールの例



注射は2週間に1回、通院時に行います。
効果があり、自己注射が可能な方は、
受診の間隔を2週間以上開けることも可能です。

当科ではデュピルマブの導入を実施し、かかりつけへの通院へ移行も可能です。
移行をご希望の方はデュピルマブの処方と通院が可能か、かかりつけ医にご相談ください。

新任退任医師ごあいさつ

新任医師 /



辻岡 純一 医師

整形外科

令和3年8月から勤務の辻岡と申します。
地域医療に貢献できるよう、精一杯頑張って
参りますのでどうぞ宜しくお願いいたします。

出身大学:金沢医科大学
出身地:愛知県
所属学会:日本整形外科学会
資格:日本整形外科学会 整形外科専門医

退任医師 /



福井 信 医師

整形外科

赴任中は忙しかったですが勉強になりました。
短い間でしたがお世話になりました。
皆さんお身体に気を付けて、また会いましょう。

出身大学:金沢医科大学
出身地:宮崎県
所属学会:日本整形外科学会
資格:日本整形外科学会 整形外科専門医

令和3年8月1日より、当院の常勤医師が交替となります。

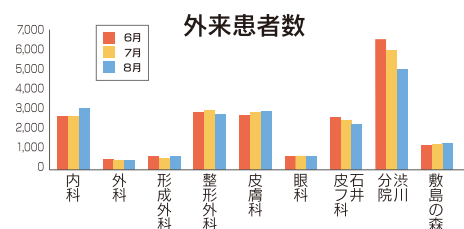
患者様にはご不便をお掛けしますが何卒ご理解の程宜しくお願い申し上げます。

診療実績報告

外来患者数

単位:人

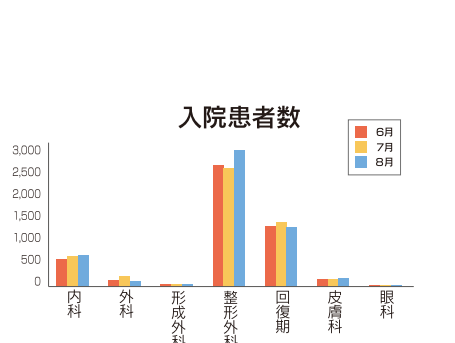
各科	6月	7月	8月
内科	2,584	2,591	2,970
外科	99.4	105.8	116.5
形成外科	365	346	332
整形外科	14.0	14.1	13.2
皮膚科	447	406	464
眼科	17.2	16.6	18.2
石井科	2,816	2,853	2,701
皮膚科	108.3	116.5	105.9
眼科	2,654	2,813	2,840
皮膚科	102.1	114.8	111.4
眼科	348	362	357
石井科	13.4	14.8	14.0
皮膚科	2,470	2,427	2,241
眼科	112.3	115.6	124.5
石井科	6,597	5,967	4,973
皮膚科	328.3	328.3	340.4
眼科	1,045	1,064	1,097
皮膚科	48.6	53.2	54.6



入院患者数

単位:人

各科	6月	7月	8月
内科	542	639	647
外科	18.1	20.6	20.9
形成外科	109	163	75
整形外科	3.7	5.3	2.4
皮膚科	9	9	5
眼科	0.3	0.3	0.2
石井科	2,638	2,572	2,965
皮膚科	87.9	83.0	95.7
眼科	1,283	1,317	1,272
皮膚科	42.8	42.5	41.0
眼科	112	120	133
皮膚科	3.7	3.9	4.3
眼科	4	10	12
皮膚科	0.1	0.3	0.4



年間の中央手術件数 (R2.9 ~ R3.8)

単位:人

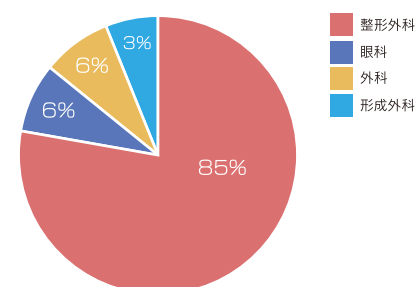
外科	整形外科	形成外科	眼科	合計
61	745	55	58	919

中央手術件数

単位:人

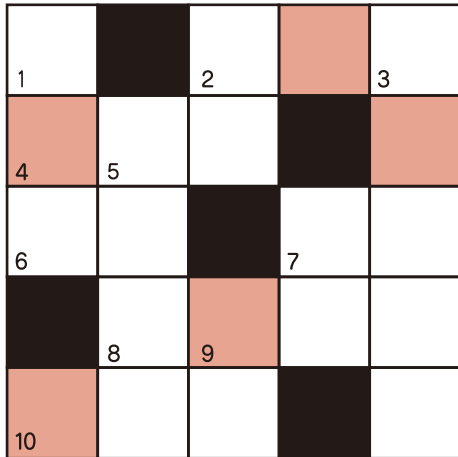
各科	6月	7月	8月
外科	3	5	5
整形外科	58	58	69
形成外科	4	1	2
眼科	2	5	6

中央手術室 手術件数

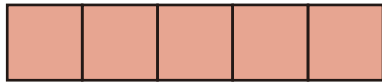


集計期間: R3.6 ~ R3.8

クロスワード



網掛け部分の文字を並び替えてできる言葉は？



よこのカギ

- ②海の水が満ちたり引いたりすること。また、その水そのもののこと。
- ④道理にならなっていること。論理的に正当であること。「○○的」。
- ⑥ペリカン目トキ科の鳥。学名はニッポニアニッポン (Nipponia nippon)。
- 朱色の皮膚が露出した顔が最大の特徴。
- ⑦ある魚類の総称。身が雪のように白いことや、冬に多く獲れることから和製漢字では「鱈」と表記される。
- ⑧夜さり来い (夜にいらっしゃい) という古語が変化した言葉。
- 高知県の「○○○○祭り・○○○○節」など。
- ⑩予定された期日や時間に遅れること。また、長引くこと。

たてのカギ

- ①眠っている間に無意識に発する言葉。また、ばかばかしい言い分、たわごと。
- ②○○科の植物の果実の総称。スイカやメロンなどもこれに属する。
- ③インターネットに接続された状態のこと。「○○○○ゲーム」など。
- ⑤江戸時代に発達した色彩豊かな風俗画のこと。特に遊女・役者などが描かれた。
- ⑦八本足の海産軟体動物の総称。煮ると赤くなり、足に吸盤がある。
- ⑨化学において、塩基と対になってはたらく物質のこと。
- 青色リトマス紙はこれに反応することで赤色に変化する。

前号の正解: ひやけどめ

し	よ	う	ど	く
や	く	め		み
ん		き	よ	ひ
は	け		く	も
い	も	む	し	

※正解は下記でご確認下さい。

- ①当院のホームページ(病院広報コーナーに掲載してあります)
- ②次号「サンホスピタル 65 号」(1 月上旬配布予定)

ご意見・ご感想をお寄せください

編集後記

暑さも段々と和らぎ、秋の気配を感じられる季節となりました。何かと不便の多い日が続きますが、皆さまのご健康を心よりお祈り申し上げます。また、広報誌や当院に対するご意見などがございましたら、遠慮なく職員に声をお掛けください。(メールやご意見箱への投函もOKです。)

ご意見箱の設置場所

- ・1階 正面受付前
- ・2階 ナースステーション前
- ・2階 食堂ラウンジ
- ・3階 ナースステーション前
- ・3階 食堂ラウンジ

【広報委員会】

理念

社会に貢献し、信頼される医療を提供する。

基本方針

- ・私たちは、一般急性期医療を主体とした早期離床・早期社会復帰を目指したチーム医療を実践します。
- ・私たちは、患者さまの権利を守り医療安全の確保に尽力します。
- ・私たちは、自己研鑽に励み知識と技術の向上に努めます。

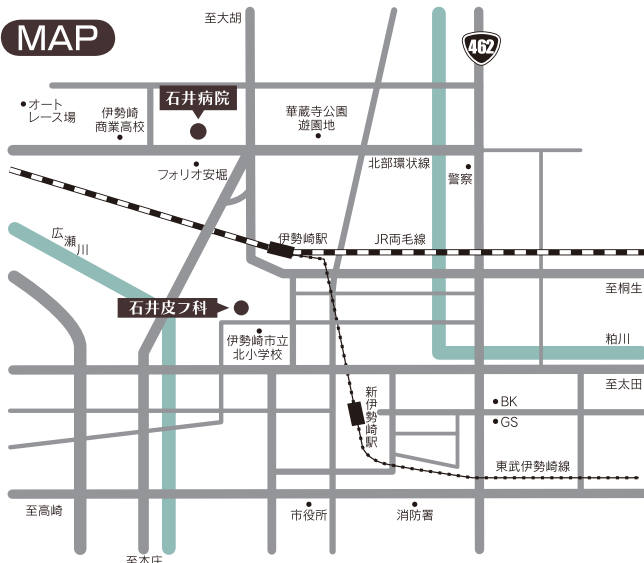
患者様の権利

私たちは、患者様の権利を尊重した医療を行います。

1. 患者様は、最善の医療と看護を安全かつ平等に受ける権利を持っています。
2. 患者様は、人権を尊重されプライバシーを保護される権利を持っています。
3. 患者様は、医療内容についての説明と情報提供を求める権利を持っています。
4. 患者様は、自らの意思に基づいて治療を選択する権利を持っています。
5. 患者様は、セカンドオピニオンを求める権利を持っています。

当院では医療安全管理室にて医療安全に係る患者様やご家族の相談及び支援を行っております

MAP



電車でお越しになる方

- JR 伊勢崎駅から車で5分
- JR 本庄駅から車で30分
- JR 上越新幹線 本庄早稲田駅から車で40分

お車でお越しになる方

- 関越自動車道 本庄・児玉ICから車で40分
- 関越自動車道 高崎ICから車で30分
- 北関東自動車道 駒形ICから車で10分
- 北関東自動車道 伊勢崎ICから車で15分

【診療科目】

内科、呼吸器内科、消化器内科、循環器内科、腎臓内科
リウマチ内科、外科、肛門外科、形成外科、整形外科
皮膚科、アレルギー科、麻酔科 (ペインクリニック)、眼科
リハビリテーション科

【受付時間】 平日 8:30~12:00/13:30~17:00

土曜 8:30~12:00

日曜 8:30~11:00

【休診日】 祝日/国民の休日(日曜を除く)

【病床数】 188床

(急性期126床/回復期43床/地域包括ケア19床)

【救急体制】 救急告示医療機関

病院群輪番制 第二次救急医療体制

【関連施設】 医療法人石井会 石井皮フ科

医療法人石井会 渋川伊香保分院

医療法人石井会 敷島の森 おなかのクリニック



医療法人
石井会

石井病院

〒372-0001 群馬県伊勢崎市波志江町1152

TEL:0270-21-3111(代表)

URL: <http://www.ishii.or.jp/>