

けせん絆

TAKE FREE

ご自由に
お持ちください



～ CONTENTS ～

特集：逆流性食道炎

地域連携だより 介護保険とは？

栄養管理室特選 カンタン健康レシピ

TOPICS

お知らせ

優しさと信頼のある医療の実現へ



身近な病気 逆流性食道炎



テレビなどで耳にしたことのある方も多いかと思います。胸やけがする、近年では日本人の患者さんも増加している病気です。

今回は内科の消化器科医長 小野寺美緒先生に逆流性食道炎とはどのような病気なのか、お話を伺いました。

●どんな病気ですか？

逆流性食道炎は、強い酸性の胃液や胃で消化される途中の食べ物が食道に逆流しそこにとどまるため、食道が炎症を起こしてびらん（粘膜のただれ）や潰瘍を生じる病気です。このため胸焼けや胸の痛み、のどの違和感、咳など様々な症状が生じます。

逆流性食道炎はもともと日本人には少ない病気でしたが、食生活の変化などにより最近患者さんが増えています。

●原因には何が？

胃液は食物を消化するために胃酸や消化酵素を含み、強い刺激性があります。食道の粘膜は胃液に対する抵抗力が弱いので、通常は食道に胃液が逆流しない仕組みが働いています。さらに、食道の蠕動（筋肉の収縮により食べたものを口から肛門側へ運搬する運動）によって、胃の内容物が逆流してしまってもすばやく胃へ戻したり、唾液を飲み込むことによって食道へ入った胃液を薄めて流すことで、食道が胃液や胃の内容物で傷つかないようにしています。

逆流性食道炎は、下部食道括約筋など食道を逆流から守る仕組みが弱まるか、胃酸が増えすぎることによって胃液や胃の内容物が逆流し、それが食道の中にしばらくとどまるために起こります。

逆流性食道炎の原因としては、食事の内容（高脂肪、過食、タンパク質の多すぎる食事）、肥満、加齢、姿勢（背中の曲がり）、食道裂孔ヘルニア、薬剤などが挙げられます。

●普段の生活で心がけたいこと

逆流性食道炎の治療でまず大切なのは、食事、姿勢、服装など、逆流性食道炎をおこしやすい生活習慣を変えていくことです。しかしそれのみでは症状を完全になくすのは難しいため併せて薬による治療を行います。使われる薬剤にはプロトンポンプ阻害薬、ヒスタミンH2受容体拮抗薬、粘膜保護薬、制酸薬、漢方薬などがあります。薬による治療を始めると多くの患者さんでは症状がすみやかになくなります。

ただし、症状がなくなっても食道の炎症、びらん、潰瘍はすぐに治るわけではありませぬのでしばらくは薬を飲み続ける必要があります。また、薬では胃から食道への逆流を根本から治すことはできないため、治癒した後に服薬をやめると再発するかが少なくありません。そのような場合は長い間薬を飲む維持療法が必要になります。

以上の方法でも効果がないときや再発を繰り返すときには手術を行うこともあります。

地域医療福祉連携だより

介護保険について

皆さん、介護保険についてご存知ですか。65歳以上でないとサービスを受けられないと思っている方がいらっしゃると思います。

サービスを利用できる方は、介護や支援が必要だと認定を受けた65歳以上の方もですが、その他にも40歳～64歳の方で、対象となる病気（特定疾病）が原因で「要介護認定」を受けた方も対象になります。

対象となる病気（特定疾病）は以下の16種類です。

- ・筋萎縮性側索硬化症
- ・後縦靱帯骨化症
- ・骨折を伴う骨粗しょう症
- ・多系統萎縮症
- ・初老期における認知症
- ・脊髄小脳変性症 ・ 脊柱管狭窄症
- ・早老症
- ・糖尿病性神経障害、糖尿病性腎症及び糖尿病性網膜症
- ・脳血管疾患
- ・進行性核上性麻痺、大脳皮質基底核変性症及びパーキンソン病
- ・閉塞性動脈硬化症
- ・関節リウマチ ・ 慢性閉塞性肺疾患
- ・両側の膝関節又は股関節に著しい変形を伴う変形性関節症
- ・末期がん

上記の病気に該当する方は、身体状況によって介護サービスを受けられる可能性があります。詳しくは市役所や地域包括支援センター（保険介護センター）、または当院連携室にご相談ください。

◎お問い合わせ：TEL 0192 - 26 - 1111(代)

FAX 0192 - 27 - 7170(直)

8：30～17：15 ※平日のみ

①他院との紹介窓口 医事経営課：大久保・鈴木・菅野

②退院・転院のお手伝い、介護・お金に関すること等なんでも
退院調整看護師：小松

医療ソーシャルワーカー：遠藤・阿部・佐藤



カンタン健康レシピ



たらの芽パスタ

～材料（1人分）～

たらの芽・・・・・・・・ひとつかみ
ベーコン・・・・・・・・2枚
パスタ・・・・・・・・100g
オリーブオイル・・・大さじ1
にんにく・・・・・・・・1片
ブラックペッパー
・・・・・・・・適量
しょうゆ・・・・・・・・少々



～作り方～

- ①タラの芽は食べやすい大きさに切る。ベーコンは短冊切りにします。
- ②オリーブオイルでにんにくを炒め、ベーコン、たらの芽を炒めてブラックペッパーで味付けし、香り付けにしょうゆを垂らします。
- ③パスタを塩ゆでします。湯切りしたあとに、オリーブオイルを絡めます。
- ④炒めたタラの芽とベーコンとパスタを混ぜ、最後にブラックペッパーを一振りして完成！



えいよう豆知識 | たらの芽

- ・カリウムを多く含んでいます。ナトリウムを体外に排出する働きがあり、高血圧の方に効果があると言われています。
- ・健胃、強壮、強精作用
- ・マグネシウム、リン、鉄分などのミネラルを含んでいます。
- ・β-カロチンも豊富です。

TOPICS

自動支払機が新しくなりました！



あれ、と思われた方も多いと思いますが、1階ロビーにある自動支払機が新しくなりました。

お金を入れると、お釣りや診察カードとともに領収書と診察の内容が書かれた診療明細書が出てきます。個人情報に記載されていますので、忘れずにとっていきましょう。

入金機が音声で使い方を教えてくれますが、慣れない、よくわからないという方は気軽に職員に声をかけてくださいね。

大船渡病院の中庭

皆さん、大船渡病院の中庭に入ったことはありますか？意外に入ったことのある方は少ないかもしれませんね。水槽には鯉や金魚が泳ぎ、プランターには色とりどりの花が咲いています。

エレベーターホールにあるいこいの場から眺めることもできますし、日中（午前8時から午後5時まで）は開放されていますので、ぜひ足を踏み入れてみてください。

晴れた日は日光が差し込み、ぽかぽかしてとても気持ちがいいですよ。



ドレミ保育所の子供たちもお散歩にやってきました

総合案内

正面の入り口から入ってすぐのところに、「総合案内」の文字が掲げられた一角があります。

「初めて大船渡病院に来たけれど、まずはどうしたらいいの？」

「体の調子が悪いけれど、何科にかかったらいいのかわからない…。」

いつもと体の調子が違うと、不安も多いですよ。大船渡病院は診療科が多いので、悩んでしまう方も多いはず。

そんなときには総合案内に行ってみましょう。不安なこと、わからないことがあったら職員に声をかけてください。元気にお答えいたします！

また、総合案内のカウンターにはボランティアの方々から頂いているお花が飾ってあります。きれいに咲いているので、ぜひ見ていってくださいね。



HPリニューアル！

皆さん、大船渡病院のホームページをご覧になったことはありますか？今年度からより見やすくリニューアルされました！当院の概要や診療のご案内、取り組みなどを載せています。お知らせなどをリアルタイムで発信していきますので、ぜひ一度ご覧になってみてください！



糖尿病教室のお知らせ

当院では平成 26 年度も『楽しく学ぶ糖尿病教室』を開催いたします。糖尿病は自覚症状がなくても見えないところで進行が進んでいく病気です。現在糖尿病でない方も参加できますので、興味のある方はご参加下さい。

今後のスケジュール

①平成 26 年 7 月 23 日

午前 9 時 15 分～10 時 15 分 『食事療法について』

②平成 26 年 9 月 24 日

午前 9 時 15 分～10 時 15 分

『糖尿病の合併症 足の病気について、たんぱく尿と腎臓の病気について』

③平成 26 年 11 月 26 日

午前 11 時 15 分～14 時 15 分

世界糖尿病デー・日本糖尿病週間記念

④平成 27 年 1 月 28 日

午前 9 時 15 分～10 時 15 分

『糖尿病と目の病気について』



●場所

大船渡病院 3 階講義室

●お問合せ先

内科外来

Tel.0192-26-1111 (代表)

動物に注意

大船渡病院の周りは山に囲まれているため、時折シカなどの動物を見かけることがあるかと思えます。

リアスホールの上のあたりや、病院駐車場に行くまでの登り坂、精神科病棟の裏などで目撃されることが多いようです。

急に道路へ出てくることもありますので、通行の際には十分お気を付け下さい。



当院の状況 | 診療活動報告

※数値は平成26年2月～4月の平均値による

○本院の状況

平均入院患者数 **322** 人/日 月末病床利用率 **66.1** %

平均外来患者数 **711** 人/日 平均在院日数 **16.7** 日

○救急センターの状況

救急患者数 **1,129** 人/月

救急搬送受入数 **153** 人/月



IWATE PREFECTURAL OFUNATO HOSPITAL
岩手県立大船渡病院

〒022-8512 岩手県大船渡市大船渡町字山馬越 10-1
TEL.0192-26-1111 FAX.0192-27-9285
URL:oofunato-hp.com Email:EA1002@pref.iwate.jp
編集・発行 岩手県立大船渡病院広報委員会