

すまじる長中

TAKE FREE
2023
冬号
Vol.21



管理者会議メンバー



新年のご挨拶

病院長 矢尻 洋一

新年あけましておめでとうございます。皆様、良いお正月を過ごされたことと思います。COVID-19 コロナウイルスとの付き合いも、3年が過ぎ、早や4年目となりましたが、感染の収束は、未だ見えておりません。多くの方はウィズコロナの生活を受け入れる一方で、ストレスと疲労が溜まっているのではないかでしょうか。早く、安全な特効薬ができる、風邪、インフルエンザ相当の対応となることを願っております。病院では職員の頑張りでコロナ患者様への対応はもちろん、最小限の診療制限で通常診療を継続することができています。全職員を誇りに思うと共に深く感謝しております。

さて昨年のサッカーワールドカップでは、日本代表は目標のベスト8以上には届きませんでしたが、その活躍で「やればできる」と勇気づけられた方も多かったのではないでしょうか。何事も目標に向かって自ら信じて、日々精進、努力を継続し、熟考することが大事だと教えてくれました。

昨年10月当院は初めて(公財)日本医療機能評価機構の病院機能評価を受審しました。初めてではありましたが、全職員の日頃からの業務取り組みにより、すべての項目で合格点以上の評価を受けることができました。今回の受審経験から、患者様中心のサービスの向上と安心・安全な最新の医療の提供に努める必要性を改めて痛感いたしました。地域医療に貢献し、地域の重要な一員として、地域と共に発展して参りたいと思っております。

今年も長岡中央総合病院をよろしくお願い申し上げます。今年こそ、コロナ感染症が収束し、明るい良い年となることを願っております。

胃がんリスク検診（ABC検診）について

皆様は「ヘリコバクター・ピロリ菌」「胃がんリスク検診」「ABC検診（検査）」という言葉をお聞きになりましたことがおありでしょうか？

<ピロリ菌って？何が悪いの？>

胃は通常強い酸（胃酸）があり、細菌が生息できない環境といわれてきましたが、40年ほど前にオーストラリアの医師が胃内に生息する細菌を発見しヘリコバクター・ピロリ菌（以下ピロリ菌）と名付けられました。その後の研究でピロリ菌感染によって胃粘膜の萎縮（炎症によって胃粘膜が薄くなった状態）が進むほど胃がんが発生しやすくなることが明らかにされています。



<胃がんとピロリ菌感染の関係は？>

胃潰瘍、十二指腸潰瘍や胃炎の患者さんを対象として10年間で胃がんになった人の割合を調査したところ、ピロリ菌に感染していない人では0%でしたがピロリ菌感染者では2.9%でした。その他の多くの報告でピロリ菌感染が胃がん発生に関係することが報告されています¹⁾。

<ABC検査って？>

これらの研究から薬剤を使って胃からピロリ菌をなくす（＝除菌といいます）治療によって、胃がんの発生を抑えることができると考えられ、ピロリ菌が感染しているかどうかを知るための検査がいくつか開発されました。

そのうちの一つがABC検査です。血液から測定でき、簡便なことから胃がんリスク検診（ABC検査）として長岡市をはじめ自治体などでも多く行なわれています。

この検査で胃がんにかかる危険性や治療の必要性がわかり、除菌治療や定期的な検査を行うことで胃がんなどの予防・早期発見・早期治療に役立ちます。

<どこでできるのですか？>

長岡市では20歳から65歳までの方に5年ごとにABC検査に対して助成がされています。医療機関でもできるところもありますが、まずお問い合わせされることをおすすめします。当健診センターでも人間ドックや検診ご利用時の際の採血で追加（別途料金3300円）で行うことができますので、自治体の検診などに行く機会がなかった方やご心配のある方は、当施設ご利用の機会にご検討ください。

ご希望の方はドック、検診予約時、または受付時に当健診センター職員にお申し付けください。

<ご注意>

ただしABC検査はすでにピロリ菌検査、除菌治療をされた方は対象になりません。また消化性潰瘍、逆流性食道炎の内服治療をされている方、胃切除、腎機能障害、免疫能低下、ステロイド投与、免疫抑制剤投与をしている方などは、正確な判定ができず、検査ができないことがありますのでご不明な点がございましたら受診機関にお問い合わせください。

1) Uemura N,et al.:N Engl J Med.2001;345(11):784-9

もっと知りたい！部署のこと

内視鏡室について

みなさんは内視鏡検査と聞くと苦しそうだなとか、何度経験しても辛いなど、なるべくならしたくないと考えませんか。しかし、内視鏡検査を行なうことで、がんなどの重大疾患の早期発見につながりますし、早期胃がんに対する内視鏡的粘膜下層剥離術を行なうことで手術せずにがんを取り除くことができます。

当内視鏡室は、ベテランの医師をはじめ経験豊かなスタッフが在籍していて、救急診療を含めた各種疾患に対応しています。上部消化管内視鏡が年間約9000件、下部消化管内視鏡が約3000件を上回る件数実績があります。

内視鏡室は外来1階エリアの16番にあり、計6室の検査室と内視鏡検査後の回復ベッドがあります。必要時には内視鏡機器を持参して、病棟や手術室などに出向き検査室外検査にも対応しています。

内視鏡室では、検査を受ける前の不安や恐怖心、検査中の苦痛など患者様の気持ちに寄り添い、安心して検査を受けられるように心がけています。検診で異常を指摘され精密検査が必要な方や、主治医から内視鏡検査を勧められた患者様、何か心配なことなどありましたら、いつでもお気軽にご相談ください。



内視鏡室



内視鏡受付

栄養科
ワンポイント
コーナー



【温活フード】で寒い冬を元気に過ごしましよう ～身体を温める食材～

身体を内側から温めて基礎体温を上げる事を温活と呼びます。

温活の目的は体調を改善する事。冷えは肩こり・胃腸の不調などさまざまなトラブルに繋がるほか美容面のトラブルも引き起こします。

代謝が落ちるとむくんだり太りやすくなったりもします。

温活の中でも気軽に始められ習慣化しやすいのが「食」です。身体を温める食材としてよく知られているのが発酵食品やスパイス。中でも生姜は加熱することで身体を温める効果が増します。スパイスは身体を温める物が多いので胡椒やシナモン・唐辛子などもおすすめ食材。その他、寒冷地で採れる色が濃いお茶も身体を温めてくれるものが多いです。紅茶や烏龍茶・ほうじ茶・黒豆茶などは身体を温めてくれる発酵茶。ルイボスティや麦茶・杜仲茶などのノンカフェインのお茶はさらに効果的と言われています。朝は体温が低く、身体の外側も内臓も冷えているので温活フードを積極的に取り入れたいですね。

簡単に生姜湯などは如何でしょうか。温活フードを味方に付けて寒い冬を元気に乗り切りましょう。

記事担当：管理栄養士 馬場優子



病院からのお知らせ



『病院の理念』

地域の中核病院として
皆様の健康を守る為
良質で心温まる医療を提供し
予防・保健・福祉活動を
積極的に推進いたします



『患者の権利』

当院では、医療行為が患者さん中心に行われるべきものであると深く認識し、以下の五項目を患者の権利と制定し、これを日常の医療行為の規範とすることを宣言いたします。

1. 個人の尊厳を尊重される権利
2. 良質の医療を平等に受ける権利
3. 十分な説明を受ける権利
4. 自己決定の権利
5. 個人のプライバシーが守られる権利



中央看護専門学校 第65期生戴帽式を開催しました

令和4年10月20日、N Cホールにて第65期生66名の戴帽式を開催しました。

戴帽の儀は、病院実習を開始する2年生がナースキャップを戴く儀式です。

近年医療現場では衛生面の観点からナースキャップを廃止していますが、ナイチンゲールの精神を踏襲していくために、戴帽は大切な儀式となっています。



令和4年度永年勤続表彰式を行いました。

12月22日に永年勤続表彰式を行いました。勤続15年の職員が表彰対象となり、今年度は病院の17名、看護専門学校の2名が受賞され、矢尻病院長より表彰状と賞品を贈呈されました。

また、名誉院長である故龜山宏平先生の寄付により創設された、優れた研究発表に対する院内表彰の「龜山賞」の授賞式も同時に行われ、3名の方が受賞され、矢尻病院長より賞金を贈呈されました。

受賞された皆様、おめでとうございます。皆様のこれからのご活躍を心よりお祈り申し上げます。

