2020
WINTER

令和２年１月６日　第６１号

こころ

発行元　行田中央総合病院　広報委員会
埼玉県行田市富士見町 2-17-17
TEL　048 - 553 - 2000
発行責任者　川 島　治

CONTENTS

➔ 院長挨拶
➔ 医療最前線
➔ 学会発表（骨粗鬆症学会）
➔ 学会発表（禁煙学会）
➔ はらペコ倶楽部
➔ 外来診療担当医師一覧（R2.1.6現在）

病院理念

- 私たちは「病気を診ずして病人を診よ」の精神で、心温まる生涯医療センターを目指します。
- 私たちは患者様のために最善を尽くすことに誇りを持ち、笑顔で活躍できる職場作りを目指します。

★★ 病院と地域の方々を結ぶ広報誌 ★★

行田中央総合病院

ホームページはこちら
http://www.gcgh.jp/

院長　川島 治

干支の初めに　～「寝ず身（ねずみ）」もほどほどに～

「子」は、ご存知のように十二支の始まりです。

芽吹きの年、子宝＝生まれる年ともされ、「子」の刻は 23 時から午前 1 時。季節は冬至。

「あらゆるものが初々しい活力をもって増えていく」というイメージを持つのが子年です。また「子」の字は、子どもの頭に髪の毛がどんどん生えて伸びる様子を象（かたど）った「孳（じ）」や、増える・育つ・はびこる「滋（じ）」に通じるとされています。

「ネズミ算」という言葉があるように、ねずみは繁殖力の高い動物。子孫繁栄を象徴する存在で、子宝や財を蓄えるシンボルとされています。

産科を起源とする当院としては、たくさんの赤ちゃんの命の芽吹きに立ち会いたいと願っています。

「ネズミ」には働き者というイメージがあり、「寝ず身」という当て字があるほどです。「子に臥し虎に起きる（ねにふしとらにおきる；午前零時に寝て午前四時頃におきる）」などという言葉もありますが、働き過ぎに「チュー意」しつつ、新しいことにチャレンジし、ネズミ算よろしく、患者様を、職員を、地域を･･･笑顔一杯にしたいと思います。

医療最前線

長引く咳の話～漢方で治す慢性咳嗽～

こころ秋号では「気象病」が取り上げられていましたね。やはり、季節と病気とは密接に関係します。冬、気温が下がり、空気が乾燥すると多くなるのが、長引く咳です。

そこで今回は、慢性咳嗽の話です。咳は「外からの異物に対する生体の防御反応」であります。つまり、ほこりやウィルスといった異物が、上気道～下気道で探知されて、その結果に生じる咳反射（防御反応）です。ちなみに、咳（咳の飛沫）は２メートル先まで届く力があり、１回の咳で消費されるエネルギーはおよそ２キロカロリーだそうです。長引く咳は、体力消耗の原因ともなりますね。

日本呼吸器学会の「咳嗽に関するガイドライン」では、３週間未満を急性咳嗽、３～８週間未満を遷延性咳嗽、そして、８週間以上続く場合を慢性咳嗽、と分類しています。

原因として、痰が出る湿った咳（湿性咳嗽）を来す病気には、「かぜやインフルエンザなどの感染症」「副鼻腔や後鼻漏などの鼻の病気」「喘息、慢性閉塞性肺疾患（COPD）」などが挙げられます。また、痰が出ない乾いた　咳（乾性咳嗽）を来す病気には、「咳喘息」「感染後咳嗽」「胃食道逆流症（GERD）」「アトピー咳嗽」、そして「心因性咳嗽」などが挙げられます。

麦門冬湯は、「粘稠で切れにくい痰、咽喉の乾燥感があり、発作性の激しい咳」を目標に、お年寄りの長引く咳に、お勧めの漢方薬です。

麦門冬湯には、唾液分泌作用や、鎮咳、去痰、消化吸収促進作用が認められています。

基礎研究では、咳反射に関係するC繊維の過剰亢奮を抑制したり、肺サーファクタント分泌の制御、気道クリアランス改善作用が報告されています。

漢方の目からみると、「乾燥した体質」の人に使われるお薬です。

半夏厚朴湯は、「咽喉頭の違和感」が目標で、典型的な人は「のどに梅干しの種が詰まったような感じがする」と言い、漢方ではこれを「梅核気」と呼びます。臨床研究では、お年寄りの誤嚥性肺炎の予防効果が証明されています。

漢方の目でみたときは、「気の巡りが悪く、痰が多い水毒の体質」の人に使われます。麦門冬湯が滋潤作用（からだを潤す作用）が強いのに対して、半夏厚朴湯は利水作用（痰やむくみを取る、乾かす作用）となります。

その他、喘息や気管支炎には、**麻杏甘石湯**・**五虎湯**。感冒・インフルエンザ後の夜間眠れないような咳には、**竹茹温胆湯**などが使われます。同じ長引く咳に使う漢方薬ですが、色々と使い分けがありますので、専門外来でご相談ください。

学会発表

●第21回　日本骨粗鬆症学会

当院ではコツコツサポートチームという医師や看護師・理学療法士などの専門職が、チームを組んで皆様の骨粗鬆症治療のサポート・骨折予防に取り組んでいます。

昨年10月11～13日に神戸にて開催された第21回骨粗鬆症学会に参加し、当院の取り組み『当院病院祭におけるロコモティブシンドロームが参加住民に及ぼす効果検証』『（市内から骨粗鬆症患者を一人でも減らしたい）骨粗鬆症リエゾンサービスの取り組みと今後の課題』を発表してきました。4,800名を超える多くの方々が集まり、多職種による多角的な視点で骨卒中・骨粗鬆症治療に対しての意見交換がなされていました。

これからもチームとして勉強をしていき、地域の皆様の健康づくりに向けた活動をしていきたいと思います。

第13回　日本禁煙学会

昨年 11 月３～４日、山形にて禁煙学会が開催され、院長を筆頭に発表者４名・サポートメンバー３名・薬剤師会からも１名発表で参加してきました。

学会では高校生も発表しており、活動が活発であることに驚きました。

2020 東京五輪もあり、禁煙が加速するよう努めていきたいと思います。

― 発表演題 ―

Child to community
～市内全小学生対象喫煙防止教室・成人式即日調査（行田モデル）による早期教育の効果検証と健康格差の解消・町づくりの支援～

Child to home
～家庭内行動変容を引き起こす力～
市内全小学生対象喫煙防止教室
（行田市に無煙世代を育てよう）
10 年間 6795 人の子どもたちの願いから

「新型タバコとは？」
喫煙者・非喫煙者の認識の違いについて

児の出生時体重や流産に与える影響について
～受動喫煙・新型タバコに注目して～

～未来へきれいな空気を～禁煙サポートチーム
～ Fresh Air Team ～
活動報告 第四報

はらペコ倶楽部

１１月8日(金)
忍城ウォーキング
～参加者１８名 職員１０名の参加～

１０年目のはらペコ倶楽部ウォーキングで、初めて、映画『のぼうの城』の舞台となった『忍城趾』までウォーキングに行って来ました。
１１月ではありましたが、絶好のウォーキング日和。

秋晴れの中、片道２．３キロ・約４２００歩のコースを約４０分。古代蓮や埼玉古墳とほぼ同じ距離ですが、行田の街中は、建物が多く景色を見ながら会話を楽しみながらのウォーキングは、短く感じられました。皆毎日、黙々とウォーキング頑張っていますが、「大人数で歩くのは、楽しいね！」と笑顔いっぱいの感想が寄せられました。

疲れを癒すウォーキングに欠かせない『おやつ』は、もちろん管理栄養士の手作り。
今回は、『ラズベリー＆チョコレートのムース』なかなか洒落てますね。
帰りは、水城公園を一回りし、無事終了。お疲れ様でした。

11月14日は、『世界糖尿病デー』

世界中で１１月 14 日は、糖尿病予防を啓蒙するための日に位置づけられています。当院でも、はらペコ倶楽部の担当者が、外来待合室でイベントを実施しました。
血糖測定と糖尿病パンフレットの配布、ごはんの計量と、盛りだくさんの内容。
「ごはん食べ過ぎてたわ。」「血糖値気にしていたけど、正常で良かった。」「予防と早期発見が大切ね。」など、感想が寄せられました。

編集後記

昨年の１２月、電子カルテを導入しました。軌道に乗るにはまだ道半ばですが、来院される方の待ち時間短縮や業務効率を高めるため、日々努力中です。
受付から診察までの流れも大きく変わり、しばらくの間ご不便をお掛け致しますが、ご理解・ご協力の程、よろしくお願い致します。

編集担当 A2

行田中央総合病院　外来診療担当医師一覧　R2.1.6 現在

＊診療時間　【午前】9時 ～ 12時　※土曜日は全科 午前中のみの診療となります。
【午後】2時 ～ 5時　内科・小児科<月・水>
3時 ～ 5時　外科・整形外科・形成外科・皮膚科・産婦人科・小児科<火・木・金>

診療科目		月	火	水	木	金	土
スマイル外来（産婦人科）	午前	福庭一人 佐原友妃子	堀　慎一 ※10:00～	福庭一人 明石廸之	福庭一人 吉田光典	福庭一人 吉田光典	福庭一人 今永兼良
	午後	福庭一人 佐原友妃子	堀　慎一	福庭一人	福庭一人 吉田光典	福庭一人 吉田光典	
女性外来	午後のみ	小林美紀　（要予約）					
内　科	午前（専門）	院　長（総　合）	院　長（総　合）	院　長（総　合）	院　長（総　合）	院　長（総　合）	院　長（総　合）
		小林万寿夫 （漢方・腎臓）	森本康弘 （呼吸器）	小林万寿夫 （漢方・腎臓）	井原憲一 （消化器）	赤嶺友代 （糖尿病）	鳥井晋三 （循環器）※不定期
		中谷直喜 （一般内科） ※第1・3・5週	赤嶺友代 （糖尿病） ※第1・3・5週	矢尾善英 （一般内科）	織戸宜子 （糖尿病）※9:30～	非常勤医師	矢尾善英 （一般内科）
		若尾純子 （一般内科） ※第2・4週	非常勤医師 ※第2・4週		鳥井晋三 （循環器）※不定期		
完全予約制 ・院長 ・小林（万）医師	午後（専門）	院　長		院　長	院　長		院　長
		小林万寿夫 （漢方）	森本康弘	小林万寿夫	井原憲一	小林万寿夫	
		中谷直喜 ※第1・3・5週	非常勤医師	矢尾善英	織戸宜子 ※～16:30	赤嶺友代	
		若尾純子 ※第2・4週			清川道夫 （老年医学）※隔週		
外　科	午前（専門）	宗澤利紀 （消化器）	安江英晴 （消化器・乳腺・肛門） ※9:30～	安江英晴 （消化器・乳腺・肛門） ※9:30～	安江英晴 ※第2・4週9:30～　他休診 ※15:00～16:00 ヘルニア・肛門専門外来	安江英晴 （消化器・乳腺・肛門） ※9:30～	非常勤医師
					前田剛志 （血管） ※第1・3・5週／他休診		
	午後（専門）	宗澤利紀 （消化器）	隈本智卓 （消化器）	休　診	吉永和史 （消化器） ※第2・4週16:00～	渡部篤史 （消化器）	
内視鏡		安江英晴	豊澤三郎	下山/隈本	吉永和史	慈恵医大	山田友春
整形外科	午前（専門）	凌（りん）　晨光	凌（りん）　晨光	杉田直樹 （一般・スポーツ）	鈴木景子 （脊　椎）	山村則文 （脊　椎）	埼玉医大
		男澤紘太					
	午後（専門）	凌　晨光	凌　晨光	杉田直樹 （一般・スポーツ）	鈴木景子 （脊　椎）	山村則文 （脊　椎）	
		男澤（おざわ）紘太 （一般）					
形成外科	午後のみ			野嶋公博 （第4週のみ3:30～）			
皮膚科 完全予約制					北畠雅人		
小児科	（専門）	熊澤健介 （呼吸器・アレルギー）	小林正久 （新生児・代謝・神経）	田知本　寛 （アレルギー）	平野大志 （腎臓・泌尿器）	森　琢磨 （循環器）	慈恵医大
眼　科	午前のみ	石橋　健	石橋　健	石橋　健	石橋　健	石橋　健	石橋　健
特殊外来 要予約	午後のみ	禁煙・もの忘れ・頭痛外来　：月・水・木曜日　午後 糖尿病透析予防外来　：月曜日　午後 ダイエット外来　：木曜日　午後 ヘルニア・肛門外来　：木（第2・4）　午後3～4時 フットケア・骨粗しょう症外来　：金曜日　午後 男性外来（ED・男性脱毛）　：土曜日　午後 いびき外来・ペイン外来　：お問い合わせください			≪外科・整形外科≫ 外科（水曜日・金曜日 午後） 整形外科（木曜日・金曜日 午前） **手術のため臨時休診となる場合があります。** お電話にてお問い合わせの上、受診して下さい。		