

道しるべ

医療法人愛生会 総合上飯田第一病院
医療法人愛生会 上飯田リハビリテーション病院
医療法人愛生会 上飯田クリニック
愛生訪問看護ステーション
あいせいデイサービスセンター
愛生居宅介護支援事業所
愛生会看護専門学校
名古屋市北区東部いきいき支援センター
医療法人愛生会 本部

医療トピックス

逆流性食道炎について

病院のちょっとしたいい話

「頭の疲れを癒す リンパマッサージ」

Q&A

なんでも相談室





逆流性食道炎について



総合上飯田第一病院
内視鏡センター長兼
消化器内科部長

小栗 彰彦

逆流性食道炎は、強い酸性の胃液や消化される途中の食物が逆流して食道が炎症を起こし、胸焼けや胸の痛みなど様々な症状が生じる病気です。もともと日本人には欧米人に比べて少ない病気とされてきましたが、人口の高齢化、食生活習慣の変化、肥満の増加、診断技術の向上などにより増加傾向にあります。



症状

- ◆**胸焼け**…最もよく見られる逆流性食道炎の症状で、みぞおちの辺りから胸の下の方にかけて焼けつく、あるいは熱くなるような不快感です。特にかがんだ時や食べ過ぎた後、就寝後に強くなるのが特徴です。
- ◆**胸の痛み**…食道への刺激が強いと、胸が締め付けられるような痛みを感じることもあります。
- ◆**吞酸げっぷ**…口の中まで酸っぱい液が込み上げてくる感覚です。
- ◆**喉の違和感**…逆流した胃酸により喉に痛みや違和感を感じたり、声がかすれることがあります。
- ◆**胃もたれ**…胃の中の食べ物がいつまでも胃に残っている様に感じる場合があります。



原因

食道裂孔は横隔膜に空いた食道を通す穴で、胃と食道を固定し逆流を防止しています。これが緩むと胃の一部が胸部に持ち上がり食道と胃の繋ぎ目の締まりが悪くなり(この状態を食道裂孔ヘルニアといいます)、胃の内容物が食道に戻り易くなります。

胃液は塩酸を含む胃酸によりpH1.0～1.5の非常に強い酸性の液体です。胃粘膜は強い酸から守るような仕組みを備えていますが、食道は強い酸や酵素に耐えられるような仕組みを備えていないので粘膜が障害されて症状が起こります。炎症が進むと潰瘍をきたしたり、狭窄して食べ物のつかえ感・胸痛が生じたり、出血することもあります。



日常生活の注意

◆**早食いを避け、食べ過ぎない**…過食は胃酸の分泌や胃内の圧を上げるため、食事はほどほどにしましょう。

◆**胸焼けを起こしややすい食品を控える**…チョコレートなどの甘いもの、柑橘類、コーヒー・紅茶、香辛料、アルコール類、煙草等は胃酸の分泌を活発にします。脂肪の多い食物や芋類は消化が悪く、胃内での食物の停滞時間が長く逆流を起こし易いとされています。

◆**食後すぐ横にならないようにする**…就寝直前の食事を避け、寝る時に頭が10〜20cm程度高くなるように上体を高くする工夫をすると効果的です。横向きに寝る場合は、胃の出口のある右を下にして寝ると良いとも言われています。

◆**肥満解消に努める**…腹部の脂肪が増えると胃が押し上げられ、逆流が起こり易くなったり胃が食道裂孔から押し出されて、食道裂孔ヘルニアの原因になることがあります。

◆**腹圧を上げないようにする**…腹圧が上がることによって逆流が起こり易くなります。重いものを持たない、前屈みを避ける、ベルトを強く締めない、排便時に力み過ぎないように気を付けましょう。



診断

内視鏡検査を行います。よく似た症状の別の病気(例えば食道癌でも胸焼けやつかえ感の症状を伴う場合があります)かどうか診断をする必要があります。



薬物による治療

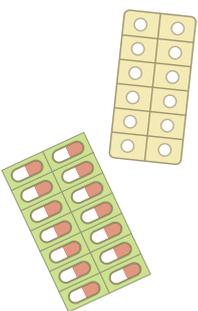
逆流を抑えるのではなく、薬を用いて逆流する胃液の量や胃酸の酸性度を減らして症状を和らげます。

◆**胃酸分泌抑制剤**…プロトンポンプ阻害剤(PPI)、H2ブロッカー等があります。PPIは、最も強力な胃酸分泌抑制剤で、約90%の方に有効です。逆流性食道炎は極めて再発率の高い病気なので、薬の内服をやめてしまうと、すぐに症状が再発するので長期間飲み続ける必要があります。

◆**制酸剤**…胃酸を中和する薬で、胃酸分泌抑制剤と併用して使われます。

◆**消化管運動機能改善剤**…食道の運動を活発にして胃酸を逆流しにくくしたり、胃の運動を活発にして食物を胃から排出するのを促す働きを高めます。

治療が遅れ食道が狭窄してしまった場合には、内視鏡を使い風船を膨らませて広げる治療を行うこともあります。これらの治療でも強い逆流が起こる場合には胃の入り口の形を整える手術(噴門形成術)を行うこともあります。現在は右記のような薬がありますので、我慢しないで医療機関に受診して早く治療を開始することが大切です。



Q&A なんでも 相談室

Q 「20歳女性です。左脇の下がこりこりして痛みもあります。何科を受診したらよいでしょうか？」

A 腋窩(脇)のしこりは、通常リンパ節の事が多いですが、女性の場合、副乳といって乳腺組織が遺残し、乳房が生理前に張る様に、痛みがでる事があります。痛みがある時は乳腺組織が固くなっている事が多いため、こりこりしたしこりとして触れる事があります。生理周期に合わせた症状の場合は、乳腺外科を受診して下さい。また、乳がんでリンパ節転移を伴った場合、時として痛みがでる事がありますので乳腺の検査もお勧めします。こりこりしたしこりが皮膚表面(もしくは皮下)の場合、粉瘤も考えられます。粉瘤とは皮

膚組織が皮下に袋を作り内部に垢などの老廃物が溜まったものです。感染などを起こすと痛みを伴います。こりこりした部分が皮膚(もしくは皮膚直下)であれば皮膚科受診をお勧めします。

総合上飯田第二病院
乳腺センター長兼外科統括部長
窪田 智行

Q 「外反母趾で悩んでいます。病院で治すことはできますか？」

A 外反母趾を悪化させないためには、まずヒールの高い靴を避けて、先のゆつたりした履物にすることが大切です。また外反母趾体操や輪ゴムを使ったトレーニングも有効です。母趾と第2趾の間に器具をはめる方法もあります。それでも症状が改善しない人には中足骨を骨切りして矯正する手術を行います。変形の程度によってさまざまな手術方法がありますので、一度専門医にご相談下さい。

総合上飯田第一病院
整形外科部長 良田 洋昇

Q 「目が真っ赤になりました。考えられる原因または対処法を教えてください。」

A 目が赤くなるのは、結膜の血管から出血した場合と、炎症によって充血する場合があり、結膜の血管が突然破れて結膜の下に出血が広がると、白目の部分が赤くなります。多くの場合は放置しても構いませんが、目をぶつけた後、痛みやかゆみ、目やにを伴う場合、頻繁に繰り返す場合、熱を伴う場合には治療が必要になることがあります。また、炎症によって充血する場合には直ちに治療が必要です。赤み以外の症状を伴う場合には、眼科の受診をお勧めします。

総合上飯田第二病院
眼科部長 古川 真理子



総合上飯田第一病院
腎臓内科
かわい ひろひさ
河合 浩寿

1月より腎臓内科医師として赴任いたしました。種々の腎疾患に対して様々な角度から検討し、患者さんに適切な治療を提供できるように努めていきたいと思っております。また、他科および近隣の医療機関との連携も大切にしていきたいと思っております。どうぞよろしくお願い致します。

新任ドクター 紹介

地域連携コーナー ひろせ整形外科

院長 廣瀬 和義

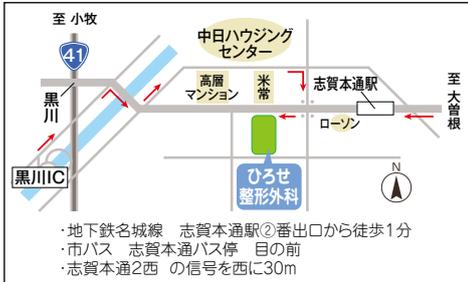


病院のご案内

住所：〒462-0853
名古屋市中区北志賀本通1-4
TEL：052-911-1700
FAX：052-911-1900
ホームページ：<http://www.hirose-seikei.com/>
●診療科目／整形外科・リウマチ科・
リハビリテーション科

受付時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
午前8:45～12:00 (診療時間9:00～12:30)	●	●	●	/	●	●	/
午後4:45～7:30 (診療時間5:00～8:00)	●	●	●	●	●	/	/

※休診日／日曜日・祝日・木曜日午前・土曜日午後



ひろせ整形外科は整形外科・リウマチ・リハビリの専門クリニックです。地下鉄志賀本通駅から徒歩1分、内環状線に面しており、駐車場もありますので車での来院も便利です。リハビリは、運動器リハビリテーション(Ⅱ)施設で理学療法士が「痛みのお出にくい身体作り」をするような質の高い運動療法を行っています。もちろん術後、退院後の通院リハビリもしています。

身近で頼りになる整形外科を目指し、地域の皆様におこたえいたします。



ナースのお仕事 Vol. 17



放射線科について

昨年9月21日より放射線科専属となりました看護師の永田です。業務内容は主に、CT・MRIなどの造影検査時の血管確保と検査開始から終了までの患者観察になります。

以前まで携わっていた外来業務に比べ患者様と接する時間がとても短くコミュニケーションの取り方を考えさせられ、最初の課題となりました。検査に対する不安は、何らかの検査経験がある方でも時にはありますが、全く初めての方の造影検査であった場合は、不安な気持ちや緊張の表情が手に取るように分かり伝わってきます。そんな時は、少しでも不安が軽減され安心して検査が受けられるように、検査の流れや必要性・安全性を患者様と同じ高さの目線でしっかりと説明します。その後納得して頂き検査開始とします。

この業務につき経験未熟な私ではありますが、今後も初心を忘れず患者様の安心安楽を第一に考え、検査終了後は患者様の検査に対する不安が消えているように思いながら業務の遂行をしていきます。第一世代を担ったことで、次の世代も安全確実な業務の遂行ができるように繋げていきたいと考えています。

「頭の疲れを癒す リンパマッサージ」

最近PCを使用したデスクワークの機会が多くなっていると思いますが、**「疲れた」と思った事ありませんか？**
そんな時には良い方法かも知れませんが一度試してみてください。

- ① 頭頂部に両手を当て、等間隔で開いた指の腹で頭皮を指圧、特に頭の重い箇所を重点に指圧して下さい。同じ箇所を5〜6回程で良いでしょう。
- ② 両手の人差し指、中指、薬指の腹の部分を肩間から頭髪の生え際の所まで圧迫しながら揉み上げ、更に両側のこめかみのところで止めて3回程円を描くようにマッサージします。
- ③ 両手の中指、薬指の腹の部分で目に当たらないように両眼を挟むように左右にこめかみのところまで流します。これを5回程流します。
- ④ 両手の親指の腹の部分を左右の小鼻の付け根から頬骨の下を通して両耳のくぼみのところまで流します。これも5回程流します。
- ⑤ 両手の親指の腹の部分を下顎から左右に両耳の下のくぼみまで5回程流します。
- ⑥ 最後に両手の親指と人差し指、中指で首の上からゆっくりと両鎖骨の所まで交互になで下ろして下さい。

これで顔面が少々ポカポカとしてくれ
ばリンパの流れが良くなってきた証拠、幾
分頭もスッキリしてきませんか？



総合上飯田第一病院
副院長 坪井 博



みなさまからの ご意見箱

総合上飯田第一病院では「みなさまの声」（アンケート）をいただき、より良い医療環境を目指していきます。

**病室トイレの水を流すレバーがわかりづらいです。
別のレバーを間違えて引いてしまいます。**

貴重なご意見ありがとうございました。
病室のトイレには、水洗レバーの他に尿器等の洗浄レバーが付いているところがあります。
トイレによってはレバーがわかりにくい位置に設置されておりました。申し訳ありませんでした。
レバーの位置を替えることはできませんので、該当するトイレには水洗レバーに表示を付けさせていただきました。

病室内でのメールの使用は禁止でしょうか。

貴重なご意見ありがとうございました。
メールにつきましては、音・明り(光)など他の患者さんのご迷惑にならないよう配慮いただきたいと思います。
4人床での携帯電話等による通話は、他の同室患者さんへのご迷惑となりますのでご遠慮ください。
院内での通話は指定の場所をご利用くださいますようお願いいたします。

臨床心理士 訪問



総合上飯田第一病院の臨床心理士は、外来では「物忘れ評価外来」と「発達相談外来(小児科)」で、各種の心理検査を用いた心理的評価を担当しています。病棟では、入院患者さんやご家族のこころとからだの辛さが少しでも和らぐような心理的な援助を心がけ、緩和ケアなどチーム医療の一員として活動しています。また、院内のメンタルヘルス対策にも取り組んでおり、スタッフとの面談や研修会を行っています。

総合上飯田第一病院 外来担当医表

ホームページアドレス <http://www.kamiida-hp.jp> TEL052-991-3111(代)

※平成25年3月10日現在の表となります。変更になることもございますのでご了承下さい。

科名	受付時間	診療開始時間	月	火	水	木	金	土
一般内科	午前 8:30~11:45	午前 9:00~	☆交代制	櫻井 ☆交代制	☆交代制	杉田 ☆交代制	☆脇田 ☆交代制	☆交代制
循環器内科	午前 8:30~11:45	午前 9:00~	林田	岡本	多湖	山田崇	岡本	
	午後 1:00~ 3:30	午後 1:30~			竹下			
消化器内科	午前 8:30~11:45	午前 9:00~	城 小田切	村居 小栗彰	城 齋藤	村居 小田切	小栗彰	☆交代制
呼吸器内科	午前 8:30~11:45	午前 9:00~	佐々木智	☆鈴木妙	☆鈴木嘉	佐々木智	☆足立	☆横山(受付~11:00)
禁煙外来	午後 1:30~ 3:30	午後 2:00~			佐々木智(完全予約制)			
腎臓内科	午前 8:30~11:45	午前 9:00~	河合				鈴木奈	
	午後 1:00~ 3:30	午後 1:30~				三浦直		
神経内科	午前 8:30~11:45	午前 9:00~	野田(受付~10:30)	鈴木啓	野田	濱田	橋詰	
	午後 1:30~ 3:30	午後 2:00~				千田		
旅行医学	午後 1:30~ 3:30	午後 2:00~		濱田				
糖尿病内科	午前 8:30~11:45	午前 9:00~		山本	二口	山田節	山本	交代制
	午後 1:30~ 3:30	午後 2:00~	二口					
外科	午前 8:30~11:45	午前 9:00~	岡島	加藤万 杉浦友	佐々木英 岡島	加藤万 岡島	佐々木英 雄谷	交代制
大腸専門	午後 1:30~ 3:30	午後 2:00~				加藤知	加藤知	
甲状腺外科	午前 8:30~11:45	午前 9:00~		加藤万		加藤万		
	午後 1:30~ 4:00	午後 2:00~			加藤万			
乳腺外科	午前 8:30~11:45	午前 9:00~	窪田(完全予約制)	雄谷(完全予約制)	窪田(完全予約制)	雄谷(完全予約制)	窪田(受付~11:00 完全予約制)	
	午後 1:00~ 4:00	午後 1:30~	窪田(完全予約制)		窪田(完全予約制)			
緩和ケア相談外来	午後 1:00~ 2:00	午後 1:30~			岡島(完全予約制)			
血管外科	午後 1:00~ 3:00	午後 1:30~					城所(完全予約制)	
整形外科	午前 8:30~11:45	午前 9:00~	☆土谷 ☆小林(不定期) 加藤大 ☆浅井	片岡祐 酒井(9:30~) ☆石塚 ☆交代制	良田 佐藤 中島 ☆丸山	片岡祐 ☆二村 筑紫(9:30~) 土谷	良田 佐藤 ☆濱田 丸山	☆交代制 ☆交代制 (脊椎)
	午後 1:00~ 3:00	午後 1:30~	今釜(脊椎) (受付~14:00 完全予約制)			土谷(膝、肩専門外来) (完全予約制)		
スポーツ外来	午後 1:30~ 3:30	午後 2:00~				良田(第1週)	大島(第2、4週)	
皮膚科	午前 8:30~11:45	午前 9:00~	吉澤	小川	竹尾		吉澤	交代制(第1、3週のみ)
泌尿器科	午前 8:30~11:30	午前 9:00~	新美(受付~11:00 郡(月1回))	新美	戸澤	林	新美	交代制
	午後 1:30~ 3:30	午後 2:00~			飯田(完全予約制)			
脳神経外科	午前 8:30~11:45	午前 9:00~	水野	魚住	岡本	魚住	住友	交代制
ペインクリニック外科	午前 8:30~11:30	午前 9:00~		山田満			坪井	
小児科	午前 8:30~11:45	午前 9:00~	☆後藤泰	☆多田	後藤泰 ☆金	後藤泰	☆早川昌	後藤泰 (ワクチン)
	午後 1:30~ 4:30	午後 2:00~	後藤泰		後藤泰 早川知(小児発達相談)	後藤泰 木許(アレルギー)	後藤泰	
産婦人科	午前 8:30~11:45	午前 9:00~	高橋千	後藤真	徳橋 高橋千	眞鍋て	徳橋 服部	交代制
	午後 1:30~ 3:00	午後 2:00~	高橋千(完全予約制)					
耳鼻いんこう科	午前 8:30~11:45 (※水曜日は11:00まで)	午前 9:00~	久野	久野	☆交代制 (10:00~11:00)	久野	久野	☆交代制
めまい外来・音声外来	午前 8:30~11:45	午前 9:00~	久野	久野		久野	久野	
物忘れ評価外来	午前 8:30~11:30	午前 9:00~	鵜飼(完全予約制)		鵜飼(完全予約制)			
	午後 1:00~ 3:30	午後 2:00~	鵜飼(完全予約制 ・初診のみ)		鵜飼(完全予約制 ・初診のみ)			
眼科	午前 8:30~11:30	午前 9:00~	☆大曾根 ☆青柳 ☆長島	古川 ☆交代制 澤 佐藤(第1週)	澤 ☆大橋 ☆交代制	古川 ☆交代制 ☆青柳 青山(第1、3週)	古川 ☆長島 ☆非常勤 ☆大曾根	※紹介患者 救急患者のみ

※外来担当医の変更や休診などはホームページでご確認下さい。〔ホームページのアドレス〕<http://www.kamiida-hp.jp>

※当院は予約診察を行っております。(予約診察以外の医師には、☆印が付いております。)

※上記、受付時間以外の午前診察の初診受付時間は午前11時30分までとなっております。

愛生居宅介護支援事業所

公的介護保険を使って在宅で過ごされている方のお手伝いをさせていただく事業所です。

介護支援専門員(ケアマネジャー)がご自宅を定期的に訪問し、どのような環境でどのような生活をされているかを評価し、必要なサービスの相談を行ってケアプラン(介護計画)を作成する身近な相談機関です。サービス提供事業所との連絡調整、区役所への要介護認定申請代行、行政の委託で要介護認定のための調査等も行っています。



お知らせ

2013/4月～7月の行事

<p>「糖尿病教室」</p>	<p>日時／毎月第3木曜日 10:30～13:30 毎月第3土曜日 10:30～12:00 場所／総合上飯田第一病院南館8階 会議室 講演／総合上飯田第一病院医師・管理栄養士・理学療法士</p>	<p>内容／糖尿病について、医療面、食事面、運動面の3つの方向から考えます。</p>
<p>「母乳教室」</p>	<p>日時／毎月第1土曜日 10:00～11:30</p>	<p>場所／総合上飯田第一病院南館8階 会議室 講師／助産師による指導 ※詳しくは北館2階産婦人科受付まで</p>
<p>「マタニティヨガ教室」</p>	<p>日時／毎週火曜日 14:00～16:00</p>	
<p>「母親教室」</p>	<p>日時／毎月第1・3水曜日 13:30～15:30</p>	
<p>「ファミリークラス」</p>	<p>日時／毎月第1土曜日 13:30～15:30</p>	



医療法人 愛生会

理念 信頼され愛される病院

医療法人愛生会 総合上飯田第一病院

●健診センター(人間ドック) ●各種健康診断・企業健診
●急患の方は24時間、随時受付いたします。
〒462-0802 名古屋市北区上飯田北町2丁目70番地
TEL(052)991-3111 FAX(052)981-6879
ホームページ: <http://www.kamiida-hp.jp>
E-mail: infor@kamiida-hp.jp

医療法人愛生会 上飯田リハビリテーション病院

回復期リハビリテーション病棟
●通所リハビリテーション
〒462-0802 名古屋市北区上飯田北町3丁目57番地
TEL(052)916-3681 FAX(052)991-3112
ホームページ: <http://www.kami2-hp.jp>
AX(052)991-3579

医療法人愛生会 上飯田クリニック

人工透析
〒462-0802 名古屋市北区上飯田北町1丁目76番地
TEL(052)914-3387 FAX(052)911-4866

愛生訪問看護ステーション

〒462-0808 名古屋市北区上飯田通2丁目37番地 CKビル1階
TEL(052)991-3210 FAX(052)991-3579

あいせいデイサービスセンター

〒462-0808 名古屋市北区上飯田通2丁目37番地 CKビル2階
TEL(052)991-3548 FAX(052)991-3539

愛生居宅介護支援事業所

〒462-0808 名古屋市北区上飯田通2丁目37番地 CKビル3階
TEL(052)991-3546 FAX(052)991-3539

愛生会看護専門学校

〒462-0011 名古屋市北区五反田町110-1
TEL(052)901-5101 FAX(052)901-5101
ホームページ: <http://www.ngy.1st.ne.jp/~ai-kango>
E-mail: ai-kango@ngy.1st.ne.jp

名古屋市北区東部いきいき支援センター

〒462-0808 名古屋市北区上飯田通2丁目37番地 CKビル1階
TEL(052)991-5432 FAX(052)991-3501

愛生会本部

〒462-0808 名古屋市北区上飯田通2丁目37番地
TEL(052)914-7071 FAX(052)991-3543
ホームページ: <http://www.aiseikai-hc.or.jp>
E-mail: aiseikai@kamiida-hp.jp