

新年のご挨拶

医療法人 早仁会 久喜メディカルクリニック 理事長・院長 早瀬 仁滋

新年あけましておめでとうございます。

皆様のおかげをもちまして3年目を迎えることが出来ました。これも一重に来院される患者様の暖かい見守りと御助言に尽きません。外来の待ち時間では患者様に大変ご迷惑をお掛けすると共に、重症患者・初診患者優先順番制を導入しているため、若干の時間的ご負担をお掛けしております。

電子カルテを導入しているおかげで、カルテ出しの待ち時間、診療終了後の会計待ち時間が著しく短縮され、院内に拘束される時間短縮に今後も職員一同努力して

いきたいと思えます。また、患者様からいただいた御意見を尊重し、新患、診察券忘れ・紛失に対応した仮診察券の導入や採血結果の理解を高めるパンフレットの提供等、丑年にふさわしく1つ1つ踏みしめるように解決し、皆様に愛されるクリニックを目指し職員一同努力して参りたいと思えます。

今後ともご指導・ご鞭撻のほど宜しくお願い申し上げます。



インフルエンザについて

病棟看護師 渡部 樹里

インフルエンザは、インフルエンザウイルスによる急性呼吸器感染症です。毎年流行して多くの患者が発症し、症状が思いことから、人の健康や社会に対する影響が大きく、一般の風邪症候群とは区別して考えるべき疾病です。

特に、小児や高齢者、慢性疾患を有するハイリスクグループの方は、症状が悪化し、時には死に到るケースもあるため、注意が必要です。

(インフルエンザの流行)

インフルエンザの流行は、例年、11月下旬から12月上旬頃に始まり年が明けた頃から患者数が急増し、1~3月の間にピークを迎えてその後は減少に向かい、4~5月頃に終息するパターンをとっています。

(症状)

インフルエンザウイルスに感染すると1~3日間の潜伏期間を経て、発熱(通常38℃以上の高熱)、頭痛、全身の倦怠感、筋肉痛、関節痛などが突然あらわれます。

その後、咳や鼻汁などの上気道炎症状が続き、約1週間で治癒しますが、いわゆる「かぜ」に比べても熱も高く、全身に症状があらわれるなど、症状が重いのが特徴です。特に、高齢者や慢性疾患の患者は、肺炎などの合併症を併発し、症状が重篤となり、死亡する例もあるため注意が必要です。また、小児については、稀にインフルエンザ脳炎・脳症を発症することがあるため、症状の経過をよく観察しておく必要があります。

(感染経路)

感染者の咳などによる飛沫からの感染です。そのほか患者の鼻咽頭分泌物に汚染されたタオルなどの物品を介しての間接的な感染もあります。

感染者がウイルスをたくさん排出するのは、発症から3日目くらいまでと言われています。家庭内に患者がいる場合などは、この期間中は特に注意が必要です。鼻咽頭分泌物などに含まれるウイルスは、空気中では数時間感染力を保つと言われています。

インフルエンザの流行は広がりが速く、罹患率も高いため、感染経路をよく理解して予防対策を行いましょう。

(予防方法)

通常 of 感染予防対策

- ・ 外出時には、マスクを着用し人ごみはなるべく避けましょう。
- ・ 外出先から帰宅したら、うがいと手洗いを励行しましょう。
- ・ 洗っていない手で目をこすったり、鼻をほじったりしないようにしましょう。
- ・ 食事は栄養バランスを考えたメニューを心がけ、体調を整えましょう。
- ・ 暴飲、暴食、夜更かしをひかえて体力維持に努めましょう。
- ・ 気道の粘膜を保護するために、室内の湿度を適度に保ちましょう。
- ・ 患者は、周りの人にうつさないように、マスクをするなどの対策を取りましょう。



X線検査と造影剤のお話し

放射線科 放射線技師 村井 靖

X線検査は、X線が物質を通り抜ける性質を利用して、体の見えない部分を画像にして診断します。体を通り抜ける際に、臓器の性質によってX線が通り抜ける量が異なるという特徴があります。その通り抜ける量を写真の濃度差(コントラスト)で表したのがX線写真です。濃度差がハッキリすると、臓器の形が分かりやすくなり、正常な状態との違いが分かりやすくなり、より診断しやすくなります。

代表的なものは、胸部と腹部と骨の診断です。X線診断の中では頻度が高い検査なので、一度は撮影を受けてご覧になっている方も多いと思います。

このX線写真は、いわゆる胸部X線写真です。左右に対になって黒っぽく見えるのが肺です。胸の周りの体の厚みは他の部分よりも薄く、多くの空気で満たされていることにより、肺の中の血管や気管支との濃度差が大きいため、比較的ハッキリと細かく見えます。すると小さな病気ができても見つけやすいのです。このため、肺癌の簡便な検査として広く行われています。

鎖骨を見てみると、肺の外側の部分もハッキリと写っています。これは骨は密度が高く硬いため、体の他の部分に比べてX線が通り抜けづらいために輪郭がハッキリと写ります。骨折すれば、その部分にスキ間ができるため、容易に診断することができます。

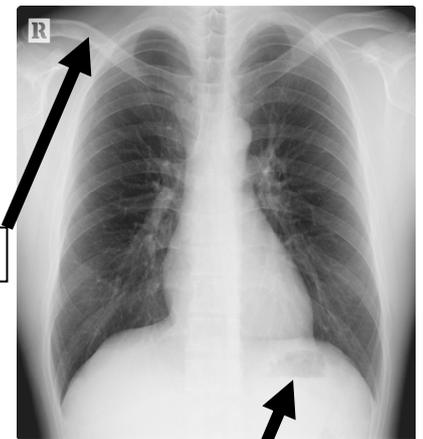
今度は腹部を見てみます。肺の下にある白っぽい部分です。肺との境界が横隔膜と言います。その下の、向かって左から中央にかけて肝臓。右には胃と脾臓があります。胃といっても、この写真では胃の中の空気しか分かりません。腹部の中は、内臓や内臓脂肪や胃腸の内容物で満たされているため、普通にX線写真を写しても、胃の粘膜とX線の通り抜けやすさが似ているため、写真の濃度に差が出ずハッキリ写りません。このままでは、胃の病気を見つける事ができません。そこで「造影剤」の出番です。

胃のX線検査は、まず胃をカラにした状態(朝食を食べない)で胃を空気で膨らまします(発泡剤)。その上でバリウムを胃の粘膜に薄く塗って、X線写真を撮ります。すると、胃の粘膜の凹凸が濃度差となって、写真にハッキリと写ります。

バリウムはX線を通しづらく、体で言えば骨に近いものです。バリウムは広い意味では造影剤と呼ばれています。影を造る薬剤です。空気もX線検査の上では造影剤と呼びます。バリウムは影そのものですが、空気はX線を通しやすいので、影を浮き立たせる役割があります。胸のX線写真の肺の中は鎖骨がハッキリ写ると同じまったく同じ理由です。

造影剤は他に、CTスキャン、MRI、超音波検査にも使われます。目的により、消化管に入れたり、血管に入れたり。血管に入れるものは、その性質により胆のうに集まったり、腎臓に集まったりします。また、ガンは血管に富み、血流が多いものもあるため、より多くの造影剤が集まったりします。逆に造影剤が集まりにくい病気もあります。また、造影剤は見えにくい臓器を見やすくして形を見るだけではなく、集まる量によって内臓の機能も診断することもできます。

このように、造影剤は通常のX線検査では見えにくい臓器を、もっと詳しく見たい場合に使います。ただし、必要・不必要を見極めて、体に合うか合わないかを判断し、慎重に使わなければなりません。そのため、事前に説明や問診や署名をお願いすることがあります。また、他の医療施設で造影剤を使った検査のあと、造影剤による体調不良があったと診断された場合は、必ず医師や検査担当者にお申し出下さい。



鎖骨

胃の空気

【生理機能検査】

- 超音波** 超音波は人体に害がない領域の音波です。この超音波は、人の体を透過するので体内の構造をリアルタイムに把握することが可能であり、ドップラー効果による血流速の測定により、その測定部分の圧の情報を得ることができます。この情報は、治療に大変役に立つものです。そして何と言っても、超音波の最大の利点は『痛くない』ことです。超音波検査は無侵襲に何度も検査を繰り返すことが可能な優れた検査です
 - ・ 腹部 目的臓器は、肝臓・胆嚢・膵臓・腎臓・脾臓・膀胱・前立腺（子宮）を観察していきます。
 - ・ 心臓 心臓の形や大きさ、心筋の圧差、弁の動きや形態、異常血流の有無などがわかります。
 - ・ 頸動脈 動脈硬化の早期発見やその進展度の評価を目的に、総頸動脈・内頸動脈・外頸動脈について検査します。
 - ・ 下肢動脈 下肢の動脈血流速度を測定して、動脈硬化や狭窄部位などを観察します。
 - ・ 乳腺 乳腺の形態（腫大や萎縮）腫瘤や乳管拡張の有無、リンパ節腫大を観察します。
 - ・ 頸部 甲状腺・耳下腺・顎下腺・舌下腺など観察します。
 - ・ 体表 全身の表在腫瘤の有無、リンパ節腫大等を観察します。多形腫瘤や脂肪腫、粉瘤、ガングリオン等の診断補助となります。
- 心電図** 心臓の興奮の収縮から弛緩までの一連の現症を手や足、胸部の電極から記録するのが心電図です
- ホルター心電図** 狭心症などの診断のために、階段昇降など心臓に負荷後の心電図を記録します。
- 睡眠時無呼吸検査** 夜間睡眠中の異常を把握するために行う検査です。
- 肺機能** 肺の中にどれくらい空気を取り込むことができるかを調べる肺活量検査と一秒間にどれくらいの量の空気を一気に吐き出せるかを調べる一秒量検査とがあります。
- 骨密度** 骨粗鬆症などの代謝性骨疾患の診断や、治療効果の判定をします。
- 眼底カメラ** 目の奥の網膜や網膜の血管の状態を調べる検査です。
- 視力** 眼のものを見る能力を調べる最も基本的な検査です。
- 聴力** オージオメーターという器械で測定します。いろいろな周波数の音を弱い音から順次聞き、どのくらいの音量で聞こえたかを調べます。
- 身体測定** 身長・体重から BMI を計算します。

**【検体検査】**

- ・ 血液検査（緊急検査は院内で可能）
- ・ 血液ガス
- ・ 尿検査（尿一般・沈渣）
- ・ ピロリ菌検査
- ・ 細菌検査
- ・ 病理検査
- ・ 細胞診

検査に関してご不明な点があれば医師または検査担当者にご相談ください



・ インフルエンザ予防接種について

¥1,000 市内在住で65歳以上の方 期限 平成21年1月31日まで

¥3,150 65歳未満の方

診察を受ける前に受付にて検温と問診票の記入をしてください。

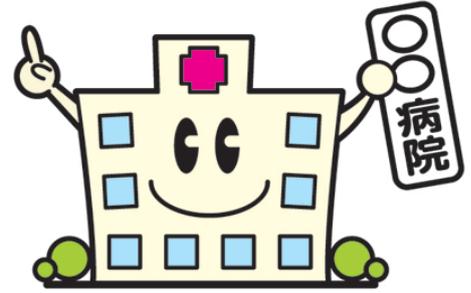
予約は必要ありません。

・ 平成20年11月1日をもって医療法人となりました。

新しい名称は

医療法人 早仁会 久喜メディカルクリニック

です。今後ともよろしく願い申し上げます。



肩関節周囲炎(四十肩・五十肩)の考え方

理学療法科 理学療法士 三木 康寛

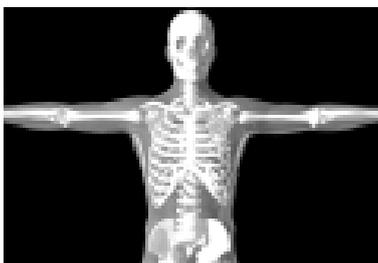
みなさん「四十肩」「五十肩」というのは聞いたことはありますか？この「四十肩」「五十肩」というのは、50歳代をピークとして好発する疼痛性肩関節制動症の総称です。簡単に言うと「40歳代・50歳代に多いから四十肩・五十肩」というわけです。痛みの出る部位や症状によって細かく病名が分けられますが、これらをまとめて肩関節周囲炎と呼びます。

この肩関節周囲炎を引き起こす原因については明らかになっていませんが、肩関節周囲の組織が加齢とともに変化を起し、ほんのわずかな環境の変化、動作の変化、体の疲れなどの影響で能力範囲を超えてしまい肩関節の安定性が破綻し、周囲の組織の炎症を引き起こすと考えられています。実際にコピー用紙の枚数が1枚増えたことで発症したケースもあれば健康の為に体操を始めたら発症したというケースも報告されています。

症状は主に「痛み」で腕を上げた時や夜間、何もしなくても疼くということもあります。さらに「痛み」に伴い「腕が挙がらない」といった「関節可動域制限」や「筋力低下」も見られます。

さて、みなさんは「四十肩・五十肩は放っておけば自然に治る」と周りの人たちが言っているのを聞いたことはありませんか？確かに教科書的にも「時間の経過とともに自然寛解することが多い」という記述があります。ただし、これには前置きがあって「長年使ってきた肩が錆び付いてしまった事で痛くなるが、自然に治る事が多い」という事です。錆び付いてしまったものを放置していたら錆び付いたままですよ？それなのに放っておいて良いというのは矛盾していると思いませんか？機械や車だって古くなって故障すれば修理するのに人間の体は放っておいて良いなんて事はありません。しっかりやる事をやらなければ仮に一時的に良くなったとしても時間が経てばまた再発するのがオチです。また放置し続けることで腕が挙がらなくなったり長い間痛みを苦しめられたり日常生活に支障が出たりする事になるでしょう。

どんな病気もそうですが、早く良くしたければ早く治療を開始することが重要なのです。肩に違和感や痛み（動かした時や夜間）を感じたら、肩関節周囲炎が疑わしいと考えられます。我慢せず早めに受診することをお勧めします。



「我慢より 痛くなったら すぐ受診」

次号では実際に理学療法として行う運動について説明します。