

医療法人財団 織本病院 広報誌



月刊 織本

5

2020年5月1日 vol.309

発行 医療法人財団 織本病院

印刷 〒204-0002

東京都清瀬市旭が丘 1-261

TEL 042-491-2121

URL <https://orimoto-hp.com/>

発行人 高木 由利



ムラサキケマン

コロナウイルスから学んだこと（2）



理事長 高木 由利

4月になっても朝晩は冷え込むし、何となく新型コロナウイルスで心も冷えてしまいそうです。そんなある朝、ご近所の白いハナミズキの花が天に向かって両手を広げるように咲いている姿を見て、私も思わず天を見上げてしまいました。

* * *

今回のような緊急事態宣言が発令されたのは、私の人生では初めてのことです。私が毎週通っている滝山聖書バプテスト教会では、日曜学校も礼拝も全ての集会が中止され、インターネット配信になりました。この準備をして下さる教会の方々のお陰で、私は自宅で礼拝できる恵みにあずかっています。

あの日から、行動範囲の広がった私の生活は一変し、病院と自宅を往復するだけになりました。今まで会議や講演であちこち出掛けて大変だと思っていた自分が、つくづく我儘であることに気付きました。活動できる、行動できることの恵みをもっと感謝しなければいけなかったのです。しかし、出張がなくなったことで院内にいる時間は長くなり、入院中の方々とたくさんおしゃべりできる恵みも頂きました。

今、生きるとは何かを考える時が与えられたのかもしれませんが、人はいつしか高慢になり、空気、海、土など

地球も宇宙も経済発展という名の欲望で汚していたのだと思うようになりました。そしてその結果、多くの尊い命を失ったとさえ思えるのです。喫煙者の中には、自分の命は自分のものだから禁煙などしたくないと言う方もいましたが、実際喫煙者のコロナ重症化、死亡率は高いようです。それで良いのでしょうか。

命、自由、人と話したり過ごしたり、美術館に行ったり、旅をしたり、今まで当たり前だったことが実は大きな恵みだったことを改めて感じます。生きるとは何かを考える時が来たのだと実感しています。

私の腎不全外来の患者さんの中には、タバコをやめたり、ご自分の食事療法を大胆に見直す方々が増えてきました。恐らく、ご自分のしなければならないことに気付き始めたからではないかと思っています。

私達1人ひとりが今、命があることに感謝し、自分のすべきことを忠実にやり、更にコロナ拡大防止に専念していきませんか？



気をつけましょう！『胃食道逆流症』

消化器内科 医局長 島田 祐輔



消化器内科を受診される患者様には、「胸やけ」「げっぷ」「喉の不快感」といった症状を訴える方は珍しくありません。その多くは「胃食道逆流症」が原因であるとされています。「あれ？“逆流性食道炎”じゃないの？」と疑問を持たれる方もいるかもしれません。ややこしい話になりますが、内視鏡で確認できる所見は粘膜の炎症を伴うため、診断名としては「逆流性食道炎」が使用されています。しかし昨今、明らかな炎症を伴わない逆流現象も多いことが分かってきたため、それも含めて広い意味で「胃食道逆流症」と呼び、まとめて対策しようという方針になってきています。

では本題、なぜ逆流が起こってしまうのか、起こるとどうなるかです。胃は食べ物を消化するために強力な酸である胃液を分泌します。その酸に負けないよう、胃は粘液も分泌して自らを保護しているのですが、その手前にある食道は無防備です。そのため、通常は胃の入口（噴門）が、周囲を囲む筋肉（横隔膜）の力も借りて、巾着袋のように入口を締めて、内容物が溢れないようになっています。しかし、加齢によって筋力が低下すると、胃がずり上がってくる食道裂孔ヘルニアという状態を起こしやすくなります。言わば、巾着袋の口のひもが緩んだ状態です。同じく、袋の内容物が多すぎる場合にも中身が溢れてきてしまいます。これが胃食道逆流症の状態です。特に就寝中は筋肉の締め付けは弱まり、重力の向きも変わるため逆流が起こりやすくなります。

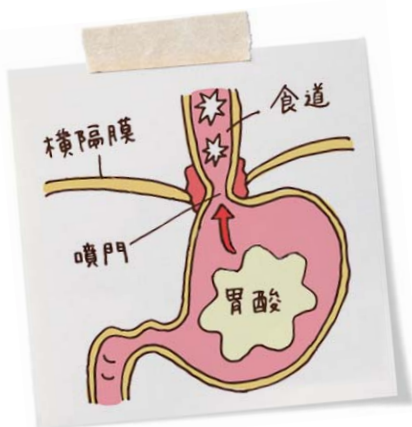
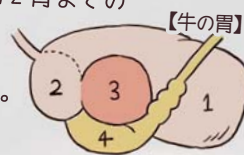
逆流してきた酸によって食道粘膜は炎症を起こします。逆流が一時的なものであれば胸やけをはじめとする一時的な症状で済みますが、繰り返し逆流が起こると炎症は大き

くなり、粘膜の発赤やただれが出現します。そうになると症状はさらに悪化して、みぞおち辺りの痛みとして自覚されることがあります。また、明らかな炎症所見を伴わなくても、慢性の逆流によって食道粘膜の変性（バレット上皮化）が生じると、非常に稀ではありますが、癌が発生することもあります。その他、喉への酸の刺激によってしつこい咳が出たり、気道に吸入してしまうと肺炎を起こすこともあります。ですから、胃食道逆流症は必ずしも放っておいてよいものではなく、きちんと検査・治療することが重要です。

検査は内視鏡が簡便かつ確実です。食道炎を呈している場合はもちろん、潜在的な危険因子である食道裂孔ヘルニアやバレット食道の有無も確認することができます。当院では喉への刺激が少ない経鼻内視鏡や、眠っている間に検査を行う鎮静内視鏡検査も多数行っており、苦痛の少ない検査が可能です。逆流の有無だけでなく、他の消化管疾患の有無も詳しく分かりますので、広くお勧めしたい検査です。

治療が必要と判断された場合、まずは胃の酸分泌を抑制する内服薬で治療を行います。ただ、内服すればそれでよいというものではなく、逆流をきたす生活習慣の改善も必要です。食後すぐ横になることや深酒は避けることが望ましいです。また、脂肪分が多い食べ物も消化が悪く、胃に長時間残り続けるため逆流の引き金となることがあります。同様に、内臓脂肪や猫背がちな姿勢も胃の圧迫を起こし逆流の原因となるため、そういった背景がある方は減量や背筋を伸ばすことが効果的です。

余談ですが、牛は『反芻』を行うため逆流症状がひどいかと思うとそうではなく、胃が4つに分かれていて酸を分泌するのは一番奥の第4胃のみで、反芻を行うのは第2胃までの内容物なので影響は受けません。



ただちに生命に関わるような異常ではありませんが、胃食道逆流症は多くの方に見られ、時に不快な症状を伴

います。もし症状でお困りの際はお気軽に消化器内科を受診してください。

当院で患者様に人気のメニューをご紹介します!!

病院 グルメ



グリーンカレー

作り方

- ① パプリカは細切り、じゃがいもと菜の花は一口大に切り、蒸すまたは電子レンジで加熱をして火を通しておく。
- ② たけのことたまねぎは薄切りにし、牛バラ肉は食べやすい大きさに切る。
- ③ 鍋にサラダ油をひき、Aを入れ香りが出るまで炒める。香りが出たら牛肉を入れ、肉の色が変わったら、たけのことたまねぎを入れ更に炒める。
- ④ ③の中に、ココナッツミルクと水を入れ、15分～20分程煮込む。
- ⑤ お皿にご飯を盛り、ルーをかけて①を飾る。

材料（1人分）

ごはん	150 g
牛バラ肉	40 g
サラダ油	4 g
たまねぎ	40 g
じゃがいも	20 g
たけのこ水煮	15 g
パプリカ（赤・黄）	各 5 g
菜の花	5 g
鶏ガラスープ（顆粒）	0.3 g
固形コンソメ	3.5 g
砂糖	2 g
しょうがすりおろし	0.5 g
にんにくすりおろし	0.5 g
グリーンカレーペースト	3.5 g
ココナッツミルク	90 g
水	40 ml

A

栄養量

エネルギー	552kcal
蛋白質	11.3g
脂質	21.9g
糖質	70.8g
食塩	2.0 g
カリウム	600mg
リン	157mg

※ このレシピは一般食のものです。
治療食では分量・栄養量が異なります。



はじめまして。昨年12月より栄養科に入職しました黒田夏未です。
患者様のため、精一杯頑張りたいと思います。
どうぞよろしくお願い致します！

さて、患者様に人気のカレーを、春の新メニューとしてアレンジし取り入れてみました。ココナッツミルクや、普段馴染みのない調味料を使用しているため、好き嫌いが分かれるのではないかと不安でしたが、実際に提供してみると、「彩りが綺麗で、春を感じられて美味しい。」「病院食とは思えない味付けで新鮮」など高評価を頂くことが出来ました♪
これからも様々な味や文化の料理を取り入れた新メニューをたくさん考えていきたいと思っています！

今回使用したグリーンカレーペーストはこちらです。👉

これは、少し辛味があるタイプのもので、メーカーによって辛さや食塩の量が異なりますので、お好みの物を見つけてください。



作り方はとても簡単ですので、是非ご家庭で作り春を感じて頂きたいと思っています。



管理栄養士
黒田 夏未

新型コロナウイルス感染症に対する当院の取り組みについて

当院では、新型コロナウイルス感染防止対策として、以下の取り組みを行っております。患者様・ご家族及びご来院の方にはご不便をお掛けいたしますが、何卒ご理解とご協力の程お願い申し上げます。

正面玄関前での検温による発熱者スクリーニング

新型コロナウイルスの院内への持ち込み防止対策として、入館される全ての方に正面玄関前での検温を行っております。37.5℃以上の発熱が見られた場合は、救急外来で対応させていただきます。



マスク着用と手指消毒のお願い

ご来院時のマスク着用と手指消毒の徹底をお願い致します。
(手指消毒は病院入口に設置しております。)



面会の禁止

入院中の患者様への感染防止のため、当面は原則ご面会（お見舞い含む）を禁止させていただきます。

ソーシャル・ディスタンス

外来受診される患者様同士が一定の距離を確保できるよう、待合ロビーの長椅子は撤去し、代わりに1人掛けの椅子を間隔を開けて配置しております。



オゾン発生装置導入

オゾンは非常に酸化力の強い物質で、菌やウイルス、カビ、花粉、ニオイの元を酸化分解します。殺菌・消毒・漂白など、水や空気などの汚れや臭いに抗するため多くの場面で活用されています。当院でも、『低濃度オゾン発生装置 Airness(エアネス)』を30台導入し、外来エリアや病棟ロビーなどに設置しております。



全イベントの中止

毎月開催の『腎疾患・糖尿病ゼミナール』、及び定期開催しております音楽イベント等は、当面中止とさせていただきます。

尚、当院では、隔離できる感染病棟がないため、新型コロナウイルス感染症の検査、及び治療・入院ができません。新型コロナウイルス感染を疑う症状があり、受診やPCR検査をご希望の場合は、管轄の保健所、または『新型コロナウイルスコールセンター』、『帰国者・接触者電話相談センター』にお電話ください。

◎ 多摩小平保健所 ☎ 042-450-3111（平日 9:00～17:00）

◎ 新型コロナウイルスコールセンター（厚生労働省）

（東京都福祉保健局）

☎ 0120-565-653（9:00～21:00）

☎ 0570-550571（9:00～22:00／土日祝含む）

◎ 帰国者・接触者電話相談センター（多摩小平保健所）

☎ 042-450-3111（平日 9:00～17:00）

（合同相談センター） ☎ 03-5320-4592（平日 17:00～翌 9:00／土日祝 終日）