

# とうかい



**Vol.34**  
平成21年  
春号

## 表紙写真募集 のお知らせ

皆さんによる各務原市内の風物と写真を広報誌の表紙としてご紹介したいと思います。次号の募集については、4月中旬の予定です。たくさんのご応募をお待ちしております。

各務原市・新境川堤の百十郎桜です

## NEWS

2月から作業療法が開始となりました。  
新しいCTが導入されました(詳細は2ページをご覧ください)。

## INDEX

新しいCTが導入されました.....	2/6
診療放射線科 中川 英明	
ピロリ菌と胃・十二指腸潰瘍について.....	3/6
消化器内科医員 森島 大雅	
「リバウンド」を経験された方へ～ 「リバウンド」をしない減量方法.....	3/6
管理栄養士 熊谷 琴美	
ごきげんよう！ホームドクター.....	4.5/6
こども循環器クリニック くの小児科・村上医院耳鼻咽喉科・ いわた歯科医院・大野歯科クリニック・中西歯科	
お知らせ など.....	2/6

公立学校共済組合 **東海中央病院**

基本理念

「最高の誠意」「最善の医療」

基本方針

- ①患者さま尊重の医療
- ②診察機能の向上
- ③健全経営の維持

# 『新しいCTが導入されました』

診療放射線科 中川 英明

CTという言葉は病院に来れば、ごくごく普通に聞く言葉だと思えます。CTとは‘Computed Tomography’の略で日本語では‘コンピュータ断層撮影’という意味です。CT装置は、X線を照射するX線管球と、体の中を透過したX線を受け取る検出器が体の周りを360°回転しながらデータをとって、コンピュータで計算を行い、体の輪切りの画像を得る装置です。

今回、当院に導入された64列MDCTは、‘Multidetector-row CT’の略で一般的には‘マルチスライスCT’とも呼ばれています。従来のCT装置では、X線を受ける検出器は1列しかありませんでしたが、導入されたCTは検出器が64列並べられています。Multidetectorは、複数検出器という意味なので検出器が多いと次に述べるいろいろなメリットがあります。

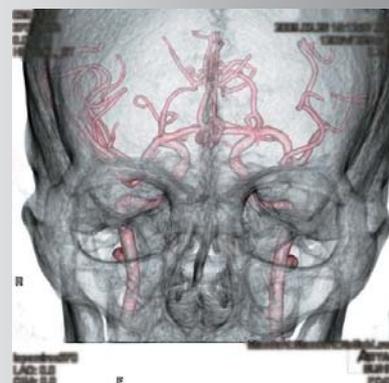
## 64列MDCTのメリットとして、

- ①従来のCT装置に比べて撮影速度が速く、短時間で広範囲の高精細な撮影が可能です。息止めを必要とする検査の場合、息止めの時間が短くなりますので、患者さんにも楽に検査を受けていただくことができます。

肺のCT検査では、従来、息止めは約30秒かかりましたが、導入されたCT装置では、約5秒で撮影が終了します。乳幼児や救急の患者さんの撮影にも、短時間で撮影ができるので、患者さんの負担が軽減されます。

- ②薄いスライス厚で撮影することにより、従来の輪切り画像だけでなくタテ、ナナメ、ヨコといったさまざまな角度の断面や三次元画像(3D)を作成することができます。一回の撮影で多断面の情報を得るため、無駄な被ばくを防ぐことができ、診断にも有用です。
- ③大きな特徴の一つとして、短時間に薄い断面(0.5mmスライス)を輪切りにして観察ができることで、従来のCTでは評価が困難であった心臓の冠動脈造影検査も行うことができます。
- ④被ばく低減を考慮した管球が搭載されています。そして、画質を維持しながら線量を抑える機能も備わっています。

以上のように、64列MDCTは、短時間に広範囲な撮影ができ、高画質な画像を得ることができます。多断面の情報や3Dなど作成もできる為、診断に有用です。急性腹症や外傷の診断、3大疾病の悪性腫瘍や血管病変の早期発見など、大きく貢献する装置だと言えます。

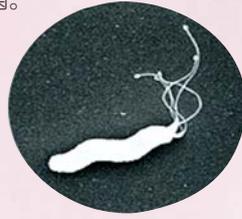


# ピロリ菌と胃・十二指腸潰瘍について



消化器内科医員 森島 大雅

最近、新聞や雑誌に掲載されているピロリ菌。この菌は、1983年オーストラリアのフレン医師とマーシャル医師が胃の中に生息しているのを発見し、その後、胃、十二指腸潰瘍などとの関連が解かり、その功績を讃えられ2005年ノーベル医学生理学賞を受賞しています。



ヘリコバクター・ピロリ

ピロリ菌は、胃の粘膜に生息しているらせん形の細菌で、らせん形(ヘリコイド Helicoid)からヘリコバクター・ピロリと命名されました。

ピロリ菌は「ウレアーゼ」という酵素をもっており、この酵素を利用してピロリ菌の周辺をアルカリ性の環境にすることができるので、胃酸を中和することによって身を守っているのです。

ピロリ菌に感染すると胃に炎症を起こすことは確認されていますが、ほとんどの人は症状を自覚しません。胃・十二指腸潰瘍の患者さんの約90%に、ピロリ菌の感染を認めており、潰瘍の発生、さらに再発や治りにくさに関係していることがわかっています。

胃・十二指腸潰瘍の症状としては上腹部痛や、みぞおちの部分の痛みなどがあり、症状があった場合はすぐに近くの内科、消化器内科を受診しましょう。



検査を行い、胃・十二指腸潰瘍と診断したら、内視鏡により採取した胃の組織を用いてピロリ菌の検査を行います。

胃・十二指腸潰瘍があり、感染が確認されたら、ピロリ菌を退治する「除菌療法」を行います。

胃・十二指腸潰瘍の原因はピロリ菌以外にも、お酒やタバコ、鎮痛剤などの一部のお薬あるいは過度のストレスが潰瘍の原因となることがあります。



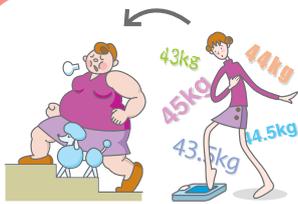
必要があればバリウムを用いたX線造影検査(バリウム検査)や上部消化管内視鏡検査(胃カメラ)を行います。当院では症状のある方はまず内視鏡



上腹部痛、みぞおちの痛みのある方は、思い当たるものがあればご自身の健康の為に控えてみてください。症状持続する場合はすぐに近くの内科や当院外来を受診してください。

## 「リバウンド」を経験された方へ～ 「リバウンド」をしない減量方法

管理栄養士 熊谷 琴美



「ダイエット」という言葉を意識して取り組まれた方は多いかと思われます。

成功した方もみえれば、成功してもすぐに「リバウンド」など失敗された方もみえるでしょう。「リバウンド」とはよく耳にする機会が多いですが、どのような状態のことなのでしょう。一度は体重が減ったのにその状態が長続きせず、体重が戻ってしまうことを「リバウンド」と言います。「ダイエット」には「食事制限」+「運動」の2点が必要となります。この2点を勢いよく行ったことで、「リバウンド」を経験された方も中にはみえるでしょう。今回は「なぜリバウンドをしてしまうのか」と「リバウンドをしないダイエット方法」についてお話したいと思います。

### なぜリバウンドをしてしまうのでしょうか？

食事制限中心の無理なダイエットをすることにより、筋肉が減り基礎代謝が低下します。基礎代謝が低下することは、消費エネルギー量が減ることです。食事で摂取したエネルギーが使い切れず、体内に脂肪として蓄積されてしまうことにより体重が増加してしまいます。そして「リバウンド」しやすくなります。

またダイエット後の体重は太りやすい状態になります。ダイエット後の食べすぎには「レプチン」という生理活性物質が関係しています。細胞脂肪から分泌される「レプチン」ですが、減量して脂肪が減ると、「レプチン」の分泌量も少なくなります。すると脳は「栄養が不足している。」と判断し、食欲を増進させたり、基礎代謝を下げたりして、エネルギーを体に蓄えるように働いてしまいます。このような状態で食事を食べ過ぎてしまうと、体重が急激に増え、「リバウンド」してしまいます。

### ではこれらのことを含め、リバウンドしないダイエット方法とは？

#### ①急激なダイエットはしない

時間をかけてゆっくり体重を減らします。(例) 2～3ヶ月で体重を2kg 減量する！

#### ②筋肉を落とさない

運動をせず食事制限だけでダイエットするのは「リバウンド」になりやすいです。そのためには適度な運動で筋肉を維持、強化することが必要です。1日30分程度の散歩や車を使用せず歩いてみる、30分間の体操を行うなどの軽い運動をお勧めします。

#### ③食べ過ぎないように気をつける

手に届くところにお菓子が置いてある、頻繁に冷蔵庫を開けていませんか？自分が気づかないうちに何かを食べている方は要注意です。「食べ過ぎない」という心構えを持ちましょう！

#### ④食生活や体重の記録をつける

その日に食べたものをノートに記録することで、間食の量などがわかり、食べ過ぎ防止につながります。またカレンダーに体重記録をすることで体重の補正がしやすくなります。

#### ⑤3食しっかり食べる

3食しっかり食べてある程度満腹感を維持することで、間食を減らすことができます。ケーキなどの甘いものやスナック菓子を食事代わりにしないでください。

#### ⑥よく噛んで食べる

よく噛んで食べることは食べ過ぎを防ぎます。20回は噛むようにしましょう。時間をかけてゆっくり食べる習慣を取り入れるとよく噛んで食べることができます。

#### ⑦食後すぐに歯磨きをする

歯磨きをすることで間食を控えやすくなります。

これらのことに気をつけて、健康的なダイエット法を取り組んでみましょう！





# ごまげんよう!ホームドクター-4

**厚** 生労働省は「初期の診療は医院・診療所で、高度・専門医療は病院で行なう」という医療機関の機能分担推進を掲げています。当院は、かかりつけ医と地域の病院がスムーズな連携を取りながら、地域の皆様に安心できる医療を提供する地域医療連携システムをめざしています。

**ふ** だんは自分の健康状態の相談ができ日頃から信頼できるかかりつけ医に診察をしていただき、診療により専門的な検査や治療が必要となれば、当院がかかりつけ医と患者さまの医療情報を共有することで、的確な医療を提供し、無駄な待ち時間や同じ検査の繰り返しなどを省きます。



当院と連携を  
とられている  
登録医の先生方を  
随時ご紹介します。

## こども循環器クリニック くの小児科



TEL 371-7333  
FAX 371-7334

登録医名 久野 保夫 住所 〒504-0904 蘇原新生町2-47

**診療科** 小児科  
心臓外来（予約制）  
**診療日** 午前8:30～12:00  
午後4:00～7:00  
（土曜は午後1:00～3:00）  
**休診日** 木・日曜日、祝祭日  
**駐車場** 30台

小児科専門医、また、小児の心臓病を専門にしています。喘息やアレルギー疾患の方も多く来られます。学校での心臓・腎臓検診など県の



活動を通して、県内各地域の皆様ともかかわらせていただいています。院長、スタッフ一同、親しみやすく、お母さんたちが、気軽に相談しやすい、そして、説明をモットーに行っております。



URL <http://www.geocities.jp/kunoshnk/>

## 村上医院耳鼻咽喉科



TEL 371-7650  
FAX 371-7655

登録医名 村上 力夫・真美 住所 〒504-0803 蘇原東門町2-78

**診療科** 耳鼻咽喉科  
**診療日** 午前9:00～12:30  
午後2:30～6:00  
**休診日** 火・土曜日午後  
日曜日、祝祭日  
**駐車場** 100台



村上医院は、患者さん第一主義で診療を行っております。

URL <http://www.kakamigahara.gifu.med.or.jp/member/73murakami.html>



医科医院の  
紹介です!

# ごまげんよう!ホームドクター-4

## いわた歯科医院

TEL 389-1808  
FAX 389-3322

登録医名 岩田 幸生  
住所 〒504-0041 那加土山町2-236

**診療科** 歯科・小児歯科・  
矯正歯科 {インプラント治療}  
レーザー・エアブレーションによる  
ドリルの使用を控えた歯の治療

**診療日** 午前9:30~午後1:00 午後3:00~7:00

**休診日** 木・日曜日、祝祭日

**駐車場** 10台

URL<http://www.kakamigahara-dent.gr.jp/naka/iwata/index.htm>



口腔の細菌は心臓病・糖尿病・肺炎などの全身疾患と深く関わっています。

東海中央病院との病診連携のご協力の下で、健康な歯で生涯過ごしていただくために細菌検査に応じたレーザー歯周治療・う蝕治療・口臭改善等に実績を積み、担当歯科衛生士とともに治療・予防に取り組んでいます。

## 大野歯科クリニック

TEL 384-8855  
FAX 370-6567

登録医名 大野 均  
住所 〒509-0126 鵜沼東町2-56-9

**診療科** 歯科・小児歯科・歯科口腔外科  
予防管理と歯の保存治療、歯周病  
在宅訪問診療（往診）

**診療日** 午前9:00~12:00 午後2:00~7:00

**休診日** 木曜日午後、日曜日、祝祭日

**駐車場** 10台

URL<http://www.kakamigahara-dent.gr.jp/unuma/ono/index.htm>



患者さんの生涯の各ライフステージ（乳幼児、学童、学生、成人、高齢者）に合わせて、定期的な診査、診断、口腔の健康管理を行い、予防と治療の“かかりつけ歯科医”として生涯自分の歯で食事ができ、健康で心豊かに生活できるようサポートします。

## 中西歯科

TEL 371-2455  
FAX 371-5772

登録医名 中西 宏行  
住所 〒504-0822 蘇原新生町1-19-1

**診療科** 歯科・小児歯科・矯正歯科  
大学病院より、義歯、歯の根の治療、口腔外科の専門医が代診として勤務。スタッフが全員歯科衛生士のため予防歯科も充実しています。

**診療日** 午前9:30~12:30 午後2:30~7:00  
(金曜は午後8:30まで)

**休診日** 木・日曜日、祝祭日

**駐車場** 10台

URL<http://www.kakamigahara-dent.gr.jp/sohara/nakanishi/index.htm>



当地にて開業20数年たち、改めて地域医療の重要性を感じております。“安心・安全な医療”を目指し、患者さんになるべく平易な言葉で説明し、状態を把握し、長期的な視野でお口の健康を維持できるように治療して行きたいと思っております。

皆様の参加を  
お待ちしております

# 東海中央病院内勉強会プログラム 平成21年度

## ◆緩和ケア勉強会

第10回 平成21年3月18日(水) 17:45~18:45  
東海中央病院大会議室

『よりよい疼痛緩和に向けて』

愛知医科大学病院 副薬剤部長 斎藤寛子 講師

第11回 平成21年4月22日(水) 17:45~18:45

東海中央病院大会議室

『心を支える地域活動の現状と今後』

NPO法人がんサポートセンター 横山光恒 講師

## ◆NST勉強会プログラム

NSTチェアマン 佐藤栄作

第9回 平成21年3月12日(木) 17:45~18:45

東海中央病院大会議室

『保湿から始まる口腔ケア手順』

株式会社 東京技研

歯科衛生士 小島里佳 講師

NSTとは栄養サポートチーム(Nutrition Support Team)の略語であり、栄養療法を浸透させ、基本的医療を病院内に確立させるためのチーム医療を指します。栄養管理はすべての疾患治療に共通する最も基本的な医療です。

## 看護師募集

## 看護部再就職者教育プログラム

当院では再就職の方が少しでも安心して職場に馴染んでいただくよう、再就職者教育プログラムを組んでおります。



項目	内容	担当者
病院の概要 看護部の概要 看護部の概要紹介	組織・理念・方針・就業規則 福利厚生など 組織・体制・理念・方針・目標 看護者の倫理	看護部長
医療安全 危機管理	医療安全対策 災害対策 個人情報保護法	医療安全管理者
病院の構造・特殊性	各病棟・院内構造・案内 役割と特徴・関係性など	業務担当副部長
感染予防	感染予防対策マニュアル	感染対策委員会師長
ME 機器取り扱い (ME機器の説明)	人工呼吸器・輸液ポンプ等	医療工学技師
接遇	院内接遇マニュアル	接遇インストラクター
教育体制 採血	現任教育プログラム プリセプター説明 看護業務チェックリスト実施	教育担当副部長

さらに配属先で具体的な看護業務を担当者が計画的に教育しています。

詳しくは以右の連絡先  
(看護部)までご連絡ください。

TEL(058)382-3101 FAX(058)382-1762

**とうかい** Vol.34 2009春号

発行/〒504-8601 各務原市蘇原東島町4丁目6番地2

公立学校共済組合 東海中央病院

TEL(058)382-3101 FAX(058)382-1762

URL <http://www.tokaihp.jp>

発行人/病院長 渡邊 正

発行/年4回

初診・再診受付時間 8:30~11:30/毎週土・日曜日祭日全科休診

お願い 保険証等の提示

月に一度は保険証・医療証等を保険証提示窓口に提示してください。