



# とうかい

第 8 号

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) 診療機能の向上
- (3) 健全経営の維持

## 尿路結石についてのあれこれ

泌尿器科部長 黒川 孝志

まだまだ暑い日の続く昨今、皆様方にはお元気におすごしでしょうか。この真夏のさなかに突然に今までに経験したことのないほどの痛みを訴えて昼夜を問わず当院を受診される方々の多いこと、そう一日あたり平均して2～3名はみえるでしょうか。人によってはおしっこがしたい感じが常にとれず、トイレに通いずめの方や、赤ワインの様な真赤なおしっこにビックリされている方やそれはもう様々な方がみえます。なかでもその痛みたるや付き添いの方の顔色までが蒼くなってしまふほどです。経験された方ならきっとお分かりになるかと思ひます。いやそれどころかもう二度と絶対に経験したくないほどの痛みだと思ひます。この痛みこそが「腎臓痛」と呼ばれる「尿路結石」の痛みなんです。古くは、古代エジプトのミイラ（B.C.4800年頃）からも発見されていますし、かの有名なナポレオン三世（ルパン三世ではありません）を死に至らしめたのも、この尿路結石なのです。21世紀の扉が開かれたばかりの今日でさえ、尿路結石がどのようにしてできて、大きくなっていくのかについては、まだ100%明らかになっていないと言ひ難いのが現状です。尿路結石には、その発生頻度、発生部位（すなわち腎臓、尿管といった上部の尿路か、あるいは膀胱、尿道といった下部の尿路なのか）にある種の偏りがあることが従来より指摘されております。例えば、現在でもインドや東南アジアなどでは膀胱結石などの下部尿路結石が多く、ヨーロッパやアメリカ、我が国などでは上部尿路結石が多いとのこと。また、人種によっても（もちろん食生活など他のいろいろな条件がからんできますが）尿路結石の罹患率にかなりの違いがみとめられている様です。ちなみに、我が国の生涯尿路結石罹患率は、約5%（つまり20人に1人は

一生のうちで一回は「あの痛み」を経験しなくてはならない可能性がある訳です）米国人に関しては、約10%だそうです。

さて、すさまじい痛みをどうにかこうにか痛みどめを使っておとなしくさせた後、その原因である尿路結石をどうやって退治できるのか、についてであります。大きさが9mm以下の結石は尿路に何らかの基質的異常がなければ、おおよそ4ヶ月以内に、自排石が可能であるともいわれております。しかしながら、「あの痛み」を何度も味わわなければならない可能性も、結石の位置によっては皆無ではなく、つぎの手段へと進まざるを得ない場合も有り得ます。そのときに有力な助っ人として大いに役にたってくれるのが、ご存知「体外衝撃波結石破碎装置」による破碎術なんです。この方法は1986年以来、本邦において広く臨床応用され、尿路結石治療の第一選択としての地位を確固たるものとしています。（初耳だった方々、この装置のことを知らなくては遅れていますよん）

一度罹った尿路結石は再発（2年以内35%、3年以内52%）致します。以下、最後に、再発予防の3箇条をご伝授致します。

- 1) 蛋白、脂肪等の過剰摂取を控え、野菜を十分に摂り、一日2000ml程度の水分をまんべんなく採る。
- 2) 摂取する水分の半分は水道水、残りは番茶、ほうじ茶を中心として採る。
- 3) ビール等のアルコール、紅茶、牛乳、ジュースの過剰摂取は控える。

さて、これで本当に尿路結石は、再発しないのでしょうか。お答えは、「医師」ではなく「石」に聞いてくださいませ。では、皆様お元気で。

## 夏場の水分補給について



連日35℃を超える猛暑がつづいています。

このような暑さの中で、熱中症を起こしたというニュースが報道されています。

また、そこまでいなくても、多くの人が暑さのあまりバテ気味といえるでしょう。

暑いときには、ふだんよりたくさんの汗をかき、体温調節をしていますが、あまりに暑いと冷たい物が恋しくなり、ついつい飲みすぎて、食欲がおちてしまうということもよくあります。

ところが、のどの渇きの感じ方には、個人差があり、あまり渇きを感じない人、すごく渇きを感じやすい人とさまざまです。

水分は、口からとる分（食事と食事以外の飲み物）が主なものです。

それ以外には、私たちの体内にたくわえている水分があります。

水分の主な貯蔵部位としては、筋肉の中があります。

口からとる水分が足りない場合には、筋肉の中にたくわえられた水分を利用します。

ですから筋肉量が少ない高齢者や子供などは、ほかの人よりも早く水分不足（脱水症状）を起こしやすいのです。

暑くて、食欲もふだんより少なくなっているのも、なおさらです。

成人の場合、1日に必要な水分は食事と別に、1ℓから1.5ℓです。

暑いのでおいしいビールを飲むために、一日中水分を飲むのを我慢している人も多いと思います。

しかし、気を付けてください。

アルコールは代謝するのに水を必要とするし、しかもビールには利尿作用があるため、飲んだ以上に体の外に出て行ってしまい、水分を補給したつもりでも、かえって脱水をすすめていることとなります。

ビール好きの人は、ビールより多くの水を飲むようにしてください。

（といっても、水で大ジョッキ2杯は、キツイですよ～！）

ほかのアルコールも同じですので、水分補給にアルコールという人は注意してくださいね。

暑い日には、あったかい日本茶をゆっくりといただくか、適当に冷やした麦茶を飲むのが、正しい夏の水分補給といえるでしょう。



〈管理栄養士 長屋紀美江〉

## 提案箱へのご意見です。

- ・更年期外来に予約したが、1時間15分待たされたご意見  
更年期外来は4月から受診者が増加し、待ち時間が多くなりご迷惑をかけました。  
5月7日から診療時間を午後1時から3時に変更し、予約時間を守るようにいたします。
  - ・インターネット情報についてのご意見  
インターネット情報の更新が遅れ、予約手続き等にご迷惑をおかけしました。インターネット情報は速やかに更新するよう注意します。
  - ・職員が高笑いしていた職員の態度についてのご意見  
そのような職員に対して、所属の長から注意するよう依頼した。
  - ・「さま」呼称についてのご意見  
当院では、接遇向上の意味も含めて、「さま」呼称に統一しました。
- 貴重なご意見ありがとうございました。

### 患者さまの権利

東海中央病院は、患者さまの立場に立った医療を推進するために、ここに患者さまの権利を掲げます。

1. 患者さまは、国籍、人種、思想、信条、社会的身分などで、差別されることなく平等に診療を受ける権利があります。
2. 患者さまの人間としての尊厳は、いかなるときも遵守されます。
3. 患者さまの個人情報やプライバシーは遵守されます。
4. 患者さまは、十分な説明と合意(インフォームド・コンセント)のもとに、自らの意思で検査や治療を受ける権利があります。
5. 患者さまは、所定の手続きにより診療録の開示を求めることができます。

患者さまが、上記の権利を行使されるためには、病院での規則を守っていただく責務があります。

### 医療相談窓口

受付時間：平日 午後1時～4時

受付場所：受付窓口1番

相談内容：医療に関すること

- ・疾患の診断、治療、予防など
- ・妊娠、出産、育児など
- ・医療費や介護保険に関すること
- ・病院紹介



診療のご案内

# 外来診療担当医表

●平成14年 8月●

		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
内 科	1 診	兼城賢明	小川昭三	兼城賢明	谷村英彦	小川昭三
	2 診	兼城賢明	小川昭三	兼城賢明	谷村英彦	小川昭三
	3 診	藤村高陽	下元博史	藤村高陽	下元博史	岩味裕史
	5 診	富田誠	岩味裕史	加藤俊昭	富田誠	加藤剛
	6 診	加藤俊昭	加藤剛	森瀬昌宏	*三木祐介	森瀬昌宏
	7 診	間野忠明	藤井・宮田		高橋昭	藤井・宮田
	神経内科				(午後)藤井・宮田	
心療内科						
人工透析		*三木祐介	*川村充	*伊藤聡子	高橋亮	*川村充
内視鏡		加藤剛	兼城賢明	岩味裕史	細川武彦	富田誠
血液		*森下(午後3:00~)				
消化器X-P		細川・岩味		富田・加藤剛	兼城賢明	
内分泌内科				*尾崎(午後2:00~)		
トレッドミル		小川昭三	藤村・加藤俊		藤村高陽	
外来人間ドック		谷村英彦	*中村俊之	*小林麻里	*近藤紀子	兼城賢明
外 科	初診	山内晶司	佐藤榮作	山内晶司	中塩達明	土居幸司
	再診	荻原菜緒	中塩達明	永縄俊博	高田英輝	佐藤榮作
脳神経外科		大岡・野田	大岡・野田	大岡・野田	大岡・野田	大岡・*永谷
乳房		(午前)高田英輝		(午前)荻原菜緒		(午前)山内晶司
形成外科			*鳥山(毎週)	(午後1:00~)		
ストーマ外来					*堀内 8月29日(休)	午前10:00~
外来人間ドック				中塩達明	佐藤榮作	
放射線科				*改井(午後1:30~)		
整形外科	1 診	*大場満成	篠田昌一	篠田(特診)午前 9:30~ (特診)午前10:00~	篠田(特診)午前	*稻垣弘進
	2 診	中島晶	中島晶			中島晶
	3 診	服部達哉		服部達哉	服部達哉	
皮膚科		横井孝臣	横井孝臣	(特診) 横井 午後3:00~4:30	横井孝臣	横井孝臣
泌尿器科		黒川孝志	黒川孝志	検 査	黒川(隔週)	黒川孝志
産婦人科					*森川(隔週)	
妊婦外来	1 診	堀昌志	堀昌志	近藤英明	土屋緑	*大西尚美
	7 診	土屋(午前 9:00~11:00)		土屋緑	*大西尚美	堀昌志
不妊外来	7 診	近藤(午前11:00~12:00)				
	2 診	近藤(午前 9:00~11:00)				近藤英明
更年期外来			堀(午後 2:00~3:30)			
思春期外来			土屋(午後 1:00~3:00)			
外来人間ドック				*二宮	*佐藤or*田上	
歯科口腔外科	診	市原秀記	市原秀記	安田聡	市原秀記	安田聡
	再診	安田聡	安田聡	市原秀記	安田聡	市原秀記
耳鼻咽喉科	午後	(手術)	(手術)	(顎関節外来)市原	(手術)	(歯周外来)安田
	1 診	森芳郎	青木志津子	森芳郎	青木志津子	森芳郎
眼 科	2 診	青木志津子	森芳郎	青木志津子	森芳郎	青木志津子
	1 診	田辺直樹	田辺直樹	田辺直樹	田辺直樹	田辺直樹
小 児 科	2 診	*末森央美	*諏訪啓子	*諏訪啓子	*末森央美	*末森央美
	1 診	市川孝行	三輪田博介	岩田吉弘	市川孝行	三輪田博介
予約一般外来		岩田吉弘	市川孝行	市川孝行	三輪田博介	岩田吉弘
アレルギー外来				(午後)市川孝行		
乳児検診		(午後)三輪田博介	(午後)岩田吉弘			
ワクチン外来				(午後)三輪田博介		
心臓外来					(午後)*大橋(第・4)	
慢性疾患外来		(午後)市川孝行				(午後)市川孝行
神経外来						(午後)岩田吉弘
肝炎外来					(午後)三輪田博介	
退院後外来		(午後)岩田吉弘			(午後)三輪田博介	(午後)市川or三輪田or岩田

医療相談 第1・3火曜日……谷 村/第2・4火曜日……山 内  
人工透析 第1・3土曜日……小 杉/第2・4土曜日……河 合

変更箇所 \*非常勤医師  
※担当医は都合により変更することがあります。

◎初診・再診受付時間▶ 8:30~11:30

◎毎週土・日曜日祭日全科休診

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。



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  
電話 (0583) 82-3101/FAX (0583) 82-1762  
発行人：病院長 間野 忠明 発行：年4回