



社会医療法人北海道恵愛会 札幌南一条病院

電車通り 通信

2018.9
VOL.23

秋



〈特集〉糖尿病について
 予防と健康

ヘルシーレシピ
 ドクターオススの一冊

南一条INFORMATION
 新しい南一条病院

特集

内視鏡検査



胃や大腸などのがん診断に有効な内視鏡検査。
病変の有無を精度よく観察可能なだけでなく、時には組織採取や
治療・止血・処置もできます。

監修：消化器内科 医長 小林 大介



がんは、検診による 早期発見で早期治療へ！

厚生労働省の発表によると、平成28年に、
がんで死亡した人は37万2,986例(男性21万
9,785例・女性15万3,201例)あり、死亡数が多い
部位は1位「肺」、2位「大腸」、3位「胃」の結果
でした(表1参照)。

がん死亡順位について、その発生臓器を男女
の年齢別に見ると、男性は40歳以上で消化器系
のがん(胃・大腸・肝臓)の死亡が多くを占め、女
性は40歳代の多くが乳がん・子宮がん・卵巣が
んで亡くなっており、高齢になるほど消化器系と
肺がんの割合が増加しています。

表1 部位別がん死亡順位(平成28年)

	1位	2位	3位	4位	5位
男性	肺	胃	大腸	肝臓	膵臓
女性	大腸	肺	膵臓	胃	乳房
男女計	肺	大腸	胃	膵臓	肝臓

古くより治らない病気と考えられてきたがん
ですが、医学の進歩とともに、その多くは、早期
発見・治療により良好な経過をもたらすことがわ
かっています。その早期発見を目的に行われている
のが「がん検診」です。市町村や職場などで
加入している健康保険組合が実施する検診では、
対象年齢が定められ、がんのスクリーニングに
効果のある検査内容とともに検診のお知らせ
が届く仕組みになっています。

今回ご紹介する内視鏡検査、特に上部消化管
内視鏡検査(胃カメラ検査)は、2016年から「が
ん検診」の項目に追加されています。また、下部
消化管内視鏡検査(大腸カメラ検査)は、大腸が
ん検診で便潜血検査陽性となった場合に、がん
の早期発見に実績を上げています。



胃と大腸のがん検診に 効果のある「内視鏡検査」

医学の進歩が進み、胃・大腸がんの多くは早期
発見・治療により、治らない病気ではなくなりつ
つあります。その診断には「内視鏡検査」が必須
です。

内視鏡検査とは、先端に光源とレンズが付い
た管(くだ)を、口や鼻あるいは肛門などから体
に挿入し、主に消化管(食道、胃、十二指腸や大
腸)などの、普段見ることのできない体の内部を
モニターに映し出し、観察する検査です。ちなみ
に内視鏡は消化器以外にも臓器ごと、使用目的
ごとに、管の太さや長さも異なる種類がたくさん
あります。

当院では、高い頻度で検査に使用されている
「上部消化管内視鏡検査(治療)」と「大腸内視鏡
検査(治療)」を受け付けております(事前予約が
必要です)。

この内視鏡検査の使用目的は、病巣を探すた
め消化管の内側(粘膜)を観察することにあります。
この他、観察だけではなく、必要に応じて、色
素を散布したり、粘膜組織の一部を採取したりし
て、組織検査(生検:病理学的に診断を確定する

こと)も行っています。また、観察結果の一部は、写真やビデオ画像に保存し、後から確認が可能です。これが、内視鏡検査の概要です。また、病変部分に出血が見つかった場合は、各種止血処置などを行っています。



内視鏡検査で疑われる病変

では、内視鏡検査によって、どのような病変が見つかるのでしょうか。

上部消化管内視鏡検査では、食道や胃、十二指腸を調べますが、各部位の所見によって表2のような病変が疑われます。□あるいは鼻からカメラの付いたスコープを挿入するため、その経路上、食道・胃・十二指腸すべての情報が併せて得られます。

一方、肛門から挿入して観察する大腸内視鏡検査では、大腸がん・ポリープ、腸炎などの病変が見つかります。いずれも最新技術の発達に伴い、スムーズに挿入でき、より詳しい病変の情報がわかる内視鏡が開発され、検査の苦痛も和らいでいます。

表2 部位別主な病変

部位	病変
食道	食道がん・ポリープ、食道炎、食道潰瘍、食道静脈瘤など
胃	胃がん・ポリープ、胃炎、胃潰瘍など
十二指腸	十二指腸がん・ポリープ、十二指腸炎、十二指腸潰瘍など
大腸	大腸がん・ポリープ、大腸炎など



介護のコツ

介護福祉士 科長 畑 秀幸

認知症患者や家族の憩いの場「認知症カフェ」

家族に認知症の方がいる事は、最近では決して珍しい事ではありません。また、認知症患者の介護を家族で抱え込んでしまう家庭も少なくないでしょう。認知症になると記憶の喪失や失敗への不安から、家に閉じこもりがちになる事があります。介護をしている家族も、徘徊や事故への懸念から外出を控えさせてしまう事もあると思います。家の中ばかりで過ごす社会との接点を失い、症状の進行が加速してしまう恐れもあります。また、介護する側にとっても、常に閉鎖された家庭の中で介護を続ける事は大きなストレスです。このような状況を回避し、当事者だけでなく、介護家族、専門職、地域の人々が集まり、同じ状況の仲間が皆で認知症に向き合う場として、最近増えてきているのが「認知症カフェ」です。

認知症カフェの利用で得られるメリット

認知症患者にとって得られるメリットとして、出かける場所ができる事で、引きこもり防止になる事、同じ状況の仲間や理解者の存在により安心感を得られる事、顔を合わせる事で状態の変化の兆候を周囲の人が気付ける環境を得られる等があります。認知症カフェへの参加が刺激になり、症状が緩和する方も多いのだそうです。介護する家族のメリットとしては、同じ立場の介護家族に出会い、心の負担や孤独感から解放される事、介護についての工夫やアドバイスなどの情報を家族同士で交換できる、専門家から様々なサービスや介護知識を得られる等があります。「介護うつ」という言葉も生まれるほど、介護は家族の負担となる事があります。

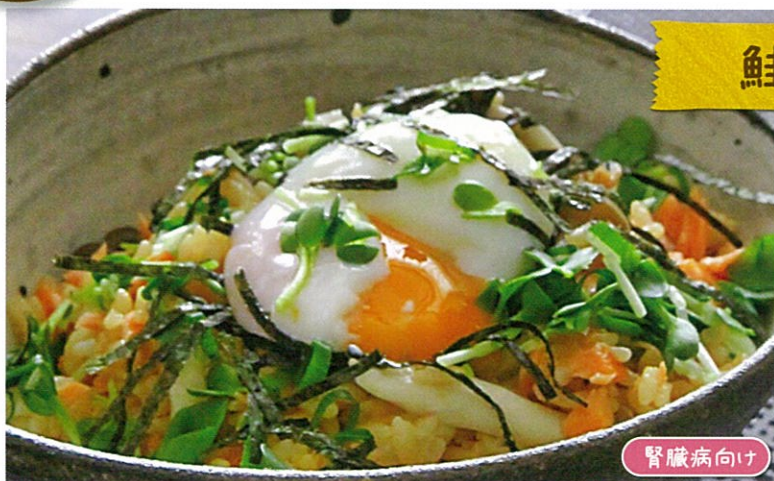
認知症患者も家族もみんなが笑顔になれるよう、「認知症カフェ」へ参加されてみてはいかがでしょうか？



介護テク豆知識

認知症カフェは札幌市内にも数多くありますので、札幌市のホームページから最寄りのカフェを検索できます。

糖尿病・腎臓病向けレシピ



鮭のバター飯温玉のせ

材料(1人分)

白米	150g
カイワレ	10g
こねぎ	5g
しめじ	15g
焼き海苔	0.5g
鮭	20g
温泉卵	40g
バター(有塩)	10g
濃口醤油	9g

腎臓病向け

作り方

- ① 鮭は臭みを取り焼いておく。
- ② しめじをほぐし、さっと茹でる。
- ③ こねぎ、カイワレを刻む。
- ④ 白米にバターと醤油を混ぜ込む。
- ⑤ ④にしめじと鮭を加える。
- ⑥ ⑤に温玉のをせ、こねぎ、カイワレ、刻み海苔を散らす。

エネルギー
465kcal

たんぱく質
17.3g

塩分
1.7g



秋の旬の野菜梅おなか和え

材料(1人分)

okra	20g
かぶ	30g
しめじ	20g
大葉	0.5g(1枚)
梅干し	3g
しょうゆ	3g
かつお節	0.3g

腎臓病向け

糖尿病向け

作り方

- ① okraは2等分に斜め切りにする。
- ② かぶは乱切り、しめじは房分けする。
- ③ ①と②は茹であげ、冷水にさらす。
- ④ 梅をたたいてつぶし、大葉は千切りにする。
- ⑤ 水気を切った③に梅、しょうゆを加えて和える。
- ⑥ ⑤を器に盛り付け、大葉、かつお節を散らす。

エネルギー
27kcal

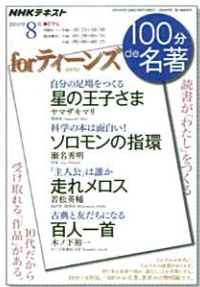
たんぱく質
1.7g

塩分
0.6g

ドクター オススメの1冊

呼吸器内科 主任医長 原田 尚雄

100分de名著 for ティーンズ ”読書が「わたし」をつくる”



NHKテキスト 2018.8月号
524円(税別)

本を選ぶ時、みなさんはどうして
るでしょうか？ インターネットで
検索する、書店で探す、書評を読

む、周囲に聞く、等々。毎日おびた
だしい数の新刊本が出版されてい
る現在、本を選ぶのは並大抵のこ
とではありません。この「広大な本
の森」を探索する時の地図(MAP)
としてお勧めなのが、現在NHKの
Eテレで放送中の「100分de名著」
です。毎月、古今東西の名著を4
回に分けて読み解く番組ですが、
本書はそのテキストです。今まで
数々の本が取り上げられてしまし
たが、本号は”読書が「わたし」をつ
くる”と題し、特に10代の方達に手
にしてほしい4冊が紹介されてい
ます。

「星の王子さま」サン＝テグジュペリ

「ソロモンの指環」コンラート・ローレンツ
(動物行動学の本:科学読み物として最適)

「走れメロス」太宰 治

「百人一首」

よくご存知の本もあれば、初めて
聞く本もあることでしょう。ご存
知の本であれば、自分とは異なる
読み込み方に触れ、もう一度読ん
でみたくなることでしょう。初めて
の本であれば、本書をきっかけに
興味がわいて手に取ることもある
でしょう。「本を読む」ことは見知
らぬ土地に行つて、ドキドキするよ
うな体験を味わうことと同じでは
ないでしょうか。新たな世界があ
なたを待っています！

南一条 Information

9/29 (土) 第7回「健康フェア」を開催します

好評の「健康フェア」を今年も9月29日(土)午後2時か
ら4時まで開催いたします。身体測定から血圧・血管年
齢・握力などの検査が無料で受けられます。また、お薬・
栄養・看護・生活などの相談コーナーや、毎年好評の介護
に役立つ「タクティールケア」(手足を柔らかく包み込むよ
うに触れる療法)や胸部圧迫、AEDの体験コーナーもあり
ます。事前申し込みは不要ですので、ぜひ気軽に足をお
運びください。

★当日協賛メーカーのサンプルや当
院職員からのプレゼントを用意して
おります。数に限りがありますので
先着順とさせていただきます。



9/28 (金) 腎臓病料理教室開催

毎回ご好評の「腎臓病料理教室」を9月28
日(金)に開催いたします。今回のメニューは
「おこげのきのこあんかけ・魚のムニエル
マーマレードソースかけ・じゃがいもの
チーズサンドフライ・かにとパプリカのゼ
リー寄せ」です。参加を希望される方は下記
の栄養科まで、事前に電話にてお申し込み
ください。当日はエプロンや三角巾(スカー
フやバン
ダナなど)
を持参して
ください。

日 時: 9月28日(金)受付9:45~
10:00~13:00(試食時間含む)
会 場: 札幌エルプラザ4階 調理実習室
北区北8条西3丁目
参加費: 500円(当日受付にてお支払い)
お申し込み: ☎ 271-3711(代表)
※先着25名様まで



フロア構成

- 7階 会議室

- 6階 一般障がい者病棟(49床)

- 5階 一般障がい者病棟(49床)

- 4階 一般障がい者病棟(49床)
※うち2床は透析病床

- 3階 リハビリ室、薬局、透析機械室、血管造影室

- 2階 透析室(外来・入院70ベッド)、
患者さん更衣室、ラウンジ

- 1階 受付・会計、総合待合室、診察室、処置室
生理検査室、放射線撮影室、売店、ラウンジ

- 地下 ボランティア室



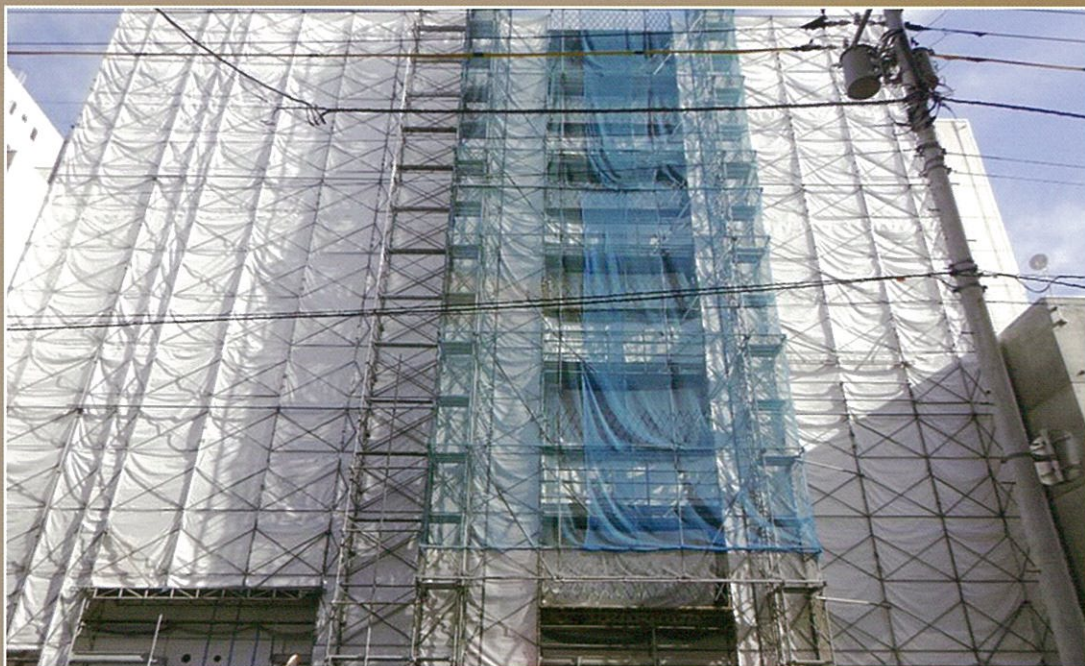
施設概要

- 構造:鉄骨造(S造)地下1階・7階建
- 敷地面積:3,556.97㎡(1,015坪) ●床延面積:8,604.47㎡
- 床延面積:1,558.29㎡ ●駐車台数:35台収容

新しい南一条病院

明るく開放感あふれるワンフロアの透析室をはじめ、
ひとに優しい医療機関をめざします。

工事進捗状況



▲ 電車通り(北側)からの現況

▼ 内装工事は下層階から順次すすめられています



無料送迎サービスのご案内

当院では、透析患者様(車イス対応)を対象に無料送迎サービスの運行を実施しています。「ご自身での運転通院が辛くなった」「家族の都合が悪い」「公共交通機関での通院が辛い」などと感じられている方はぜひ一度ご相談ください。

個別送迎

基本的にお住い・病院の戸口から戸口までの送迎です。ご利用に際しましては、ご本人やご家族とご相談の上、送迎時刻と日程を決定します。必ず予約が必要となりますので、011-271-3711までお問い合わせください。



外来担当医一覧

科目	時間	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
循環器 腎臓内科	午前	工藤	青山	土田	工藤	土田 (セカンドオピニオン)	ホームページ 参照 ※1
		占部	鳥井	青山	土田	占部	
		高木	村上	陳	陳	鳥井	
	午後	土田	工藤	高木	鳥井	青山	休診
		陳	占部	鳥井※2 (透析専門外来)	三木		
					青山※3 (透析専門外来)		
呼吸器 内科	午前	原田	田垣	田上	原田	田垣	担当医 下記参照※4
	午後	田垣	田上	原田	田垣	田上	休診
糖尿病 内科	午前	高木	—	田上	—	高木	田上 (第2・4週のみ)
	午後	—	田上	高木	—	田上	休診
消化器 内科 ※5	午前	小林	小林 (内視鏡検査)	小林	札幌医大出張医 (内視鏡検査のみ)	小林 (内視鏡検査)	休診
	午後	—	—	—	—	—	

※1 循環器・腎臓内科外来の土曜日担当医は、毎週変更となりますので、事前にご確認ください。

※2 循環器・腎臓内科の水曜日午後は鳥井医師による透析専門外来の完全予約制(13:30~14:30)です。

※3 循環器・腎臓内科の木曜日午後は青山医師による透析専門外来の完全予約制(13:30~14:30)です。

※4 呼吸器内科外来の土曜担当医は以下の通りです。 第1週/田垣医師 第2・4週/田上医師 第3・5週/原田医師

※5 消化器内科の診察は、月・火・水曜の午前中のみとなり、その他は内視鏡検査のみとなります。

ご予約のお問合せ

- 初めて当院を受診・他院からの紹介で当院を受診・3ヶ月以上受診されていない方

地域医療連携室【直通】 TEL:011-271-6050 FAX:011-271-6033

※お問合せ時間:平日/9:00~17:00 土曜日/9:00~13:00

- 再診受診のご予約、お問い合わせの方

外来予約専用ダイヤル TEL:011-271-3712

※予約・お問合せ時間:平日/9:00~16:30 土曜日/9:00~12:00

