

きたがわ



目次

レディース通信・・・・・・・・・・2

歯科通信・・・・・・・・・・3

栄養だより・・・・・・・・・・4

介護フェスタ2011・・・・5

高気圧酸素治療室・・・・・・・・6

院内研修リポート・・・・・・・・7

きたがわ川柳・・・・・・・・7

外来診療予定表・・・・・・・・8

医療法人 紀典会 北川病院

～子宮頸がん検診で要精検といわれたら～

子宮頸がん検診としてまず実施されるのは子宮頸部細胞診です。これはヘラや綿棒で子宮頸部の表面をこすりとって調べるものです。

コルポスコピーとはコルポスコープという拡大鏡で子宮頸部を観察する検査です。3%酢酸溶液によって子宮頸部表面を加工、白濁させて(加工診)、さらに詳しく観察し、表面の色や血管の流れ具合(血管像)などの差によって、異常の有無を推定します。細胞診で精密検査が必要であるという結果が出ると、コルポ診は必須となります。病変の組織分類がなんであるのか、どれくらい浸潤しているのかなど、コルポスコピーによって、多くのことが推定できます。

細胞診やコルポ診で異常があった場合は「狙い組織診」が行われます。狙い組織診はコルポスコープで見ながら、病変のひろがりや境界を確認し、最高病変と思われるところを中心に1～数力所採取します。切除鉗子で採取した組織(およそ米粒大)を、ホルマリンで固定し、それを薄切りにして病理組織標本にします。病理組織標本を見て、それがなんであるのか、どこまで浸潤しているのかを判断する病理医の診断が、その後の検査・治療方針を方向づけるもっとも重要なポイントです。

狙い組織診の組織切片は、小さくても、支持組織とよばれる部分から、がんや異形性細胞の組織構築までがはっきりわかること、どの部分の病変なのかが特定できることが特徴です。細胞診、コルポ診、狙い組織診の3つが一致していれば、ここまでの検査でほぼ間違いない結果が出たといえます。したがって狙い組織診の検査結果で次にどうするかの大半が決まります。組織診は、正常もしくは①軽度異形性②中等度異形性③高度異形性④上皮内がん⑤浸潤がん(図ご参照ください)。CINとはCervical Intraepicelial Neoplasiaの略で子宮頸部上皮内腫瘍と訳します。



①軽度異形性 (CIN1) の場合は2年以内に半数が正常化します。また2年以内に高度異形性/上皮内がん (CIN3) になるのはたったの2%です。

②中等度異形性 (CIN2) は2年以内に16%が③高度異形性 (CIN3) に進行します。①②では

進展に大きな差があるといえますが、CIN3に相当する④上皮内がんですら治癒率は100%です。⑤浸潤がんはHPV感染から10年以上経過して発生するといわれています。

したがって、1～2年毎にがん検診を受けている人にとって、子宮頸がんは“治る病気”であると言えます。

歯科通信

歯のケガ！その時どうする？

歯のケガは意外と多く、特に幼児から10代の方に多く発生します。歯のケガをしてしまった時、歯科を受診する前に適切な応急処置ができるかどうかで、歯の運命が変わることもあります。

①歯を打った場合

見えない部分でケガをしている場合もあるので、そのままにせず検査を受けましょう。

問題がなさそうに見えても歯

の根が折れていたり、神経が切断されていたりする場合もあります。

②歯が欠けたり、折れたりした場合

歯のかけらがある場合は持参します。歯が大きく欠けたり、折れたりして神経が出た場合は、出来るだけ刺激しないようにして歯科を受診しましょう。冷たい水や熱いお湯でうがいをすると痛みが増す場合もあります。

③歯が抜けそうになった場合

出血している場合は、清潔なガーゼやティッシュで傷口を押さえて止血します。無理に抜いたりせず、安静にしてなるべく早く歯科を受診しましょう。

④歯が抜けた場合

- 1.出血している場合は、清潔なガーゼやティッシュで傷口を押さえて止血をします。
- 2.抜けた歯を急いで探します。元に戻せる場合があります。
- 3.砂などで汚れている場合は軽く洗います。（汚れていなければ洗わなくても良いです。）

ゴシゴシ洗うと歯根膜が痛むので絶対にしないでください。

4. 保存液（牛乳や専用の保存液）の中に入れ、なるべく早く歯科を受診しましょう。

口の中に入れる（唾液）



適切な保存液がない場合は、口腔前庭に入れて歯科医院へ

ティースキーパー「ネオ」



保存液として最も優れ、24時間歯根膜を生かしておくことができる

牛乳につける



浸透圧が体液に近く、約6時間歯根膜を生かしておくことができる

適切な保存液がない場合は、飲み込まないように注意して、下の前歯と唇の間に入れます。

抜けた歯をティッシュにくるむと歯根膜が乾燥して死んでしまうので絶対にしないでください。

歯のケガの場合も、歯や周りの組織が自然

治癒できるように歯科でサポートします。

自然治癒が期待できない場合は、人工物（かぶせ等）で代用することになります。

参考資料：クインテッセンス出版株式会社「nico 2008.11号」





台所の主な電気・ガス機器の活用ヒントです。
小さなアクションの積み重ねが大きなエネルギーとお金の節約につながります。
出来ることを増やしていきませんか。

電子レンジ ① 野菜や芋類は茹でる代わりに電子レンジを活用する。

茹でるための水とガスの使用エネルギーよりも、電子レンジの使用エネルギーのほうが少なくてすむ。

② 焼色をつけてからチン！

照り焼きなど、焼色をつけてから中にじっくり火を通す必要のある料理のとき、弱火で加熱する代わりに電子レンジを使うとよい。

③ 温め直しに活用。

鍋を洗う水や湯のエネルギーが省けるので、特に一人分など少量の温め直しには省エネ効果が高い。

電気ポット ① 保温は低めの温度で、使うときに再沸騰。

必要なときに再沸騰すると、高温を保つよりも省エネになる。

② 沸かした湯をまほうびんで保温。

保温にかなりの電気を使うので、電気のいらぬまほうびんを活用する。

炊飯ジャー ① 長時間保温しない。

4時間以上の保温はご飯のおいしさを損なうだけでなく、電気の無駄使いにも。炊きたてを小分けして冷凍保存し、電子レンジで解凍すると省エネに。

ガスコンロ ① なべ底の水滴をふき取る。

水滴を蒸発させる為に余分なガスを使わずにすむ。

② 鍋をのせてから点火する。

③ 鍋底から火がはみ出さないように火加減を調整する。

はみ出した火は加熱に使われず、ガスの無駄になる。夏場は特に部屋の温度も上げるので注意したい。

ガス給湯器 ① 食器洗浄時は低温に設定。

② 湯を沸かすときは水からではなく給湯器を活用。

ガスコンロよりもガス給湯器を活用すると省エネ。やかんで沸かすときも給湯器の湯を入れると短時間ですむ。

第1回介護フェスタ2011開催

8月27日に当法人の主催により介護フェスタを開催しました。和気町包括支援センターや介護事業関係者の講座をはじめ、法人から医療・介護サービスの紹介や相談コーナーを設け、福祉機器、食品業者等からは栄養補助食品、おむつ等の介護用品の展示の他に、移動用リフトの実演と機械的に上下肢動作を補助するロボットスーツといった最新の介護機器も展示しました。又、栄養士が療養食、おやつを試食コーナー、その他にも飲食、パン、野菜販売や子供達の遊びコーナーなどを設け、ご家族一緒に楽しんでいただき、約150名の方がご来場され盛況のうちに閉会しました。開催に当たり、地域の皆さまや各種関係事業所の方々にご協力をいただき、お礼申し上げます。



今回が第1回目の開催で反省点も多々ありましたが、次回に繋がるものであったと思います。誰もが末永く安心して暮らせる場所を望まれることであり、それには医療福祉の充実と個人の状況、その地域の実情に応じた福祉のあり方がこれからの課題です。そこで福祉のまちづくりを進めるためにも後方支援をさせていただきたく、医療と介護の現場から住民、関係者の方々とのコミュニケーションの場を計画し、このたび開催の運びとなりました。ご来場くださいました皆さまと交流するなかで、病院、介護事業をもっと身近なものにしながら、地域で支える福祉のまちづくりの輪を広げていけるよう、気持ちを新たにしました。

介護フェスタ2011に行ってきました！！

(介護福祉士：M)

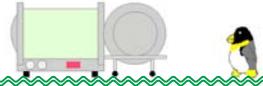
当日は、当病院からも休憩時間を利用して、多くの職員が見学に来ていました。

左の写真は、CYBERDYNE社製介護用スーツです。映画「ターミネーター2」のサイバーダイン社とは無関係みたいです。

装着者の筋肉の動きを感知するのかと思いきや、同社のホームページによれば、脳より送られる電気信号をモニターするみたいです。



高気圧酸素治療室



■ 創傷^{そうしょう}について

創傷とは体の表面の組織の物理的な傷で、「創」は皮膚の破れを伴う傷を指し「傷」は皮膚の破れを伴わない傷を指します。日常語では「傷」と呼ばれます。

血の巡りがよい傷は治りが早く、血の巡りが悪い傷は治りが遅くなります。傷は冷やすより暖めた方が血の巡りが良くなるので治りやすく、海底では、地上より酸素分圧（酸素濃度×気圧）が高くなるので傷の治りは早くなります。血の巡りがよいところへは十分な量の酸素が行き届きます。言い換えれば、「酸素が豊富な傷は治りやすく、酸素が少ない傷は治りにくい」ということです。

海の底へは行けないが高気圧の中だと海の底と同じ条件になる

■ 高気圧酸素治療は傷の治りを早めます



慢性の傷など、治りにくい潰瘍の傷面は酸素が少ない状態にあります。酸素が少ない状態の組織は感染しやすく、感染は傷の治りを遅らせます。高気圧酸素は傷部の酸素濃度を上昇させるので傷の治りを早めます。

高気圧酸素は炎症の腫れを減らして、傷の部分の血の巡りを良くしますので、組織への酸素提供を増やし、代謝面でも嫌気性代謝の終末産物である組織内乳酸値を減少させて、ATP（*）を温存します。繰り返して行う高気圧酸素療法は、高気圧酸素と通常酸素の間で生じる高酸素と低酸素の交代が治療過程を適切にします。

高気圧酸素は傷の治癒上での障害を除去し、抗炎性作用を有するため抗生物質的作用を有すると考えられています。高気圧酸素治療はいろいろなタイプの治りにくい傷の治療に効果があります。動脈性潰瘍や糖尿病性潰瘍などにも効果があります。

（*）筋肉を動かすエネルギー源となる物質をATP（アデノシン三リン酸）という

■ スポーツ外傷^{ねんざ きんざしょう じんたいそんしょう}（捻挫、筋挫傷、靭帯損傷）の高気圧酸素治療



スポーツ時のケガに高気圧酸素治療を行うと、腫れ、痛み、筋緊張感軽減、損傷組織早期回復などが得られます。有効性は筋実質損傷よりも筋腱移行部や腱の損傷で、また、治療開始が早いほど高いです。高気圧治療は上記症状軽快あるいは消失まで、必要に応じて続けます。



テレビを見ながら治療が受けられます

この中が高圧になっていて海の底でいえば10m～20m位

院内研修レポート



9月半ばに感染委員会企画の職員研修が行われました。インフルエンザの流行期を控え、感染対策の徹底を職員に浸透させることを目的に、大日本住友製薬の福原さんに講演して頂きました。

流行の拡大を防ぐには、居住地域における流行の立ち上がりを知ることが大切です。感染を疑う患者さんが来院された時は、マスクの着用を促し（咳エチケット）、手指衛生に努めて頂き、他の患者さんと出来るだけ距離をとるようにします。物理的に距離がとれない場合は、カーテンで仕切るのも有効です。

乳幼児や高齢者、持病をお持ちの方は、インフルエンザに罹った場合重症化しやすいので、より注意が必要です。流行期には不要な外出を避け、感染を疑う場合は早めに医療機関を受診しましょう。

－昨年新型インフルエンザの世界的大流行で、日本が諸外国に比べ、感染者数および重症者数が圧倒的に少なかったのは、国民皆保険制度のおかげで、体調が悪いと早めに医療機関を受診するという習慣が身についていたことと、抗インフルエンザ薬の備蓄が充分にあったことが理由として挙げられます。強毒性の新型インフルエンザはいつ流行するか分かりません。医療従事者として、己の感染予防はもちろん、感染拡大を防ぐ対策の重要性を改めて認識した研修となりました。

きたがわ川柳

蝉の声火の付く様に朝の歌

火の仕末出かける前に指さしを

病窓にうつる火夜長お茶すゝる

宮内君代作



表紙を飾る写真、毎回悩みます。地域に縁のある風景や干支にちなんだ写真、病院でのイベントの様子などを掲載してきましたが、アイデアもそろそろ尽きてきました。いい素材を探してふらっと北へ車を走らせ、見つけました！！ 柵原ふれあい鉱山公園。懐かしのディーゼル機関車があり、当時の駅舎も再現されていました。青春時代が脳裏にくっきりと甦るようでした。

今号から柵原ふれあい鉱山公園をシリーズで紹介していきます。今回は、鉱山資料館の写真です。

患者さまを「尊重」し、「安心」「信頼」「満足」できる医療を提供します

北川病院の理念

- ・患者さまの権利を尊重し、患者さまの立場に立った医療の提供をします
 - ・明るく対話をし、思いやりのある医療の提供をします
 - ・技術の研鑽に努め、先進的で最良の信頼できる医療の提供をします
 - ・地域医療に貢献するため、地域の医療機関との連携、充実した救急医療の提供をします
- そして、職員にとって「あたたかく、生きがいのある職場作り」を推し進めます

外来診療予定表

平成23年10月現在

		内①	内②	内③	総診科	外科	産婦人科	肛門科	麻酔科	歯科	泌尿器科
月	午前	重 歳	吉 田			北 川		北 川	北 川	上 原	
	午後		宮 本		和 又	北 川		北 川	北 川	上 原	
火	午前		宮 本		和 又	北 川		北 川	落 合	上 原	
	午後	細 谷				西 崎			落 合	上 原	
水	午前	松 尾	吉 田			菊 地	茂 本			上 原	
	午後	半 井	宮 本			菊 地				上 原	
木	午前		岡 本		和 又	北 川		北 川	北 川		
	午後	亀 山	吉 田			菊 地					
金	午前		吉 田	笹 木	和 又	北 川		北 川	北 川	上 原	
	午後	桑 木	宮 本			北 川		北 川	北 川	上 原	
土	午前	宮 本				北 川		北 川	北 川	上 原	交代制
	午後		*		和 又	北 川		北 川	北 川	上 原	

午後の診察は手術等のため、変更することがあります

総診科（総合診療科）：内科、外科を問わず診療致します

月曜午前・木曜午後の内科②（吉田）は予約制（糖尿病外来）です

金曜午前の内科②（吉田）は予約制（一般外来）です

*第2週土曜日午後は藤井医師の診察です

内科・外科・総合診療科（月～土）

【受付時間】 7:00～12:00 9:00～17:00

【診療時間】 9:00～ 14:00～

土曜日は受付時間16:00まで

産婦人科（水曜日午前）

【受付時間】 7:00～12:00

【診療時間】 9:00～

泌尿器科（土曜日午前）3名の医師による交代制です

【受付時間】 7:30～12:00

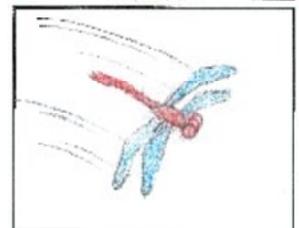
【診療時間】 9:00～

歯科（月～土）

【受付時間】 9:00～12:00 13:00～18:00

【診療時間】 9:00～12:00 14:00～

ただし、歯科は木曜日休診。土曜日は受付時間17:00まで



当院ホームページのURL : <http://www.kitagawa-hp.jp>
E-mailアドレス : lab@kitagawa-hp.jp

発行所 医療法人 紀典会 北川病院 広報委員会
岡山県和気郡和気町和気277
電話 0869-93-1141 Fax 0869-93-1200