



Toda Medical Group

佐々総合病院 広報誌



# ささ舟

—SASABUNE—

2017年 夏号

Vol. 20

## ◎特集 糖尿病について 胆石症のおはなし

- 救急車?迷ったら #7119
- 地域のクリニック紹介「笠井医院」
- おくすり豆知識
- TMG学会開催
- 産婦人科TOPICS
- ジャパン・マンモグラフィー・サンデー
- 2016年手術実績
- 佐タッとレシピ
- 7月から形成外科 診療開始!

### 地下水活用システムの専用水道水

平成 29 年 1 月、当院の敷地内に地下水活用システムを設置しました。  
地下水活用システムとは、深さ 35 メートルの井戸を 3 本掘り、1 日  
100 トンの水を汲み上げ、飲料水として利用できるシステムです。災害  
時における病院の水の確保と地域住民へ飲料水の提供など、災害対策の  
一つとして大きな役割を担います。

撮影：医事課 設楽

# 特集 糖尿病について

病気というものは無数にあり、分類の仕方もさまざまです。その中で、自覚症状の有無によって分けることがあります。私は自覚症状が発病の発端であるものを「症状の病気」、病初期には症状のないものを「検査の病気」と呼んでいます。「検査の病気」でも、進行すれば何らかの症状が出現します。しかしその場合、回復不可能となってしまうことがしばしばあります。つまり、高血圧症や糖尿病は「Silent killer＝静かなる殺人者」と呼ばれることがあります。

## ■糖尿病は「検査の病気」の代表格

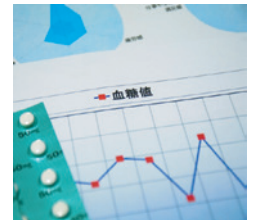
糖尿病は、「検査の病気」の代表格です。つまり、病初期には自覚症状がないから発病したことすらわかりません。気軽に受けた健康診断で血糖値（血液中のブドウ糖の量）が高かったり、生命保険に加入する際に受けた尿検査で尿に糖が出ていることがわかったり、等といったことがきっかけとなること多いのです。

## ■高血糖状態がもたらす症状

今回ご紹介したことは、9割がた2型糖尿病において起こります。糖尿病はこの他、1型糖尿病（小児期に発症しやすい自己免疫疾患）、2次性糖尿病（血糖値を上昇させる原因となる病気がほかにある）、MODYなど特殊な型の糖尿病と、多岐にわたっています。また、誤解されやすいものに腎性糖尿（糖尿病ではない）や妊娠糖尿病（純然たる糖尿病とは少し違う）があります。糖尿病の自覚症状は、高血糖状態がもたらします。以下の症状がよく見受けられます。



内科 丸山 雅弘 医師



### 【多尿(たによう)】

高血糖状態により血液中の浸透圧という、ある種の圧力が上昇します。その結果、尿の量が多くなります。回数が増えるのは、頻尿(ひんによう)といえます。多尿は、必ずしも頻尿とイコールではありません。

### 【口渴(こうかつ)】

尿がたくさん出るようになると、体内の水分が不足した状態、すなわち脱水に陥ります。その結果、のどや口の中が渴くことによって、水分をたくさん飲みたくなります。

### 【多飲(たいでん)】

口渴があると当然起こって来る症状です。血糖上昇が著しい場合、単なる水分だけではなく糖分を含んだ清涼飲料水を飲みたくなります。清涼飲料水を大量に飲むようになることは、血液中を除く体内全体にブドウ糖が不足した状態を示しており、危険な状態です。これらの症状は典型的な場合、多尿→口渴→多飲と、順繰りに起こります。

### 【倦怠感・体重減少】

血液中を除く体内全体にブドウ糖(＝血糖)が不足した状態で起こり得ます。話が前後しますが、ブドウ糖は自動車のガソリンにあたるようなもので、動物が活動する際に燃焼するエネルギーです。高血糖状態では、ブドウ糖が燃焼されるべき場所(主に筋肉)に届くブドウ糖が不足します。つまり、少ないエネルギーで活動するわけですから、体が重くなったりだるさを感じたりします。さらに、ブドウ糖の不足が進行すると、体は自身の筋肉や脂肪組織を分解して代替エネルギーを作ろうとします。この結果、体重が減少します。

ここまでお話をさせていただいて、大切なことに気付いた方も多いと思います。すなわち、「検査の病気」は検査しなければわからない、ということです。ですから、市区町村や職場で行なわれている健康診査や人間ドック等を積極的に受診するよう、心がけてください。現代における健康診査の主要な事業の一つに、「糖尿病を発症させない」ということがあります。皆さまご存知の、「メタボ健診」がまさにそれなのです。

当院は、充実した健診センターを持っています。皆さまのおそばにありますから、遠慮せずに活用していただければ幸いです。

【糖尿病外来】水曜日 午前 | 金曜日 午前・午後(予約制)  
お問合せ:042-461-1535(代) 内科外来

# 胆石症のおはなし

胆石は、胆道(胆汁の通り道)に結石が出来る病気の総称で、大きく分けて胆嚢内に行ける胆嚢結石と胆管に結石ができる胆管結石の2種類があります。今回は、胆嚢結石についてお話をします。

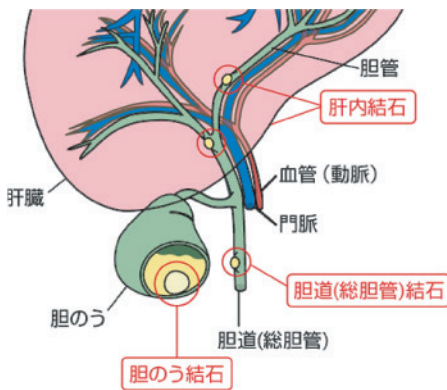
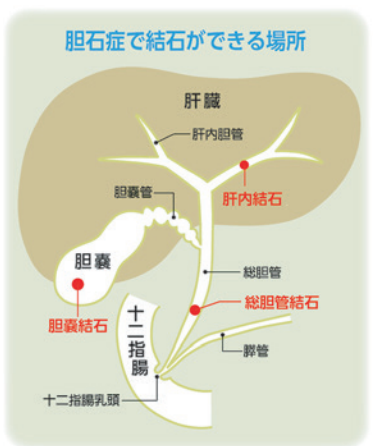


副院長 外科副部長  
中西陽一 医師

## ■胆嚢結石について

脂っぽいものを食べた時、2~3時間後にお腹が痛くなったことはありませんか？ しかも、お腹の右上が…もしかしたら、それは胆石発作かもしれません。この痛みは、背中右側の痛みや右肩のコリのような症状のこともあります。

胆石症は、肝臓で作られた胆汁を一時的に蓄える臓器である胆嚢に結石ができる病気で、報告では日本人の約10人に1人、胆石があると言われています。ただその中で、症状が出るのは約20%です。症状がある場合は、積極的に治療をお勧めしています。無症状の場合は、基本的には経過観察となりますが、その場合でも、胆嚢の壁が厚くなっている場合や胆嚢の壁全体に石灰化が認められる場合等は、治療の適応となる可能性があります。



## ■治療について

治療は、胆嚢摘出術が第一選択となります。当院では、腹腔鏡を用いた胆嚢摘出術を行っております。腹腔鏡手術は、開腹手術に比べて創が小さく、回復にも時間がかかりません。

入院期間は約1週間程度です。また、胆嚢を摘出した後に後遺症が残る場合は非常に稀で、ほとんどの方が日常生活を問題なく送ってらっしゃいます。胆石の症状がある方、胆石が心配な方は、外科外来で検査致しますので、受診を考えてみてください。

お問合せ：042-461-1535 (代) 外科・消化器外科外来

## J・M・S ジャパン・マンモグラフィー・サンデー

# 日曜日に乳がん検査が受けられます



2017年 10月 15日

J.M.S

多忙な平日を  
お過ごしの方へ

日曜日に  
乳がん検査を  
受けられる日です

当施設はJMSプログラム登録医療機関です。

10月15日(日)に乳がん検査を受診できます

佐々総合病院の乳がん検診は、以下の3つの検査となっております。  
西東京市の受診券をお持ちの方もご受診可能です。お電話にてご相談ください。

視触診+乳腺超音波検査	5,130円
マンモグラフィ+視触診	5,130円
マンモグラフィ+乳腺超音波検査	5,130円
マンモグラフィ+視触診+乳腺超音波	8,219円

先着順

実施時間：8時30分~12時00分  
実施人数：43人 定員に達し次第予約受付終了  
予約方法：お電話でのご予約 (完全予約制)  
持ち物：保険証・診察券

佐々総合病院健診センター  
☎042-461-8386  
<予約電話受付時間>13:00~17:00

# 「病院へ行った方がいいのかな？」 「救急車を呼んだ方がいいのかな？」



近年、救急車の出動件数は増えており、救急隊が現場に到着するまでの時間が長くなっています。救急車は限りある資源。救急車をみんなで安心して利用できるよう、本当に緊急を要する人が使えるよう利用方法を改めて考えましょう。

病院に行った方がいいのか、救急車を呼んだ方がいいのか、迷ったときは、「#7119」をご利用ください。

**東京消防庁救急相談センター**  
**☎ #7119**

病院へ行く？ 救急車を呼ぶ？ 急な病気やけがで迷ったら

## 東京版 救急受診ガイド

病気やけがの緊急度や受診する科目をパソコンや携帯電話などで確認できる「東京版 救急受診ガイド」のサービスを東京消防庁ホームページで提供中

携帯電話からはこちら

スマートフォンからはこちら

※冊子版「東京版救急受診ガイド」でも確認できます。詳しくは最寄りの消防署まで

電話での相談は **東京消防庁 救急相談センター #7119**

## 当院の救急診療体制(夜間・休日)



**佐々総合病院**  
**☎042-461-1535**

当院の救急診療は、各科ごとに1~2名の担当医師が診療を行っております。ご入院患者さまや救急患者さまの処置等で、受付を一時中断させていただいたり、診察までにお時間がかかる場合がございますので、来院される前に必ずお電話でお問い合わせください。

	月	火	水	木	金	土	日・祝
内科	○	○	○	○	○	○	○
外科系	○	○	○	○	○	○	○
産婦人科	○	○	○	○	○	○	○
小児科	○※1	—	○※1	—	○※1	—	○※2

※1 小児科初期救急診療 19:30~22:00

※2 西東京市休日診療日のみ 9:00~11:30 13:30~16:00

## TMG学会 開催

## 戸田中央医科グループ



5月21日(日)、第55回戸田中央医科グループ学会が開催されました。この学会は、戸田中央医科グループの全施設が研究や実績評価などを発表し、職員の研鑽を目的として開催しています。

特別講演には、(有)カメリアエンタープライズ代表取締役／赤坂璃宮 取締役営業本部長の佐野由美子氏による『プロの「ホスピタリティ」の時代～今 何を学び 何を磨くべきか～』と題して、おもてなしの神髄についてご講演をいただきました。

教育講演として、合同会社おもてなし創造カンパニー 代表 矢部輝夫氏から『あたたかさ、きびしさ、公平さ 認め合う文化が人を育む』と題して、アメリカのCNNでも取り上げられた新幹線の清掃員の業務改革とそのための意識改革についてご講演をいただきました。

当院からは看護師 小笠原弥奈美さんが日ごろの研究の成果を発表しました。

さまざまな職種の発表が65演題行われ、日々の業務に活かされる非常に実り多い学会となりました。



# 平成28年 手術実績

平成28年外科系手術実績は、下記のとおりとなります。

## 外科

主要手術名	平成28年			平成27年			平成26年			平成25年		
	総数	腹腔鏡	開腹	総数	腹腔鏡	開腹	総数	腹腔鏡	開腹	総数	腹腔鏡	開腹
悪性疾患	食道悪性腫瘍手術	3	-	3	1	-	1	-	-	-	-	-
	胃悪性腫瘍手術	22	5	17	15	1	14	19	1	18	26	-
	結腸悪性腫瘍手術	46	25	21	39	14	25	32	5	27	41	1
	直腸切除術	23	13	10	9	3	6	11	5	6	17	-
	肝切除術	5	-	5	3	-	3	6	-	6	5	-
	膵頭部腫瘍切除術	3	-	3	2	-	2	4	-	4	1	-
	膵体尾部腫瘍切除術	1	-	1	1	-	1	2	-	2	-	-
	胆嚢悪性腫瘍手術	1	-	1	1	-	1	-	-	-	-	-
	乳腺悪性腫瘍手術	32	-	32	40	-	40	39	-	39	49	-
良性疾患	虫垂切除術	50	48	2	66	55	11	50	20	30	60	-
	胆嚢摘出術	48	46	2	49	45	4	41	34	7	46	26
	鼠径ヘルニア根治術	83	-	83	73	-	73	76	-	76	73	-

## 整形外科

主要手術名	平成28年	平成27年	平成26年	平成25年
人工骨頭挿入術	41	57	46	48
骨折靱帯の整復術(大腿)	65	69	90	85
骨折靱帯の整復術(下腿)	18	30	69	38
骨折靱帯の整復術(上腕)	13	31	46	26
骨折靱帯の整復術(前腕)	31	35	57	38
骨折靱帯の整復術(その他)	27	29	69	34
全人工股関節置換術	49	34	8	5
全人工股関節再置換術	-	1	2	-
大腿骨彎曲内反骨切り術	10	13	-	-
大腿骨頭後方回転骨切り術	8	-	-	-
大腿骨外反骨切り術	1	-	-	-
股関節形成術	-	1	-	-
椎弓形成術及び脊椎固定術	52	38	37	7
椎間板切除術	4	6	7	4



## 脳神経外科

主要手術名	平成28年	平成27年	平成26年	平成25年
慢性硬膜下血腫穿頭洗浄術	18	21	26	23
脳動脈瘤頸部クリッピング術	6	3	5	1
頸動脈内膜剥離術	1	2	-	1
頭蓋内腫瘍摘出術	2	3	2	1
水頭症手術(シャント手術)	4	9	7	1
脳動脈瘤コイルリング術	1	3	1	4
経皮的頸動脈ステント留置術	2	2	3	4
経皮的脳血管形成術	2	2	4	4

## 泌尿器科

主要手術名	平成28年	平成27年	平成26年
経尿道的前立腺切除術(TUR-P)	23	10	10
経尿道的膀胱腫瘍摘出術(TUR-BT)	24	25	9
腎悪性腫瘍手術	2	1	2
腎尿管摘出術	1	3	-
精巣摘出術	9	9	6
前立腺生検	49	53	52

単位：件数

※産婦人科の実績は次号に掲載いたします。

患者さまが安心、安全に手術を受けることができ、順調に回復されるように、手術室チーム全員が協力して治療・看護を行っています。

## 訪問診療を主に行っております。

みなさまこんにちは。当院は、2017年4月に田無町4丁目で開業いたしました。在宅療養支援診療所として、訪問診療を主に行っております。

私は、外科、内科、救急医療に従事したのち、在宅医療の道に進みました。2005年から2010年までは佐々総合病院で内科、救急科で勤務しておりました。

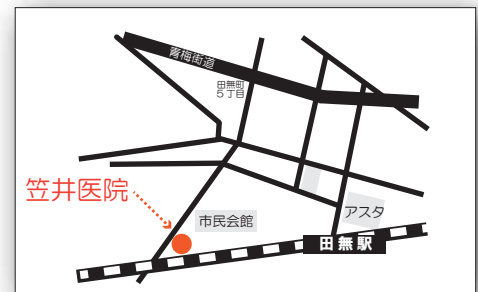


院長 笠井 博人 先生

当院は、在宅緩和ケアに力を入れています。通院に困難を感じる方を対象としています。疾患は問いません。薬局、訪問看護ステーション、そして介護職の皆さん方と密に連携して在宅療養を支援します。自宅で最期まで過ごしたいという思いを支えます。いざというときは病院にかかりたいという思いも支えます。在宅医療は患者さん、ご家族さんが主役です。

- 診療科目：内科、外科、緩和ケア
- 診療時間：（基本的には一般外来診療は行っておりません）
- 休診日：水曜、土曜午後、日曜

住所：西東京市田無町4-11-7 カーサエストゥペンダ101  
電話：042-452-5056



## ママの不安や疑問解消のお手伝い！ 母親学級

赤ちゃんが、我が家にやってくるのは楽しみです。妊娠中の健康管理をはじめ、赤ちゃんを迎える準備、お産や育児など、今までに経験したことのないものばかりで、ママは不安がいっぱいです。当院では、出産を控えたママとサポートしてくれるパパを対象に、助産師が「母親学級」という形で不安や疑問の解消をお手伝いさせていただきます。

クラスは、3つに分かれています。**ラベンダークラス**は、お産の準備や陣痛の乗り切り方、おっぱいの手入れの話を中心としており、**クローバークラス**は、栄養士による専門的な食事の話や育児の準備、病室や分娩室・ベビー室の見学、**プレバママクラス**は、パパにお産のときのサポートの仕方や沐浴などの体験を学んでいただくクラスとなっています。



1つのクラスから受講可能ですので、ぜひ参加されて、楽しいマタニティ&パパママライフを過ごしていただきたいと思います。詳しい内容については、当院 産婦人科までお気軽にお問い合わせください。お待ちしております！



お問合せ：042-461-1535 (代) 産婦人科外来



## フレイル予防



混ぜて焼くだけ！

フレイルとは、ご高齢の方が運動機能の低下・うつ状態などの精神的な問題・社会的なネットワークへの参加が減るなどストレスに弱くなった状態で、健康な方と要介護の方の間の状態を言います。

糖尿病の方がフレイルになると、血糖コントロールが悪くなります。高血糖だと合併症のリスクが高まります。

フレイルの中の運動機能の低下を防ぐ為には、食生活と運動習慣が大切です。食生活では筋肉を作るための良質なたんぱく質(肉・魚・大豆製品など)を1食に1回取り入れましょう。そこで、ご高齢の方にも食べやすく、手軽に作れるハンバーグをご紹介します。味付けなどせずに、混ぜて焼くだけです。はんぺんを入れることで、脂の少ないお肉でもフワッと仕上がりが食べやすくなります。血糖値を上りにくくするために、大根おろしにポン酢を使用しました。



### 材料 2人分

豚挽き肉	-----	160g
はんぺん(塩分控えめ)	-----	1P(100g)
市販の五目豆煮	-----	100g
<small>(今回使用したもの：ひじき・れんこん・人参・しいたけ・大豆)</small>		

焼き油	-----	小さじ 1/2
添え	-----	ポン酢小さじ 1杯・大葉 2枚
		大根おろし 40g・トマト 1/2ケ・なす 1/2本

### 作り方

- ① ポリ袋にはんぺんを入れ、よくつぶす。
- ② ①の中に豚挽き肉と五目豆煮を入れ、よく混ぜ合わせる。
- ③ 袋から出し半分に分け丸める。
- ④ 熱したフライパンに油をひき、強火で両面を焼き、中まで火が通るまで中火で焼く。
- ⑤ 大葉、大根おろしなどを添えてポン酢をかけてできあがり。



## おくすり豆知識

## 糖尿病薬の飲み薬について

糖尿病は、膵臓から分泌されるインスリン(血糖を下げるホルモン)の分泌が少ない、効きが弱いことで慢性的に血糖値が高くなります。糖尿病治療では、食事療法・運動療法を基本とし、それでも血糖が下がらない場合に薬物療法(飲み薬、インスリン製剤)を組み合わせています。今回は、糖尿病薬の飲み薬についてご紹介します。

お薬の作用は複数あり、「膵臓からのインスリン分泌を促す」「インスリンの効きやすさを改善する」「食後の血糖の立ち上がりを緩やかにする」「インクレチン(インスリン分泌を促すホルモン)の分解を抑える」「尿中に糖の排出を促す」などのタイプがあります。

飲み薬は少量ずつ服用し始め、血糖値の動きに合わせて量を決めていきます。症状や病態に応じて、作用の違う薬剤を組み合わせ使用されることもあります。しばらく(3か月位)服用して目標値に達しないときは、他の薬の併用や切り替えを検討します。お薬によっては、単独でも低血糖がおこる場合がありますので、低血糖時の対応を理解しておきましょう。

血糖の変動で効果を判定するためにも、効果を十分に発揮させるためにも決められた服用時間を守る事が大切です。例えば、食後の血糖値を緩やかにするお薬は糖分の分解を遅らせるために食事直前(5-10分前)に服用します。また、血糖値を改善するためにも、お薬を飲み始めても食事療法・運動療法を続けていきましょう。



# 7月4日(火)より 形成外科の外来診療を開始します。

診療日：火曜日午後 担当医師：堀口 雅敏 ほりぐち まさとし  
順天堂大学医学部卒業 / 日本形成外科学会専門医

## Sassa Event

### 市民公開講座

佐々総合病院は、地域のみなさまを対象に医師や医療技術者の立場から医療についてわかりやすく解説する「市民公開講座」を開催しています。

## 『病院・施設の機能の違いについて』

日時 7月12日(水) 15:00～16:00  
講師 医療福祉科 大町 幸子  
会場 佐々総合病院 3号館 4階図書室

次回の公開講座

7/12(水)のみ予約制です

インターネットまたは、お電話からお申込みください。  
☎042-461-1535(代)  
(先着順15名)



当院では、自治体や企業などからご依頼があれば、病院職員がお伺いする『出張講座』も行っております。地域の社会福祉活動、企業の職員研修、学校の保健教育などにどうぞご活用ください。

お問合せ：☎042-461-1535(代) 広報室

## 病院のご案内

### ●標榜診療科目

内科・消化器内科・循環器内科・外科・消化器外科・脳神経外科  
整形外科・泌尿器科・皮膚科・小児科・産婦人科・形成外科  
リハビリテーション科・麻酔科・救急科(15科目)

### ●外来受付時間

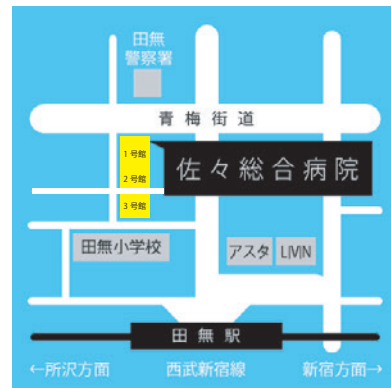
AM 7:00～11:30 / PM 12:00～16:00  
※受付時間は、曜日・診療科により異なります。  
詳細は、総合受付で配布している外来診療担当医師表、  
又はHPをご覧ください。

### ●面会時間

一般 13:00～20:00  
産婦人科 14:00～16:00 17:00～19:00  
新生児室 14:00～16:00 17:30～19:00  
※必ず受付またはナースステーションにお声がけください。

院是	その時代、この地域のニーズにマッチした医療を追求し、質の高い医療、恕(おもいやり)のある医療を実践する。
患者様の権利と責任	<ul style="list-style-type: none"> <li>●公正な医療を受けることができます。</li> <li>●人格およびプライバシーが尊重されます。</li> <li>●医療の内容を知ることができます。</li> <li>●医師による説明を受け医療行為を選択することができます。</li> <li>●病院の提供するサービスに意見を述べるすることができます。</li> <li>●病院の規則を守り医療に参加し協力する責任があります。</li> </ul>
私たちの病院目標	<ul style="list-style-type: none"> <li>●患者様に公正な医療を提供します。</li> <li>●医師による説明と患者様の選択に基づく医療を進めます。</li> <li>●患者様のプライバシーを尊重いたします。</li> <li>●診療情報を患者様自身にお伝えいたします。</li> <li>●より良い医療を実践するために研修、研鑽、向上に努めます。</li> </ul>

### ●アクセス



<最寄り駅からアクセス> 西武新宿線田無駅北口→徒歩3分

<主要駅からのアクセス>

- 西武新宿線 高田馬場駅～田無駅→所要時間15分
- 西武バス ひばりヶ丘駅(西武池袋線)～田無駅→所要時間15分  
武蔵境駅(JR中央線)～田無駅→所要時間15分



## 医療法人社団 時正会 佐々総合病院

〒188-0011 東京都西東京市田無町4-24-15  
042-461-1535(代表)  
042-461-3333(産婦人科)  
042-461-8383(健診センター)

http://www.sassa-hospital.com/

佐々総合病院

検索

編集・発行/広報委員会  
発行日/平成29年7月1日



戸田中央医療グループ  
Toda Medical Group