



# いぶき

いぶき 第15号  
 発行者 原田 英雄  
 編集 患者サービス向上委員会  
 香川県丸亀市城東町3丁目3番1号  
 TEL (0877)23-3111  
 FAX (0877)24-1147  
 季刊誌 年4回発行  
<http://www.kagawah.rofuku.go.jp>



## 膵臓のはなし

病院長 原田 英雄

膵臓は胃の後方、脊柱の前面にあります。左右の長さ15cm、上下の幅3〜5cm、前後の厚さ2cmの臓器で、二つの働きをします。

第一の働きは、強力な消化酵素を十二指腸に分泌します。消化酵素は十二指腸に到着してはじめて活性化し、食事の中の栄養素であるタンパク質、脂肪、糖質を消化して、小腸からの吸収を助けます。



第二の働きはインスリンなどいろいろなホルモンを血液中に分泌して、小腸から消化・吸収された血液中の栄養素の処理を調節します(直ちにエネルギーとして消費するか、

身体に貯蔵するか、あるいは、すでに体内に貯蔵してある栄養素を血液中に呼び戻す)。  
 しばらくの間たべなくても人間が活動できるのは、これらホルモンのきめ細かな調節作用によって血液中栄養素の濃度を一定に保っているからです。

膵臓のおもな病気に、急性膵臓炎、慢性膵臓炎、膵臓がんがあります。いずれの病気も、日本人の生活習慣の変化によって、近年増えつつあります。急性膵臓炎は大量飲酒や過食が原因で、消化酵素が膵臓内で活性化してしまうために自身自身の膵臓を消化して起こる急性の炎症のことを言います。急速に増強する腹痛や上背部痛が起こります。多くの場合、数日の入院治療で治ります。

しかし、病気の勢いが強い場合には病変が広がり、全身の重要な臓器(脳、肺臓、循環器、肝臓、腎臓)に合併症を起こして死に至ることがあります。近代医学の粋をつくした治療が必要で、

治癒した後は、原因の除去による再発防止が必須です。慢性膵臓炎は、常習的な多量飲酒・食事不摂生・喫煙などが原因で膵臓の慢性炎症が起こり、膵臓の細胞が次第に死滅する病気です。慢性的に腹痛や上背部痛が持続するか、再発を繰り返すのが特徴です。

これが長期にわたると、膵臓の細胞が残り少なくなるために、消化酵素の不足による消化不良(栄養不良)とインスリンなどホルモンの不足による糖尿病が起こってきます。原因の除去と

**香川労災病院の理念**

働く人々や地域の人々に  
 安全で安心のより良い  
 医療と看護を提供します

疼痛の軽減が治療の基本です。食事療法に加えて、消化不良に対しては消化酵素の内服、糖尿病に対しては血糖コントロール治療薬を使用します。

膵臓がんの早期発見・早期治療は現状では難しい。また、症状が出現して検査により診断が確定した場合には進行癌が多く、周囲へすでに浸潤がおよび、遠隔の臓器に転移していることが多い。したがって、手術などで治療しても5年生存率は17.5%と、胃がんや大腸がんにくらべて低い。

しかし、医学の進歩により、診断法や治療法にも次々と新しい方法が開発されつつあります。疼痛緩和法は著明に進歩しました。当面は、生活習慣の見直しによる発病予防を強くおすすめします。

- すなわち、
- ①野菜と果物をたくさん食べる
- 穀物、豆類、根菜類をたくさん食べる
- ②牛肉・豚肉を減らし、魚肉・トリ肉を食べる
- ③動物性脂肪食品を控えるために
- ④アルコールを控えるために
- ⑤食塩は6g/日以下
- ⑥禁煙(焦げた食品をさける)
- ⑦カビで汚染した食品をさける
- ⑧運動、特に歩行運動の奨励
- ⑨肥満をさける
- ⑩などに努めて下さい。

**オーダーリングシステム導入から早や1年**  
検査科技師長 影山 洋吉

平成16年3月1日から始まったオーダーリングシステムが、1年を迎えることとなりました。開始当時は、なにかと戸惑ったこともありましたが、今では割とスムーズに対応できております。

オーダーリングシステムとは、コンピューターを使って作業の効率化と正確性を高めることです。ここで採血検査のオーダーリングシステムについて、簡単に話したいと思います。患者様が診察室にいられたら、まず担当の先生とお話しいたします。患者様に採血検査が必要と思われる時、先生はコンピューターで検査の指示をいたします。患者様には【順路案内票】が手渡されます。患者様はこの【順路案内票】を使って「患者様は確



かに検査にいられました」という到着確認を行います。到着確認を終了しますと1分以内に、その患者様に必要な採血管や採

**薬の排出**

薬物とその代謝産物は腎臓、胆管、腸管、肺を介して体外に排出される。

このうち腎臓は、排出器官として最も重要な役割を果たしている。

循環器系および腎臓に障害のある患者様では薬物の排出が遅くなり体内に蓄積しやすい。これが有害作用を引き起こす原因となる。

新生児、未熟児では腎機能が未発達の状態にある。高齢者では他の器官よりも腎

**薬剤部 濱田 和清**

機能の衰えがはつきりとあらわれてくる。

したがって新生児、高齢者では薬物の体内からの排出時間が延長しやすい。よって尿量の増減にはたえず留意し、尿量が極端に減少してきた場合には注意が必要です。

薬物治療において血液中の薬物の濃度上昇が薬理作用の増強を反映していると考え、治療に最適な薬物の濃度を維持する目的で、血漿中の薬物濃度を測定し治療に役立てています。

570(写真)であります。先ほど、診察室で先生が指示いたしました採血検査の情報を正確に反映するのです。後は、間違いがないように採血、採尿をいたします。また、以前は尿や血液検査の結果の一部を患者様自身にお持ちして頂いていたのですが、このシステム導入以後すべてコンピューター報告になっています。

「より速くより正確に」をめざしております。検査科に何かお気付きの天がありましたら、ご気軽に申しつけください。

薬物の血中濃度には個体間のばらつきが大きくなる薬物があります。抗いれん薬のフェニトインは安全域が狭いため有効で安全な濃度を維持することが難しい。

こうした薬物を安全にかつ有効な量を投与するためには治療中に頻りに薬物の血中濃度を測



**お知らせ**

- 糖尿病教室 ●
- 5月6日(金) 15時～16時
- インスリン注射について
- 岡本 Dr 栄養相談室
- 5月13日(金) 15時～16時
- 内服薬について
- 岡本 Dr 栄養相談室
- 5月20日(金) 14時～15時
- 運動療法
- 理学療法士 第2会議室
- 5月27日(金) 15時～16時
- 三大合併症について
- 岡本 Dr 栄養相談室
- フットケア
- 看護師 栄養相談室
- 労災病院公開健康講座 ●
- 3月24日(休)13時30分～15時
- 講師 田中形成外科部長

定することが必要です。また薬物治療を続けているにもかかわらず、これまでのような効果が得られなくなり、急に症状が悪化するような時があります。

この症状悪化の原因を推定し対策を立てるうえで、服用中の薬物の血中濃度を測定することはとても大切なことです。処方された薬は用法用量を守って正しく服用しましょう。

香川労災病院の全面増改築は、第三期の管理棟が完成し、駐車場など敷地の整備も済んで、平成九年末には全て終了し、私も新しい病院長室に移ることが出来た。

私の任期は、平成十年(1998)三月末までであるので、その一年位前から、次の院長の人選を考え始めて居た。後任院長には、いろいろな方の推薦を頂いたが、私はやはり岡大から迎えるのが順当であると考えて居り、またその頃労災病院長の定年は七十才になっていたので、岡大六十五才の定年を待ってからはではなく、現役の方がむしろよいのではないかと考え、私が外科系であるので、次は先ず内科系を考えた。当院の内科医師は岡大第二内科から来られて居り、現多田副院長も二内助教授から赴任されているので、先ず二内原田実根教授に相談したところ、二内出身で当時岡大の臨床検査医学教授をして居られた原田英雄先生を是非宜しくお願いしたいと云うことであつた。

原田(英)先生は岡大三朝温研に居られた頃よりよく存じ上げて居り、温厚な立派な方なので、私も喜んで早速参上した。ところが先生は、自分は定年までまだ二年あり、特に平成十年十一月には日本消化器内視鏡学会総会を引き受けているので、とても十年春の赴任は出来ないと云われた。私は驚いて、実は二内原田教授のご推薦で私が参上したことを何度も申し上げたのであるが、どうしても首を縦

で、私も喜んで早速参上した。ところが先生は、自分は定年までまだ二年あり、特に平成十年十一月には日本消化器内視鏡学会総会を引き受けているので、とても十年春の赴任は出来ないと云われた。私は驚いて、実は二内原田教授のご推薦で私が参上したことを何度も申し上げたのであるが、どうしても首を縦

### 院長七年(三)

香川労災病院名誉院長  
岡山療護センター顧問

西本 詮

に振って頂けなかつたので、がっかりしてひとまず退散した。このことは原田実根教授にも申し上げたが、矢張りどうにもならないので、劉備玄德三顧の禮を思い、それから二回原田(英)先生のお部屋に出頭して懇願し、漸く学会終了後ならばということ、平成十年十二月の赴任に漕ぎ着けたのであつた。従つてその間の院長代理は鶴野副院長をお願いすることで労働福祉事

業団の了解も得られたのであつた。医学は日進月歩であり、病院の組織や経営も、当然時代とともに、新しい方式を採り入れるべきであるので、医師ばかりでなく、パラメディカルの職員にも新しい教育が必要である。当院のように地元の出身者が多い病院では、人事を刷新することはなかなか困難であるが、それでも将来指導的立場に着くようたりして、経験を積み、見聞を広めて、再び戻つてきて欲しいものである。薬剤部長や看護部長などもそのような経験を積みま

業団の了解も得られたのであつた。医学は日進月歩であり、病院の組織や経営も、当然時代とともに、新しい方式を採り入れるべきであるので、医師ばかりでなく、パラメディカルの職員にも新しい教育が必要である。当院のように地元の出身者が多い病院では、人事を刷新することはなかなか困難であるが、それでも将来指導的立場に着くようたりして、経験を積み、見聞を広めて、再び戻つてきて欲しいものである。薬剤部長や看護部長などもそのような経験を積みま

採用する事は、なかなか困難なので、このように他流試合に出して、経験を広めて戻つて貰うのも良い方法であらう。以上平成三年から十年まで、七年間勤めた院長の経験から、私なりに思い出として記憶に残ることを拾い上げ、三編の駄文として私の考えを述べさせて頂いた。このような機会を与えていただいた編集者に深く感謝申し上げます。

採用する事は、なかなか困難なので、このように他流試合に出して、経験を広めて戻つて貰うのも良い方法であらう。以上平成三年から十年まで、七年間勤めた院長の経験から、私なりに思い出として記憶に残ることを拾い上げ、三編の駄文として私の考えを述べさせて頂いた。このような機会を与えていただいた編集者に深く感謝申し上げます。

## 庶務課紹介

庶務課 宮崎 賢治

当院の庶務課は、管理棟3階にあり、庶務係、給与係、電話交換室、医局の事務、図書係、運搬業務等の仕事です。課員は計12名のスタッフで、

職員採用・昇格・退職などについての人事、給与に関すること、社会保険等手続き、健康診断などの福利厚生、病院が主催する式や行事、会議室・厚生施設の管理、職員の休日や平日の時間外の管理、院内外の清掃や保安・防火の事務、電話交換業務、医局の秘書、病院の図書に関すること、

また、ホームページなどの広報の事務や毎日配達される郵便物や小荷物の受渡しに至るまで細かいことを取り扱っています。

1月に病院機能評価訪問審査が終わわり、今ホットしているところですが、皆様がこの「いぶき15号」を読まれるころには、職員の退職、補職、転勤などの手続きで仕事に追われていると思います。

私たち庶務課の業務目標は、「正確で迅速な事務処理を心

かけ、信頼される庶務業務の推進を図ります。」「課内の連絡体制の一層の充実を図り、効率的な業務運営を推進します。」

「来客者に対する爽やかな応接を心がけ、親しまれる病院をアピールします。」以上3つのことを目標に日々がんばっています。

これからも、地域の皆様に親しまれる病院を目指し、努力してまいりますので、ご意見、ご要望があれば、庶務課(syomu@kagawahi-rofuku.go.jp)までお寄せください。



### 外 来 診 療 予 定 表

診 療 科	時 間・診 察 室	月	火	水	木	金	
内 科	午 前	一 診	多田	木口	多田	木口	野口
		二 診	荒木	永田	廣田	荒木	永田
		三 診	寺西	野口	吉永	寺西	吉永
		四 診	山本	岡本	齊藤	山本	岡本
		五 診		水尾			
循 環 器 科	午 前	一 診	曾根	渡邊	中川	水尾	曾根
		二 診	中川晃(再来のみ)			渡邊(再来のみ)	
	午 後		ペースメーカー			振動	
外 科	午 前	一 診	鶴野	津村	代診	鶴野	津村
		二 診	國土	立本	木村	村岡	山崎・内海(隔週)
	午 後		呼吸器 津村	肝胆臓 香川	※乳腺 鶴野・村岡		
整 形 外 科	午 前	一 診	井上	大茂	横山	永井	米田
		二 診	永井	高田	米田	大茂	横山
		三 診	高田		弓手		井上
	午 後	リウマチ外来		リウマチ外来		小児外来	
リハビリテーション科	午 前	弓手	田村	高田	弓手	高田	
形 成 外 科	午 前	田中	田中	田中	田中(午後)	田中	
脳 神 經 外 科	午 前	一 診	藤本	吉野	寺井	藤本	吉野
		二 診	寺井	柚木		平下	
神 經 内 科 メンタルヘルス科	午 前	一 診	中島		中島	中島	中島
		二 診	小山	小山	小山		小山
泌 尿 器 科	午 前	一 診	西	西	水野	西	西
		二 診	水野	倉繁	小武家	倉繁	水野
産 婦 人 科	午 前	一 診	川田	友國	川田	木下	友國
		癌 検 診	木下	木下	友國	川田	木下
	午 後	産科予約検診	友國		木下		川田
		産後検診				交代制	
眼 科	午 前	一 診	小見山	小見山	小見山	小見山	小見山
		二 診			國土		
耳 鼻 咽 喉 科	午 前	一 診	森下	森下	森下	石川	森下
		二 診	石川	石川	石川		石川
	午 後			小児外来			
齒 科 口 腔 外 科	午 前	一 診	森谷	森谷	森谷	森谷	森谷
		二 診			山田		
麻酔科(ペインクリニック)	午 前	一 診	北浦	戸田	北浦	佐牟田	北浦
		二 診			友塚		小田
ス ト マ 外 来	午 前		佐藤看護師		佐藤看護師		

※乳 腺 外 来 鶴野(第1・3・5木曜日)・村岡(第2・4木曜日)

### 健 診 部

日帰りドック…………… 1日20名 火、金曜日	海外派遣労働者の健康診断……………随時
一般健診…………… 1日20名 月、水、木曜日	特殊健康診断……………随時
脳ドック…………… 1日1名 月、火、木曜日	振動障害健康診断…………… 1～3名 金曜日
雇入時の健康診断 ) …… 1日30名 (隔週) 水曜日	健診車による出張健診……………月～金曜日
定期健康診断 )	丸亀市住民検診 …… (6～9)月～金曜日

※全ての健診は予約が必要です。 ※健診の曜日は変更になることがあります。

●当院は、政府管掌健康保険生活習慣病予防健診事業の指定病院となっており、該当する方は補助を受ける事が出来ます。

●健診の結果、二次検査が必要となった場合、内科系・乳腺外来のみ当院で予約を行っております。

### 高圧治療

主任臨床工学技士 白川 章

高圧治療室という名前を初めて聞かれて、何をされる所だろうと思う人がほとんどだと思います。正式な名称は、高気圧酸素治療室と言って全国でも約750の病院しかなく、特殊な治療を行なっています。当院の高圧酸素治療室は、昭和46年1月から治療を始め、現在34年が経過しておりますが、初めて名前を聞かれる方がほとんどだと思います。

高気圧酸素治療とは、圧力のかかった部屋の中でマスクにより酸素を吸う治療法です。大気



圧の所で酸素を吸うよりもたくさん酸素が体の中に取り込めるようになるため、血液の流れが悪い人や酸素が足りない人などに良い治療法です。昔から潜水病の治療に使われてきました。近年その他の病気にも有効だと突発性難聴・梢動脈閉塞・腸閉塞・急性一酸化炭素中毒などの病気の治療に活躍をしています。

また、医師・看護師などが付き添いで入れるため安心して安全な治療が行えます。

### 認定看護師紹介

糖尿病療法士 吉川 照美

糖尿病治療の目的は、治療を継続することによって、高血糖や合併症による多彩な糖尿病の症状が現れないようにコントロールしていくことです。そのためには、自己管理が重要で患者様自身が治療法を十分に理解し、日々の生活の中で実行していく必要があります。しかし、糖尿病の治療法は、食事療法、運動療法をはじめ、経口薬服用、イ

ンスリン自己注射、血糖自己測定と多岐にわたり、これらを習得することは必ずしも容易ではありません。



大変珍しい治療施設だと思いますので、病院に来られたとき時間があれば見学してみませんか。



### 研修医紹介

臨月研修医 橋本 恵子

大学を卒業し、香川労災病院にきて2年が経ちました。研修医になろうと決めた時、どんな形であれ自分が人を癒せる事ができたら良いなと思っていました。

学生の頃までは教科書の中にいた患者さんが、自分の前にいて何かによって病んでいて、それは体であり心であり様々でした。私は悩みました。

医療の道はとてつもなく奥深く、患者さんにとって良い医療を選択する事は単純な事ではあ



りません。医学の勉強をし、また一人の人間として学んでいかなければいけないと感じました。この2年間で能力はまだまだですが、香川労災病院に来たばかりの私と比べると少しは成長できたかなと思います。

それは多くの患者さん、患者さんの家族に出会い、私を指導してくれる医療関係者がいてできた事です。患者さんは私にいろんな事を教えてくれました。時には、いいお医者さんになつてねと励ましてくれました。道は長いです。いつか少しでも人を癒す力を持てたらいいなと思います。

患者様が自分の生活の中で、『これなら実行できる』という方法を一緒に相談しながら、見つけていければと思います。お気軽に声をかけてください。



### 健康を維持するための効果的な水の飲み方

栄養管理室長 平田 邦江

「渴いたな」と感じたときには、カラダの中ではすでに脱水が始まっている。そもそも人間は、水がなくては生きていけない存在です。成人では体重の約65%が水分で占められています。加齢とともに体内の水分は減ります。その内筋肉組織には70〜75%の水分があり、脂肪組織には10〜15%とわずかです。とくに体内の水分が少なくなる熟年以降には、健康を維持するため筋肉量を減らさないように有酸素運動をすること、水を十分に飲むように心がけることをおすすめします。

効果的な水の飲み方は、一回に飲む水の量はコップ一杯(それ以上を一気に飲むと排泄されてしまいます)、水温は10〜15

度が最も飲みやすく、ゆっくり飲む方がカラダに負担をかけません。一日五〜六回一匙は飲むようにしましょう。起床時や外出、入浴、就寝前など、汗をかきような行動の前後には欠かさず飲みましょう。

また、食事中より食事前にコップ半杯飲む方が消化機能を高めてくれます。

水を飲むことは生活習慣病の予防にも役立ちます。枕元に水効率よく置いておき就寝前、トイレに起きたとき、起き抜けに飲むようにすると血液の循環を促して脳梗塞や心筋梗塞の予防になります。こうした効果から枕元に置く水は「宝水」とも呼ばれます。

また、痛風発作、膀胱ガン、

膀胱炎、大腸ガンの予防、気分転換やストレス解消にも役立ち、意外なほど効果を発揮します。

**症状を改善する水の飲み方**

#### ★便秘

(水分補充と腸の活性化)  
就寝前と起き抜けに一杯飲む。

#### ★熱が出た

(水分を失いやすい)  
いつもより多めに水を飲む。

熱の出始めには悪寒を感じるころが多いので、ぬるめの白湯を飲む。

#### ★下痢がみ(脱水を抑える)

ぬるめの白湯をかむように少しずつゆっくり飲む。

#### ★過食がみ(食欲を抑える)

食事の前、間食の前に多めの水を飲むと空腹感がいったん落ち着く。

#### ★禁煙中(気持ち落ち着く)

たばこを吸いたくなったときにゆっくり水を飲む。

#### ★二日酔い(脱水を防ぎ体内のアルコールを早く排泄する)

飲酒の前後に水を飲む。

**効率よく補給するための水を飲むタイミング**

水を飲むと、リフレッシュしたりリラックスできるばかりでなく、適切な時間に適量を飲むことで、体調を維持し、病気を予防することも可能です。体が

水をほしがっている最適のタイミングに、効率よく水分補給を。ゆっくりと、水を味わうように飲みましょう。

#### 7:00 朝

目覚めたときにコップ一杯。内臓や神経などの働きを活発にし、快適なスタートが切れる。



#### 9:00 仕事前

水を飲むことで細胞が活性化され、やる気と集中力が高まり、頭の回転も速くなる。



#### 12:00 昼食前

食事の前にコップ半杯の水を飲む。腸が刺激され、消化機能が高まる。

コップ一杯の水を飲む。

#### 15:00 休憩時

疲れがとれ、心身もリフレッシュして、気力が復活する。



#### 18:00 運動の前後

汗が出た分だけを補給。大量の汗をかいたときには、運動中にも水分補給を忘れずに。



#### 19:00 夕食前

食前酒かわりにコップ半杯の水を飲むと、消化器官の働きが高まり、消化吸収機能が向上。



#### 22:00 入浴前

汗をかくのでコップ半杯の水を飲む。湯船につかりながら飲むのもリラックスできる。



#### 23:00 就寝前

眠る前にコップ一杯の水を飲むと緊張がほぐれ、寝つきがよくなる。睡眠中の血液の循環も促すので、脳梗塞や心筋梗塞の予防になる。

### 編集だより

サービスマン上委員 津村 眞

少しずつ日差しが暖かく感じられるようになってきました。

今年の冬は インフルエンザの予防接種が普及したためか、例年ほどの猛威はみられないようです。また、昨年度より館内禁煙となつた為、院内でのタバコの臭いがなくなり、空気もきれいになったような気がします。

「いぶき」も15号となりました。患者様からの情報発信が少ないようですので病気の質問、健康相談などご意見をお寄せ下さい。



● 労災病院周辺で見られる鳥 ●

### ビンズイ

主任薬剤師・吉村正則

位置の間。レなら色は美しい。鳴き声は、メロウな感じが、思わぬほど可愛らしい。冬になると、見合いくつたり見られる。美しい。