

|| 人々の豊かな生涯を支援する医療 ||

古賀病院グループ 広報誌

VOL.9

2016

こしが
なが
と。

あなたとつながる医療の今を発信

ご自由におもち
ください

TAKE FREE



こがベアの
教えて先生!

おくすりの話。

こがドラッグストア

管理栄養士が教える健康レシピ
からだ思いレシピ

テーマ お出かけのお供に!
スティックおにぎり

検診で早期に発見し、
大腸がんを根治しよう!

こがべアのおしえて! 先生

〈第9回・大腸がん〉

検診で早期に発見し、大腸がんを根治しよう!

2000年以降、女性のがんにおける死亡数の第1位になった大腸がん。早期発見すれば本来生存率が高い病気ですが、そのまま症状を放置しておくとしつこい重篤な状態になることも。検診や治療のことなど大腸がんについて、先生にお聞きしました。



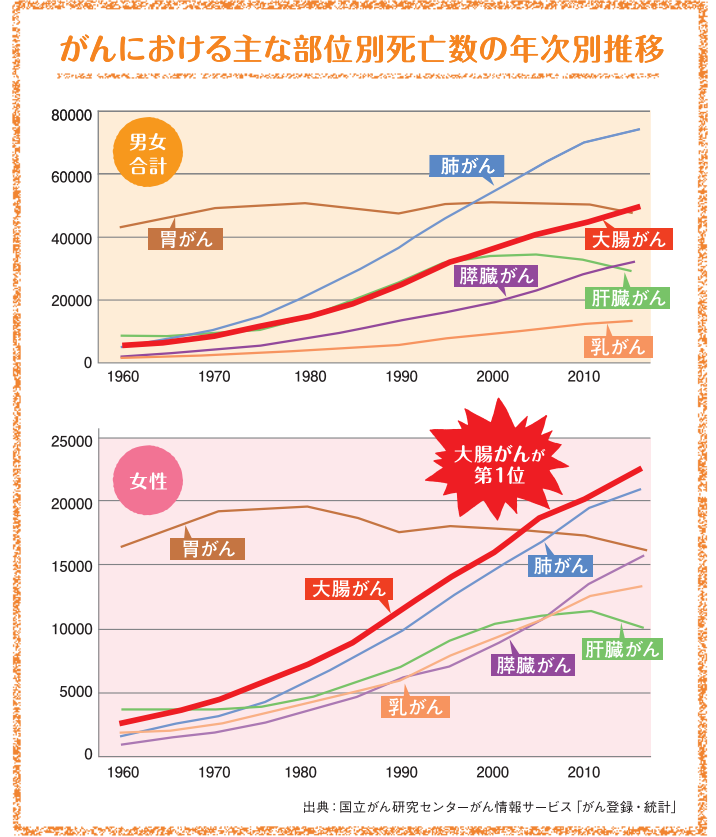
お話を聞いた先生

新古賀病院 消化器外科 部長 高尾 貴史 (たかお たかし)

大腸がんは、がんにおける女性の死亡数第1位

大腸は、小腸と肛門の間にある全長1.5mほどの臓器で、小腸によって吸収された栄養分の残りから水分を吸収し、便を作る働きがあります。大腸は、盲腸、結腸(上行結腸・横行結腸・下行結腸・S状結腸)、直腸から成り立ちます。大腸がんは、内側の粘膜の細胞が何らかの原因でがん細胞となり、次第に大腸の壁に深く広がっていく病気で、日本人では肛門に近いS状結腸と直腸にできやすいといわれています。

大腸がんの原因に挙げられるのが、まず食生活の欧米化です。日本は従来米や野菜中心の食生活でしたが、近年肉や油などたんぱく質や脂肪分の多い食事に变化したことで便が大腸にとどまる時間が長くなり、便に含まれる発がん性物質も長くとどまるため、がんが発生しやすくなるとされています。その他にも、たばこや過度の飲酒、運動不足、肥満なども要因と考えられています。また、大腸がんの患者さんの大半が50歳以上で、高齢化が進むことも大腸がんの増加の1つといえるでしょう。大腸がんは身近な病気であり、最近では女性ががんて亡



くなるときに1番多いのは大腸がんであることも見逃せません。

便通の異常でわかる大腸がん 自己判断せずにすぐ病院へ

大腸がんは、早期のうちにはほとんど症状がありません。ですから、症状が出てくるといことは、ある程度がんが進行していることでもあります。大腸は便を作る臓器なので、症状は便に異常が出るこ

とがほとんどです。以下が、大腸がんの主な症状です。

- 便に血が混じる
- 便秘や下痢を繰り返す
- 排便時にすっきりしない
- 便が細い
- おなかが張る …… など

大腸がんをそのままにしておくと、便が通らなくなるほどがんが大きくなり、腸閉塞を起こす患者さんもいらつやいます。最悪の場合には大腸に穴が開き、緊急で人工肛門の手術をされる方も。そこまで重篤にならないためにも、健康診断の大腸がん検査で、潜血反応が出たらすぐ病院へ。よく痔の症状だと思いついで血便を放置される方がいますが、血便が出たら直ちに病院を受診されることをおすすめします。

40歳以上は定期検診を早期発見が根治の力

大腸がんの治療では、粘膜にとどまったがんであれば内視鏡治



療を、それより進行している場合は腹腔鏡手術(※)や開腹手術を行います。昨年において新古賀病院では、症例数の9割ほどが腹腔鏡手術という実績も残っています。また、人工肛門にならないための高度な手術も腹腔鏡手術が可能です。古賀病院グループでは、看護師や薬剤師、ほかの診療科のスタッフとチーム医療体制を取りながら、最新のがん治療の治療法を見つけていきます。大腸がんはステージが進行していても適切な治療をすれば根治ができる病気ですが、患者さん

の負担を考えると早期発見が大切です。大腸がんにかかる人が増え始める40歳を超えたら、年に1度は検診を受けましょう。新古賀クリニック・健康管理センターでは、大腸CTでの検診も受けられます。大腸がんが進行してしまう前に、まずは検査で早期発見をして、根治を目指しましょう。

※お腹に小さな創を数ヶ所おき内視鏡を挿入して行う手術のこと。

かんたん Check 大腸がん

- 40歳以上で、大腸がん検診を受診していない
 - 野菜や果物をあまり食べない
 - 肉類(赤身肉やハムなどの加工肉)をよく食べる
 - お酒をよく飲む
 - 肥満だ
 - 運動をあまりしない
 - 便に血液が混じることがある
 - 下痢と便秘を繰り返す
 - 便が残っていると感じる
 - お腹に張っていると感じる
- 上記に複数あてはまるあなたは要注意!

大腸がんでお悩みの方は

■お問い合わせ 新古賀病院 消化器外科 ☎ 0942-38-2222

大腸がん検診で潜血の診断があった方は外来の診察をおすすめします。

■お問い合わせ 新古賀クリニック 消化器センター ☎ 0942-35-2723

からだ'思いレシピ

紅葉の秋、スポーツの秋、食欲の秋。1年の中でも過ごしやすく、お出かけに最適な季節になりました。お出かけのお供にお弁当を持って行く機会も何かと増えるこの時期にピッタリな、スティックおにぎりをご紹介します。おにぎりに具材を入れることで単品でも栄養価が高まります。「作りやすい・食べやすい・持ち歩きやすい」の3拍子が揃ったおすすめのおにぎりです。

Recipe

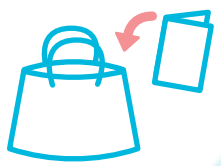
知っていますか？
おくすり手帳

おくすり手帳とは、薬の名前や量、服用日数などを記録できる手帳です。おくすり手帳を使って、安全に薬を服用しましょう。

／おくすりの話。／ ここがドラッグストア

おくすり手帳は常に持ち歩きましょう。

病院や診療所、薬局へ行く際は、忘れずにおくすり手帳を持っていきましょう。あなたの情報を共有することで、的確な治療と安全な投薬が受けられます。また、災害時や外出・旅行時にも携帯することをオススメします。



薬により副作用が出た経験がある方や、アレルギーがある方は記入しましょう。

過去に副作用が出た薬の名前を記入することで、再発が防げます。また、アレルギーの方に使用できない薬もあるので、こちらも記入しておくことで安心ですね。



市販薬やサプリメントも記入しましょう。

市販薬やサプリメントの中には、処方された薬と一緒に飲むと効果が強くなったり、弱くなるケースや、副作用を引き起こすことも考えられるため、必ず記入しておきましょう。



いつも持ち歩きましょう。



おくすり手帳は薬局でもらえます。無料でお渡しいたしますので、ぜひご自身の健康管理のためにおくすり手帳を使ってみてはいかがでしょうか？

作り方

1. そぼろ卵を作る。溶き卵にラップをして600Wの電子レンジで50秒加熱し、ほぐす(フォークや泡立て器を使うとほぐしやすい)。
2. ピーマンと玉ねぎはみじん切りにし、バターと一緒に電子レンジで1分30秒加熱する。
3. ボウルにご飯と2、チーズ、調味料(★)を入れ、混ぜ合わせる。
4. 3をラップでスティック状に握り、別のラップにそぼろ卵をスティック状に置く。
5. そぼろ卵の上にご飯のをせ、一緒に握ったら完成。

Recipe 01

オムライス スティック おにぎり

●材料(1本分)
 ご飯..... 100g
 玉ねぎ..... 15g(1/10個)
 ピーマン..... 10g(1/4個)
 バター..... 小さじ1
 ピザ用チーズ..... 15g
 「ケチャップ」..... 大さじ1
 ★塩コショウ..... 少々
 卵..... 1個
 エネルギー: 291kcal
 たんぱく質: 16.7g 塩分: 1.2g



作り方

1. ご飯に白ごま・千切りにした青じそを混ぜてラップにのせ、スティック状に握る。
2. まな板に豚肉を広げ、その上に1をのせ、隙間のないように巻く。
3. フライパンにサラダ油を熱し、肉の巻き終わりを下にして全体を焼く。
4. おろし生姜と調味料(★)を加え、汁気がなくなるまでからめながら焼いたら完成。

●材料(1本分)
 ご飯..... 100g
 白ごま..... 適量
 青じそ..... 1/2枚
 豚もも肉薄切り... 2枚(約60g)
 サラダ油..... 小さじ1/2
 おろし生姜..... 小さじ1/2
 ★醤油・酒・みりん... 各大さじ1
 エネルギー: 349kcal
 たんぱく質: 17.1g 塩分: 2.6g

Recipe 02

肉巻き スティックおにぎり



Recipe 03

きのこバター醤油 スティックおにぎり

●材料(1本分)
 ご飯..... 100g
 しめじ..... 10g
 ベーコン..... 1枚
 バター..... 小さじ1
 醤油..... 小さじ1
 ブラックペッパー..... 少々
 パセリ..... 適量
 エネルギー: 285kcal
 たんぱく質: 5.7g 塩分: 1.3g

作り方

1. しめじ、ベーコン、バターを電子レンジで30秒加熱する。
2. 1にご飯、醤油、ブラックペッパー、パセリを加えて混ぜ合わせる。
3. 2をラップでスティック状に握ったら完成。



お好みの具材を用いて豊富なバリエーションで楽しめます。持ち運びやすく、外出先のお弁当にもオススメです。おにぎりの長さを短くすると、小さいお子さんでも食べやすくなります。シチュエーションや季節に合わせて具材やデコレーションを考えるのも楽しいですね。
 管理栄養士/中嶋綾子・大淵由美

News & Topics

地域密着型特別養護老人ホームわかくさ 2017年4月1日、開設予定

新古賀病院の西隣に古賀病院グループ法人の1つである社会福祉法人若草会『地域密着型特別養護老人ホームわかくさ』の建設が始まりました。2・3階には4つのユニット（共同生活室）があり、1ユニット当たり6～8名の方が生活をします（定員29名）。部屋は全て個室なので、一人ひとりにあった個別の介護サービスを提供できます。4階には機能訓練室と保育園を併設しており、高齢者と子どもさんが一緒になって楽しめる空間を用意。社会福祉法人若草会は、古賀病院グループと共に医療と福祉の切れ目のないケアをより充実させることで、地域に貢献していきます。



若草会のロゴは久留米ツツジと人をデザインし、地域に密着して人と人が繋がり合うイメージとなっています。

入所お問合せ 特別養護老人ホーム開設準備室
TEL.0942-38-2606
担当：長野、末次

古賀病院21に耳鼻科・歯科用CTを導入 耳鼻科領域の細かい骨をより鮮明に描出

水平方向に輪切りにした身体の断面画像をコンピュータ上で構成するCT。古賀病院21では耳鼻科・歯科用のCT（MORITA製 3D Accuitomo F17D）が活躍しています。この装置は耳鼻科領域・歯科領域の撮影に長けており、当院では主に耳鼻咽喉科の診断に使用しています。体の中でもっとも小さいと言われている耳小骨など、耳鼻科領域の骨は細かく繊細で、通常のCTでは鮮明に描出するのが難しいため、専用CTの導入に至りました。新しいCTは、従来のCTでは識別が困難だったとても小さいもの



が見分けられるほど高い解像度を誇ります。また、直径170mm～直径40mmまで診断目的に合わせて撮影範囲を選ぶことで、患者さんの被ばく量低減を実現しました。



久留米広域消防本部へ車両を寄贈 9月29日に車両寄贈式を執行

古賀病院グループ創立70周年記念して、久留米広域消防本部へ車両を寄贈しました。9月29日（木）、車両寄贈式が久留米市役所にて執り行われました。寄贈した車両はTOYOTA・VOXYで、事務連絡などの通常業務の際に使われるとのこと。



医療法人いのくち医院 猪口哲彰先生

当院の診療専門は糖尿病とリウマチ・膠原病です。糖尿病の患者さんに向けて、毎月テーマを変えながら行う糖尿病教室や、食事療法を実感していただくことを目的に行う調理実習を、それぞれ月1回開催しています。リウマチ・膠原病に関しては、久留米大学からの応援を仰ぎながら生物学的製剤なども積極的に導入し、患者さんの苦痛緩和に務めています。使用する際には細かな検査が必要になるため、連携病院にご協力いただいています。また、患者さんの負担を少し



医療法人いのくち医院

【住所】久留米市国分町1517-4
【TEL】0942-21-4662
【診療科】内科、リウマチ科、糖尿病科
【診療時間】（月火水金）9:00～12:30
14:00～18:00
（木）9:00～12:30
14:00～16:00
（土）9:00～12:30
土曜午後、日祝日は休診

でも軽減するため、1日で検査を終了していただくようお願いしています。

古賀病院グループは充実した環境をお持ちですので、患者さんの紹介先としてよくお世話になっていきます。救急患者さんや判断の難しい内科的疾患患者さんを、安心してお任せできます。かかりつけ医と大きい病院との地域連携を大切にしながら、お互い不足しあった部分を補いながら付き合っていくのが、我々医療機関の宿命なのだと思います。

あなたのそばに
かかりつけ医を

Dear My Doctor 第9回

医療法人発心会 井星医院 井星昭彦先生

当院がある草野町には他に診療所も介護施設もないため、「当院が看取りを行わないといけない」と思い、有床診療所を始めました。自宅で見ることが難しい方が多いという背景を受け、現在は介護療養型病床（※1）を持ち、介護度の高い方や認知症の方などが入院されています。また、在宅訪問診療や在宅での看取りも行っており、在宅療養支援診療所（※2）として、24時間いつでも往診できる体制を整えています。古賀病院グループとは病診連携を密に取り、日々の診療に当



医療法人発心会 井星医院

【住所】久留米市草野町草野450
【TEL】0942-47-0072
【診療科】内科、外科
【診療時間】（月火水金）9:00～12:30
14:00～18:00
（木土）9:00～12:30
木・土曜午後、日祝日は休診

たっています。MRIやCTなどが必要とする高度な検査や、循環器や呼吸器といった専門性の高い疾患について診断していただくなど、病診連携を密に取らせていただいています。

地元の方の役に立つように、オールラウンダーの医師でありたいと思っています。なんでも相談してください。その方にとってベストな答えを見つけることができれば……と思っています。

※1 介護療養型病床（介護療養型医療施設とは？…長期にわたって介護・医療のケアを必要とする方のための介護保健施設のこと）
※2 在宅療養支援診療所とは？…自宅療養をされる方のために、その地域が責任をもつて診療にあたる診療所のこと。

News & Topics

野伏間クリニック・院長に田中秀憲医師が就任しました

初めまして。9月1日より野伏間クリニックの院長に就任しました田中秀憲です。平成18年4月から平成25年3月まで新古賀病院・循環器内科に勤務していましたので、再度、当グループに勤務できることをうれしく思います。野伏間クリニックでは、内科(循環器内科、糖尿病・内分泌内科、消化器内科、腎臓内科(人工透析))、皮膚科(美容治療も行って)、整形外科の外来診療および透析を行っており、隣接している老人ホーム、グループホームのご入居者や、デイサービス、通所リハビリテーションのご利用者の健康管理も行っていきます。地域の医療に貢献できるよう尽力いたしますので、よろしくお願い致します。体調の悪い方も気楽に受診していただければ幸いです。



院長 田中 秀憲

野伏間クリニック

久留米市野伏間1-9-3

TEL.0942-26-0066(代表)

[診療時間]

平日 9:00~17:00

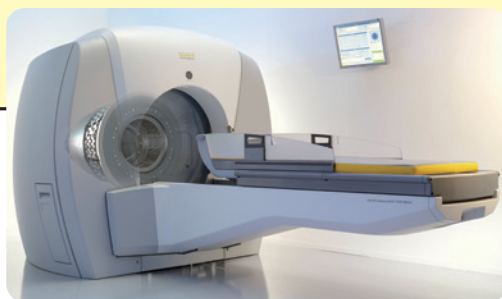
土曜 9:00~12:30

(土曜午後、日・祝日は休診)



10月25日(火)、ガンマナイフ治療の件数が5000件突破

ガンマナイフとは、頭部を切開しないで脳腫瘍の病変に放射線を多方向から集中照射して治療する装置です。1998年10月からスタートした当グループのガンマナイフ治療は、2016年10月25日(火)に治療件数が5000件を超えました。



読者アンケート

下記のアンケートにすべてお答えのうえ、ハガキ、FAX、メールでご応募ください。

- ①おもしろかった記事を教えてください。
- ②今後、取り上げてほしい内容はありますか？
- ③広報誌『こがねっと。』へのご意見・ご感想
- ④希望のプレゼント番号
- ⑤住所、氏名、年齢、電話番号

【応募先】 〒830-8577 久留米市天神町120
社会医療法人天神会 広報部 vol.9プレゼント係
FAX 0942-38-2531
mail s-okamoto@tenjinkai.or.jp

アンケートにお答えいただいた方の中から抽選でプレゼント

01.大腸CT検査を特別価格の15,000円(税抜)でご提供

1 名様
PRESENT

02.ハーブバス(浴用ハーブ)5個セット

3 名様
PRESENT

03.Wカフェのコーヒー10回券

3 名様
PRESENT

【応募締切】

2017年1月13日(金)必着

2次元バーコード
からお送り
いただけます



※当選にあたって
当選の発表は商品、または引換券の発送をもってかえさせていただきます。
個人情報、プレゼント当選者への通知、景品の発送のために取得し、利用させていただきます。個人が特定できる第三者への情報提供はいたしません。

社会医療法人 天神会

KOGA

<http://www.tenjinkai.or.jp/>

新古賀病院
TEL.0942-38-2222(代)

野伏間クリニック
TEL.0942-26-0066(代)

高齢者総合福祉施設 こがケアアベニュー 野伏間
TEL.0942-26-6169

古賀病院21
TEL.0942-38-3333(代)

辺春診療所
TEL.0943-36-0010(代)

介護老人保健施設 こが21
TEL.0942-38-3386(代)

新古賀クリニック
TEL.0942-35-2485(代)

高齢者総合福祉施設 こがケアアベニュー 宮の陣
TEL.0942-38-2525(代)

古賀国際看護学院
TEL.0942-38-3866