

広報 第四十四号 さくら前線

ごあいさつ

内科医師 佐久間 博道

平成 26 年 6 月から内科外来と透析を担当しています。外来は週 1 回で火曜か木曜に出ています。

医学部を卒業してからはしばらくの間、大学で研究をしていました。予防医学がテーマで、高血圧症・高脂血症・糖尿病の治療と予防について調べていました。

そこで感じたことは健康の 3 本柱（食事・運動・休養）が重要だと言うことです。

多くのテレビ番組や雑誌で「健康的な食事の摂り方」「適度な運動方法」「体を休めることの大切さ」について紹介されています。健康に関する情報が簡単に手に入りませんが、なぜか高血圧症、高脂血症、糖尿病は無くなりません。知識はあっても、なかなか実行に移せないのが原因のようです。ぜひ、できることから実行して元気で長生きを目指しましょう。



【生活習慣病ってなあに？】 第 39 回

今回は、心臓病の治療法について説明します。

虚血性心疾患であることがわかったときは、狭くなったり詰まったりしている冠動脈に、もういちど十分な血液が流れるように、回復させることが治療の第一目的になります。治療は、大きく分けて内科的療法と、外科的療法があります。症状が軽い場合や高齢の患者さんに対しては、内科的治療が中心となります。

内科的療法とは、薬で治すことと、最近ではカテーテルを使って、詰まっている部分に直接薬を注入する「血栓溶解療法」や、先端に風船をつけて血管をひろげる「風船療法」、ステントという網状の器具を感度脈に送り込む「ステント法」などもあります。

●風船治療

カテーテル（細い管）の先端に小さい風船を付け、太ももの付け根や腕から冠動脈の狭窄部分に送り込む。

風船を膨らませて、血管の内腔を広げる。カテーテルを抜くと、狭窄部分が広げられ、血流が回復する。

●冠動脈バイパス手術

狭窄や梗塞部分が多数ある場合などに行われる。太ももの静脈や内胸動脈などを、閉塞（または狭窄）部を迂回するようにつなげ、血液の新しい通り道（バイパス）をつくり、血流を回復させる。

外科的療法は、「冠動脈バイパス手術」といって、胸を開いて、詰まった冠動脈に迂回路（バイパス）をつくる治療法です。カテーテルを入れにくい部分が詰まっているや、何箇所も詰まっているなど、症状が重く、比較的若くて体力がある患者さんに行なわれます。バイパス用の血管には、胸の内側の動脈や、胃の動脈、太ももの静脈などが用いられます。

今回は虚血性心疾患の治療法について説明します

医療情報

【NPPVについて】

NPPVとはマスクによる陽圧呼吸療法のことです。つまり、人工気道（気管チューブ、気管切開チューブ）を留置せず、マスクを用いて口鼻を覆い、上気道から陽圧換気を行う方法ですので、食事や会話ができるなどADLが損なわれないと言うメリットがあります。適応となる患者様としては呼吸不全（左図）のみられる方で病院内だけでなく、在宅でも利用できます。

- NPPV管理が効果的な病態
1. 血行動態が不安定でない心原性肺水腫
 2. COPDの急性増悪
 3. 喘息の急性増悪
 4. 免疫不全の患者に合併した呼吸不全
 5. ニューモシスチス肺炎による呼吸不全
 6. 嚢胞性線維症の患者に合併した呼吸不全
 7. 気管挿管になる可能性が少ない症例



栄養課だより

「ピンピンコロリ」

管理栄養士 斉藤恵子

日本人の平均寿命は長いことで知られていますが、健康上の問題で制限されることなく生活できる期間を「健康寿命」といいます。日本人は、健康寿命から平均寿命の差は、男女共に約十年間存在し、できるだけ、その差がなくなることが望まれています。

ピンピンコロリ(略してPPK)という言葉がありますが、病気に苦しむことなく、元気に長生きし、病まずにコロリと死のう、という標語であります。

群馬県のお隣の長野県は、男性の平均寿命が全国一位であることから、PPK運動を推進しています。長野県の特徴としては、男女共に高齢者の有業率が全国一(群馬県は、男性12位、女性16位)、中でも農業従事者がとても多い、標高が高い自治体が多い(標高が千メートル上があると、男性はほぼ二歳長生きすることがわかっている)、一人当たりの老人医療費が最も低い・・等が挙げられます。

地域環境の影響も大きいと思われませんが、厚労省では、健康寿命を伸ばすために「運動」「食生活」「禁煙」の観点からプロジェクトを立ち上げています。

「食生活」の観点からは、日本人の野菜摂取量が約280gであり、生活習慣病予防の推奨量が350gであることから、あと70g(トマト半分量)の野菜を摂取しようと呼びかけています。

お知らせ

地域連携室ではこれまで以上にさまざまな患者様に対応できるよう人工呼吸器使用患者様のご紹介受けいれも可能となりました。

只今、睡眠時無呼吸症候群の簡易検査が可能ですので、知人・家族で心配な方がおりましたら、外来へお申し出ください。

診療変更のお知らせなどは随時当院ホームページにも情報を掲載しております。ご参照ください。(http://www.a-sakurahosp.com/)

10月以降の診療予定日(8月30日現在)
池田医師(内科)診療日は以下の通りです
10月17日(金)・18日(土)
11月14日(金)・15日(土)
12月26日(金)・27日(土)
佐久間博道医師(内科)診療日は〃。
10月9日・14日・23日・28日
11月6日・11日・20日・25日
12月4日・9日・16日・25日
佐久間まり子医師(内科)診療日は〃。
10月6日・11月10日・12月8日

診療案内(9月)

Table with columns for Clinic (診療科), Day (日), and Doctor (医師). Rows include Internal Medicine (内科), Surgery (外科), and Cardiology (心療内科).

- ※1 第1・3・4・5月曜の診療となります。第2月曜は佐久間まり子Drの診療(午前)となります。
※2 第2月曜日午後の診療になります
※3 毎週月火木曜 13時~14時は回診のため、午後の外科外来の診療開始は14時以降となります。
※4 第1・3・5火曜日は佐久間Drの診療(午前)となります。
※5 第2・4木曜日は佐久間Drの診療(午前)となります。
※6 第3金曜・土曜日の診療となります。
※7 第1・2土曜日の診療(午前)となります。
◆ かかりつけ患者様の急病時はいつでも対応します。
◆ 外科休診日でも軽度のケガ等をご相談ください。
◆ 9月当番日は14日(外科)・28日(外科)となります。

外来受付時間：午前 8時45分 から 12時00分まで / 午後13時00分 から 17時00分まで

休診日：土曜日午後、および日曜・祝祭日(当番医は救急対応)

- ※ 佐久間Drの内科診療日(午前)は2日・11日・16日・25日・30日となります。
※ 心療内科の診療は8日(月)午後となります。
※ 池田Drの内科診療は19日(金)・20日(土)となります。
※ 第2月曜日(8日)の内科は佐久間まり子先生の診療(午前)となります。

発行：吾妻さくら病院 広報委員会

吾妻郡中之条町伊勢町 782-1
TEL: 0279-75-3011
FAX: 0279-75-3299
URL: http://www.a-sakurahosp.com