



医療法人社団玲瓏会
金町中央病院



ささえあい

第17号 平成24年10月

隔月発行

医療法人社団玲瓏会
金町中央病院

発行元
東京都葛飾区金町1-9-1

病院長 野田 剛

TEL 03-3607-2001

担当部署 広報チーム

FAX 03-3607-2082

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

主な記事

- ・新入職医師のご挨拶
- ・大学生病院実習のご報告
- ・薬学部大学生の病院実習のご報告
- ・まめ知識『結核について』
- ・旬の食材『栗』
- ・10月外来担当医表
- ・病院からのお知らせ
- ・編集後記

新入職医師のご挨拶



はじめまして、7月1日より金町中央病院の外科部長を拝命した吉永と申します。

自分は平成5年に医師になり慈恵医大で研修の後、慈恵医大青戸病院外科に所属しておりました。下部消化管を中心として外科一般の技術を学んで参りました。

その後大学からいろいろな病院に派遣されておりましたが当院は地理的にも青戸に近く、懐かしい気持ちになる病院です。

この病院においては、今まで学んできた事を生かして少しでも地域医療に貢献できればと考えております。皆様方の温かいご支援のほどよろしくお願い申し上げます。

☆聖徳大学の学生さんが病院実習にきました☆

9月3日～15日の約2週間にわたり、養護教諭を目指す聖徳大学の学生さんが病院実習のため当院へ来院しました。

外来診療や診療支援部門の見学、病棟での看護体験を通じコミュニケーションの大切さや、職種間連携などを学んでいただきました。



♪東京理科大学薬学部学生さんの病院実習がはじまりました♪

当院薬剤科では、昨年からは薬学部5年生の11週間実習を受け入れ始めました。薬剤師免許取得をめざし、大学で学んできた知識を基に9月から約2か月半をかけて一生懸命実践的な実習に励んでいます。

緊張しながらも毎日フレッシュに頑張っておりますので、どうぞよろしくお願いいたします。



まめ知識☆長引くせきには要注意！！

結核はかつて国民病として恐れられてきた時代がありましたが、現在では生活水準の向上、医学・医療の進歩や結核対策等によって減少してきました。しかし、近年になり結核の報告が増加し、多剤耐性結核の発症や学校、医療機関、高齢者施設等における集団感染が報告されています。

結核とは、結核菌が体の中に入ることによって起こる病気です。結核患者さんがせきやくしゃみをするすると飛沫（しぶき）と一緒に周囲に結核菌が飛散します。それを周囲の人が吸い込むことにより感染します。

結核はせき、たん、発熱などの症状で始まります。2週間以上せきが続いていたら、病院や診療所等の医療機関を受診しましょう。結核の症状には、このほかにも、たんに血が混じる、食欲が減る、体重が減る、寝て起きると汗をかいている、微熱が続く等があります。ただし、感染した人が全員発病するわけではありません。一般的には感染した10人のうち、結核を発病するのは1人か2人といわれています。

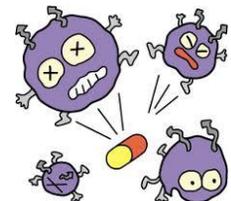


結核は過去の病気ではありません。

現在でも、毎年全国で約2万人、東京都でも約3千人の方が新たに結核を発病しています。特に最近では高齢者の患者さんの割合が年々高まっていますが、東京都では、20歳代及び30歳代の若い世代の患者さんの割合が他県に比べて高く、若い人にとっても注意が必要です。

薬はきちんと飲みましょう。

もしも結核と診断されたら、服薬による治療が必要となります。結核の薬は結核菌が分裂している時にしか、効果がありません。結核菌の分裂速度は、15時間に1回といわれており、さらに分裂が遅い菌や分裂を休止している菌もあるため、再発をできる限り低く抑えるために、最低6か月以上の内服が必要といわれています。この長い期間、お薬を飲み続けることは容易ではなく、多くの方が途中でお薬を飲むのを忘れてしまったり、止めてしまったりしていることが多いのです。



内服が不規則になったり途中で中断してしまうと、発病を抑えることができなくなったり、薬が効かない菌（薬剤耐性菌）を作ってしまう。
薬は最後まで欠かさずに飲みましょう。

結核は感染していても発病していない人や、きちんと治療をしている人からほかの人に感染することはありません。発病した人も、薬を確実に飲んでいれば、感染性（ほかの人に感染するおそれ）は2週間程度でほとんどなくなります。

おかしいな？と思ったら早めに医療機関を受診していただき、適切な治療を受けて結核から身を守りましょう。



旬の食材 『栗』



栗の旬は10～11月。

お正月の祝儀や古くは出陣や勝利の祝いに用いたのが「勝ち栗」だが、本来「保存食」として蒸して臼でついて殻と渋皮を除いたものであったそうです。搗ちを勝ちにかけて縁起物とされていたようです。

主な栄養成分は「カリウム」「葉酸」「食物繊維」などです。効能としては「高血圧予防」「貧血予防」「便秘改善」「風邪予防」などがあげられます。アンチエイジング効果もあるということなので「旬」の時期に積極的に食べたいですね。しかし、栄養価の高い食べ物であるので食べすぎにはご注意ください！

おいしい「栗」の見分け方 →



「栗ようかんのレシピ」

今回は羊羹1本分のレシピになるので出来上がりのカロリーは約2000Kcalになります。カットするときは分量に注意を !!

<材料>

栗の甘露煮	300 g
こしあん	450 g
(こしあんは小豆・砂糖で作られたものを使用)	
薄力粉	45 g
片栗粉	10 g
砂糖	45 g
塩	少々



《作り方》

- ① ボウルにこしあんと薄力粉を入れ、もみこむようによく混ぜ合わせる。
- ② 片栗粉を加え混ぜ合わせたのち、砂糖・塩を加え粘度がしっかりつくまで混ぜる。
- ③ 60℃位のお湯を70ml位、②に少しずつ加えゆっくり流れるくらいの柔らかさになるまで混ぜ合わせる。
- ④ ③に栗の甘露煮を混ぜ合わせ、型に流し込む。
- ⑤ ④をふきんで包み、蒸し器で強火 40分位蒸す。
- ⑥ 蒸し終わったら、表面をならし完全に冷ます。
- ⑦ 冷まし終わったら型から取り外し、1人前ずつカットして盛り付ける。

10月の外来担当医表 (下線は常勤医師) 赤字は女性医師です

		月	火	水	木	金	土
内科	A M	関川 伊藤	福田 佐藤(太)	谷口 水沢 豊崎(糖尿病)	平井 所(糖尿病)	佐藤(淳) 和泉 梅本	呉 小山
	P M	橋本	関川 佐藤(太)	河田 豊崎(糖尿病)	河田 所(糖尿病)	星野	高嶋(1週) 前田(2~5週)
外科	A M	野田	吉永	吉永	野田	村田	野田
	P M	三浦	山下		田中	吉田	吉永(1・3・5週) 尾高(2・4週)
整形外科 リウマチ 科	A M	森下	竹之内		斉藤	森下	竹之内
	P M	森下	竹之内		斉藤	森下	竹之内
婦人科	A M	石毛					木村
	P M			星合			木村
泌尿器科	P M	鈴木	今莊	清田(1・3・4・5週) 鈴木(2週)	吉良		
脳外科	A M			古屋			

※診療時間については各科によって異なります。※当日の変更もございます。事前にお問い合わせください。

☆インフルエンザの予防接種を受けましょう☆

暑い夏が終わり、今年もインフルエンザの季節がやってきます。一旦流行が始まると、短期間に多くの方が罹患してしまいます。予防接種を受けることで感染を防いだり、発症した場合でも重症化を軽減する効果があります。マスク、手洗い、うがいを徹底し、予防接種も受けてインフルエンザを予防していただきたいと思います。

当院では10月より予防接種を受けられる体制を整えております。予防接種を希望される方は受付でその旨をお申し付けください。

※葛飾区では65歳以上の方を対象にインフルエンザワクチンの予防接種費用を補助しております。詳細につきましては受付までお声をかけて下さい。



☆編集後記☆

今年の夏は、暑い！の一言につきましたね。10月に入りこれからは、おいしい食べ物やきれいな紅葉が楽しみです。しかし既に、インフルエンザにより都内の学校では学級閉鎖も出てきています。少しでも体調に不快を感じたら、かかりつけの病院で診てもらってください。夏の疲れを残さないよう、体調管理には気を付けたいですね。