

新栄

第7号
平成23年冬号
医療法人 新井病院
編集発行 広報委員会

理念

1. 地域医療に貢献します
2. 良質な医療を提供します
3. 患者様の目線に立った信頼される医療機関を目指します

〒346-0003
埼玉県久喜市久喜中央 2-2-28
電話 0480-21-0070
<http://www.arai-byoin.or.jp>



院長挨拶

皆様におかれましてはますますご清栄のこととお慶び申し上げます。 本年は格別のご支援を賜り、まことに有難く厚く御礼申し上げます。

早いもので今年も残すところ1ヶ月を切りました。いろいろなことがありましたが、何と云っても、今年は東日本大震災を忘れる事が出来ません。

また台風、国難とも言える数々の災害に心穏やかではいられない日々を過ごしてきました。多くの方が日本の行く末を案じ、不安を感じる毎日を過ごしてこられたことと思います。今、私たちがなすべきことは医療安全を第一に、良質な医療を通じて、地域の皆様の健康を支えていくこと、そしてこれからも起こりうる、いかなる困難な状況にも前向きに取り組んで行くことであると思います。

そんな中で、病院施設の新築改装を行うことにより、療養環境の改善と医療内容の充実を計って来ました。そして、今年7月にリニューアルオープンを無事に迎えることが出来ました。この度の工事は、同一敷地内での工事であり、工事期間中、仮設の外来で診療を行う等、患者様に迷惑をおかけしました。地域住民の方々の工事に対するご理解、ご協力の賜と心から感謝申し上げます。また、難工事を無事故、無災害で施工していただいた工事関係者の皆様にも厚くお礼を申し上げます。

新病院完成により、療養環境を始めとするアメニティは飛躍的に改善され、地域の方々にも喜んでいただけるものと確信しております。診療業務はもちろんのこと、健康講座や広報誌等を通じて、健康増進や疾病予防の情報提供等に努め、「地域の皆様が安心して健康的に過ごせる地域づくり」の役割を担っていく所存です。

また、東日本大震災での地域医療へのダメージに驚き、将来起こり得る大規模災害への備えとして、災害時にも病院機能を維持し、地域の基幹病院として貢献できる様に、マニュアルの作成、物資の備蓄・インフラ維持の為の設備などを検討し、可能なことから順次実施しております。これからは、我々スタッフ一同は、さらに良質な医療の提供に力を入れ、サービスの向上に努めて参ります。明年もよろしくお願い致します。皆様が楽しい年末を過され、爽やかな新年を迎えられることを願っています。皆様のご健勝、ご多幸を祈念申し上げ、年末のご挨拶といたします。

院長 関谷 栄

笑顔で健康講座 喜らそう!

関節リウマチのお話

関節リウマチは、人の関節に炎症を起こし、腫らして変形を来し、身体の自由がきかなくなることがある病気です。

関節リウマチの語源

関節リウマチは、古代ギリシャの「ロイマ」という言葉から発生しています。「ロイマ」とは、体液がうっ滞し、腫脹や発赤を起こすものと考えられていました。



先近代的な治療

治療の歴史は、1950年代までは、冷やしたり温めたり、さらにはリハビリテーションなど理学療法が主体でした。



近代的な治療の始まり

その後、非ステロイド系消炎鎮痛解熱剤 (NSAIDs) であるアスピリンが発明され、科学的な治療法の第一歩が始まりました。非ステロイド系消炎鎮痛剤は現在でも関節リウマチの基礎的な治療薬として使用されています。これらの薬の副作用は、消化性潰瘍や腎障害をきたすことが知られています。その後、副作用が軽減された多くの同様な薬が開発されました。



抗リウマチ薬

次いで、金製剤 (シオゾール) が使用されるようになりました。関節炎に対して直接的に働くのではなく、リウマチを寛解に誘導する薬として開発されました。1~2週間に1回筋肉注射をして、数か月後に関節の腫脹や疼痛がやわらいでくる薬です。いわゆる抗リウマチ薬 (DMARDs) です。その後、リマチル、メタルカプターゼ、モーバーなど、多くの抗リウマチ薬が開発されました。これら薬のおかげで、リウマチが完全に寛解する人も出てきました。しかし、症状の改善が充分みられない人や、一時的な改善はみられるものの再度症状が悪化する人 (二次無効と言います) がみられるようになりました。そのために、抗リウマチ薬を1剤ではなく、2剤、3剤を使用する多剤療法が工夫されるようになりました。しかし、これらの治療法の問題は、薬疹、肝機能障害、腎機能障害など多くの副作用があげられます。多剤療法でも、関節リウマチを完全に寛解させることが、なかなか難しいものでした。

関節リウマチの癌患者さんが、抗癌剤治療中に、関節リウマチの苦痛が消失した経験をもとに、メトトレキサートが抗リウマチ薬として有効であることが報告され、メトトレキサートの少量間断的投与方法が確立されました。抗リウマチ薬として有効性が高い薬ですが、副作用の消化器症状や肝障害などが問題となることがあります。また、初めは大変効果があったものが、数年すると効果が減弱し、関節の変形を来すことも少なくありません。

また、免疫抑制剤のプログラフという薬も、抗リウマチ作用が示されており、

生物学的製剤

1990年代になり、生物学的治療薬が使用されるようになりました。炎症の最も始まりに発生するTNFという物質に対する抗体 (失活させるもの) やIL-6という炎症の重要な役割を担う物質に対する抗体、また、免疫をつかさどるT細胞の働きを抑える物質が開発されました。これらの薬剤は、大変有効性が高く関節リウマチの活動性を抑え、関節の炎症や腫脹を消失させたり、変形を防止したりすることが可能となってきました。また、関節リウマチで破壊された骨を再生することさえあります。従来薬と比較すると、夢のような薬と言えます。

これらの生物学的製剤は炎症を強く抑えるために、副作用にも注意しなくてはなりません。わずかな化膿で大きな腫脹をもたらしたり、肺炎を起こしやすかったりもします。このような場合には、迅速で適切な治療が必要となります。また、B型肝炎ウイルスに感染している人には使用できません。C型肝炎ウイルスに感染している人には慎重に使用します。また、活動性の結核がある人には、結核を治療してから使用を考えます。さらに、結核の罹患歴のある人には、抗結核薬を併用しながら使用します。

生物学的製剤のもう一つの問題点は高価であることです。治療薬だけで数万から十数万円します。もちろん保険はききますので1~3割負担ですが、安くはありません。

この大変有効な生物学的製剤をいつまで使用するかにについては、現在議論されており、ここからは私の意見として読んでいただければ幸いです。有効性があるものの高価なこれらの薬は、関節リウマチの活動性がほぼ消失するまでは、使用法に基づいた投与を行います。そして、関節リウマチの活動性が消失したら、減量ないしは投与間隔の延長を考えます。それでも、寛解が続いていれば、生物学的製剤を中止することを考えます。現在、このようにして、生物学的製剤を減量している患者さんは少なくありません。

関節リウマチの診断基準の見直し

生物学的製剤が出現し、関節リウマチの診断基準も見直されるようになってきています。最近の診断基準では、迅速な診断が求められてきております。それは、関節リウマチの関節の変形が早期から起こるために、より迅速に診断し治療が進められるようにと変わってきています。

リウマチの治療目標

関節リウマチは、関節に炎症が起こり、腫脹と疼痛をもたらします。それが持続すると、関節の破壊をもたらして関節の変形を来し、四肢の機能障害をもたらすこととなります。

関節リウマチの治療目標は、①腫脹や疼痛をなくす、②関節の破壊を防止し関節の機能を保持する、という2つに絞られると思います。そのために、適切な治療が求められるものと考えます。



院長 関谷 栄

専門分野 総合診療・プライマリケア・膠原病・糖尿病
出身大学 山形大学/昭和59年卒
日本内科学会：総合内科専門医
日本リウマチ学会：専門医
日本糖尿病学会：専門医
日本プライマリケア学会：認定医、研修指導医
日本医師会認定健康スポーツ医
身体障害者福祉法指定医師 (肢体不自由)
備考 順天堂大学医学部非常勤講師



～風邪を知ろう！～

体調が変化すると、まず風邪を疑うほど、風邪は私たちにあって身近な病気。1年間に1人あたり5～6回は、風邪にかかっているといわれています。単に「風邪」と呼んでいますが、正確には「風邪症候群」といい、気道の炎症によるさまざまな症状の総称したものです。

日常的な病気であるため、たいがい自己診断で、市販の薬を飲んですませることが多いようです。ただ、風邪に似た症状で始まる他の病気もあるので、無理をせず、早めに受診することが大切です。



風邪をひくのは、どうして？

風邪は、①寒さ・暑さなどの温度変化 ②ウイルス ③睡眠 ④栄養といった、4つのファクター（原因）が互いに絡み合って起こります。たとえば、睡眠不足に寒さが重なり、ウイルスに感染して発症するといった具合です。風邪のウイルスには、いろいろな種類と多くの型があります。1回風邪にかかって免疫ができて、また繰り返してかかるのはそのためです。

風邪の予防と治療には、何といても「休養・睡眠・保温・食事」が大切。生活のリズムに注意しましょう。

① 規則正しい食事と休息

食事・睡眠・仕事といった毎日の生活リズムを、なるべく規則正しく守ることが、風邪の予防につながります。

② 温かくして、早めに寝る

風邪の治療は、安静にして体の回復力を高めるのが基本。特に熱がある時は、できるだけ休養をとります。室温は18～20℃。加湿器で乾燥を防ぎ、時々換気をしましょう。

③ 消化がよく、水分の多いメニュー

風邪をひいたら消化がよく、水分が多く、温かい食品をとるのがおすすめです。

風邪をひいたときの食事

風邪をひき、体がウイルスと戦っているからこそ、ボリュームたっぷりで栄養満点の食事が必要。

ですが食欲がわかず、食事がのどを通らないことがほとんどですよね。だからといって食べないのではなかなか回復しません。

風邪から早く回復するためにはどんな食事をとればいいのか？

3つの重要ポイント

① 消化に良いものを食べる

胃の負担を減らすためにも、消化が良く、胃にやさしいものを。



② 水分の補給を十分に行う。

特に発熱を伴う場合、体が発汗することで熱を放散しようとするためどうしても体内の水分が不足しがちになり脱水症状を引き起こしやすくなります。



また、のどの炎症を抑えるためにも水分摂取はとにかく心がけたい。

③ 糖質・たんぱく質・ビタミンを十分に取る

免疫力を上げて風邪に打ち勝つためにはすぐエネルギーになる糖質と、代謝を高めるたんぱく質、ビタミンを、特に意識して摂ることが大切です。

意識してとりたいビタミン

・ビタミンC（赤ピーマン・ブロッコリー・ゆず・のりなど）白血球の働きを高めて免疫力を高める働きがあります。風邪の時は 普段よりも多くのビタミンCを摂ることが必要です。



・ビタミンA（レバー・たまごなど）

のどや鼻の粘膜を保護してくれる働きがあります。

♡ ホームページをリニューアルしました。♡

この度、新井病院のホームページをリニューアル致しました。

新ホームページでは、各ページの見やすさはもとより、必要な情報が容易に引き出せるようできる限り配慮しております。近年の医療技術の進歩は目覚ましく、当院に寄せられる期待が大きいことは常々自覚いたしております。今後も診療内容の一層の充実を図り、その情報を新ホームページでお届けしてまいりますので、引き続きご支援をよろしくお願い申し上げます。



ホームページアドレス

<http://www.arai-byoin.or.jp>

新井病院と検索して下さい



新井病院

検索

★ 第2回市民講座 癒しのコンサート★

第1部 市民講座

～インフルエンザについて知っておくべきこと～

講師：鎌仲正人医師（呼吸器内科）

時間：14:00～15:00



第2部 癒しのコンサート

演奏者：尺八 関谷栄（新井病院院長）

時間：15:00～16:00



11月26日、第2回市民講座が開催されました。肌寒いなか、地域の皆様や患者様が100名以上来院され、熱心に耳を傾けてくださいました。今後も定期的に市民講座を開催してゆきますので、皆様のご声援、ご参加をお待ちしております。

診療担当医表

		月	火	水	木	金	土
内科	午前	関谷・柴 山岸	関谷	吉田・鎌仲	関谷・李	関谷・吉田 柴	関谷・鎌仲 柴
	午後	関谷 予約 14:00~15:00 吉田 13:30~15:00 鎌仲	関谷 予約 14:00~15:00	鎌仲 予約	柴・李	鎌仲 柴 予約	-
循環器内科	午前	柴	-	-	-	柴	柴
	午後	-	-	-	柴	柴 予約	-
消化器内科	午前	内村	浅部	吉田	内村	吉田	-
	午後	吉田 13:30~15:00	浅部・木原	-	-	吉田行雄	-
呼吸器内科	午前	-	-	鎌仲	高木	-	鎌仲
	午後	鎌仲	-	鎌仲 予約	高木	鎌仲	-
外科	午前	内村	神崎・三坂 森園	内村・高田	内村・三坂 河村	神崎・長谷川	神崎・三坂
	午後	※内村 13:30~15:00	三坂 予約・森園	※内村 13:30~15:00 ※神崎 三坂・高田	内村 予約・河村	長谷川	-
消化器外科	午前	内村	神崎・森園	内村・高田	内村・河村	神崎・長谷川	神崎
	午後	※内村 13:30~15:00	森園	※内村 13:30~15:00 ※神崎・高田	内村 予約・河村	長谷川	-
循環器外科	午前	-	三坂	-	三坂	-	三坂
	午後	-	三坂 予約	三坂	-	-	-
肛門外科	午前	-	神崎	-	-	神崎	神崎
	午後	-	-	※神崎	-	-	-
糖尿病内科	午前	関谷	関谷	-	関谷	関谷	関谷
	午後	関谷 予約 14:00~15:00	関谷 予約 14:00~15:00	-	-	-	-
肝臓内科	午前	-	-	吉田	-	吉田	-
	午後	吉田 13:30~15:00	-	-	-	-	-
脳神経外科	午前	福島	-	福島	福島	-	福島
	午後	福島	-	-	福島	-	-
乳腺外科	午前	内村	-	内村	内村	-	-
	午後	※内村 13:30~15:00	-	※内村 13:30~15:00	内村 予約	-	-
リウマチ科	午前	関谷	関谷	-	関谷	関谷	関谷
	午後	関谷 予約 14:00~15:00	関谷 予約 14:00~15:00	-	-	-	-
整形外科	午前	木村	鈴木	山崎	山崎	三松	山崎
	午後	木村	鈴木	山崎	山崎	三松 15:00~ 16:00	山崎
呼吸器外科	午前	-	-	-	-	青山	-
	午後	-	-	-	-	-	-

診療日 : 月曜日～土曜日

診療受付時間 : 午前7:00～12:00 午後13:00～16:00

診療時間 : 午前8:30～ 午後13:30～

休診日 : 日曜日・祭日・年末年始12月31日～1月3日 ※手術日は休診

土曜午後は内科・外科の常勤医が1名診療します。医師は交替制で、変更になることがありますのでご確認ください。



編集後記

今年は卯（うさぎ）年で縁起がよかったはずなのに、大震災、台風などの自然災害が発生してしまいました。現在も津波による原発事故の影響で先の見えない避難生活を送られている方がたくさんいます。

当院でも、被災者の方々に少しでもお役にたてるよう、募金箱を設置し皆様に義援金をお願いしてまいりました。患者様やご家族の方又ご面会の方々、また当院職員により集まった205,564円を日赤埼玉県支部久喜地区（市役所）と読売新聞社読売光と愛の事業団に預けることができました。長い間ご協力ありがとうございました。

被災地の一日も早い復興をお祈りしますと共に来年は平穏無事な一年でありますよう心からお祈りします。

そして、来年も皆様に愛される「新井病院」と「新栄」でありたいと願いつつ、頑張りたいと思います！！