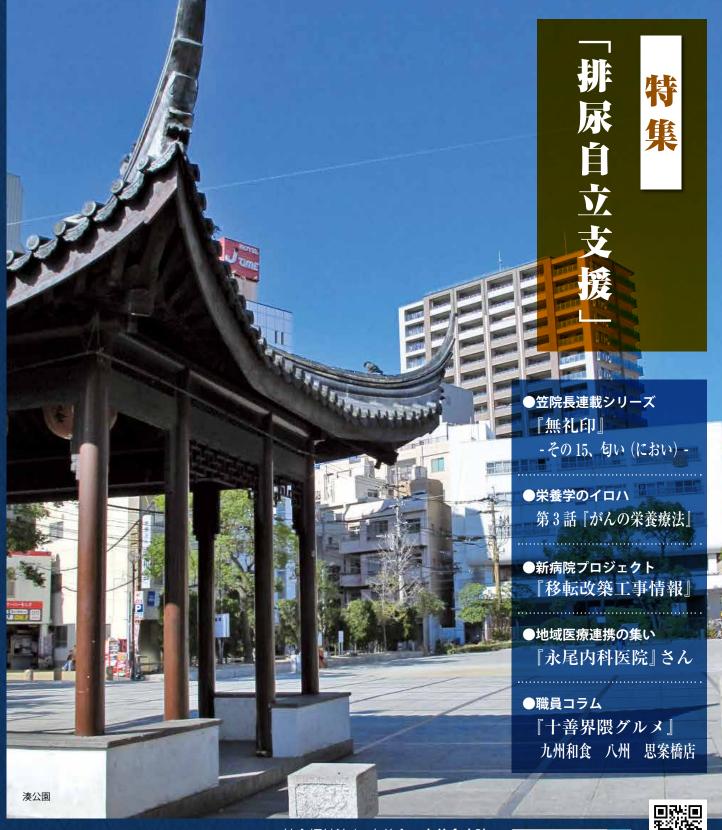
社会福祉法人 十善会 十善会病院広報誌

THE AMERICAN AND LONG TO THE PARTY OF THE PA

JYUZEN Public Information Paper







社会福祉法人 十善会 十善会病院

じゅうぜんかい 🔎

n/

●笠院長連載シリーズ

『無礼印』りゅうの戯言 - その15、匂い(におい) -



病院長/笠 伸年

私が好きな匂い、例えば鰻の蒲焼の香ばしい匂い、焼 鳥を焼くときに立ち昇る煙りの匂い、ラーメン屋に充 満する豚骨スープの匂い等々、想像するだけでお腹が 空いてきます。日曜の朝、ウォーキングの途中でパン屋 さんの前を通るときに漂う焼きたてのパンの匂いもた まりません。淹れたてのコーヒーの香りも格別でコー ヒーは味よりも香りを楽しむものだと思います。食べ 物の美味しさを決めるのは味だけではなく匂いの比重 も大きく、鼻をつまんで食べると全く味わいが変わる そうです。美味しい食べ物の匂いは大好きですが花の 香りや上等な香水の良い匂いはあまり理解できませ ん。子供の頃は新品の靴の匂いが大好きでした。一方で 私が苦手な匂いはと言えば、ものが腐った匂いや吐瀉 物、便や尿など排泄物の匂いで、これらが大好きな人は あまりいないでしょうがさほど気にならないという人 はいるでしょう。私が大学卒業時に胸腹部外科、消化器 外科に進まず脳神経外科医になったのは脳外科ならば あまり臭くないのではと思ったことも一因です。今回 はこの匂い、香り、嗅覚についての戯言です。

我々は匂いをどうやって感知しているのでしょう か?鼻腔の奥、嗅上皮に嗅覚受容細胞(嗅細胞)があり 匂いを感知しています。匂い物質が嗅細胞の受容体に 結合するとその細胞の軸索に信号が流れて前頭蓋底の 嗅球に伝わり更にそこから脳へと送られます。脳から 前頭蓋底に向かって伸びる、皆さんが嗅神経と思って いるであろうもの(嗅索、嗅球)は実は脳の一部であり、 嗅細胞が真の意味での第1脳神経です。嗅覚は特別な 感覚といえるのかも知れません。全ての感覚の中で嗅 覚のみが視床を経由しないで大脳皮質に到達します。 更に嗅覚からの電気信号は大脳皮質以外にも大脳辺縁 系、海馬、視床下部など記憶や情動に深く関わる部分に も送られます。ある匂いを嗅いで昔の出来事を急に思 い出したり、優しい匂いで心を落ち着かせたりするこ と (アロマテラピー) もなんとなく理解できそうです。 また匂いの好み、感じ方は環境やホルモン、DNA にも 影響されるとのこと。昔あるテレビ番組で見たのです が、たくさんの若い女性に知らない男性の脱いだシャ ツの匂いを嗅いでもらって好みの匂いを選ばせるとい

う実験をしたそうです。その結果若い女性達は遺伝的に遠い男性の体臭を好んだそうです。しかし子供を産んだ女性に同じ実験をしたら今度は DNA が近い男性の匂いを選んだとのこと、まあ息子は遺伝的に一番近い男性ですからその匂いを嫌いになったら大変ですよね。でもそうすると出産前に好まれていた遺伝的に遠いであろう夫は、出産後は臭い存在として避けられるなんてことになりませんか?何となく思い当たるフシがあるような気もしますが。そしていつも言うように、その分子的、量子物理学的メカニズムは全く不明です。

口臭、体臭、近頃は加齢臭なんて言葉もあって、今は臭い匂いに対する寛容さが減ってきているのではないでしょうか。なんでもかんでも消臭脱臭、除菌をと繰り返し叫ぶテレビ CM を見て思います(営業妨害をするつもりは全くありませんが)。体臭は生物の個性であり、多くの動物にとって嗅覚は食べものを探す手段、悪臭は有害な物を排除する為の重要なサインでしょう。また匂いは異性を惹きつけ繁殖を行うための大事な武器なのだと思います。情動に直結するのであればどうしても受け入れられない悪臭も有るでしょうが、一方で臭さに徐々に慣れていくことも経験するところです。今の日本人はもう少し臭いものに対して寛容であっても良いのかなと思います。

最後に高校生の頃の忘れられない出来事を紹介しま す。久留米市の三本松公園という公園内を歩いていた

時のことです。公衆便所(40 年以上前ですから当然くみ 取り式)の前を歩いていた 時、もちろん臭いと思ったの ですが直後に唐突に、豚骨 ラーメンの匂いと似てい る!と感じました。大好きな 匂いと大嫌いな匂いが紙一 重!匂い、嗅覚というものは 本当に奥深い、不思議なもの です。



排尿自立支援

排尿自立支援委員会

『排尿ケアチームの立ち上げ』

当院では今年度の6月より排尿ケアチームを立ち上げました。メンバーは医師、認定看護師、理学療法士で構成し、各病棟で生じた排尿自立障害に対処する活動を行うチームです。膀胱留置カテーテルを抜去後に尿失

禁・尿閉などの下部尿路機能障害の症状を有する、あるいは見込まれる患者さんを対象とし、早期抜去により QOL の向上や尿路感染症発生の減少を目指し活動をしています。今後も、排尿ケアチームとして『排尿』に関する情報を発信していきたいと思います。



夜間頻尿

夜間頻尿について

夜中寝ている間にトイレに行く「夜間頻尿」。本来、私たちの体は体内の水分を一定に保つため、食事や飲み物などで摂取した水分を主に尿へ変えて排出します。ところが、加齢とともに体液を循環させる機能が低下すると、下肢の浮腫が生じます。その結果夜、横になったときに水分が再び血管に戻り、血管内に増えた血液を減らそうと尿が作られてしまい、夜間の尿量が増えます。その結果、夜間頻尿へとつながります。



※まずは、排尿日誌をつけて排尿パターンをみましょう。

対 策

- ①下肢(ふくらはぎ)をあげる
 - ※夕食前にクッションなどを使用して 30分間下肢の挙上を実施する
- ②弾性ストッキングの装着
- ③減塩食を摂取する

		饼水口 花												
	月	B	()		起床時間	:	就寝	時間	:					
	時間	排尿量	失禁量	残尿量	尿意の有無			時間	飲木量					
1	:						1	:						
2	:						2	:						
3	:						3	:						
4	:						4	:						
5	:						5	:						
6	:						6	:						
7	:						7	:						

排尼口註

出典:NHK ためしてガッテン



『栄養学のイロハ』



外科 副院長/池松 禎人

第3話 がんの栄養療法(前編)

今回述べる「がんの栄養療法」はがん細胞や組織を栄養で「太らせる・大きくさせる」という意味ではなく、がん患者が病気と闘う時の栄養療法のことです。これを理解するには「がん悪液質」と呼ばれる状態を理解する必要があります。

がん悪液質は程度の差こそあれ、がんに罹患した人 に必ず起きてくる病態です。がん細胞は糖質のみをエ ネルギー源として利用し、その他を使う事ができませ ん。一度に人体に蓄えられる糖質はごく僅かしかあり せんから、がん細胞はヒトの免疫細胞を刺激しサイト カインと呼ばれる免疫刺激物質を全身に放出させ筋肉 を分解し「糖新生」を起こさせます。風邪の際に出てく るサイトカインも全身の免疫系ネットワークを刺激し て発熱や筋肉痛を引き起こしますが、新型コロナウィ ルス感染症で有名になったサイトカインストーム(嵐) になると免疫の暴走が起こり、患者を死に追いやるま で暴れ回ります。がん患者でもこの高サイトカイン血 症が起きており風邪をひいた時と同様に全身倦怠感や 筋肉疲労感をきたし、体重が減少します。この際に減少 するのは筋肉が主体であって脂肪ではありません。が ん悪液質は体重減少に気づかない程度(5%未満)の前 悪液質から始まりますが、全ての治療に抵抗を示す様 になると不可逆的悪液質と呼ばれます(図1)。

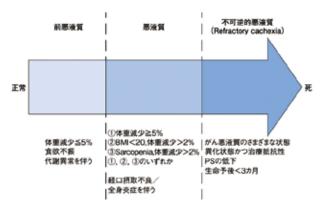


図1 Fealon K. et al., Lancet Oncol. 12:489-495, 2011

がん栄養療法の一つに低糖質(ケトン体)食事療法が 知られています。先に述べた様にがん細胞が糖質しか エネルギー源として利用できないことに着目したのが

この栄養療法です。これは極限まで糖質摂取を控え、必 要なカロリーを脂肪で栄養を補おうというものです。 しかし問題があります。正常時の脳細胞は 120~180g/ 日のブドウ糖を必要とします。空腹初期では筋肉タン パク質を分解し「糖新生」を行ってこれに当てますが、 3日間以上飢餓状態が続くと身体は脂肪を分解して作 られるケトン体を脳細胞の栄養に回す事ができます。 ケトン体は脳細胞の栄養源にのみ使うことはできます が、脳の高い機能維持は困難で意識が朦朧となってし まいます。またミトコンドリアを細胞内に持たない赤 血球細胞はブドウ糖しかエネルギー利用できません。 外から糖質を摂取しなければがん細胞の増殖はある程 度抑えられる様に思われますが、がん組織からも負け ずに放出されるサイトカインは筋肉を崩壊し痩せさせ ることで「糖新生」を促し高血糖状態を作り出す事がで きます。低糖質ダイエットで低血糖を起こす事が無い ことに気づけば、この食事療法が現実に則してない理 論だと解ります。

それではがんと闘う時に適した栄養療法にはどの様なものがあるのでしょうか?一般的に標準体重よりもちょっと多めの方が低体重や肥満の方々より長生きできることを述べました(第1話)。その際に重要な身体構成成分はずばり骨格筋筋肉です。筋肉質の方のほうが病気(がん)になりにくく、手術をしても回復が早く(図2)、抗がん剤治療を副作用が軽く受けられることを臨床上数多く経験します。「筋肉は生命の源」だと説明されています。次回後半部分ではこの筋肉を維持増進できる栄養について述べてみたいと思います。

骨格筋量減少は術後合併症を増加させる 胃癌手術患者 293人

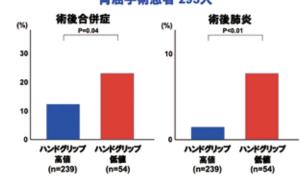


図2 Sato T. et al., Gastric Cancer 1008-1015, 2016

地域 医療連携 の集い

●連携先医療機関・施設のご紹介

永尾内科医院



院長:永尾 敬美先生

診療項目

内科・放射線科・呼吸器科・循環器科・胃腸科

受付時間

時間帯	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:00	0	0	0	0	\bigcirc	0
午後 14:00~18:00	0	0	0		0	

●休診日:日曜・祝日(木曜、土曜は午後休診)

Q病院の特徴を教えてください。

急性の内科疾患(風邪、腹痛など)や生活習慣病(高血圧、糖尿病、脂質異常症など)、肝臓腎臓貧血などの疾患に対して幅広く診療を行なっています。その他に予防接種、各種健康診断(特定検診、がん検診)を行なっています。入院や高度な検査を要する場合には連携病院への紹介、予約などの橋渡しを行なっています。

Q地域のかかりつけ医として気に掛けることは?

地域に密着しご来院いただいた患者様とは上下関係を作らず一人一人と丁寧に向き合い何でも相談しやすい雰囲気を作るように心がけています。

0 最後に読者の皆さんにメッセージをお願いします。

高齢や病気のため外出や通院が難しい方にはご自宅へ訪問して診療を行なっています。ご希望の際はお気軽に ご相談下さい。

住所

〒852-8016 長崎県長崎市宝栄町1番1号

TEL

095-861-6769

アクセス

長崎駅から赤迫方面電車にて長崎大学前にて下車

徒歩 10 分

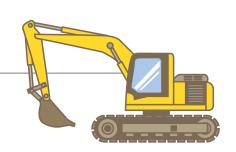
駐車場

有り(3台/無料)



●新病院プロジェクト

移転改築工事情報 Vol. 3



2020.07.04

新築棟は3階部分の立上配筋型枠検査が終わり、 コンクリート打設を行っております。

改築棟は引き続き、劣化調査、内部の補修作業が行われております。





2020.07.18

新築棟は配筋作業、2Fの内装工事が行われております。

改築棟はB1階の内装工事が始まっております。





2020.07.28

新築棟は4階立上配筋型枠検査が終わり、コンク リート打設が行われております。

改築棟は B1階の内装工事、厨房のスリーブ入れが 行われております。





十善会病院理念

社会福祉法人病院として、地域に密着した医療を行ってきた歴史を守り、「救急から在宅まで」を目標に、患者さんが満足し、職員も満足する病院づくりを実現することにより、地域住民の保健・医療・福祉の向上に貢献する。

運営の基本方針

「顧客満足(CS)」に基づく病院運営(CSM)

- 1) 患者さんに満足される医療の提供
- 2) 患者サービス向上のための教育・研修
- 3) 職員の資質向上・能力開発のための研修
- 4) アメニティーの向上
- 5) 職員及びその家族の幸福な生活の実現

関連事業の拡大一般診療、救急医療、

在宅医療の充実 健診、人間ドック、

脳ドック等



職員コラム

十善界隈グルメ



今年の新年会でお世話になった八州・・・ 今ではもう遠い過去のように感じます。 来年の新年会、会食は出来るのでしょうか・・・



「八州・長崎思案橋店はどこにあるの?」

思案橋電停からとても近いんです! 路面電車降りたらすぐお店です。

雨の日も足がぐちゃぐちゃになる前にお店にインできるし、浜の町や鍛冶屋町からも徒歩圏内なので立 地には大変恵まれております。

そして飲んだあともすぐ電車に乗れるので安心感があります。飲み過ぎ注意です~

八州 長崎思案橋店は全室個室です!まわりを気にせずゆっくりリラックスしてお楽しみいただけます! 大事な人、親しい友人、そして、出島バラ牛肉や、角煮なんかもあるので、県外からのお客様をもて なすのに、うってつけです♪

(私みたいに、友達少ないものは、ひとりでもいいかな??挑戦しようと思います♪)

この出島バラ和牛は、その場で炙っていただき、場がもりあがっちゃいます~♪

新鮮なので、素材を生かした調理法が多くて、塩・胡椒・わさびのシンプルな味付けで、 十分です♪めちゃくちゃ美味しい (#^^#)

もちろん、おトイレもチェックです~

う~ん、とっても居心地よい~

お削らせ

おトイレの貼り紙に、「すべては九州のために・・・八州」ってなんだか、笑ってしまうじゃないかぁ ~九州って、何州だっけ??と数えたりして・・

今回は、車できたので、ソフトドリンクでしたが、誰よりも、ピッチが速かった私~

楽しく、美味しいと、ソフトドリンクでも十分満足よぉ~

一応、焼酎もチェックしたけど、揃ってます!!

西郷隆盛のような人と出会いたい・・・なんて思っていたけど、 今日から、私が西郷隆盛のような人になります~さぁ、明日も、 八州へ薩摩焼酎のみに行こう♪



- ◆全室個室で間違いなし~もちろん王道の掘りごたつ
- ②食材が九州産のものばかりで、なんだか嬉しい。
- **8**とにかく、美味しい(*^ ^*)
- 4 スタッフの方が丁寧~



店 九州和食 八州 思案橋店

所 長崎県長崎市本石灰町 6-3 町田ビル 1F (思案橋電停より徒歩 1 分)

TEL 095-824-4263

理 5.000 円 (飲み放題つき めちゃくちゃ、リーズナブル \triangleright)

受けていますか?インフルエンザの予防接種

もうすっかり寒くなりましたね。インフルエンザの流行期がやってまいりました。

予防接種ご希望の方、当院にてご予約承り中です。

当院かかりつけの方・・・かかりつけ医にご相談下さい。 当院かかりつけではない方・・・内科外来にてご相談下さい。

○長崎市内在住で 65 歳以上の方

¥2.000(稅込)

ワクチンが十分効果を発揮するのに、接種後2~4週間かかります。今年度はコロナウイルス感染症との同時流行が懸念されます。 一般の方も10月26日以降、接種可能です。





長崎市淵町にある旧成人病センタ 跡地に移転し建替えを行います。

\$ \$... **\$** 4

無料低額診療事業



経済的な理由によって、 必要な医療を受ける機会が

制限されることのないように、

〈医療費の免除〉を

行う制度です

◆ご相談窓口◆

十善会病院 医療福祉相談室 (当病院1階受付そば13番)

095-821-1

【平日 9:00~17:00】

どなたでも、お気軽にご相談ください。

