

あなたの生命の側にいつも私たちはいます

# クローバーだより

医療法人 清和会

長田病院 広報誌

2015年5月発行

Vol.45

ご自由にお持ち帰り下さい

## 医師からのメッセージ \* ご存知ですか？『逆流性食道炎』

- STAFF X SMILE 部署のご紹介「放射線科」
- 美味しく食べれる健康レシピ「じゃがいもと小松菜のチーズ焼き」 ○ 柳川ぶらり散歩「中山の大藤」
- Clover Topics 長田病院からのおしらせ ○ 関連事業所のご紹介 ○ 外来担当医一覧



2015年  
**5月号**



Facebook もご覧下さい <https://www.facebook.com/seiwakai.info>

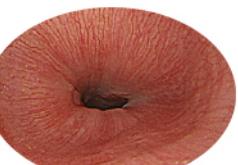
## ◆ 医師からのメッセージ

# 『逆流性食道炎』

## ご存知ですか？

医療法人清和会 長田病院  
胃腸内科・健診部長

古波倉 允



食道・胃接合部（正常粘膜）



逆流性食道炎（重傷例）

「あなたのその症状、胸焼け・呑酸ではありませんか？お医者さんに行きましょう！」最近、こんな「マーキュリアルを見たことのある方は多い」と思っています。

逆流性食道炎をご存知ですか？この病気は昔からあり、「胸が焼ける感じ」、「黄水（キミズ）があがる」「胸がつまる感じ」などの症状で知られています。広義には「胃食道逆流症（GERD:gastroesophageal reflux disease）」とも呼ばれ、酸逆流に伴う多彩な症状を呈す」ともいわれます。逆流性食道炎は、最も欧米人に多い病気でしたが、最近では食生活の欧米化や高齢化などにより日本人の患者さんも増えてきています。

### ●「自覚症状は多彩」

特徴的な症状としては下部食道の粘膜傷害や狭窄による、胸焼け（胸が焼ける感じ）、呑酸（酸っぱいまでは苦い物が喉に上がってくる感じ）、ゲップ、食べ物がつかえる感じなどがあります。他、胃酸が上部食道まで逆流してくると、喉のイガイガや詰まった感じ、声が嗄れる、咳が続くなどの症状が出ることがあります。

### ●「症状がおこるわけ」

食道は食べ物を胃に送った後、胃酸などの逆流を防ぐいくつかのしくみを持っていますが、逆流を防ぎきれなかった場合、胃酸が食道にまで上がってきます。食道へ逆流した胃酸の酸度の強さや、逆流した胃酸などが胃に下らない、等の状況があると、食道の粘膜が炎症を起こしてしまい、それが症状として感じられます。

### ●「胃酸逆流の原因」

食道裂孔ヘルニアのある方に多い事がわかっています（食道と胃は、横隔膜の位置で区切られていますが、胃の上部がこの位置より上にあります）。加齢や食生活等の影響でしまりが悪くなつた状態）。その要因として①加

齢にともなう姿勢の変化、②生活習慣（飲酒、喫煙、肥満、姿勢など）、③食生活の変化（脂肪の多い物や甘い物の摂取）、④妊娠（腹圧上昇）、⑤ストレス（食道の働きを弱める）などがあります。

### ●「治療」

#### (1) 薬物療法

PPIが第一選択薬、消化管運動機能改善薬と呼ばれる強力な制酸剤が第一選択となります。又、症状によつては胃酸の逆流を抑える目的に消化管運動機能改善薬を併用する事もあります。同時に（2）生活習慣の改善も必要で特に①下剤による便秘の解消、②下部食道括約筋の低下をきたすと言われている薬剤処方の変更・中止の検討、③食事（過食・高脂肪食・甘い物・香辛料などや就寝前の摂取）や嗜好品（アルコール、たばこ、コーヒーなど）、④腹圧をあげる状態からの回避（ノルセットやガードル、前かがみの作業）などの注意が必要です。（3）外科治療については治療薬の改善や早期診断・治療により極めて少なくなりました。

以上、逆流性食道炎についてご紹介させて頂きました。逆流性食道炎は服薬開始により比較的速やかに症状改善しますが、休薬にて再燃・再発を繰り返しやすい病気で、難治例も時々見られます。大切なのはよく病気を理解し、生活習慣や食事に注意し上手に付き合つ事です。

# STAFF × SMILE

## 放射線科

患者さんとご家族の一番の支援者となるべく  
真心をもって頑張っている長田病院のスタッフをご紹介  
見かけたら気軽にお声かけ下さい

また患者さんの放射線被曝低減と職員の放射線被曝管理に努め、安全で安心した検査を受けること

現在の診療放射線技師スタッフは6名で、地域の皆様が安心して暮らすことができるよう、24時間365日検査できるような体制を整え、診療に必要な画像情報を提供しています。

当院の放射線科には、多くの高度医療機器（一般撮影・透視・CT・MRI・血管造影・ポータブル・骨密度測定装置）を導入しています。特にCTやMRI装置は、今日の医療に於いて診断・治療に欠かせない検査です。

「安心・安全」な検査を受けていただけるよう患者さんの視点に立ちながら日々活動しています。

### MRI検査について

放射線検査の中でもMRI検査は放射線被曝がなく、当院では平成25年9月に1.5テスラMRIのバージョンアップを行い、検査時間の短縮と鮮明な画像を提供できるようになりました。

頭部・腹部・整形領域の撮影をはじめ、非造影による血管撮影や全身骨撮影などの特殊検査が可能です。



▶血管造影検査装置  
▶X線骨密度測定装置



これからも患者さんに分かりやすく丁寧な検査説明を心掛け、安全で質の高い画像情報を提供できるように、スタッフの教育と研鑽を行っていきます。  
が出来るような環境整備を行っています。



小松菜とハムはそれぞれ食べやすい大きさに切っておく。

じゃがいもは適当な大きさに切り、茹でておく。

熱したフライパンに油をひき、ハム・小松菜の順番で炒める。塩こしょうをふる。

小松菜がしんなりしたら、茹でたじゃがいもを入れ、炒める。

じゃがいもが水分を吸ってきたら、火を止めチーズをのせる。蓋をして余熱でチーズが溶けるのを待つ。

仕上げに黒こしょうをふって出来上がり。

## じゃがいもと小松菜のチーズ焼き

材料  
(2人前)

- ・じゃがいも…中2個
- ・小松菜…1/2束
- ・ロースハム…2枚
- ・チーズ…30g
- ・油…小さじ1/2杯
- ・塩こしょう…適量
- ・黒こしょう…適量



管理栄養士 武田 枝里子

### チーズのおはなし

チーズを100g作るには、1000mlの牛乳が必要と言われています。牛乳をぎゅっと濃縮して作っているため、たんぱく質やビタミンなどが牛乳よりも手軽に摂取することができます。しかし、その分乳脂肪分なども牛乳より多いため食べ過ぎには注意が必要です。また、チーズを製造するにあたって塩分も追加されるため、脂肪分に加え塩分にも注意が必要です。ですので、チーズを料理に使う時は、調味料などをいつもより少なめにすると良いと思います。チーズの種類によって塩分・脂肪分が違ってくるので、一度スーパーなどで、商品に書かれている成分表示をご覧になるといいですよ！



## 中山の大藤

中山熊野神社

〒832-0811 福岡県柳川市三橋町中山 538-1

平成24年の水害にも負けなかつた大藤。黒田官兵衛の幽閉時、生きる力になつたのも藤の花です。家紋にも使われています。

樹齢約300年、2株10本の幹からなるみごとな藤棚です。福岡県の天然記念物に指定されています。藤棚下には提灯が設置され、夜にはライトアップされています。あたりは甘い香りが漂っています。

地元やながわを広報スタッフ「むらかみ」が、  
ぶらり散歩して紹介します。

## 高貴な姿の中にあふれる生きる力



藤の花が咲く頃に、中山の大藤まつりは開催されます。今年は4月18日～28日です。この藤は、江戸時代に酒屋の「萬ちゃん」が大阪で見た「野田の藤」の種を持ち帰って、自宅に植えたそうです。その後、見事な花を咲かせるようになり、現在の熊野神社境内に移植されたそうです。地元の保存会の方が手入れをされています。



## ＊ 第二回清和会地域懇談会を開催しました

4月15日(水)、柳川農村改善センターにおいて、第二回清和会地域懇談会を開催しました。今回、講演では、認知症ケア専門士の古賀さんから「わかりやすい認知症のお話」、民生委員の蒲池さんから「誰しもが安心して暮らせる地域づくりのために」、懇談会では、元柳川市議会議員の筒井さんから、地域支え合いの事例紹介をして頂きました。約100名の参加があり盛況に終わりました。

講演では、認知症を理解し、接し方を学ぶことが出来ました。また、民生委員の役割は地域住民の「寄り添うこと」となることであり、「見守り」「発見」「受け止め」「つなぐ」ことであることを学びました。「自尊感情」を高めることができ、「自分自身を尊いと思ふ気持ちです。自分という人間を大切に思い、また自分にできる事から少しだけ始め、お互いの助け合うことが必要である」と教えされました。

懇談会の中では、私たちが目標としている地域支え合いを既に15年以上も続けてこられ、向こう三軒隣の関係が希薄になってきた今日ですが、貴重なお話を伺うことが出来ました。これからも清和会では、この様な懇談会を開催し、地域支え合いの実現に向けて積極的に取り組んでいきます。

## ＊ 入職式



4月1日(水) 清和会は15名の新入職員を迎えました。理事長より「社会人になり失敗や挫折を繰り返し苦労されると思うが経験を積むことで達成感に繋がっていきます」また院長からは、「自分で決定できる自律的な個人として歩み始めていただきたい」と挨拶がありました。そして各部署から新入職員にむけた動画レターで歓迎しました。



5月31日は世界保健機構(WHO)が定める「世界禁煙デー」です。タバコの中には有害物質4000種類以上、発がん物質も60種類以上含まれ、喫煙者の平均寿命も10年短くなると言われています。禁煙に対し「意志が弱いから」と考へがちですが、禁煙できないのはタバコに含まれる「ニコチン」が大きく関与しています。

長田病院では禁煙サポート病院として、平成18年より医療保険診療による禁煙治療を行っており、約1100名の方がチャレンジし、720名の方が禁煙に成功されています。いつかは禁煙とお考えの方、ご自分の為に、ご家族、周囲の方の為にもこの機会にタバコの害について考えてみてはいかがでしょうか。

## ＊ 世界禁煙デー

5月31日は世界保健機構(WHO)

## ＊ メディカルラリーに出場しました

3月8日、聖マリア病院および試験場前駅において救急の技術を競うメディカルラリーに出場しました。筑後地域の二次救急を行なう12の病院が参加しています。当院から外山医師・緒方看護師・柳川消防署救急救命士の西田さんが参加しました。急救初期対応・トリアージ・外傷・二次救命処置の4部門での救急対応技術を評価されます。現場は、本番さながらの雰囲気でした。出場前の練習の成果が發揮でき、初出場12チーム中2位を勝ち取りました。次回は、2年後の参加ですが、1位を狙いたいと思います。



## ＊ 柳川おもてなしマラソン大会

3月22日(日)、柳川おもてなし健康マラソン大会に参加しました。当日は天気に恵まれ汗ばむほどの陽気でした。2.5km、6km、10kmの部に14人がエントリーして、ゴールを目指しました。市民の皆さんからの暖かい声援を受け、全員完走しました。そのほか20人ほどで応援班を結成、コースのラスト1km地点に応援ブースを作り、すべてのランナー達に精一杯の声援を送りました。すでに来年の開催も決定しています。来年も必ず参加しようと思います。



## 三橋長田医院

介護老人保健施設  
シャンティ

### 五月病つて 認知症について 講演を行いました

4月は進学、就職、配置転換などで環境が大きく変わる季節。新しい環境にうまく適応できず、あるいは適応しようと頑張りすぎてうつ的な状態になる事を5月病と言います。

5月病にならないための対処法 ①完璧主義をやめ②スポーツや読書、音楽を聴く③新たな目標や興味が持てるものを見つける④悩みを抱え込まない⑤食生活に気を配る等です。



▲季節感のあるおやつで、四季を感じていただいています

とにかく、笑顔を作つて笑つてみましよう！以外にスッキリするかもしれません。

5月病にならないための対処法 ①完璧主義をやめ②スポーツや読書、音楽を聴く③新たな目標や興味が持てるものを見つける④悩みを抱え込まない⑤食生活に気を配る等です。

楽しく、おいしい  
おやつ作り

つくだでは、毎月1回清和改善センターにて、第3回清和会地域懇談会を開催しました。その中で「わかりやすい認知症のお話」～地域支え合いから笑顔が見える～と題して当施設の認知症ケア専門士による講演を行いました。専門用語を使わず、わかりやすい言葉で認知症の症状や、発症してからの歳月の長さ、認知症を抱える本人・家族の大変さを説明しました。また、少子高齢化社会において65歳以上の5人に1人が認知症であるという現実を理解し、認知症になつた本人や家族を地域で支えていきましょう。その為には日頃からの交流を密にして、お互いに声掛けから始めています」と呼びかけました。

桜の季節になると食べたくなるのが春を感じさせるとても風流な和菓子の桜餅です。そこで、3月に桜餅作りをしました。「おいしかねえ。よう、でけとる。」と言われ熱いお茶と頂き桜の開花を待ちわびて話も弾みました。自分達で作ったものは、やはりおいしく感じるものです。

認知症対応デイサービス  
からたち

心も、身体も  
ポツカポツカ！

暖かくなり、お出掛けしやすい季節となりました。天気が良い日にはドライブに出掛け、桜の下でお花見弁当を食べたり、中山大藤まつりの紫や白の藤の花のトンネルを潜ったり、ポツカポツカ陽気の中で目で癒され、心も癒されました。外に出掛けるのは気持ちが良いですね。一緒にお出掛けしてみませんか？ ドライブ以外にもお花を生けたり、おやつを作つたり、楽しいイベントをしています。施設見学、体験利用など隨時受け付けておりますので、いつでもからたちまでご相談下さい。

## 訪問看護ステーション 花水木

お申し込みは、訪問看護ステーション又は主治医、ケアマネージャーにご相談下さい。

## 長田病院 ケアプランサービス

居宅介護サービス等ご利用の際、お気軽にご相談下さい。



※都合により変更になる場合もあります。詳しくはお問い合わせください

	月	火	水	木	金	土
午前	肝臓	森田 恭代	長田 英輔	長田 英輔	森田 恭代	森田 恭代
					森田 恭代	上野 隆登 ※第2・4・5曜日
	胆道・脾臓			岡部 義信		
	消化器	長田 修一郎	中山 雅春		田中 俊光	中村 徹 ※第1・3曜日
	内視鏡・胃	古波倉 允	古波倉 允	古波倉 允	江森 啓悟	古波倉 允
	内視鏡・大腸	古波倉 允	河野 弘志	古波倉 允		鶴田 修
	呼吸器	木下 正治	木下 正治	木下 正治	木下 正治	今村 陽平 ※第3・4曜日
		東 公一	外山 貴之	嶋田 知生	井上 謙	樋口 英一 ※第1・2・5曜日
	循環器	西 義勝	西 義勝	西 義勝		西 義勝
	糖尿病	永嶋 美穂	永嶋 美穂	永嶋 美穂	大武 英津子	於保 美千代
						永嶋 美穂
	脳卒中外来	谷脇 考恭		坂井 英生		
	腎臓内科		長田 眞子	中村 奈央		
	緩和ケア		樋口 英一			樋口 英一
	健診・内科	担当	山田 和子	担当	山田 和子	担当
					中島 恵仁	
	月	火	水	木	金	土
午後	肝臓		森田 恭代		森田 恭代	中山 雅春 ※第2・3・4・5曜日
	消化器	長田 修一郎		田中 俊光		中山 雅春 中村 徹 ※第1曜日
	内視鏡・胃	古波倉 允	古波倉 允	古波倉 允	江森 啓悟	古波倉 允
	内視鏡・大腸	古波倉 允		古波倉 允		鶴田 修
	呼吸器	東 公一	外山 貴之	米光 純子	山田 和子	今村 陽平 井上 謙 ※第1・2・3・5曜日
		嶋田 知生		井上 謙 ※予約のみ	井上 謙	今村 陽平 ※第4曜日
	糖尿病	於保 美千代	於保 美千代	於保 美千代	大武 英津子	森田 恵子
	腎臓内科		長田 真子	中村 奈央		
	健診・内科	担当	山田 和子	担当	江森 幹子	担当

平成27年4月20日現在



## 医療法人 清和会 長田病院

〒832-0059 福岡県柳川市下宮永町 523-1  
TEL: 0944-72-3501 FAX: 0944-72-5027



日本医療機能評価機構認定病院  
日本経営品質賞 経営革新推進賞  
慢性期医療認定病院

- ・救急告示病院
- ・労災保険指定病院
- ・身体障害者福祉法指定
- ・指定自立支援医療機関（更生医療・腎臓）
- ・福岡県禁煙宣言登録施設
- ・福岡県子育て応援宣言登録事業所



### 病院理念

私たちは、地域と連携した専門医療を提供し  
患者さまとご家族の安らぎを確保します

### 基本方針

- 一、高品質で安全な医療を実践します
- 一、医療連携の徹底を図ります
- 一、患者さまと共に満足と納得の医療を目指します

### 私たちの志

創意と真心で 日本唯一の内科病院になる

## ✿ 医療法人清和会 関連事業所 アクセスマップ



## ✿ 交通アクセス

- 電 車・・・西鉄柳川駅下車（車で約 10 分）  
自動車・・・九州自動車道「みやま柳川 IC」（約 20 分）  
バ ス・・・水の郷より福祉巡回バス（両開線西ルート）（約 8 分）

## ✿ 診療時間

月曜日～金曜日	8:30～12:30 (午前の受付 12:00まで) 13:30～17:30 (午後の受付 17:00まで)
土曜日	8:30～12:30 (午前の受付 12:00まで) 13:30～15:30 (午後の受付 15:00まで)
日曜日、祝日	休 診・急患のみ

※急患の方はいつでも診察いたします。

※時間外・休診日については、救急外来にて 24 時間体制で対応します。



三橋長田医院  
〒832-0823 福岡県柳川市三橋町今古賀213-1  
TEL: 0944-72-4171 FAX: 0944-72-5577



認知症対応デイサービス からたち  
〒832-0051 福岡県柳川市佃町784  
TEL: 0944-75-6310 FAX: 0944-75-6310



介護老人保健施設 シャンティ  
〒839-0242 福岡県柳川市大和町豊原521-7  
TEL: 0944-72-3508 FAX: 0944-72-1705



訪問看護ステーション花水木  
〒832-0823 福岡県柳川市三橋町今古賀213-1  
TEL: 0944-75-1270 FAX: 0944-75-1269



グループホーム つばくだ  
〒832-0051 福岡県柳川市佃町793-1  
TEL: 0944-75-6330 FAX: 0944-75-6330



長田病院ケアプランサービス  
〒832-0059 福岡県柳川市下宮永町523-1  
TEL: 0944-72-5390 FAX: 0944-75-6572



表紙の写真「舟あそび」（オランダ デルフト） 撮影者：長田 敦子

TAKE FREE ~ご自由にお持ち帰りください~