



おさふねクリニック

おさふね通信

Vol.64 ＜2013年10月＞

内科、リウマチ科、透析内科、糖尿病内科、腎臓内科、消化器内科

おさふねクリニック TEL.0869-26-8080
FAX.0869-26-8081

内科・リウマチ科	月	火	水	木	金	土
9:00~12:30	○	○	○	○	○	○
16:00~19:00	○	○	○	/	○	12:30 まで

休診日：日曜・祝日 ※急患は、電話でご相談ください



Information お知らせ

年末年始の外来診療時間

※休診日にご注意ください。
※透析は通常通り

2013年 12月31日(火)・・・休診

2014年 1月1日(水)・・・休診

1月2日(木)・・・当番医(9:00~17:00)

1月3日(金)・・・休診

1月4日(土)・・・通常診療

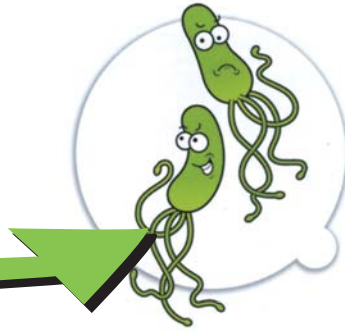
Guide 受診案内

予約制です

当院には定期的に各科の医師が診察に来ています。受診希望の方はご相談ください。

受診科	担当医	日にち	診療時間
整形外科	橋詰 謙三先生	10月 5日(土)	9:00~12:30
		10月 2日(水)	17:00~19:00
	難波 良文先生	10月16日(水)	
		10月30日(水)	
今野 陽介先生	10月18日(金)	16:00~19:00	
	10月25日(金)		
膠原病リウマチ科	守田 吉孝先生	10月 2日(水)	9:00~12:30
脳外科	南 政博先生	10月21日(月)	16:00~19:00
内視鏡(胃カメラ)	石山 修平先生	10月 5日(土)	10:00~12:00
		10月 9日(水)	
		10月19日(土)	
フットケア	森田 一郎先生	10月 5日(土)	14:30~16:00
		10月19日(土)	

ピロリ菌

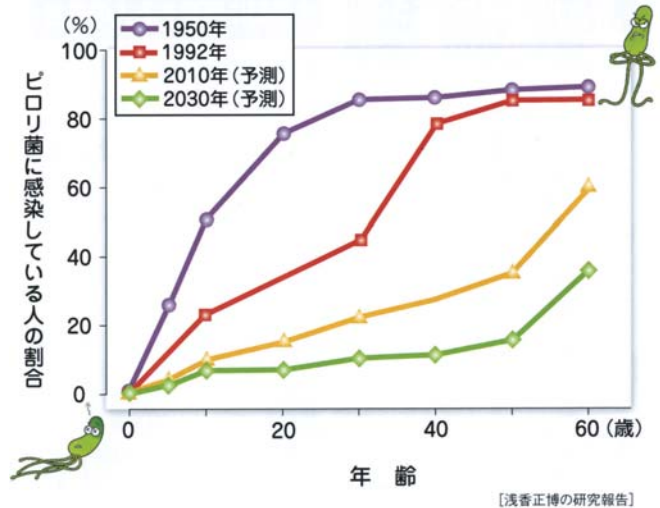


ピロリ菌とは、ヘリコクター・ピロリという細菌のことです。胃の中は胃酸が出ているため、通常の菌は死んでしましますが、ピロリ菌は特殊な酵素をもっており、アンモニアを発生して、胃酸から身を守っているため、胃の中で生きることができます。

どのように感染しますか？

ピロリ菌がどのように感染するのかは、はっきりと分かっていませんが、口から感染するのが大部分であると考えられています。日本人の感染者はおよそ6000万人といわれていますが、衛生環境が整ったことによって感染の割合は減少しています。

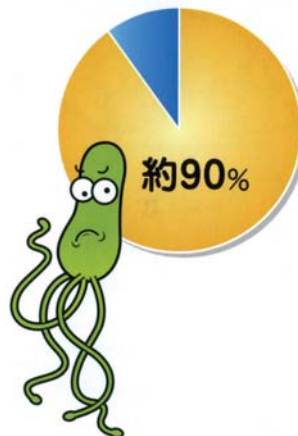
日本人のピロリ感染率の過去と将来予測



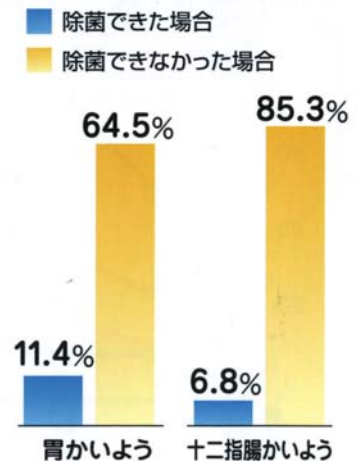
ピロリ菌に感染すると

ピロリ菌に感染すると胃に炎症を起こすことが確認されています。胃・十二指腸潰瘍の患者さんでピロリ菌を検査すると、約90%の患者さんがピロリ菌に感染しています。ピロリ菌に感染したまま潰瘍の治療をしても1年後には60%以上の患者さんが再発するといわれています。ピロリ菌を除菌することによって胃・十二指腸潰瘍の再発率は著しく低下することが認められています。

胃・十二指腸かいようの患者さんのピロリ菌感染率



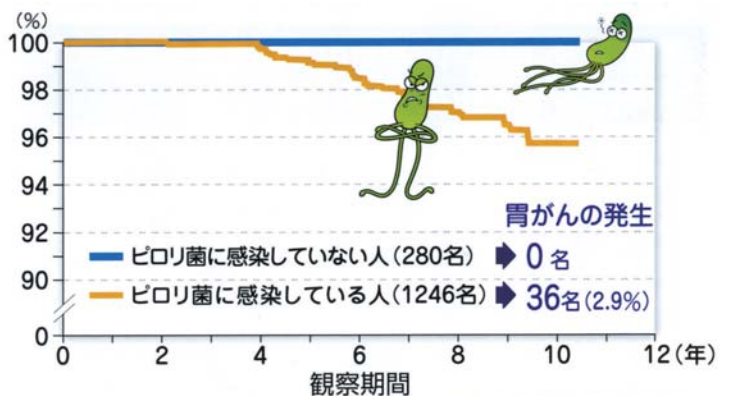
1年間に再発する人の割合



Asaka M. et al.: J. Gastroenterol. 38, 339, 2003

他にどんな悪さをしますか？

ピロリ菌は胃がんとの関連性が指摘されています。胃がん、萎縮性胃炎などに加え、消化器以外の疾患でも血小板減少性紫斑病、貧血、蕁麻疹などとの関連が示唆されています。



ピロリ菌検査

当クリニックでは、

- ①内視鏡胃カメラ検査
- ②尿素呼気試験法
- ③採血によるヘリコバクターピロリ抗体検査ができます。

(予約制となっておりますので、希望の方は診察の際ご相談ください)



尿素呼気試験法

ピロリ菌の除菌治療

2種類の抗生物質と胃酸を抑えるお薬の3種類の薬を1日2回(朝と夕方)7日間(1週間)、しっかりと続けて飲むことで約80~90%の患者さんはピロリ菌を除菌できます。

※保険適用でピロリ菌の検査・除菌治療が行えるのは胃・十二指腸潰瘍、胃MALTリンパ腫、特発性血小板減少性紫斑病、早期胃がんに対する内視鏡的治療後の患者さんです。



除菌治療の副作用

下痢・軟便、味覚異常、肝機能の検査値(GOT/GPT)変動などがあります。





ハタヨガシリーズ第4段は、夏の暑さで疲れた体に効くヨガのポーズを紹介します。今回紹介する脚上げのポーズは楽に血流を促し疲労物質の排泄を助けます。猛暑や冷暖房、偏った食生活で心身が疲れてストレスが溜まり自律神経のバランスが乱れてしまった体をリラクゼーションのポーズで休ませてあげましょう。

気持ちの良いところで保持するようにしましょう。深呼吸をしながら体の感覚に意識を向けましょう

1 脚を壁に上げるポーズ

ヴィパリタ・カラニー

硬めのクッションか座布団を壁から少し離して壁と平行に置く。体の左側が壁に向くように横向きに座る。床に仰向けになりながら一息で両脚を壁に上げる。お尻を出来るだけ壁に近づけて両脚をそろえ5~10分間、目を閉じてゆっくりとした呼吸をします。



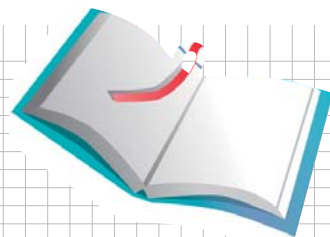
2 壁を使った開脚のポーズ

ウパヴィシュタ・コナーサナ バリエーション

お尻の下のクッションをはずし、両脚を気持ちの良いところまで開き、ゆっくりと5~10呼吸の間、保持します。



Research Achievement 研究業績



第2回 糖尿病腎症を考える会 (8/31 大阪市)

■ 「糖尿病透析患者における

血糖管理の理想と現実 ~当院での試み~」 <院長> 中村 明彦

第11回 東備糖尿病療養指導セミナー (9/12 長船サービスエリア)

■ 「新規診断された糖尿病患者に対する療養指導の現状と課題」

<管理栄養士> 尾上 未玲