

まほろば

「地域にいきる」を支えます

Vol. 61

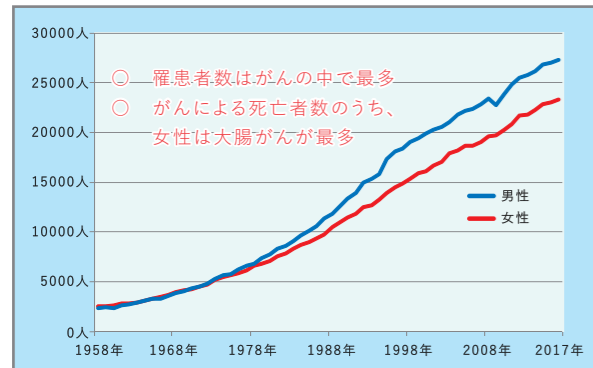
2019 SUMMER



特集 大腸がんが増えています

早期発見で適切な治療を行えば、
「治りやすいがん」のひとつです。

入江病院
消化器内科



大腸がんによる死者数の推移

便潜血反応検査で陽性になった場合、まず思い浮かぶのは大腸がんかもしれません。しかし、検査結果が陽性だからといってすぐに悲観的になる必要はありません。報告によると、陽性の人が最終的に大腸がんと診断されるのは、3%程度といわれています。それはがん以外にも痔やポリープ、潰瘍性大腸炎などの炎症疾患でも陽性反応が出るからです。

放置していませんか？ 便潜血陽性

では97%はがんの心配がないから「わざわざ精密検査を受ける必要はない」ということでいいのでしょうか？
いいえ。がんの心配が少なくからといって安心してはいけません。

大腸がんの多くは、腺腫という良性のポリープが進行して大腸がんになるといわれています。このため、内視鏡検査で発見されたポリープは切除することを勧めます。ポリープの状態で切除することにより、大腸がんになるリスクを減らすことができます。実は、これらのポリープと大腸がんを合わせると、便潜血反応検査で陽性になった人の30%にも達します。

また、大腸がんの初期段階には自覚症状がないことが多く、大腸がんが出血を伴った場合には病状が進行している可能性が高くなります。いずれにしても、便潜血検査の結果が陽性になった原因を特定することが重要です。精密検査を受けずに「どうせ、痔だろう」と、本人で決めつけてしまうことは非常に危険です。そのためにも専門医への受診や大腸内視鏡検査などの精密検査を受けましょう。

いま、大腸がんが増えています。
あなたは大丈夫ですか？

食生活の欧米化により、大腸がんは確実に増加傾向にあります。最近では精度の高い大腸内視鏡検査により、早期発見・早期治療が可能です。

特集

大腸がん

1

大腸がんの初期段階は 自覚症状なし

大腸がんは初期段階では自覚症状がみられないことが多く、異常を感じていない段階でも定期健診などで発見されることが少なくありません。一方、大腸がんが進行すると、便に暗赤色の血が混じったり血の塊が出たりする血便、便が細くなる便柱細少、便が出きらない感じがつきまとう残便感、下痢と便秘の繰り返しなど、排便に関する症状などがみられるようになります。さらには、腸閉塞による嘔吐、しこり、腹痛、肝臓や肺の腫瘍（しゅりゅう）など、がんの進行もしくは転移による症状があつて初めて気づくこともあります。

これらの症状は大腸がんの特徴的なものでなく、他の疾患でもみられる症状です。特に血便には注意が必要です。血便は痔にもみられる症状であるため、痔と思いついで発見が遅れ、大腸がんが進行

大腸がんは部位により 症状が異なる傾向がある

血便・便柱細少・下痢と便秘の繰り返しなどの症状は下行結腸・S字結腸・直腸にできたがんが多い傾向があります。一方、盲腸や上行結腸・横行結腸などの肛門から離れた部位のがんでは、出血しても気づかない場合も多く、便に関する異常が出にくい場合があります。そのため、慢性的な出血による貧血、お腹が鳴る腹鳴、腹部の膨満感、痛みを伴うしこりなど便以外の症状から気づくこともあります。このような症状がある場合には、速やかに精密検査を受けましょう。

してしまふことがあります。大腸がんは中心部分が潰瘍（かいよう）化すると出血しやすくなると言われています。血便は大腸がんにもよくみられる症状なので、症状がある場合には専門医に受診し精密検査を受けることをお勧めします。

盲腸・上行結腸・横行結腸 に起こりやすい主な症状

- ・慢性的な出血による貧血
- ・腹部の膨満感
- ・お腹が鳴る腹鳴
- ・痛みを伴うしこり

下行結腸・S状結腸・直腸 に起こりやすい主な症状

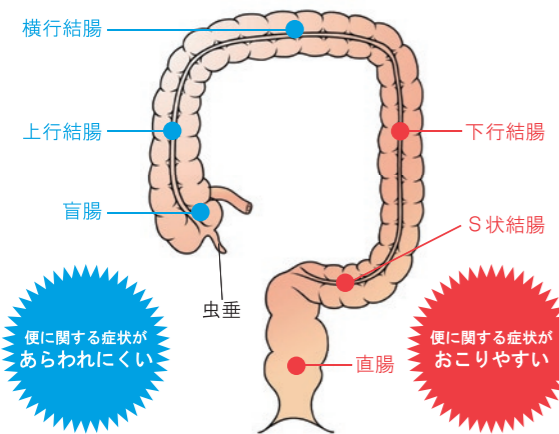
- ・血便
- ・残便感
- ・便が細くなる便柱細少
- ・下痢と便秘の繰り返し

上記以外の症状が現れることもあります。早期の大腸がんは症状があらわれにくく、自覚症状がある場合は病状がかなり進行している可能性があります。自覚症状がなくても定期的に健診を受けることそして、精密検査が必要な場合には積極的に大腸内視鏡検査を受け大腸がんを早期に発見することが大切です。

次回

重要な意味をもつ ポリープ切除
お腹を切らずに治せる 早期大腸がん

大腸がんは発生部位により症状が異なる傾向があります



大腸内視鏡検査に関するお問合せは
079-239-3121 (代) まで。

介護老人保健施設ゆめさき クレド



- 1 私たちは嘘やごまかしのない誠実な心をもって仕事に取り組みます。
なぜなら、嘘やごまかしでは人と人の心をつなぐ事は出来ないからです。
- 2 私たちは自ら考え行動する活力のある職場づくりを目指します。
なぜなら、他人まかせて（誰かがやってくれるだろう）では何も進まず自らの成長もないからです。
- 3 私たちは、チームワークを大切にします。お互いに感謝と尊敬の念を忘れません。
なぜなら、チームワークを向上させることで、利用者へ最高のサービスが提供できるからです。
- 4 私たちは会う人すべてに明るく元気に笑顔で挨拶をします。
なぜなら、出会いの第一歩を大切に、人と人のつながりの始めを大切にしたいからです。
- 5 私たちは清潔さを保ち、安全で事故のない環境を築いていきます。
なぜなら、気持ちの良い環境で安全に過ごして頂きたいからです。


～常にプロ意識を持ち、やりがいと誇りを持って仕事を行なえる事は
私たち自身の幸せとなると信じこのクレドを実行します～
< 一部のみをご紹介しました >



『 わたしたちはこうありたい! 』
老健ゆめさきのクレド

コラム | Column

亀の上にかめ



ゆめさき池で日常的に亀が二重、三重に重なっている光景をみます。甲羅干しの習性がある亀は、より日光が当たりやすい場所を求めて陸に上がってきます。しかし、陸地に十分な広さがないと亀たちは甲羅干しのスペースを確保できません。そこで先に仲間の亀が甲羅干ししているように自分も十分な日光を浴びるため他の亀の背中に上がり重なるそうです。

亀が甲羅干しをする理由には、



- 一つ、体温調節。亀は変温動物、自然界において活動のため体温を上げる事の出来る熱源は唯一太陽光です。
- 二つ、寄生虫の除去。太陽の紫外線には滅菌作用があります。
- 三つ、皮膚病の予防。水生不完全菌というカビの一種を滅菌させます。
- 四つ、甲羅の病気『くる病』は甲羅が柔らかくなってしまったり、足が曲がってしまったり歩けなくなったり、恐ろしい病気で、足が甲羅干しで太陽を浴びて紫外線の照射と栄養素を吸収します。
- 五つ、藻類繁殖予防。紫外線の照射不足になると亀の甲羅や体に藻類が生えてしまいます。
- 六つ、栄養吸収。爬虫類は甲羅形成に不可欠なカルシウムを得るためのビタミンDそのものは吸収できない為、太陽の光で原料物をビタミンDに変換します。

そんなこんなで
ほら今日も顔を踏みつけ上へ上へと日光浴。
背中を”あんばい”はどうですか？



クレドができるまで


クレド作成委員会を立ち上げる
:
アンケートを実施
:
職員の思いをまとめる
:
9つの文章にまとめる
:
職員の前で発表する

クレドってなに？

ラテン語で「信条」「志」「約束」を意味し、企業の信条や行動指針のことを指します。世界的に有名な大手企業から日本の介護事業所まで幅広く取り入れられています。

企業理念と混同されがちですが、企業理念はその企業の目的や存在意義を示しているのに対して、クレドはより具体的な行動指針を簡潔な文章で示されるものです。



どうしてクレドをつくったのですか？

医療や介護の現場では、多くの専門職が利用者様に関わらせて頂きますが、チームワークが必要不可欠です。持つ知識や技術は専門職により異なりますが、誠実な心でケアをしたい、笑顔で接したい、という「利用者様への思い」、風通しの良い職場、主体的に働きたいという「仕事への思い」は同じです。

そこで、職員としての「根っこ部分」となるものを作り、みんなで共有したいと職員自らの手でクレドを作りました。

[表紙のおはなし]



夏休み恒例
入江病院 病院探検隊

今から遡ること8年。2011年に初めて病院探検隊を開催しました。

この病院探検隊は地域の担い手である子どもたちに医療に興味・関心をもってもらうことで、自分自身だけでなく家族や友人、広くはこの地域の方々の健康増進を期待してスタートしました。

プログラムは「院内探検」と「看護体験」のグループに分かれ、各部署で様々な体験を行います。院内探検は普段は入ることがない検査室や調剤室など院内のあらゆる場所を回ります。その中でも、手術室が特に人気で、実際に手術用の術衣に着替えて医療器具に触れます。看護体験では、誰もが一度は聴いてみたいと思ったことはあるであろう、聴診器が大人気です。また、手洗い体験は参加後の効果が大きく、後日アンケートで保護者から「家庭での手洗いが丁寧になりました」との声も頂戴しています。



この病院探検隊を通して、地域の子もたちが、そして地域全体が健康であり続けることを心から願っています。

病院探検隊の様子は8月以降にホームページやFaceBook、Instagramに掲載していますのでどうぞご覧ください。

外来糖尿病教室のご案内

「夏は学習」

～低血糖や合併症を再確認しましょう～



汗をかくと水分だけでなく、塩分も失われるため、水分と塩分補給を上手に行うことが大切です。脱水予防にはスポーツ飲料や塩分タブレットも有効ですが摂りすぎると、高血糖の原因になる可能性もあるので注意が必要です。

日時：8月3日(土) 10:00～11:30

場所：入江病院4階 食堂

どなたでも参加できます。お気軽にお越しください。

[リリースあがほ]

一局いかがですか？
囲碁・将棋サロン

・男性に限ります
・参加は無料
・初心者大歓迎です



今、囲碁と将棋がブーム！！
ずっと続けている方、久しぶりに打ってみたい方、お気軽にお越しください。

開催日：毎月第2・4火曜日

時間：13:30～

場所：リリースあがほ(入江病院向かい)

詳しい、お問い合わせは
飾磨西地域包括支援センター
TEL 079-240-6528 まで



～Interview～

「地域にいきる」

職員編

勤続30年を迎えて

6月1日(土)、ホテルサンシャイン青山に於いて、創立記念式典を開催しました。昨年までは入江病院、介護老人保健施設ゆめさきの事業所毎で開院・開設日に合わせて開催されていましたが、今回は初となる法人全体での開催となりました。

式典には250名にも及ぶ職員が一堂に会して、創業者である入江善一院長の講話に耳を傾けました。さらに64名の職員に対して、永年に渡り勤続された敬意と感謝を表して、永年勤続表彰が行われました。今回は看護師として30年に渡り入江病院、ゆめさきを支え続ける長谷川春美さんにインタビューを行いましたので、ご紹介します。



今年はお健ゆめさきが平成9年に開設された当時の様子や施設に対する思いが講話で伝えられた。

「30年を迎えた今の感想を教えてください」
素直に「嬉しかった」の一言ですね。他のことと比較して長続きをさせることが苦手な私にとっては、30年勤めてきたことは私にとっては自慢です。

「3つの時代を過ごしました」

正直、人生の半分以上をこの法人で過ごすことになると思ってもみなかったですね。入職したのは昭和63年8月。当時は入江病院で働きながらお金を貯めて、昔からの夢であった助産師を目指していました。

ところが、時代が平成に入ると入江病院の機能が大きくなってきました。急性期医療が始まり、外科が立ち上がり、手術も増えました。さらに救急車で多くの患者が運ばれてくるようになりました。

「テレビドラマで見るような看護師」を今、私がしている。

(最近ではドクターヘリや救命救急ですが、笑) 今まで経験したことない看護師の魅力に取りつかれ、先生方には「医療とは何か」を教わり、仲間とともに夢中で働いていました。そこから、平成の時代はまさに激動。看護師として、管理職として様々な経験を積むことになりました。

そして、令和の時代はゆめさきで看護師としてこれまで入江病院で培ってきた知識や技術、経験を若い世代に伝えていくため、また法人内でさらに強固な連携が取れるようにパイプ役として貢献したいと思っています。

「30年間、勤めることができた理由は？」
1つは、周りの人の支えがあったことと、思いです。当然のことですが、つらい時期も



「たくさんありました。それでも周りの先輩、後輩に励ましてもらい、先生方には様々なことを指導してもらい……。いろんな人に支えて頂きました。本当に人間関係に恵まれていると思います。」

もう1つは、院長先生の存在です。入職した当時は職員も40名ほどでしたが、そんな私たちが院長先生が家族のように可愛がってくれました。そして私たちが院長を父のように慕っていました。

いつの日か、働くことを挫折しかけた時期がありました。しかし、そこで頭をよぎったのは院長先生の存在でした。若い頃は絶対にありえないと思っていた、「愛社精神」を初めて痛感しました。入江院長が創った入江病院、松藤会だからこそ永年勤めてこれたのだと思います。

「これからの松藤会について」

「地域にいきる」を支えますの合言葉の通り、松藤会の役割を理解して地域密着型の医療・介護を提供していかなければならないと思います。

そして私はパイプ役になりながら、若い世代に積極的なチャレンジできる環境を整えてあげたいと思います。

急性期医療から回復期リハビリ、施設介護、そして在宅医療まで。

「安心と満足」の医療・介護で地域を支えます。



医療法人
松藤会

「地域にいきる」を支えます

表紙のおはなし

当法人では「**地域にいきる**」を支えますを合言葉に地域医療・福祉に取り組んでいます。

そして、広報誌まほろばでも地域の皆さまとのコミュニケーション、繋がりを大切にしたいと思っています。

中面に「表紙のおはなし」記事がありますので、どうぞご覧ください。

今号の表紙：今年で9回目を迎えた「入江病院 病院探検隊」の様子

入江病院

〒672-8092 姫路市飾磨区英賀春日町2丁目25番地

TEL.079-239-3121 (代)

併設事業所：短時間型通所リハビリテーション
訪問看護ステーション

介護老人保健施設 ゆめさき

〒671-1103 姫路市広畑区西夢前台6丁目56-1

TEL.079-237-8735 (代)

併設事業所：居宅介護支援事業所

サービス付き高齢者向け住宅 リリーフあがほ

〒672-8092 姫路市飾磨区春日町2丁目11番地

TEL.079-238-5855

