

GEKKAN ORIMOTO

月刊 織本

3月号

2007年3月1日 Vol.151

発行 医療法人財団 織本病院

印刷 〒204-0002 浦瀬市旭が丘 1-261 TEL 042 (491) 2121

発行人 高木 由利



浦瀬桜（2007.2.25撮影・浦瀬市）

心の改革



理事長 高木 由利

病院の4階の窓から今日も富士山が見えました。私は、毎日朝に夕に西側の窓からこの美しい景色を眺めるのです。1月は青空をバックに白い富士山がくっきり見える日が多かったのですが、最近は春がすみで淡い景色に変わってきました。自然の移り変わりは本当に魅力的です。

* * *

2月1日より、私は3年振りに理事長に復帰しました。私の印象では丁度、明治維新が来たような感覚です。それは1月31日をもって、54年間政治を治めていた名誉院長が完全に引退したためです。この54年間に織本病院は発展し、大きく成長を遂げました。それと同時に、良くも悪くも元禄時代の百花繚乱のように私は感じていたのです。日本の医療は年毎に厳しくなり、織本病院も大きな改革を迫られてきています。職員が心を1つにして、より良い医療とは何かを考えなくてはならない時なのです。

私は職員達に年頭のあいさつで2つの目標を掲げました。それは(1)自分の仕事に忠実であること—この意味はまず今、自分がすべき仕事は何かをしっかりと受け止め、それを間違いなく行うことです。あの人はミスをしたとか、ちゃんとやっていないなどと言う他人のことはどうでもいい。まず、自分の内面に目を向け、自分の成すべきことを忠実に行うことが大切であると

私は考えているからです。(2)自分の隣にいる人、仲間に少しだけ思いやりを持って欲しい。—これは自分だけがいつも大変だと思うのではなく、自分の近くにいる仲間、あるいは他の部署の人達も大変だろうと思いやる心を持って仕事をしてほしいという意味です。

人はとかく自分のした悪には目を向けず、人の批判に専念するものです。人間とは、きっとそういうものなのかも知れません。他人のあらばかり捜していると心が段々貧しくみじめになり、笑顔が失われていくのではないのでしょうか。そのような貧しい心の中には、他の人の小さな優しさや思いやりに対し、感謝する気持ちは生まれやすいはずですが。私は感謝の気持ちを失って日々の生活を送るようになったら、どんなに悲しくむなしいかと思うのです。この2つの目標は、誰にでもできる簡単なことですが、実はとても難しいことだと感じています。この1年間、私の口から出る言葉を“ありがとう”と“感謝”に満ちたものにしたいと決心したのです。全ての職員がこの2つの目標に向かって日々仕事をしていけたら、織本病院はきっと体と心を治す病院に成長できると私は信じています。

そして、このことが創立者織本正慶夫妻に対する最高のプレゼントだと思っています。

No. 2
栄養科
通信

意識改革で医療費削減!?

管理栄養士 松元 紀子



生活習慣病は肥満が主な原因になっていることは皆さん既にご存知だと思います。しかし一口に「痩せる」といっても自己流では大変危険で、専門家（医師・栄養士）の指導のもとに「安全に痩せる」ことがとても大切です。当院で37kgの減量を6ヶ月で達成した方をご本人に了解を得た上で、皆様に紹介したいと思います。

【Iさん（39歳 女性 独身 職業 レジのアルバイト）】

- ・身長 161cm
- ・体重 97kg、（理想体重 57kg）
- ・BMI 37.5（高度肥満）
- ・臍周囲 108cm
- ・血圧 196/96mmHg（理想 125/75mmHg）
- ・空腹時血糖 122mg/dl（正常 70～109mg/dl）
- ・HbA1c 5.8%（正常 4.3～5.5%）
- ・総コレステロール 240mg/dl（正常 150～219mg/dl）
- ・LDLコレステロール 158mg/dl（正常 70～139mg/dl）
- ・GOT 64U/l（正常 10～40U/l）
- ・GPT 95U/l（正常 5～45U/l）
- ・疲労感・手荒れ・皮膚炎・喘息あり。

就寝時のいびきを家族から指摘されていた。

【診断名】糖尿病・高脂血症・高血圧・脂肪肝

【食歴】未熟児で出生し人工乳で育つ。小児肥満であった。18歳で102kg。35歳の時サプリメント使用で自己流に減量（72kg）したがリバウンドし現在に至る。

【生活内容】朝食：欠食。

昼食：社員食堂で定食1人前。

間食：食品関係のため試食機会多い。

夕食：深夜に帰宅し食後1時間後には就寝というライフスタイル。

嗜好：揚げ物・マヨネーズ・スナック菓子などの多脂食品摂取過剰傾向。野菜ほとんど摂らず。飲酒（-）

【推定摂取カロリー】約 2500kcal/日

【指示カロリー】1400kcal/日

【基礎代謝量】1206kcal/日

【運動習慣】治療を契機に通勤を電車利用から自転車（片道30分）へ変更した

【指導内容】食品成分表を活用し自分でカロリー把握が出来ることを教育した。食事記録を元に時間をかけて食行動の修正を行う。

毎月お会いし、食生活上の改善点の提案と心理的サポートを続けたところ、体重及び生化学データは次のように変化しました。

日付	体重 (kg)	臍周囲 (cm)	空腹時血糖	HbA1c	コレステロール	GOT/GPT	血圧
8/14	97	108.3	122	5.8	240	64/95	196/96
8/22	91	—	—	—	—	—	148/88
9/19	84.5	112	—	—	—	—	136/77
10/17	77.5	110	103	—	184	21/21	123/77
11/18	71	104	—	5.8	—	—	—
12/19	67	98.5	—	—	—	—	—
1/19	63.1	95	—	—	—	—	—
1/29	60.4	—	—	—	—	—	—
2/19	60.8	95.5	94	4.5	203	16/11	—

減量後の筋肉量は正常範囲内でした。

減量せず薬物療法を行うと（糖尿病に対してベイスン、高脂血症に対してメバロチン、高血圧に対してディオバンが処方されたと仮定）、月1回診察して4週間分の薬を処方された場合3割負担で4500円になるそうです。食事療法はかなり「お得」ではないでしょうか？なんといっても「自分自身を変えることが出来た」という自信が付き、この方はステップアップを目指し「介護福祉士」の資格を取られたそうです。

次回は半年後リバウンドの確認のためお会いする予定です。

名誉院長引退パーティー

理事長 高木 由利

2月19日は名誉院長の引退パーティーが行われ、100名を越える職員達が出席してくれました。手作りのお料理、院長先生の温かいスピーチ、ビストロオリモトのお料理、織本病院合唱団の合唱、そして名誉院長の職員達への感謝のスピーチなど約1時間という短い時間内に盛りだくさんの企画でした。医局長の名司会で私は本当に楽しい時間を職員達と共有させてもらいました。

そして私はもう1つ胸が熱くなる思いをしたのです。それは、いつも主役になる名誉院長を62年間支え続けてきた陰の立て役者である母に対し、院長先生

を始め多くの職員達が感謝をしてくれたことでした。私も母がその人生の大半を織本病院の発展のために捧げてくれたことを心から感謝しているのです。

この2人の老夫婦のためにも、私は心を引き締めて理事長を務めなければならないと考えています。



THE 病理診断 Vol.27

境界線をつくる細胞

聖マリアンナ医科大学 診断病理学教室教授
高木正之 先生



お風呂に入っても水は体の中には入ってきません。皮膚が体を被っているからです。皮膚はとても薄いですが、細胞が何層にも重なって境界線をつくっています。もし皮膚が無ければ他人が自分の体に触れると、くっついて離れなくなります。また、脳には血管の細胞が境界線となって、血液から脳の中に有害なものが入らないように血液脳関門という境界線の働きをしています。私たちの体には、自分の中に良いものを入れて悪いものが入らないように、いろいろな境界線があるのです。

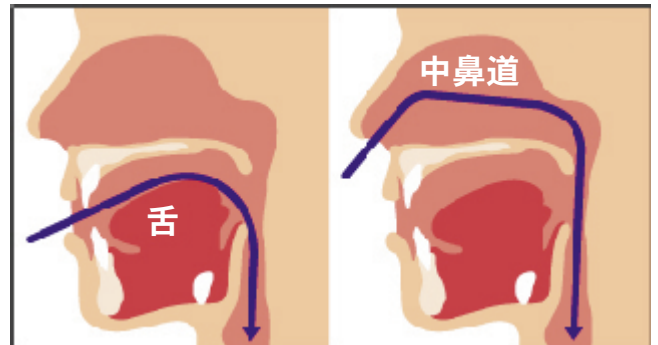
人間関係でも心に境界線をつくるのが大切です。本来、境界線というのは所有地の境界線のことで、ここまでは自分の土地ですが、ここからは隣の土地ですという意味です。人間関係で境界線を持つことが大切である理由は、私たちにどこまで責任があり、どこからは責任が無いのかを知っていなければならないからです。境界線があると、自分の責任はここまでですが、ここから外はあなたの責任と言えるのです。境界線を知っていることは自分の限界を知っていることです。境界線があると“ノー”とすることができるのです。しかし、この境界線が明確でないとどうなるのでしょうか。頼まれればなんでも引き受け、どこまでもやっつけてしまいます。心の境界線が無くなると、最後には体の境界線が働いてしまい、体が“ノー”と言ってしまいます。それが体の不調となり、突然死や過労死となります。「ノーと言えない日本人」ということが話題になりましたが、日本人には心の境界線ができていない人が多いから、“ノー”と言えないのです。私も、もっと心の皮膚を鍛えて自分らしく生きたいと思います。

鼻から入れる苦しくない胃カメラ

期間限定!! 経鼻内視鏡のご案内

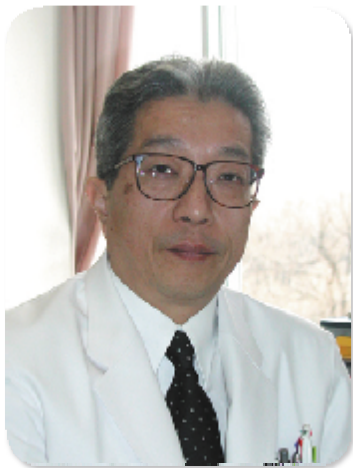
経鼻内視鏡は従来の内視鏡のように口からカメラを入れるのではなく、わずか5.9mmの極細のスコープを鼻から挿入して検査を行います。

嘔吐の苦しさもなく、まずくて苦い麻酔液も飲まずに、ドクターとお話しながら検査をすることができます。苦痛が少なく患者様の負担も大幅に軽減されています。



従来の内視鏡

経鼻内視鏡



担当医：濱窪 悟（医局長）

- 実施日 2/26（月） 3/1（木） 3/5（月） 3/8（木） 3/12（月）
3/17（土） 3/19（月） 3/22（木） 3/26（月） 3/29（木）
4/2（月） 4/5（木） 4/9（月） 4/12（木）

- 時間 午前9：00～12：30（検査・診察約30分）

- 予約 今回は期間限定での検査となります。
ご希望の方は、当院1F受付にてお申込ください。
また、お電話・メールでのご予約も承りますのでご利用ください。

TEL 042-491-2121

E-mail info-orimoto@an.wakwak.com

第72回 腎疾患ゼミナール

『腎不全はあなたの体をどう変化させる!?⑦』

腎臓内科：高木由利



リハビリテーションセンターからのワンポイントアドバイス

『運動をしよう!!
～室内編～』

理学療法士：布山 哲生

2007年3月22日（木）
午後1：00～2：00
オリモトホール（当院4F）
参加費無料

