

医療法人財団 織本病院 広報誌



月刊 織本

7

2020年7月1日 vol.311

発行 医療法人財団 織本病院
 印刷 〒204-0002
 東京都清瀬市旭が丘 1-261
 TEL 042-491-2121
 URL <https://orimoto-hp.com/>
 発行人 高木 由利



ユキノシタ

教えられた通りにしました...



理事長 高木 由利

なんと今年も半分終わってしまい、本格的な夏になりました。ご近所の玄関先には赤いゼラニウムの花が楽しそうに咲いています。

* * *

私の腎不全外来では、患者さんが新型コロナウイルスにも負けず、ご自分の生活管理をして下さっています。本当は糖尿病の方々と同じように免疫力が低いですが、熱も出さずに生活されているのは自己管理ができています。とても頼もしいと思っています。

先日の外来に 80 歳代後半の男性患者様の N さんが息子様と来院されました。近隣の病院から私の外来に紹介されたのは 6 月初旬。このままいけば 3 ヶ月後には人工血液透析導入と判断し、まず当院の腎不全食を食べて頂く検査入院を 14 日間して頂きました。通常 14 日間入院して完璧な食事療法を行えば、腎不全はかなりの改善が得られます。ところが N さんの腎不全の改善は乏しく、しかも退院後の家庭実情を考えると、これ以上精度の高い食事療法をして頂くのは不可能でした。同居の息子様にこの事実をご理解頂き、やれる範囲で食事療法をして今秋には透析導入を覚悟して頂くことになりました。

さて、退院後初の外来日、N さんの検査結果を見て私は驚きました。信じられないくらい腎不全が改善していたのです。正直言って、我が目を疑う程の改善でした。息子様が今まで以上に調理を頑張ってお下さったのかと聞くと、教えて頂いた宅配の腎不全食のおかげとでんぷん米を食べているだけです。でんぷん米は腎臓を休ませるので、結果の改善に繋がったことは理解できましたが、宅配のおかげでここまで改善した方は初めてでした。“ひと口残らず食べました。先生と栄養士さんから教えられた通りにしました...”。私は、自分で調理しなければ腎不全の改善はないと考えてきましたが、自分の考えを変えなければいけないと知ったのです。教えられた通りに宅配食とでんぷん米をひと口残さず食べて下されば、織本病院の腎不全食でなくても改善することがわかりました。

私達人間は全てのことに於いて“教えられた通りにしました”を実行すれば、もしかしたら様々な病態が改善するかもしれないと思います。これは腎不全だけでなく糖尿病も、そしてひょっとすると新型コロナウイルスも同じではないでしょうか。“教えられた通り”を実行することの大切さを再認識させて頂きました。

今年は特に熱中症に注意！

～ マスク着用や外出控えが発生要因に ～



院長 藤木 達雄

気象庁の予報によると、今年の夏の気温は平年並みか高いと予想されており、実際5月の時点で既に夏日を記録するなど、熱中症に注意が必要となりそうです。その年の気温の影響を受けますが、ここ数年熱中症は増加傾向で、2018年には熱中症で搬送された方が9万5,000人、亡くなられた方は1,500人を超えました。20年間で約9倍の増加です。

今年には新型コロナウイルスの影響を受けて、特に熱中症の危険性は高まっていると思います。多くのウイルスは気温が上がると感染力が下がりますが、コロナウイルスの場合は熱帯地域での感染も確認されているため、夏期でも予防の必要性はあると考えられます。

新型コロナウイルス感染予防として、夏でもマスクをする方が多いでしょう。また、外出を控える方もいらっしゃると思います。夏期の気温・湿度が高い中でマスクを着用すると、熱中症のリスクが高くなる恐れがあります。マスク着用により息が持つ熱をうまく外に発散することができずに体内にため込んでしまい、体温が上昇します。また、マスクをしていると口の中の湿度が保たれるため、喉の渇きを感じにくく水分補給を忘れ、いつの間にか脱水が進みます。この体温上昇と脱水が、熱中症の引き金になるのです。

今年特に注意が必要な熱中症発生リスク



また、人は屋外で日光に当たることで体が徐々に暑さに慣れ、高温に強くなります。しかし、感染予防や不安から外出を控えることによって暑さへの慣れが難しく、熱中症のリスクを上げる原因になります。運動不足で体力が低下することもリスクを上げることに繋がります。

そこで、「政府広報オンライン」に掲載されている、新たな生活様式の中で、熱中症を予防するための対策をここで紹介しておきます。

(1) 暑さを避けましょう

- ・感染症予防のため、換気扇や窓開放によって喚起を確保しつつ、エアコンの温度設定をこまめに調整しましょう。
- ・外出時は暑い日や暑い時間帯を避け、無理のない範囲で活動を。
- ・涼しい服装を心がけ、外に出る際は日傘や帽子を活用しましょう。
- ・少しでも体調に異変を感じたら、涼しい場所に移動し、水分を補給する。

(2) 適宜マスクをはずしましょう

- ・気温・湿度の高い中でマスクをすると熱中症のリスクが高くなるため注意が必要です。
- ・屋外で人と十分な距離（2m以上）が確保できる場合は、マスクをはずしましょう。
- ・マスクを着用しているときは、負荷のかかる作業や運動を避け、周囲の人との距離を十分にとったうえで、適宜マスクをはずして休憩を。

(3) こまめに水分を補給しましょう

- ・のどが渇く前に、こまめに水分を補給する（目安は1日あたり1.2リットル）。
- ・たくさん汗をかいたときは、スポーツドリンクや塩あめなどで水分とともに塩分も補給。

(4) 日ごろから健康管理をしましょう

- ・日ごろから体温測定や健康チェックをしましょう。

・体調が悪いと感じたときは、無理せず自宅で静養を。

(5) 暑さに備えた体づくりをする

- ・暑くなり始めの時期から、適度に運動を。
- ・水分補給は忘れずに、無理のない範囲で行いましょう。
- ・「やや暑い環境」で「ややきつい」と感じる強度で毎日30分程度行い、身体が暑さに慣れるようにしましょう。

当院でも6月に入ってから、気温の上昇した日にマスクを着用して散歩をしていた方や、マスクを着用して朝からずっと屋内で作業をしていた方などの熱中症の症例が出ています。コロナの影響で今までとは違う夏になりそうですが、日頃から自分の身体を知り、予防対策と健康管理を充実させ、元気に過ごしていきたいですね。

新型コロナウイルス抗体検査

(SARS-CoV-2 IgG 抗体) 開始のお知らせ



感染症の診断は、一般的に急性期（症状が現れている時期）ではウイルス検出（PCR検査）、回復期には抗体検査が実施されます。抗体検査は過去に新型コロナウイルスに感染していたかどうかを調べる検査法です。（現在の感染ではありません）

抗体検査はこんな方にお勧めしています

- ◎ 過去に新型コロナウイルス感染症にかかっていたか心配な方
- ◎ 出勤または登園登校に際し、自らが免疫を持っている状態か予め確認しておきたい方

新型コロナウイルス感染症は、発熱や咳、重症化すると肺炎になり入院管理が必要となることが知られています。一方、気が付かない間に新型コロナウイルスに感染し、自然治癒された方もいます。高熱や肺炎になっていない方が、実は感染していたかどうかを調べることができる検査が抗体検査になります。

- 【検査方法】 血液検査（検査当日は採血のみ）
- 【検査実施日】 毎日（日祝除く）12:00～12:30
- 【定員】 1日10名（予約制）
- 【検査費用】 7,700円（税込）※ 保険適用されません
各種人間ドック・健康診断のオプション、2回目以降の検査 → 6,600円（税込）
- 【検査結果】 郵送でのお受け取り（最短3日） または、来院してお受け取り
- 【予約方法】 電話予約のみ ☎ 042-491-2121（受付時間 8:30～17:00）
- 【注意事項】
- ① 現在、発熱・症状のない方
 - ② 検査予約日より2週間以内に、発熱・症状のない方
※ 一般的にIgG抗体は、ウイルス感染後2～3週以降（回復期）に出現します。
2週間以内に感染していた場合は偽陰性（本当は陽性ですが陰性と判定される事）となるので注意して下さい。
 - ③ 検査当日に診療や他の検査は受けられません。抗体検査のみの実施となります。

7月12日は人間ドックの日



人間ドックのお申込み・お問合せはこちら
☎ 042-493-2361

まめ知識

人間ドックの“ドック”は、^{せんきょ}船渠（船を修理・点検するための設備）を意味する英語“dock”に由来しています。人間ドックとは、船が時々ドックに入ってオーバーホールするように、人間も自覚症状の有無に関係なく、時々病院で徹底的に検査を受けて自分の体をチェックしましょうという発想のもとに名付けられたそうです。
1954年7月12日、国立東京第一病院（現・国立国際医療研究センター病院）で初めて人間ドックが行われたことを記念し、7月12日が人間ドックの日となりました。皆さんもご自分の体のメンテナンスをお忘れなく!!

検査項目	内容：対象病変	コース			
		ショート ¥26,400	1日 ¥45,100	1泊2日 ¥73,700	脳ドック ¥41,800
身体測定	問診(医師) 身長 体重 腹囲 血圧	●	●	●	●
体組成測定	体脂肪率 基礎代謝量 筋肉量 など	●	●	●	●
視力・聴力	視力測定 聴力異常の有無	●	●	●	
尿検査	蛋白 糖 潜血 ヲビリノゲン pH ビリルビン 比重	●	●	●	
便検査(2回法)	便潜血の有無	●	●		
血液検査	白血球 赤血球 血小板 血色素量 ヘマトクリット 肝機能(GOT・GPT・γ-GTP) 糖(HbA1c・血糖) 膵(アミラーゼ) 脂質(中性脂肪・コレステロール) 電解質 尿酸(UA) 腎機能(尿素窒素・クレアチン) 炎症反応(CRP) 感染症(HCV抗体・HBs抗原・TPHA)	●	●	●	●
心電図	不整脈 心臓の機能、病変の有無	●	●	●	●
胸部X線	肺の病変の有無、心臓の大きさ	●	●	●	
腹部X線	腹水、腸内の病変の有無	●	●	●	
胃造影	バリウム(造影剤)を使用した食道・胃・十二指腸検査	●	●		
腹部超音波	各臓器(肝臓・胆嚢・膵臓・脾臓・腎臓)の疾患	●	●	●	
頸動脈超音波	首の血管の動脈硬化、狭窄症など頸動脈の疾患		●	●	
心臓超音波	心臓内の血液逆流、心弁膜症など心臓の疾患		●	●	
PWV(脈波)	四肢の血管の硬さ(動脈硬化の程度)の評価				●
骨塩定量	骨密度を測定し、骨粗鬆症の診断		●	●	
肺機能	肺活量、換気量などを計測・閉塞性肺炎の有無	●	●	●	
MRI(脳)	脳内の腫瘍、梗塞、動脈瘤、頸動脈の病変有無			●	●
MRA(脳/頸動脈)	※脳神経外科専門医により判定、後日報告。			●	●
上部内視鏡	食道・胃・十二指腸の病変の有無 ※ショート、1日コースの胃造影を上部内視鏡に変更可(追加料金¥5,500)			●	
下部内視鏡	大腸の病変の有無			●	
お食事	※ショートコースのみオプション制(追加料金 ¥1,100)		●	●	
医師総合面談	※ショートコースのみオプション制(追加料金 ¥2,200)		●	●	●

※オプション検査も多数ご用意致しております。詳しくは当院ホームページをご覧ください

織本病院

織本病院の案内標識を3ヶ所設置しました!

織本病院の新しい案内標識を旭が丘通り、志木街道、川越街道の3ヶ所に設置しました。
道路側に出ている公的標識で大変見やすい看板です。
既存の電柱看板同様、病院までの道標としてご利用頂ければと思います。



志木街道
下清戸交差点



国道254号
(川越街道)
野火止交差点



病院に程近い
旭が丘通りの
交差点