

浅草寺病院だより

平成 28 年
【春号】

平成 28 年 4 月 10 日発行
社会福祉法人浅草寺病院
東京都台東区浅草 2-30-17
☎ 03-3841-3330

理念

観音さまの大慈悲のみこころにそって、
思いやりの精神のもとにあたためた医療を提供します。



療養病棟レクリエーション

医療福祉相談・連携室

浅草寺病院では入院中の患者様に楽しんでいただけるよう台東区近隣のボランティアの方々に来ていただいております。12 月には吉水知草さんとお坊サンタによるクリスマスミニコンサートを行っていただき、素敵な歌声にバルーンアートやクリスマスプレゼントなど患者様や職員も楽しませていただきました。2 月には女性コーラスはなみずきの 13 名の方々に唱歌メドレーを披露していただきました。患者様も一緒に大きな声で歌っている姿がとても印象的でした。ボランティアの皆様どうもありがとうございました。

当院では、歌や音楽を中心としたボランティアの方を募集しています。
興味のある方がいらっしゃいましたら、お気軽に医療福祉相談・連携室までご連絡下さい。



黒田院長



吉水知草さん



お坊サンタのお二人

はなみずきの皆さん

第 47 回すこやか講座のご案内

下記の通りすこやか講座を開講致します。是非、この機会に講義を聴きにいらして下さい。

日 時：平成 28 年 4 月 16 日(土) 午後 1 時半～午後 3 時

場 所：浅草寺福社会館（浅草寺病院そば）

講 師：神経内科 野本信篤

テ ー マ：『パーキンソン病のくすりとりハビリ』

参加費：無 料

参加人数：約 40 名 ※予定人数に達し次第、受付は終了させていただきます。



【お問い合わせ・お申し込み】 浅草寺病院 医療福祉相談室 代表 TEL 03(3841)3330

肝臓と鉄の話

内科 齋藤 敬一

高血圧症、脂質異常症、糖尿病、脂肪肝などの生活習慣病の管理のうえで食事内容の見直しや改善は重要であると考えられます。糖質、脂質、蛋白質、塩分などの影に隠れがちですが鉄分も体内にとって重要な要素で不足、過剰どちらの状況でも人体に悪影響を及ぼします。今回は、鉄と肝臓の関わりについてC型肝炎を例にお話いたします。

○鉄について

鉄は体の隅々まで酸素を運ぶために必要なミネラルで、貧血予防に重要な存在であることは良く知られています。成人の体内では、鉄の3分の2が赤血球の中に存在しており、これを血清鉄といいます。残りの鉄は肝臓や脾臓、骨髄、筋肉などに存在し貯蔵鉄といいます。

○肝臓について

肝臓はその働きから体の化学工場、貯蔵庫に例えられますが、それは肝臓が腸で吸収された様々な栄養素を代謝、貯蔵するほか、胆汁生成や分泌、解毒や排泄など生命維持に必要な働きを担っているからです。脳や心臓、肺とともに生命維持に重要な臓器であります。

○鉄と肝臓(C型肝炎)について

鉄は過剰になると体にどのような悪影響を及ぼすのでしょうか？鉄が過剰になると鉄から生じる活性酸素が細胞を傷つけ炎症を引き起こします。

C型肝炎ウイルスに感染している状態では、鉄の吸収を抑えるホルモン(ペプシジン)の調節に不具合が生じ鉄の吸収にブレーキがかからなくなるため肝臓に鉄が過剰に蓄積されてしまいます。このため活性酸素も増加し肝臓に障害(炎症)を引き起こします。

C型肝炎の炎症改善を目的とする治療の一つとして鉄を除去する瀉血(しゃけつ)治療があります。血液を一定量抜き取る事で過剰な鉄分を体から排除し肝臓への障害(炎症)を軽減することが出来ます。炎症を抑えることで肝臓がんを抑制する効果も期待できます。以上から鉄制限といった食事療法も重要となってきます。



オシッコについてこんな自覚症状はありませんか？

泌尿器科 外来看護師

「急に尿意をもよおし我慢ができない」

「日中 8 回以上トイレに行く」

「夜間 1 回以上トイレに行く」

「オシッコをした後、まだ残っている感じがする」

「オシッコをしてから、2 時間以内にもう 1 度する」

「オシッコが何度も途切れたり、勢いが弱い」

「オシッコを出す時、おなかに力を入れる」

「夜間にオシッコをするために、何回も起きる」

こんな症状に心当たりのある方は、泌尿器科に受診してみてもいいでしょうか？

近年 50 歳以上の男性の 5 人に 1 人は、オシッコの具合に問題があると言われてます。

前立腺肥大症・前立腺がんなどがあり、女性の場合にも過活動膀胱・神経因性膀胱など、他にもいろいろな病気が考えられます。「歳のせい」だけでなく早期に対処することをお勧めします。

当院泌尿器科外来では、毎日の排尿に関する事を問診し、尿検査・血液検査を行い、内服・注射・生活指導など、個々に合った治療を行い定期的に外来受診をしていただいています。

又、「尿もれ」を防ぐために、自主的に骨盤底筋運動・膀胱訓練を日常生活に取り入れていただいています。

一般的に 1 日にトイレへ行く回数は、昼間 5~7 回、夜間 0 回が目安となります。

快適な日常生活を送るためのお手伝いをさせていただきます。詳しくは、泌尿器科外来 看護師にお問い合わせください。

