

さんぼみち

発行者

兵庫県立総合リハビリテーションセンター
リハビリテーション中央病院
〒651-2181 神戸市西区曙町1070
TEL (078) 927-2727
FAX (078) 925-9203

ホームページ <http://www.hwc.or.jp/hospital/>

ヘリコバクターピロリと胃潰瘍

内科

最近、ヘリコバクターピロリという細菌が胃に発見されました。これに感染すると胃炎や胃潰瘍、胃癌までかかりやすくなる事がわかっています。そこで、ヘリコバクターピロリと胃潰瘍について簡単に紹介することにしましょう。

Q1：ヘリコバクターピロリって？

A1：胃の中にいる細菌で、日本は人口の50%、特に40才以上では70%以上感染しています。胃酸の中にいるため、溶けないように特殊な液を出していて、これが胃潰瘍の原因になります。

Q2：ピロリ菌がいると胃潰瘍になるの？

A2：必ずしもなりません。しかし、他に胃潰瘍になりやすい原因（鎮痛薬やストレスなど）が加わると危険が非常に高まります。この病院に來ている患者さんはリスクが高いと考えられます。

Q3：調べる方法は？

A3：内視鏡を使う、使わない、いくつか方法があります。ただ1回ぐらいは内視鏡で胃の様子を確認した方が無難です。

Q4：やっつける方法は？

A4：除菌は飲み薬で行えます。
これにより胃潰瘍の再発を1/5～1/8にする事ができます。

胃の調子が悪いのはつらいものですし、胃潰瘍や胃癌は生命の危険に至る事もあります。しかし、ピロリ菌を除菌する事により、これらを改善する事は充分可能です。（もちろん生活習慣も含めて、他のリスクを軽減した上でですが）もっと詳しい事を知りたい、一度調べて欲しいという方は、気軽に内科へ受診してみてください。

骨粗しょう症について

薬剤部

いったん成長してしまった大人の骨は、もう変化しないで一定のものだと思っている人が多いのですが、骨は常に形成と破壊が行われています。骨を溶かす力が、骨を作る力より大きくなってバランスが崩れると、骨の成分が減少し、骨折しやすくなります。これを骨粗しょう症と呼び、寝たきりになる原因のひとつです。

この内、90%以上は、中高年になって起こる、明らかな原因疾患のないもので、多くは女性に発症します。女性の骨量は10代後半から20歳頃に最大となり、閉経と共に急速に減少します。

その予防の原則は 10代の成長期に骨量をなるべく多くしておく。
その後の骨量の低下をなるべく少なくする。

いずれのためにも、十分なカルシウム（1日600mg必要、牛乳1本は200mg）、運動、適度な日光が大切です。

又、慢性関節リウマチ、ステロイド剤服用等が原因の骨粗しょう症もあります。この場合は、原因疾患の治療が必要です。

《主な薬物療法》
・カルシウム（Ca）
・ビタミンD

アスパラカルシウム
腸からのCaの吸収をよくし、腎臓からCaが体外へ失われるのを防ぐ。魚やきのこに多く、日光に当たることで人間の皮膚でも作られる。アルファロール

・ビタミンK

納豆や緑黄色野菜に多い。骨を作る作用がある。

・骨の破壊を抑制する薬品

グラケール
オステン
ダイドロネル・フォサマック
カルシトニン 女性ホルモン

平成15年4月より支援費制度がスタートします

総合相談室

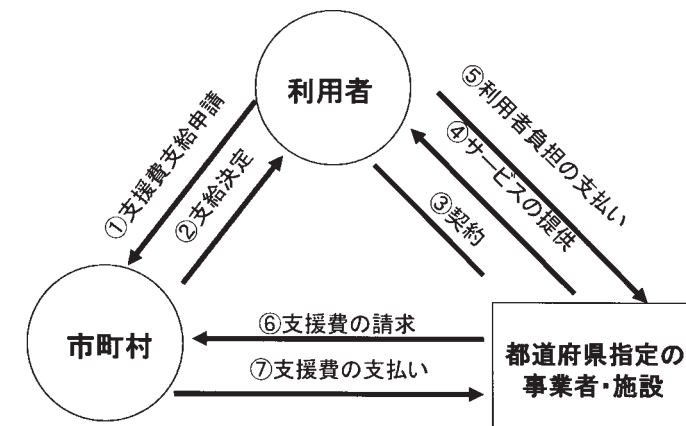
○支援費制度とは？

これまで、行政が「行政処分」として障害者サービスを決定してきた「措置制度」を改め、障害者がサービスを選択し、契約に基づきサービスを利用する新しい制度です。支援費制度により、障害者の自己決定が尊重されるとともに、利用者と事業者・施設が対等の関係に立つことにより、利用者本位のサービスが提供されることが期待されます。

○支援費制度の対象となるサービス

身体障害者福祉法、知的障害者福祉法、児童福祉法（障害児関係のみ）が支援費制度へ移行する。身体障害者福祉法で支援費制度の対象となるサービスは、身体障害者居宅介護等事業（ホームヘルプサービス）、身体障害者デイサービス事業、身体障害者短期入所事業（ショートステイ）、身体障害者更生施設、身体障害者療護施設、身体障害者授産施設（小規模通所授産施設を除く）となっています。尚、日常生活用具給付事業、補装具給付事業、更生医療は現在のままで支援費制度には移行しません。

○支援費支給の申請からサービス利用までの流れ



支援費制度についての相談は、現在お住まいの市町村の障害福祉の窓口までお問い合わせ下さい。

次面へつづく・・・

病院で検査を受ける時に役立つこと

研究検査部

着るもの

まず、服装についてですが、寒い時季ですからたくさん着たくなるのは当然ですね。でも病院では服を脱いだり着たりしなければならないことが多く、特に心電図検査では、両手首と両足首、胸を開きますのでタイトやピッタリしたボディースーツはなるべく避けたいものです。下に着る物は前開きで手首、足首が軽くめくり上げられるゆったりした服装が便利です。筋電図や超音波（エコー）検査などの時も同様です。

食 事

血液検査のほとんどは早朝空腹時の値が基準になっていますので、外来で受診される時にもなるべく食事はとらずに来院されることをお勧めします。特に血糖検査は食物の有無と時間に大きく影響されるので気をつけましょう。

尿の採り方

尿一般性状を調べる時は早朝一番の尿か随時尿が用いられます。量は20ml以上有れば充分です。

目的によっては1日の尿を全部貯めて（畜尿）検査することもあります。一部をこぼしたり、大便をする時に尿をうっかり採り忘れることがあるので気をつけたいものです。

ビタミンCを多く含むもの（総合ビタミン剤、ある種の健康食品）は検査値に影響するので、前日から摂取しないようにしましょう。

便の採り方

トイレが水洗になって便を採るのが難しいと思いませんか？

検査に提出する時は水に濡らさないよう（特にトイレ洗浄剤は検査値に影響するので）工夫してください。便はコロコロのところではなく、適度な柔らかいところを採ってください。量は（梅干大）と、よくいわれます。水様便の場合は空き容器などを使って1～2ml採ればいいです。

採った便は日時を記入して、こぼれない様にしっかりと蓋をしてください。冷所に保存し、出来るだけ早く検査に提出することも大事です。

「鍋料理」

給食課

冬場のお鍋には欠かせない食材に魚類があります。魚類の中でも鱈（タラ）は馴染み深い食材の一つです。

鱈は大食漢で、他の魚はもちろんエビ・イカ・貝類など何でも食べるので、そこから出来た言葉が「腹いっぱい食べる」の意味で使う「鱈腹食う」という言葉があります。また、その無謀な食べっぷりが転じて、いろいろな言葉に「鱈」は使われています。例えば、出鱈目（でたらめ）や無闇矢鱈（むやみやたら）などの当て字を使うこともあるようです。あまり良い意味では使われていませんが、食べるという意味では大変よいものです。

まだまだ寒い季節が続いていますので、血中のコレステロールを下げる効果のある魚類、風邪予防のためにもビタミン類を多く含む野菜、良質のタンパク質である豆腐類をたっぷり加えて、栄養バランスのよい鍋料理はいかがでしょう？



おしらせコーナー

患者さま、ご家族の皆さまへ

中央病院では、リウマチ教室、糖尿病教室、性機能研究会の勉強会をしています。どうぞご参加ください。詳しいことは、ポスター等でご案内をしますので、ご覧ください。今後の予定は、

リウマチ教室 2月5日、2月12日
 性機能研究会 2月12日
 糖尿病教室 2月5日、2月12日

平成15年4月1日から患者負担割合が変わります。

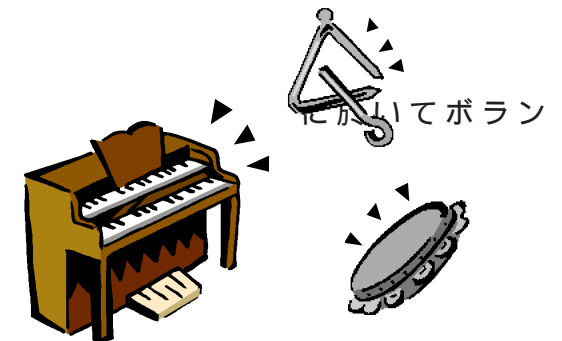
健康保険等（本人入院・外来／家族入院）の患者負担の場合

保険種別	現 行 (2003年3月31日まで)	2003年4月1日以降
	本人入院・外来／家族（被扶養者）入院	
政 管 健 保 船 員 保 険 日 雇 特 例 被 保 険 者 健 保 組 合 自 衛 官 等 共 済 組 合 特 例 退 職 者 医 療 退 職 被 保 険 者 (国 保)	2 割	3 割

船員保険本人の「職務上」の傷病は従来どおり負担なし。
 3歳未満の被扶養者は入院・外来とも2割。
 家族外来は従来通り3割。

ロビーコンサートのお知らせ

当病院では、年に一度、1階ロビーティアの方によるコンサートを開催しています。今回は平成15年2月20日午後1時より約1時間、出合保育園の園児による合奏を予定しています。皆様のご来場をお待ちしています。



おねがい

1階受付ロビーに喫煙室を設けていますが、喫煙以外で利用されている方がおられます。多くの方に気持ちよく利用していただくために、皆様のご協力をお願いします。