

# 奈良 東九条病院だより 11月号

平成22年11月第16号  
発行人 奈良東九条病院  
〒630-8144  
奈良市東九条町752  
Tel 0742-61-1118  
fax 0742-62-8707



いつも「奈良東九条病院だより」をご購読頂きありがとうございます。前回の9月号が増築工事の都合で発行できませんでした。お詫び申し上げます。

さて、来院の患者さまにはご迷惑をお掛けし、長らくお待たせしておりました病院増築工事がやっと終了しました。すでにお越しの患者さまは驚いていらつしやるのではないのでしょうか。まだ来院されたことのない方も、一度足を運んでいただき、生まれ変わった病院をひと目見て下さい。

今回の工事では、外来（1階）を大きく改修、増築しました。リハビリ部門では、従来のリハビリテーション室のおよそ3倍の大きさに拡大しました。また、低周波治療器をはじめ、新しい機械も導入し、より効果の高いリハビリを実施するべく改善しました。設備面だけでなく、理学療法士・作業療法士の人員も増やし、外来・入院問わず患者さまの状態に合わせてリハビリをやっていきたくと考えています。

検査部門では、従来2階まで上がっていたご不便をおかけしてまいりました。今回の工事で1階へ移動し、診察からすぐ検査に移動できる位置になりました。

1階では、内視鏡検査、エコー検査、心電図検査を受けて頂けます。放射線部門では、古くなったX線一般撮影装置を更直し、撮影台も昇降式にして患者さまの負担を楽にして撮影できるようにいたしました。

画像もPACSシステムと呼ばれるフィルムに印刷しないシステムを導入したため、印刷の待ち時間がなくなり、スムーズに診断へ移行できるようになりました。

## 病院増築工事の完成



待合ホールも大幅に広くなり、背もたれのソファを置きましたので、楽にお待ちいただけるようになりました。

第2駐車場も狭く停めやすくなっておりすが、少し広くなり停めやすくなっております。

患者さまに綺麗になった、広くなった、よくなった等好評のお声を聞くたびに、進んでいきたいと思っております。

今後とも皆様のご協力を頂きながらより良い病院を目指し地域医療に貢献していきたいと思っております。

### ~~~~~のご案内~~~~~

- ・平成22年度の「特定健診・大腸がん検診」実施中。お早めに。
- ・インフルエンザの予防接種を受けましょう。
- ・訪問診療を実施中。（ご希望の方は、診察時にご相談ください。）
- ・第1駐車場が満車の際は、第2・第3駐車場をご利用ください。  
第2・・・病院裏側（南側）です。  
第3・・・自動車ホンダさんの西側奥にある駐車場です。



# 奈良東九条病院 **ココ** が変わった！

### レントゲン室

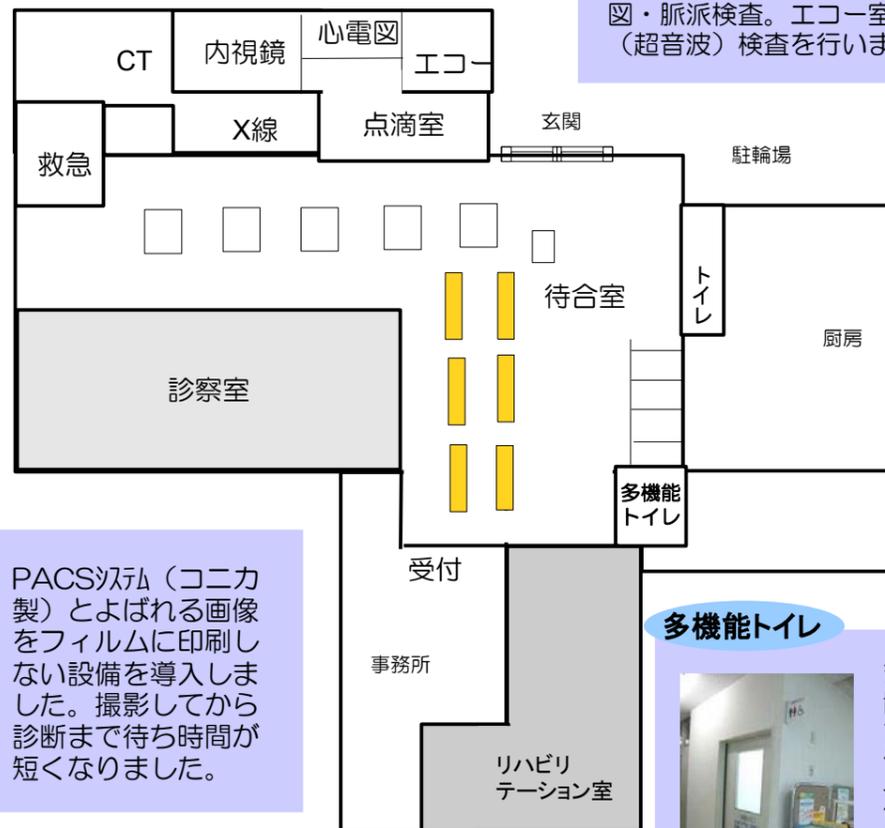
X線一般撮影装置（島津製）を新しく更改しました。撮影台も上下できますので、お年寄りの方でも簡単に降り降りできるようになりました。



### 検査室



内視鏡室では、胃カメラ・大腸カメラの検査。心電図室では、視力聴力・心電図・脈派検査。エコー室では、エコー（超音波）検査を行います。



### 診察室



PACSシステム（コニカ製）とよばれる画像をフィルムに印刷しない設備を導入しました。撮影してから診断まで待ち時間が短くなりました。

### リハビリテーション



広さが以前の3倍！



低周波治療器



### 多機能トイレ



多機能トイレを設置しました。バリアフリーですので、足の不自由な方、車椅子の方、小さなお子様をお連れの方等がご利用下さい。

### 待合室



受付職員の制服も変わっていること気づきましたか？

# 「糖尿病」ってどんな病気？



## 糖尿病とは…

「糖尿病」は「尿に糖が出る病気」のように聞こえるかもしれませんが、「血液に含まれる糖分（血糖）が多くなる病気」で、その状態が続くと血管に障害が出やすくなります。初期の段階ではほとんどが無症状のため、血液検査をして初めて糖尿病と診断されることが多いのです。

「血糖値が高い」というのは、からだを動かすエネルギー

ギーとなる糖分が細胞にうまく運ばれなくなって、血液中にあふれてしまう状態です。その原因は、インスリンが足りなくなったり、細胞がうまく作用しないためです。インスリンとは、からだの中で唯一血糖を下げるホルモンで、また、細胞に糖分を運んだり、エネルギーに変えたりする重要なものなのです。

## 糖尿病の種類

### 1型糖尿病

膵臓のβ細胞というインスリンを作る細胞が破壊され、からだの中のインスリンの量が絶対的に足りなくなって起こる。子供のうちに始まることが多く、以前は小児糖尿病とか、インスリン依存型糖尿病と呼ばれていた。

### 2型糖尿病

インスリンの出る量が少なくなって起こるものと、肝臓や筋肉などの細胞がインスリン作用をあまり感じなくなる（インスリンの働きが悪い）ために、ブドウ糖がうまく取り入れられなくなって起こるものがある。食事や運動などの生活習慣が関係している場合が多い。わが国の糖尿病の95%以上はこのタイプ。

### 遺伝子の異常やほかの病気が原因となるもの

遺伝子の異常や肝臓や膵臓の病気、感染症、免疫の異常などのほかの病気が原因となって、糖尿病が引き起こされるもの。薬剤が原因となる場合もある。

### 妊娠糖尿病

妊娠中に発見された糖尿病。新生児に合併症が出ることもある。

## 2型糖尿病の起こり方

### 遺伝要因

糖尿病になりやすい体質



### 環境要因

肥満 過食

運動不足 ストレス

## インスリンが働きにくくなる

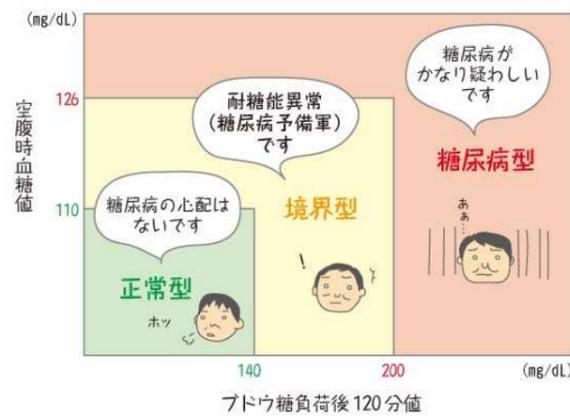
- ・インスリンの分泌低下
- ・インスリンの効きが悪くなる



## 糖尿病の発症



## 糖尿病の判断基準



「糖尿病というほどではないけど、血糖値はちょっと高い…」そのような状態を境界型といいます。将来、糖尿病になる確率が高く、動脈硬化になりやすいこともわかっているため注意が必要です。糖尿病型の方は早急に治療が必要です。

## 糖尿病の合併症

糖尿病、本当の恐ろしさは合併症

「血糖値が高いくらい…」と放っておくと、気がつかないうちに血管や神経がおかされ、さまざまな合併症が起こってきます。糖尿病の本当の怖さは、この合併症なのです。

代表的なものは、神経障害、腎症、網膜症で、三大合併症といわれます。さらにそれ以外にも、心筋梗塞や脳梗塞、感染症、足の壊疽なども起こってきます。発見されたときにはすでに取り返しのできない事態になっていることも…。早めに対処することが大切です。

### 糖尿病の3大合併症

- 網膜症
- 腎症
- 神経障害



## 三大合併症

### 糖尿病神経障害

合併症の中で最も早く出てくるのがこれです。中心となる足や手の末梢神経障害の症状の出かたはさまざま、手足のしびれ、けがややけどの痛みなどに気づかないなどです。そのほか筋肉の萎縮、筋力の低下や胃腸の不調、立ちくらみ、発汗異常、インポテンツなど、さまざまな自律神経障害の症状も現れます。

### その他の合併症

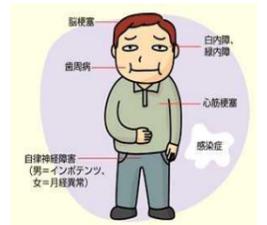
心筋梗塞・狭心症、糖尿病昏睡、脳梗塞、高浸透圧  
白内障、高血糖症候群、歯周病、感染症、糖尿病壊疽など

### 糖尿病腎症

おしっこを作る腎臓の、糸球体という部分の毛細血管が悪くなり、だんだんおしっこが作れなくなります。すると人工透析が必要になります。週に2~3回、病院などで透析を受けるようになるので、日常生活に大きな影響を及ぼします。現在、人工透析になる原因の1位がこの糖尿病腎症です。

### 糖尿病網膜症

- ・目の底にある網膜という部分の血管が悪くなり、視力が弱まります。中には失明する場合があります。
- ・また、白内障になる人も多いといわれています。



## 糖尿病の治療

「食事と運動」が基本です



### 1. 食べ過ぎない

腹八分目が目安。糖尿病の場合は必要なエネルギー摂取量に見合った食事を心がけましょう。

### 2. 栄養素のバランスよく

必要な栄養素を過不足なく摂取できるよう、主食・主菜・副菜をバランスよく食べるようにしましょう。

### 3. 毎日続ける

毎日続けてこそ効果が出ます。1日3食を、決った時間に食べるように心がけましょう。

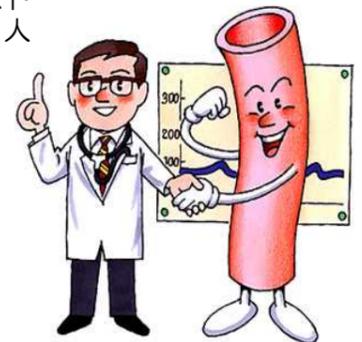


### 毎日のウォーキングからスタート。

運動は、インスリンの働きをよくし、肥満の改善やストレスの解消に役立ちます。そこで、いつでもどこでも1人でも行えるウォーキングがおすすめです。

### 薬物療法

糖尿病の状態、合併症の有無などを考慮して、経口薬やインスリン製剤を用います。



今号も始まります川柳のコーナーです。病院の増築工事等により9月号を発行できずに、大変お待たせしました。ようやく東九条だよりの編集を再開できました。今回もたくさんお寄せいただきました秀作の数々をご紹介します。

作者名 あじさいさん  
六月の 雨に打たれて 晴れを待つ

作者名 谷 光三さん  
雨降りに 患者が困る 道中のみち  
今日もまた 生活のため 病院かよい  
今日もまた お尻のいたみ はよ治れ

作者名 山中 嘉治さん  
高血圧 残暑きびしく 上がりけり  
老農は 暑い暑い の 口ぐせに

作者名 千梢さん  
軽るがると 故郷に向う 俺の靴  
水うまし 空気もうまし 母が待つ  
一人旅 流れる雲を 友として  
今年こそ 踊る阿呆の 旅に出る

作者名 M・K生さん  
本当の 最高齢者 今どこに  
あと三つ 百まで生きてと 義父に云う  
遷都祭 田んぼの蛙も 大騒ぎ  
いらっしやい 奈良の賑わい

作者名 あおい たえさん  
あやまちを きり抜ける道 ひらめかず

作者名 花さん  
注射はね 気合いでみれば 鉛筆のしん  
今回は、以上のご紹介とさせて頂きます。さて、今回投稿箱の中に川柳以外の作品も投稿してくださいましたので、最後にご紹介させて頂きます。

作者名 福原 大希さん  
秋の野に 散りゆく葉は ハラハラと  
季節の終わりに つきつけられて

今回もたくさんさんの作品を投稿して下さいありがとうございます。今号も始まります川柳のコーナーです。病院の増築工事等により9月号を発行できずに、大変お待たせしました。ようやく東九条だよりの編集を再開できました。今回もたくさんお寄せいただきました秀作の数々をご紹介します。

## 病院案内

## 生活・文化・交流

### 大腸がん検診のご案内

便潜血で分かる大腸がんの危険性

内容	問診、便潜血検査
対象	平成23年3月31日時点で、40歳以上の奈良市民（昭和45年3月31日以前に生まれた方）
受診方法	大腸がん検査の容器をお持ち帰り頂き、届きました受診券ともに提出してください。
受診期間	平成22年7月1日から平成23年2月末まで
費用	1,000円 半額・・・非課税世帯（世帯全員が非課税） （郵送された受診票を持って市役所 健康増進課窓口で交換。） 無料・・・生活保護世帯 （奈良市より無料の受診票を郵送。）



表紙でもご紹介いたしましたでしたが、この度、病院の増築工事が終了し、この十一月より各種検査も一階で受診できるようになりました。今回の増築にあたっては、地元自治会の会長様をはじめ役員の方々、東九条町水利組合の皆様、牛池開発の皆様。また、実際の建設については（株）本工務店様をはじめ同じ東九条町の（株）荒井電工様、神殿町の菊池設備様、大和信用金庫大安寺支店様など地元の業者様にも大変世話になりました。この場をお借りし改めて御礼を申し上げます。

また、建設期間中においては、特に外来受診でお越しいただいている患者様に大変ご不便や迷惑をおかけしましたこと、心よりお詫び申し上げます。

広くなったロビーや背もたれ椅子など少しは喜んでいただけるものと思っております。

病院内においても事務作業が一部支障をきたし「東九条だよりの」九月号が発刊できませんでした。楽しみにされていた患者様からも苦情のお言葉をいただくなど、深く反省しつつ改めて今後の製作に力を入れて行きたいと思っております。

それにしても今回の増築は、計画から完成まで約一年かかってしまいました。かつて病院のような公共施設は開発許可申請などという雑多な書類作成は必要ありませんでした。しかし、三年前の建築基準法の改正で、病院でも開発許可が必要にな

### インフルエンザ予防接種のご案内

インフルエンザが流行る前に

今年の予防接種は、優先順位はなく全国民が対象になります。**新型と季節性の両方に効果があるワクチンです。**

実施期間 平成22年10月1日～平成23年3月31日

接種回数は1回  
当院での接種可能年齢は14歳以上より  
費用

1,500円・・・奈良市在住で満65歳以上の方  
3,000円・・・上記以外の方

必要なもの  
健康保険証等、氏名・住所・生年月日が確認できるもの。



#### 混合ワクチン

昨年新型と呼ばれた  
**A/H1N1亜型**

季節性A香港型  
**A/H3N2亜型**

季節性  
**B型**



東九条町牛池開発の皆様（今年7月鐘山温泉にて撮影）

り、その分の期間、約三カ月が余分にかりました。同時に予算も大幅に増え、計画中止という事も一時考えた次第です。余談にはなりますが、こんなところにも病院経営の難しさが潜んでいます。奈良東九条病院は二年後に満三十周年を迎えます。今後も地域に密着した法人経営を目指し、医療は基より福祉・介護といった分野にも力を注いでいきたいと思っております。今後も地域の方々のご協力をどうぞ宜しくお願いいたします。

