

保健 医療 福祉 分野で社会に貢献します。

医心伝心

[いしんでんしん]

October

No. 177

2022.10.15

一特集一 胸焼けを感じたら！ 逆流性食道炎

■かかりつけ医を持ちましょう

当院は、地域医療連携を推進しています。当院を受診される場合は、かかりつけ医からの紹介と予約が必要です。皆さまのご理解とご協力をお願いいたします。

+

 [紹介状持参のお願い]

当院の外来診療は紹介型専門外来です。初診の方は、他の医療機関からの紹介状（診療情報提供書）を必ずお持ちください。紹介状なしで受診された場合、初診時選定療養費（自費）7,700円（税込）がかかり、待ち時間が長くなりますのであらかじめご了承ください。

+

 [救急外来について]

当院の救急外来は、重症度の高い患者さんを優先に診療いたします。円滑な救急医療を行うため、なるべくかかりつけ医か休日診療所、在宅当番医を受診してください。必要に応じて当院にご紹介いただくシステムになっています。

+

 [予約変更専用窓口について]

予約の変更・確認は、予約変更専用窓口で承ります。ただし、歯科口腔外科の場合は歯科口腔外科外来までご連絡ください。

[予約変更専用窓口] 0566-25-8103

[歯科口腔外科外来] 0566-25-8020

[年末年始休診日のご案内] 2022年 12月29日(木) ~ 2023年 1月4日(水)

※ただし、緊急の場合はこの限りではありません。当院の救急外来では重症度の高い患者さんを優先に診療いたしますので、あらかじめご了承ください。

NEWS ①

選定療養費の変更について

選定療養費とは、初期の治療は地域の医院やクリニックで、高度・専門医療は病院（200床以上）で行うという医療機関の機能分担を目的として厚生労働省が制定した制度です。

当院でも、この制度に基づき、他の医療機関からの紹介状なしで受診される場合に選定療養費をご負担いただいておりますが、2022年4月の診療報酬改定に伴い、2022年10月1日（土）より対象となる患者さんと金額が以下のとおり変更となります。

■かかりつけ医を持ちましょう
かかりつけ医は、患者さんが体調を崩された際に適切な治療を受けることができ、健康に関する総合的な窓口となりますので、「かかりつけ医」を持つことをお勧めします。

	対象	金額	対象外
初診時	他の医療機関からの紹介状をお持ちでない場合 ※当院に通院中の方でも初めて受診する診療科は対象 ※当院の他の診療科から院内紹介されて受診する場合は対象外	5,500円(税込) →7,700円(税込)	<ul style="list-style-type: none"> ・救急車での搬送 ・外来よりそのまま緊急入院した場合 ・労働災害、公務災害、交通事故、自費診療の場合 など
再診時	医師が他の医療機関へ文書による紹介を申し出たにもかかわらず、当院の継続受診を希望される場合（受診1回ごとに負担） ※当院で他の診療科に通院中の方も対象	2,750円(税込) →3,300円(税込)	

NEWS ②

週休2日制実施に伴う診療日変更のお知らせ

国の働き方改革推進の政策を踏まえ、当院におきましても、2023年4月から週休2日制を実施することとなりました。これに伴い、次のとおり診療日が変わります。

ご理解とご協力のほど、よろしくお願い申し上げます。

診療日

月曜日～金曜日（祝日・年末年始除く）
※全ての土曜日が休診となります。

開始日

2023年4月1日（土）

救急対応

診療時間外・休日の患者受け入れ（救急外来）は、これまでどおり変更ありません。

広報誌タイトル

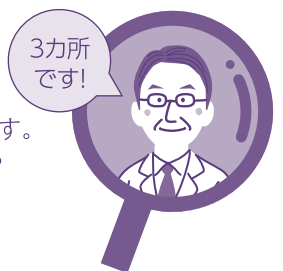
医心伝心 [いしんでんしん]

本来「心を以って心に伝う」の意、以心伝心。私たちの業務も患者さんの言葉のみに頼らず、表情、しぐさ、その向こうにある心の訴えに十分に目を向ける「心配り」を大切にすることが「医療安全」はもとより、快適な診療をお届けする基本だと考えます。そんな意を含め「以」を「医」としてタイトルにいたしました。

病院長

み～つけた!

広報誌内に登場しています。
どこにいるでしょうか？
（答えは裏表紙に記載）



ひとりでできる リハビリテーション

すきま時間に座って運動

コロナ禍で外出が減り、運動不足になっていませんか。運動の機会が減ると、筋力・体力が落ち、転倒する可能性が高まります。今回は、座ってできる簡単な筋力トレーニングを2つご紹介いたします。すきま時間にトレーニングをして、筋力・体力を保ちましょう。

■かかとの上げ下げ

効果 ふくらはぎの筋肉を鍛え、歩いている時につまずくのを予防します。

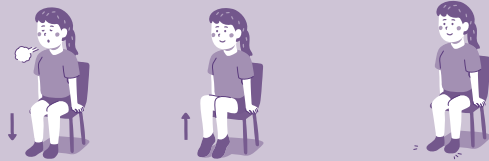
回数 10〜20回

頻度 1日2〜3セット

方法 ①背筋を伸ばして椅子に座り、両足をしっかりと床に付けます。

②つま先を床に付けたまま、両足のかかとを同時に上げます。

③同時にかかとを下ろします。



■太ももの引き寄せ

効果 太ももの内側の筋肉を鍛え、立っている時の姿勢を安定させます。

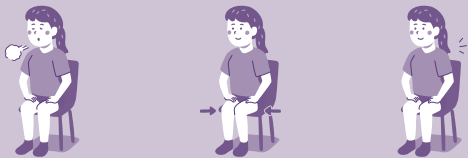
回数 10秒×10〜20回

頻度 1日2〜3セット

方法 ①背筋を伸ばして椅子に座ります。

②両太ももの内側を付けるように力を入れ、10秒間維持します。

③背筋を伸ばしたまま、足の力を抜きます。



作業療法士 小林 悠香

Column

PCR検査ってどんな検査？

新型コロナウイルスの検査として有名なPCR検査ですが、どのような検査かご存じでしょうか？

PCRとは、ポリメラーゼ連鎖反応(Polymerase Chain Reaction)の略で、ウイルスなどのDNA(遺伝子)を複製して増幅させる方法です。DNAを1個→2個→4個→8個…というように、倍々に増やし、ごくわずかなDNAを何十億にもすることで、目的のDNAを検出しやすくします。そのため、精度の高い検査であり、ウイルス検査だけでなく、遺伝子診断や親子鑑定など幅広い分野で利用されています。



臨床検査技師 宮本 康平



編集委員からこんにちは

涼しくなり運動をするのに最適な季節となりましたが、なかなか行動に移せずにいます。健康づくりには栄養バランスのとれた食事、十分な睡眠とともに適度な運動が欠かせません。運動は生活習慣病の予防に有効だけでなく、爽快感や達成感も得られ、ストレスの発散にもなります。皆さんも「運動の秋」始めませんか。

広報委員 鈴木 貴雄

胸焼けを感じたら! 逆流性食道炎

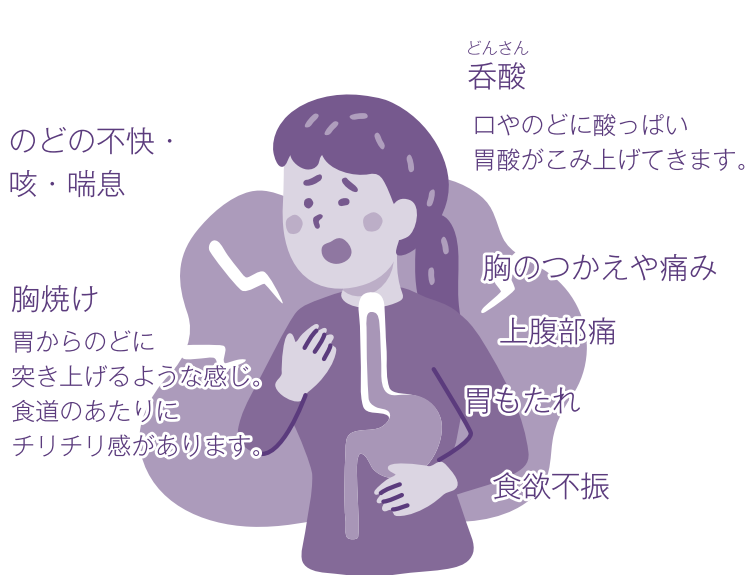


図1. 逆流性食道炎の症状

■症状
胸焼け、呑酸を始めた図1のような様々な症状があります。

逆流性食道炎とは、食道に胃酸や胃の中の食物が逆流して胸焼け、呑酸などを起こす病気です。食道は強い酸性の胃酸から粘膜を守ることができないため、逆流した胃酸が食道に炎症を起こし、食道の粘膜がたれたり、傷ついたりします。もともと日本人には少ない病気でしたが、食生活やライフスタイルの変化によって患者数が増え、現在は日本人の約10%がかかっているといわれています。

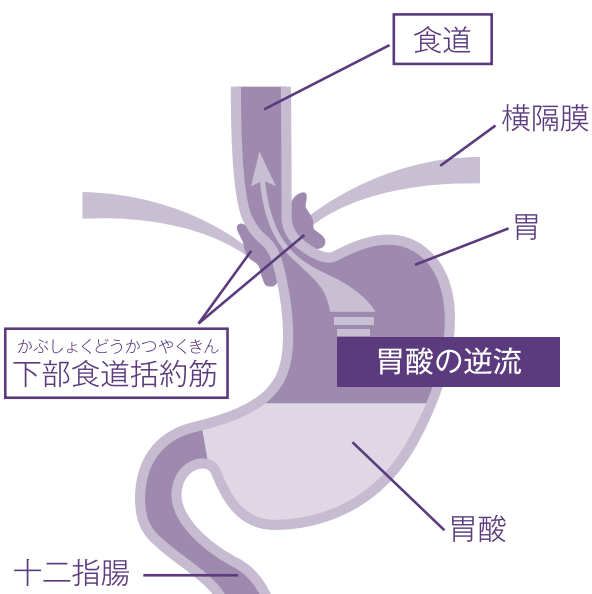


図2. 胃酸が逆流する原因

■原因
通常は、食道と胃のつなぎ目にある下部食道括約筋という筋肉が胃酸や食物の逆流を防いでいます。しかし、脂肪分やタンパク質の多い食事、食べ過ぎ、肥満、喫煙、加齢、姿勢の悪さなどによってこの筋肉が緩むと、図2のように胃酸が逆流してしまいます。下部食道括約筋を緩ませてしまう作用のある薬剤も原因となることがあります。
また、食道は食道の壁をつくっている筋肉が収縮を繰り返すことで食物を胃に送る働きがあります。この機能が低下すると、胃の内容物が逆流した際に、すばやく胃に戻すことができず、食道に炎症が広がります。

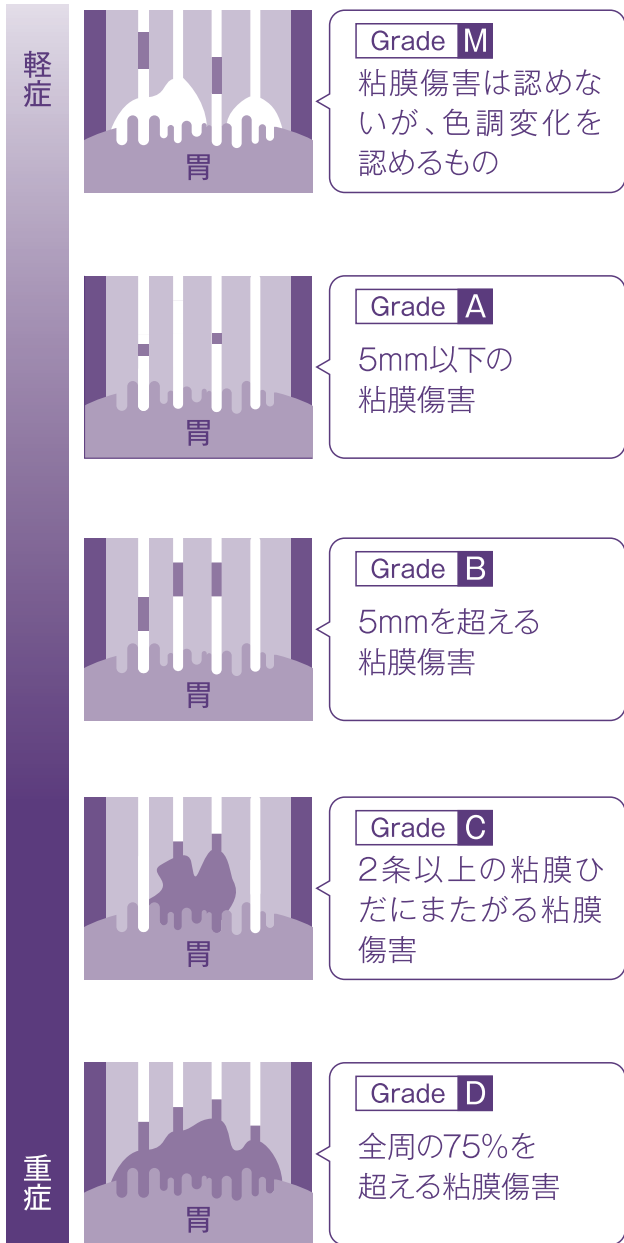


図 3. 重症度の分類（ロサンゼルス分類）

■ 診断

逆流性食道炎の診断には、胃カメラを用います。胃カメラで食道と胃のつながりを中心を観察し、食道の粘膜の炎症の程度に応じて、図3のようにGrade M・A・B・C・Dに分類します。軽症（Grade M・A・B）の方が多くですが、逆流性食道炎の症状がある場合は治療が必要です。胃カメラでの重症度と逆流性食道炎の症状の程度は必ずしも一致しませんので、症状がなくても、重症（Grade C・D）の逆流性食道炎が偶然見つかり、治療が必要となる場合もあります。



■ 治療

まずは、次のような生活習慣の改善が重要です。

- ・ 肥満の方は、食生活の改善や運動を行うなどして減量をする
- ・ 喫煙者の方は、禁煙する
- ・ 食後すぐに横にならない
- ・ 寝る時は頭の位置を少し高くする など

胃酸の分泌を抑える薬や食道や胃の動きを活発にさせる薬を使用する薬物治療もあり、その効果は高く、大半の方は症状がある程度和らぎます。重症の場合や薬の効果が出ない場合は、胃酸の逆流を防止する手術を検討します。



副院長
内科 統括部長 内視鏡センター長
日本内科学会 指導医・認定内科医
日本消化管学会 指導医・専門医
日本消化器内視鏡学会 指導医・専門医
日本消化器病学会 指導医・専門医

濱島 英司

■ 胸焼けが起る他の病気

胸焼けが起る病気は、逆流性食道炎だけではなく、胃潰瘍、十二指腸潰瘍、食道がん、胃がん、食道運動障害、狭心症、心筋梗塞などの可能性もあります。正確な診断をするため、胃カメラで逆流性食道炎以外の病気がないか、心電図、超音波検査などで心臓の病気がないか確認することが極めて重要です。

コロナ禍で、病院での胃カメラに不安を感じる患者さんもみえるかと思えます。当院では、適切な感染対策のもと、検査を行っておりますので、胸焼けを感じたら遠慮なくご相談ください。

内視鏡センターのご紹介



看護師

前田 麻衣子

内視鏡センターは、食道、胃、大腸、肝臓、胆嚢たんのうといった消化器、気管支や肺といった呼吸器など様々な臓器の検査に対応しており、高画質、高性能な内視鏡機器、24時間緊急検査が可能な診療体制を整えております。

7室ある検査室の中には、特殊な空調を備えた個室(陰圧室)も配備しており、新型コロナウイルス感染症や結核など感染症の患者さんの検査も安全に行うことができます。



内視鏡センター待合室



リカバリー室

内視鏡検査を受ける患者さんは緊張されている方が多く、検査を介助する職員は、患者さんに声をかけ、手を握ったり、背中をさすったりして、少しでも安心していただけるよう「おもてなしの心」で接しています。

また、ホテルのロビーのような広々とした待合室や木目調の扉、椅子なども患者さんにリラックスしていただきたいという思いから造ったものです。

これからも、職員一丸となり、安心・安全な内視鏡検査に努めてまいります。

逆流性食道炎のおくすり



薬剤師

早川 啓裕

逆流性食道炎の薬物治療は、症状を和らげるものが主であり、完治させるものではありません。そのため、地道に治療を続けていくことが重要です。

■主な治療薬

胃酸分泌抑制薬	胃酸の分泌を抑える薬で、プロトンポンプ阻害剤やH2ブロッカーなどがあります。
制酸剤	胃酸を中和する薬で、逆流による炎症の悪化を防ぎます。
粘膜保護剤	食道の粘膜を保護して、修復を促進させます。
消化管運動機能改善薬	食道の運動を良くし、逆流してきた胃酸を押し戻す働きを高めます。

薬は、食事によって変化する胃の状態に合わせて、食前・食間・食後といった服用するタイミングが決められています。決められたとおりに服用することで、最大の効果を得られるだけでなく、副作用が起こる可能性も低くなります。

症状がなくなっただけからといって、炎症が完全に治っていないのに服用を中止してしまうと、再発することもあるため、医師や薬剤師の指示どおり服用してください。

健診センター

年に1回、人間ドックや健康診断を受けてみませんか？

完全予約制



女性専用
エリアを設置

TEL 0566-25-8182

受付時間 平日：8時～16時
第1・3土曜日：8時～13時30分



<https://www.toyota-kai.or.jp/facility/center/>

ウォーキングの効果

ウォーキングは、体に大きな負担をかけることなくできる有酸素運動でありながら、全身の筋肉を使います。特に全身の筋肉の約50%を占めると言われる足の筋肉を動かすことで、たくさんのエネルギーを消費することができ、基礎代謝の向上や肥満の予防・改善につながります。ぜひ、ウォーキングを始めてみませんか。

相談窓口

心配なこと、お困りのことなどが
ありましたら以下の窓口まで！

治療や療養上の総合的な相談
医療安全・医療事故に関すること ➡ 患者相談窓口

療養中の不安や
医療・福祉・介護の制度について ➡ 総合相談室(医療福祉)

がんに関する相談
(お電話でも相談可) ➡ がん相談支援センター
(がん相談窓口:0566-25-8110)

受付時間 平日：8時30分～16時45分
第1・3土曜日：8時30分～14時

場 所 正面玄関入って右

各種 イベント・教室

当院ホームページ
「広報・イベント情報」をご覧ください！

市民公開講座(医療の知恵袋)	院内コンサート
水曜会	パーキンソン病患者・家族の会
骨粗しょう症教室	
呼吸器系教室 (成人喘息教室・かきつばた会・COPD教室)	
栄養科の教室 (ヘルシークッキング教室・慢性腎臓病教室・減塩食体験会・心臓病のための栄養セミナー)	
がんに関する情報 (がんサロン・ピアサポーター(がん治療体験者)による院内説明会・社会保険労務士による患者さん相談会)	

<https://www.toyota-kai.or.jp/hospital/public/>
※詳細は病院ホームページや院内掲示などでご案内します。
お出かけ前に病院ホームページをご確認のうえ、ご来院ください。



管理栄養士

石橋 龍志

食生活で注意すべきこと

- 胃酸のしやすい食事を避ける
味の濃いものや脂っこいものは胃酸が出やすくなります。また、辛いものや熱いもの、酸っぱいものは、胃粘膜や食道の炎症を引き起こす原因になりますので食べ過ぎに注意しましょう。
コーヒー・緑茶などカフェインを多く含むものや炭酸飲料、アルコールなども適量を心掛けましょう。
 - よくかんで、ゆっくり食べる
よくかむと、食べた物が消化されやすくなり、胃の中でとどまる時間が短くなるため、胃酸が逆流する危険性が減ります。また、唾液がたくさん
 - 肥満に注意する
肥満になると、お腹の脂肪が胃を圧迫するため、胃酸が逆流する危険性が高まります。栄養バランスの良い食事を腹八分目までにしよう心掛けましょう。
- 出ること、食道の粘膜が保護され、胃酸による炎症を防ぎます。1口あたり30回かむことを目安にしましょう。

共通する **も** **じ** 入れ

に共通して入るひらがなは何でしょうか？

① **げ** **か** 答え _____ ③ **一** **す** 答え _____

② **く** **り** **ま** 答え _____ ④ **お** **ご** **と** 答え _____

答えは下にあり

【豊田会理念】
【豊田会方針】
【患者の権利と責務】

保健・医療・福祉分野で社会に貢献します
温かい思いをこめた、質の高い保健・医療・福祉サービスを提供します
私たちは患者の皆さまの権利を尊重し、安全で質の高い医療の提供に努めます。そのためには、患者の皆さまの主体的な参加が不可欠です。
以下に掲げる事項は、患者さんと医療従事者が守るべき事項です。

【患者の権利】
【患者の責務】

1. 安心して最善の医療を公平に受ける権利を尊重します。
 2. 医療機関を自由に選択し、他の医師の意見を求める権利を尊重します。
 3. 治療に関する情報を知り、説明を受ける権利を尊重します。
 4. 治療に関する方法を自己の意思で決定する権利を尊重します。
 5. 個人の情報が保護される権利を尊重します。
1. 自ら選んだ治療方針に沿って医療に参加する責任があります。ご自身の健康に関する情報を医療者にできるだけ正確に伝え、また、同意された医療上の指示に従ってください。
 2. 病院の規則を守り、犯罪行為、迷惑行為を行わないなどの社会的ルールを守る責任があります。
 3. 検査や治療のために、必要な医療費を負担する責任があります。

病院長み～つけた! 回答

①3ページ 編集委員からこんにちは ②5ページ 特集(検査している人) ③7ページ イベント案内(健診欄)

①けんかん(玄関) ②くりすます(くりすマス) ③トースト(トースト) ④おまじょ

共通するもじ入れ 解答



日本医療機能評価機構の
認定を受けています



卒後臨床研修評価機構の
認定を受けています

ISO 9001 : 2006年2月に認証取得
2020年11月に認証返上
品質管理の取り組みは継続
ISO14001 : 2000年2月に認証取得
2007年12月に自己宣言に移行
ISO15189 : 2010年11月に認定取得

刈谷豊田総合病院 検索

<https://www.toyota-kai.or.jp/>
バックナンバーは当院ホームページにてご覧いただけます

