# ほほえみ

Vol.8
2017年4月

独立行政法人 地域医療機能推進機構 諫早総合病院 〒854-8501 長崎県諫早市永昌東町24番1号 TEL(0957)22-1380 FAX(0957)22-1184 http://isahaya.jcho.go.jp

ツツジ

## もくじ CONTENTS

〈メディカルシリーズ〉
歯槽膿漏は万病のもと！ …… 2
院内掲示の案内 …… 3
禁煙について …… 3
春野菜を美味しく食べよう！ …… 3
諫早総合病院 外来担当一覧表 …… 4

## 安心の地域医療を支えるJCHO

■理念　我ら全国ネットのJCHOは地域の住民、行政、関係機関と連携し地域医療の改革を進め安心して暮らせる地域づくりに貢献します

## 理念

仁　愛　～思いやりいつくしむ心を大切に～

## 基本方針

- 地域に密着した安らぎのある病院づくりを進めます。
- 患者さんと共に、安全・安心な医療・看護の提供を目指します。
- 患者さんやご家族に、解り易く説明するよう努めます。
- 医療水準の向上に努め、質の高いチーム医療を提供します。

## 患者さんの権利

- 診断・治療について知り、自分の意志で決定する権利
- 良質な医療を平等に受ける権利
- 個人の尊厳が守られる権利
- 個人情報が守られる権利

## 患者さんの義務

- より良い医療を受けられるよう、医療に参加し、協力する義務
- 病院の規則を守り、迷惑行為をしない義務

独立行政法人 地域医療機能推進機構
諫早総合病院

2017年3月13日 健康講座

# 歯槽膿漏は万病のもと！

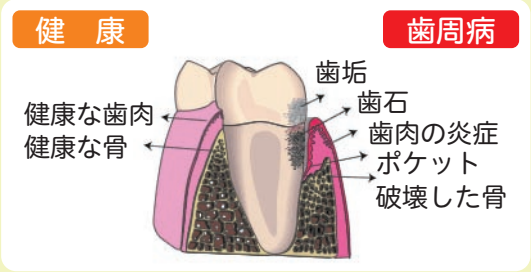
諫早総合病院　歯科口腔外科　吉冨　泉

## 歯槽膿漏？

歯周組織が破壊される病気のこと。歯周炎と同義語で、最近はほとんど使用されていません。

ということで　**歯槽膿漏≒歯周炎**　として説明します。

### ■歯周炎って？




## 歯周炎はお口の中だけの病気だと思っていませんか？

### ■歯周病は感染症です。

日本人における罹患率の最も高い感染症は歯周病とされており、中高年の80～90％が罹患しているといわれています。

原因である歯周病菌は口腔内に問題を起こすだけではなく、日常のブラッシングや咀嚼などによって、**血管内に侵入し他の臓器に飛んでいくことがあります。**

細菌がほかの臓器に飛んで行ったとしても、健康な人では免疫機構によって排除され、何事もなく経過しますが、高齢者や何らかの疾患を持っている人などは、細菌を十分に排除できずその臓器で定着してさまざま問題を起こすとされています。

### ■歯周病は全身へ

▶致死的感染症の原因になることを知っていますか？
▶狭心症や心筋梗塞、脳梗塞のリスク因子であることを知っていますか？
▶糖尿病合併症の一つであることを知っていますか？
▶メタボリックシンドロームの関係を知っていますか？
▶妊娠との関係を知っていますか？
▶骨粗鬆症の関係を知っていますか？
▶全身性の炎症性疾患との関係を知っていますか？

### ■歯周病と敗血症

歯周病菌が血管内に侵入し、免疫機構が十分に働かないと敗血症に移行し死に至ることがあります。敗血症に至らずとも、長期間続いていた微熱の原因が歯周病であることもしばしばみられます。

### ■歯周病と感染性心内膜炎

●感染性心内膜炎とは

心臓弁膜・心内膜など心臓内部に細菌が集まり増殖し、菌血症、心障害などを起こす全身性敗血症疾患。特に弁膜症や人工弁の手術を受けた人は起こりやすいとされています。

なんと、この病気で死亡した患者の原因菌の約４割が口腔内細菌であったとの報告もあります。

### ■歯周病菌は血管内で悪さをする。

とある歯周病菌と血液を混ぜると、固まりが生じます→これが血栓となって血管を詰まらせる可能性があります。

また、歯周病菌は血管壁に働きかけてプラーク（血管の中のこぶ）を作る誘因になっていることがわかっています⇦動脈硬化

### ■狭心症・心筋梗塞

動脈硬化により心筋に血液を送る血管が狭くなったり、塞がってしまい心筋に血液供給が無くなり死に至ることもある病気。動脈硬化は、不適切な食生活・運動不足、ストレスなどの生活習慣が要因とされていますが、歯周病菌も関わっていましたね。

### ■歯周病と脳梗塞

脳梗塞は脳血管がプラーク（血管内のこぶ）で詰まったり、頸動脈や心臓から血の塊やプラークが飛んで詰まる病気。

歯周病の人はそうでない人の**2.8倍**脳梗塞になりやすいといわれています。

### ■歯周病と糖尿病

糖尿病と歯周病はどちらも代表的な**生活習慣病**です。糖尿病は喫煙と並んで歯周病の二大危険因子です。一方、歯周病は糖尿病の第6番目の合併症です。（三大合併症：腎症・網膜症・神経症）近年、歯周炎をコントロールすることで糖尿病のコントロールが改善する可能性が示唆されています。

### ■歯周病と妊娠①

**妊娠性歯肉炎**

一般に妊娠すると歯肉炎にかかりやすくなるとされています。これには女性ホルモンが関わっており、妊娠後期ほど歯肉炎の罹患率は増加します。ただし、口腔内を清潔に保っている人は罹患しないか軽度で済みますので、妊娠中にも産科の担当医と相談しながら歯科の受診が必要です。悪阻がひどくて歯磨きできなくなることもあり、歯周病の発症につながります。

### ■歯周病と妊娠②

身近に妊活を考えている人がいましたら、ぜひ口腔内のチェックもお忘れなく！と伝えてください

**低体重児早産**

妊娠中の女性が歯周病に罹患している場合、低体重児および早産の危険度が高くなることが指摘されています。

### ■歯周病と骨粗鬆症

閉経後骨粗鬆症では、全身の骨とともに歯を支える歯槽骨ももろくなります。また、歯周病菌が作る毒素が骨を壊す細胞《破骨細胞》を活性化するため、骨粗鬆症をより進行させるとも言われています。

### ■歯性病巣感染？

病巣感染とは：慢性で限局性の現病巣が原因となって遠隔臓器に二次疾患を起こす病態

・現病巣としてよく知られているのは咽頭の慢性感染症（扁桃炎）
・二次疾患にはIgA腎症を含む糸球体腎炎、関節炎、掌蹠膿疱症などの皮膚炎などがあります。

口腔内の慢性感染病巣（歯周病、齲蝕）も原病巣になることがあります。

## 院内掲示の案内

正面玄関の医師一覧表を刷新する予定です。
只今は空白のスペースとなっております。
2017年度の新しい診療体制をご案内いたしますのでお楽しみにお待ち下さい。

（案内例）

### 玄関口　医師一覧

**内　科**

| 専　門 | 氏　名 | 専門領域 |
|---|---|---|
| 神経内科 | 諫早　一郎 | |
| | 諫早　次郎 | |
| | 諫早　三郎 | |

**小児科**

| 専　門 | 氏　名 | 専門領域 |
|---|---|---|
| 喘　息 | 諫早　太郎 | |
| 心　臓 | 諫早　四郎 | |
| 発　育 | 諫早　五郎 | |

当院は長崎県央地区の医療機関として日夜診療にあたっております。

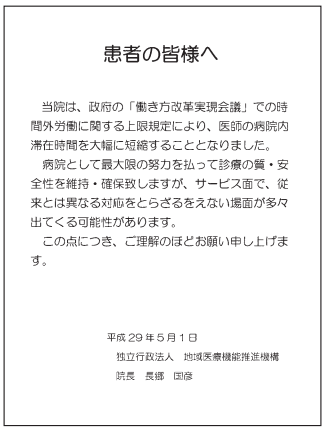
最近、政府の「働き方改革実現会議」での医師の時間外労働軽減に対して病院として改革を行う必要性が出てまいりました。

当院としては、医師の病院内滞在時間を大幅に短縮することと致しました。従来と異なる対応をとらざるを得ないことも発生するかもしれません。

院内掲示に皆様のご協力とご理解をお願いいたします。

当院院長のことばを紹介したいと思います。

系列病院の医師不足の為、応援に医師を派遣する必要性が出てきました。その時院長は、「困っている人に手を差し出すのは当然のことです。医療も同一です。」会議中のことでしたが、私自身感動し、これが病院の今の姿勢だと感じております。



患者の皆様へ

当院は、政府の「働き方改革実現会議」での時間外労働に関する上限規定により、医師の病院内滞在時間を大幅に短縮することとなりました。

病院として最大限の努力を払って診療の質・安全性を維持・確保致しますが、サービス面で、従来とは異なる対応をとらざるをえない場面が多々出てくる可能性があります。

この点につき、ご理解のほどお願い申し上げます。

平成29年5月1日
独立行政法人　地域医療機能推進機構
院長　長郷　国彦

## 病院敷地内で「たばこ」は吸えません。

当院は平成15年に施行された健康増進法に則り建物内禁煙を実施し、喫煙者の為の場所を建物外に指定場所を設けて分煙化に努めてまいりました。

「健康の維持管理を目的とする医療機関」として受動喫煙防止対策を徹底するよう致しました。

平成29年４月から病院敷地内（駐車場も含む）は禁煙を実施いたしました。

病院内には喫煙スペースは全くありません。来院の皆さん、入院・外来患者さん、当院職員、関係業者のすべての方が対象となります。駐車場での車内喫煙も禁止となりますのでご注意下さい。皆様方のご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

**平成29年４月から**

**病院敷地内（駐車場も含む）はすべて禁煙とします。**

**ご来院の皆さん、入院患者さん、当院職員、関係業者のすべてが対象となります。**

JCHO諫早総合病院長

## 春野菜を美味しく食べよう!

季節ごとにさまざまな美味しい野菜がありますが、やはりなかでも春野菜は格別！旬を迎えた食べ物の美味しさを実感させてくれますね。そこで今回は春野菜のおすすめレシピをご紹介します。

### たけのこのバターしょうゆ焼き

**材料（2人分）**

- たけのこ（水煮）　200g
- バター　10g
- 濃口醤油　大さじ1
- みりん　大さじ1
- パセリ（みじん切り）　大さじ1
- オリーブオイル　小さじ1

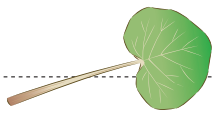
**作り方**

①たけのこは縦薄切りにする。
②フライパンにオリーブオイルを熱し、たけのこに色がつくまで焼く。
③バター、醤油、みりんを加えて絡める。火をとめてパセリの半量を加えて混ぜ、器に盛り付けて残りのパセリを散らす。

### ふきの白和え

**材料（2人分）**

- ふき（ゆで）　50g
- こんにゃく　1/4枚
- 人参　20g
- Ⓐ 木綿豆腐　1/4丁
- Ⓐ 白ごま　大さじ1
- Ⓐ みそ　大さじ1
- Ⓐ 砂糖　大さじ1
- 白ごま　少々



**作り方**

①ふきは３㎝長さに切る。
こんにゃくは短冊切りにし、さっとゆがいてから空炒りする。
人参は短冊切りにしてゆでておく。
②豆腐は電子レンジ（600W）に２分かける。
すり鉢で白ごまをすり、絞った豆腐、みそ、砂糖を加えさらにすり混ぜる。
③①を②であえて器に盛り、ひねったごまをふりかける。

# 諫早総合病院外来担当医一覧表

平成29年４月１日現在

| 診療科 | 曜日診察 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 内科 | 神経 | 平山　拓朗 | 西浦　義博 | 西浦　義博 | 平山　拓朗 | 西浦　義博 |
| | 呼吸器 | 新患・旧患　泊　慎也 | 新患・旧患　近藤　晃 | 新患・旧患　泊　慎也 | 新患・旧患　三原　智 | 新患・旧患　土井　誠志 |
| | | 旧患　三原　智 | 旧患　土井　誠志 | － | 旧患　近藤　晃 | 旧患　泊　慎也 |
| | 消化器 | 新患・旧患　澤瀬　寛典 | 新患・旧患　大場　一生 | 新患・旧患　村田　朋哉 | 新患・旧患　大場　一生 | 新患・旧患　谷口　育洋 |
| | | 二次検診　橋本さつき | 旧患　澤瀬　寛典 | 新患・旧患　谷口　育洋 | 新患・旧患　田中　久也 | 旧患　村田　朋哉 |
| | 循環器 | 新患・旧患　山口　研児 | 新患・旧患　荒木　究 | 新患　児島　正純 | 新患・旧患　山口　研児 | 新患　荒木　究 |
| | | 新患　荒木　究 | 旧患　児島　正純 | 旧患　山口　研児 | 旧患　児島　正純 | |
| | リウマチ・膠原病 | 藤川　敬太 | 溝上　明成 | 溝上　明成 | 藤川　敬太 | 旧患　溝上　明成 |
| | | | PM　岡本百々子 | | | 新患　岡本百々子 |
| | 腎臓 | 村谷　良昭 | 平井　達大 | 新井　英之 | 新井　英之 | 村谷　良昭 |
| | 糖尿病 | 安井　順一 | 重野里代子 | 安井　順一 | 安井　順一 | 重野里代子 |
| | 総合診療 | － | 長郷　彰雄 | 龍田　洋一 | 長郷　彰雄 | 龍田　洋一 |
| | 血液 | 松尾　江美 | － | 松尾　江美 | － | － |
| | 内分泌 | － | － | 午後～診療　安藤　隆雄 | － | － |
| ※新患外来は原則午前中となります | 神経救急対応 | 西浦　義博 | 平山　拓朗 | 長郷　国彦 | 西浦　義博 | 平山　拓朗 |
| | 救急部 | 救急部医師（龍田医師 他） | | | | |
| 消化器外科 一般外科 | 新患 | 福岡　秀敏 | 山口　広之 | 内田　史武 | 福岡　秀敏 | 中司　交明 |
| | 旧患 | 中司　交明 | 小松　英明 | | 片山　宏己 | |
| 呼吸器外科 | 新患 | － | － | 村岡　昌司 | － | 村岡　昌司 |
| | 旧患 | 中司　交明 | | | | |
| 乳腺外科 | 新患 | － | － | 君野孝二　村岡昌司 | － | 君野孝二　村岡昌司 |
| | 旧患 | | | 内田　史武 | | － |
| | ストーマ外来 | ストーマ外来（要予約）第2・第4　14時～ | － | － | － | － |
| 整形外科 | 新患 | 玉井　崇 | 土井口祐一 | 徳永　敬介 | 玉井　崇 | 土井口祐一 |
| | 旧患 | 土井口祐一 | 石井　孝子 | 玉井　崇 | 石井　孝子 | 徳永　敬介 |
| 小児科 | 新・旧患 | 原田　定智 | 池田　憲呼 | 田代　香澄 | 原田　定智 | 山下　未央 |
| | | 山田　洸夢 | 田代　香澄 | 山田　洸夢 | 池田　憲呼 | 田代　香澄 |
| | ※要相談 専門外来 その他 14時00分～ | 乳児健診（要予約）14時～ | 第4（アレルギー）　田代　香澄 | 第2（アレルギー）　田代　香澄 | 第1・第3（心臓）　蓮把　朋之 | （発育）　山下　未央 |
| | | | | | 福永　啓文 | |
| | | 予防接種（要予約）15時～15時30分 | － | 第1・3・5（神経）　松尾　光弘 | － | |
| | | － | － | 慢性疾患外来 | － | － |
| 皮膚科 | 新患（連携・院内） | － | 芦塚　賢美 | 横山　洋子 | 芦塚　賢美 | 横山　洋子 |
| | 旧患 | 横山洋子　芦塚賢美 | 横山　洋子 | 芦塚　賢美 | 横山　洋子 | 芦塚　賢美 |
| 泌尿器科 | 新患 | 青木　大勇 | 西村　直樹 | 青木　大勇 | 西村　直樹 | 岩田　隆寿 |
| | 旧患 | 西村　直樹 | 岩田　隆寿 | 西村　直樹 | 青木　大勇 | 青木　大勇 |
| | ストーマ外来 | ストーマ外来（要予約）第1・第3　13時30分～ | － | － | － | － |
| 眼科 | 新・旧患 | 鬼塚　尚子 | 鬼塚　尚子 | 鬼塚　尚子 | 鬼塚　尚子 | 鬼塚　尚子 |
| 耳鼻咽喉科 | 新患 | 塚崎　尚紀 | 松本　浩平 | 松本　浩平 | 塚崎　尚紀 | 松本　浩平 |
| | 旧患 | 松本　浩平 | 塚崎　尚紀 | 塚崎　尚紀 | 松本　浩平 | 塚崎　尚紀 |
| | 専門外来 | － | － | 14時30分～16時 | － | － |
| 麻酔科 | 術前外来・いたみの外来 | 酒井　一介 | － | － | 山下　彦馬 | － |
| | 緩和ケア外来 | － | 14時～15時　山口　広之 | 14時～15時　早田　央 | － | 新谷　貞代 |
| 精神科 | 緩和ケア外来 | － | － | 14時～17時　江口　寛 | － | － |
| 産婦人科 | 新患 | 河野　通晴 | 森﨑佐知子 | 松脇　隆博 | 藤原恵美子 | 河野　通晴 |
| | 旧患 | 森﨑佐知子 | － | 山田　美樹 | － | 松脇　隆博 |
| | 妊婦健診 | 月～木曜日の妊婦健診は外来担当医で行います。 | | | | 助産師 |
| | 母乳外来 | ☆ご希望の方は要予約。産婦人科外来へご連絡ください。 | | | | |
| 放射線科 | 新・旧患 | 検査依頼は、林　秀行　・　筒井　伸　まで | | | 二川　栄　・　林　秀行　・　筒井　伸 | |
| 歯科口腔外科 | 新・旧患 | 吉冨　泉 | 吉冨　泉 | 吉冨　泉 | 吉冨　泉 | 吉冨　泉 |

※　　は新患（紹介患者）担当医師

＊各科受付時間は、８時30分から11時まで

## 〈急を要する紹介は、医療連携室を介さず直接担当医に御連絡ください。〉

予約受付時間　月～金　8：30～17：00（17:00 以降については、翌日の取扱となります）

休診日　土曜日・日曜日・祝日
年末年始（12月29日～１月３日）


独立行政法人 地域医療機能推進機構
諫早総合病院
〒854-8501 長崎県諫早市永昌東町24-1
TEL 0957-22-1380　FAX 0120-1388-35


UD FONT　見やすく読みまちがえにくいユニバーサルデザインフォントを使用しています。