



広島通信病院だより

No.142 2021.10

話してみませんか？

薬剤部長 日 浦 昌 洋

近年、多くの新薬が開発され治療の幅が広がってきています。効果や安全性の高い薬が多くありますが、その一方で人により効き方が違ったり、副作用の出方が違ったりすることも事実です。

薬を使う場合、副作用は避けては通れませんが、基本的には効果と天秤にかけて、効果の方が高いと判断された場合に使用されます。しかし、時には思わぬ副作用が出る場合もあります。体調に違和感や異変を感じたらすぐにご相談ください。副作用の可能性もあります。もちろん避けては通れない症状の事もありますが、量の調整や一時的な休薬で症状が改善される場合もあります。

また、飲み合わせが悪い可能性もありますので、その場合は医師と相談して薬の変更が必要となることもあります。自己判断での休薬や我慢はしないで下さい。

この程度の事で医師に相談したら、気を悪くされるからといった話も耳に入ってきます。まだまだ、伝えられていない事例が多いように思います。

もし、体調不良を感じているにもかかわらず我慢していることがあれば、是非、ご相談いただきたいと思います。

薬剤部でも、薬についてのご相談を行っています。
まずは話してみませんか。

職員一同、皆様のご健康を守るお手伝いをさせていただきたいと日々職務に励んでおりますので、お気軽にご相談下さい。



糖尿病治療の目的と血管障害

内科主任医長 武 川 郷

糖尿病は血糖値が高くなる病気です。ただ血糖値が高くなっても症状はなく、日常生活に困ることはありません。では糖尿病の治療を行う理由は为什么呢？それが合併症と呼ばれるもので、全身の血管に高血糖のダメージが蓄積され、5年程度の期間では大した障害にはなりませんが、それ以上になれば血管のダメージが検査で見えるようになり、症状として現れるようになってきます。つまり糖尿病は合併症が出ないようにすることが治療のゴールなのです。

糖尿病の血管障害は、細小血管障害と大血管障害があります。細小血管障害は毛細血管の障害で、糖尿病以外の原因では起こりません。長期間の高血糖によるダメージがたくさんの毛細血管を悪くして、心臓から一番遠い足の末梢神経や毛細血管が重要な働きをしている眼の網膜及び腎臓に異常が起こってきます。それぞれ足・眼・腎臓の機能が時間をかけて低下していきます。

一方で大血管障害は、主に脳と心臓の血管が狭くなる病気で、「脳梗塞」「心筋梗塞」が代表的な疾患です。こちらは細小血管障害と比べ、ある日突然に症状が出現し、命に直結する病気です。初期には「動脈硬化」と総称される病態で、高血圧・高コレステロール血症が悪い役割をしています。

大血管が狭くなる原因は、血管の内側にLDLコレステロールが蓄積されることです。高血圧は血液中のLDLコレステロールが血管壁をすり抜けやすくするため、動脈硬化の原因と考えられています。また喫煙と肥満は動脈硬化を強力に手助けすることが知られています。

このため糖尿病では、血糖値が高いと細小血管障害になりやすく、肥満が伴うと大血管障害になりやすいため、血糖値が上がらないことと肥満を解消することを目標にしています。



コロナ禍で運動不足になっていませんか？

リハビリテーション室 田 中 良 美

最初の緊急事態宣言の発出から約1年数か月が経ち、現在、新型コロナウイルス感染症は、感染の危険性だけではなく、家に閉じこもることによる健康への悪影響が懸念されています。

動かないこと（生活不活発）で、メタボリックシンドローム（メタボ）やフレイル（虚弱）が進行するといわれています。ここでは高齢者に多いフレイルについて紹介します。

フレイルってなに？…本来フレイルとは年をとって体や心のはたらき、社会的なつながりが弱くなった状態を指します。そのまま放置すると、要介護状態になる可能性があります。

たとえば、高齢者が2週間の寝たきりで失う筋肉量は、加齢による7年間で失う量に匹敵するそうです。コロナ禍での外出控えは、さらに歩く機会が失われ、筋肉の量や質の低下を招き、これが転倒や骨折の大きな原因となることも考えられます。フレイルは早く気づいて、適切な取組みを行うことでその進行を防ぎ、健康な状態に戻すことができます。

フレイルの予防には、「栄養」「運動」「人とのつながり」の3つのポイントが重要と言われていますが、ここでは「運動」について簡単に2点紹介します。

～ 感染症の予防対策を行いながら実施して下さい（メタボの予防にもお勧めです）～

- 人混みを避けて、一人や限られた人数での散歩
- 家の中や庭などでできる運動
（ラジオ体操、自治体のオリジナル体操、スクワットなど）



外出自粛で余った時間をわざわざ運動に当てたくない方は、日々の生活での家事活動でしっかり身体を動かすように心がけても良いでしょう。皆さんの生活に合わせて長続きするものが一番良いと思われます。

いつまで続くかわからないコロナ禍で、コロナに負けない身体づくりを意識しましょう。



○外来診療日のお知らせ

(黄色が変更部分)

科 別	曜日別 診察室	月	火	水	木	金	受 付 時 間				
内 科	午前	初診	白 神	保 崎	井 上	松尾(1・3・5) 武川(2・4)	武 川	初 診	再来受付機		
		再診	井 上	井 上	保 崎	井 上	保 崎				
			松 尾	正 岡	山 脇	山 脇	白 神				
	午後	初診	八 田	武 川	白 神	八 田	担 当 医				
		再診	山 脇	松 尾	山 脇	山脇(1・3) (ボトックス)	山 脇				
			武 川 (糖尿病外来)	正 岡	(禁煙外来)	河野(第3除く)					
※内科は一部変更になる場合がございますので、外来窓口でご確認ください。							整形外科のみ	整形外科のみ			
外 科	午前	1	脇 山	杉 山	藤原(乳腺外来)	杉 山	脇 山	紹介状	有 11時30分まで 無 10時30分まで	予 約	有 11時30分まで 無 11時00分まで
		2	原 野	脇 山		原 野	原 野				
産婦人科	午後		手 術	予約検査	手 術	予約検査	手 術	診 療 時 間			
	午後		新 谷 (初・再診)	新 谷 (初・再診)	新 谷 (初・再診)	新 谷 (初・再診)	新 谷 (初・再診)	午前 9 時00分～ 午後 2 時00分～			
小 児 科	午前	1	川 野	鎌 田	川 野	鎌 田	川 野	面 会 時 間			
		2	鎌 田	川 野	鎌 田	川 野	鎌 田				
眼 科	午後		一般診療 担当医	予防接種(要予約) 予約診療(要予約)	乳児健診 (要予約)	一般診療 担当医	予防接種(要予約) 予約診療(要予約)	午前 10時00分～11時30分 午後 3 時00分～ 8 時00分			
	午後		豊 田	豊 田	豊 田	豊 田	豊 田	・医師名が書いてあるところは診療日です。 土曜日、日曜日、祝祭日は休診です。 ・医師名が書いてあっても、緊急手術等で 変更又は臨時休診となる場合があります。 院内掲示板、電話等でお確かめください。 (TEL 082-224-5355：医事係)			
整形外科	午前	1	進 藤	進 藤	進 藤	松 永	進 藤				
		2	松 永	井 上	松 永		松 永				
整形外科	午後		予約診療 (松永)	手 術	予約診療 (進藤)	手 術	予約検査 手 術				

※人間ドックや受験・就職等の健康診断、がん検診、予防接種も実施しています(要予約)。

病院のご案内



(交通案内)

●市内電車

宇品線、宮島線 (①広島港行②宮島行③江波行)
「広島駅」～「八丁堀」下車、白島線に乗り換え
白島線
「八丁堀」～「家庭裁判所前」
電停下車徒歩2分

●JR

山陽本線「新白鳥駅」下車徒歩12分

●バス(広電バス)

牛田～江波線(6号線)
「広島通信病院前」バス停下車徒歩1分
戸坂線(12号線)
「広島通信病院前」バス停下車徒歩2分

●バス(広島バス)

横川駅～広島大学病院(23号線)
「西白鳥」バス停下車徒歩7分

●アストラムライン

「城北駅」で下車徒歩7分

●駐車場あり

広島通信病院の理念

私たちは、地域から親しまれ、信頼される医療サービスを提供します。

基本方針

- 患者さま第一の視点で、満足される医療サービスの提供に努めます。
- 新しい医療技術の修得、充実したチーム医療で信頼される質の高い医療サービスを提供します。
- 地域から頼りにされる病院として、病診連携に努め経営基盤を強化します。
- 社員は患者さまサービス向上に向けて研鑽し、自らの成長と患者さまの満足に共有できる医療環境を創ります。

広島通信病院だより

第142号

発行年月 2021年10月
編集発行者 広島通信病院
〒730-8798 広島市中区東白鳥町19-16
TEL (082) 224-5350