

# 済生会ニュース

平成23年9月1日発行 三重県松阪市朝日町一区15番地の6 TEL 0598-51-2626(代)/FAX 0598-51-6557  
http://www.matsusaka.saiseikai.or.jp

院外版



## 医療相談支援センターを設置しました

外来課長 板谷 久子

済生会松阪総合病院は、地域医療支援病院として地域のみなさんに寄り添った医療に貢献していきたいと考えます。そこで、みなさんの病気により生じる問題や悩み事について、相談にお答えできる体制を作り、安心して医療を受けていただけるよう「医療相談支援センター」を設置いたしました。

医療相談支援センターには、がん相談・看護相談・お薬相談・医療福祉相談があり、相談内容により各専門分野のスタッフがそれぞれの相談に対応させていただきます。相談スタッフは、看護師（がん看護専門看護師、皮膚・排泄ケア認定看護師、不妊看護認定看護師、糖尿病看護認定看護師、外来課長）、薬剤師、医療ソーシャルワーカー、事務職員などが必要に応じて対応いたします。

**がん相談**：痛みなどの症状、緩和ケア、悩みや不安、治療やその副作用について

**看護相談**：日常生活・療養上の不安、治療や症状に関することなど

**お薬相談**：お薬の名前、効能・効果、副作用、飲み合わせ、飲み方・使い方、治験の相談、その他お薬に関する心配ごとなど

**医療福祉相談**：医療費・生活費の問題、医療福祉サービスの紹介、療養場所など

- **相談日**：月曜日～金曜日（祝日・年末年始を除く）
- **相談時間・予約時間**：午前9時～午後3時  
（相談は、できるだけ事前のご予約をお願いします。）
- **相談方法**：個別面談（電話での相談は行っていません）
- **対象者**：患者さん、ご家族など
- **相談料**：無料
- **予約専用電話番号**：0598-52-1533



## 医療相談支援センターでは・・・

### \*あなたの理解を助けます

医師から言われたことや見たり聞いたりしたことが理解できないままでは、せっかくの情報を生かすことができません。かえって不安が強くなってしまいかもかもしれません。難しい情報をやさしく、わかりやすく説明いたします。

### \*あなたの心を支えます

病気になった時これからどうすればいいのか不安になるでしょう。私たちはお気持ちを聞きながら不安を和らげ、心が穏やかになるようお手伝いします。一人で抱え込まないで一緒に考えさせていただきます。

### \*あなたの生活を支援します

病気になった時の生活を支える仕組みがあります。経済的な支援制度や、介護や福祉のサービスを活用する方法、手続きの方法に関する情報を提供いたします。また職場や学校、家事や育児などの相談にも応じます。あなたやご家族が少しでも快適に過ごせ、生活がよりよいものとなるよう、お手伝いさせていただきます。

### \*あなたのご家族を支えます

治療や生活や今後のことについて、ご家族も同じように悩み、不安になります。私たちはご家族のご相談も伺いながら必要な情報の提供や解決の方法をお手伝いします。

私たちは、みなさんの問題解決の糸口を一緒に探していきたいと考えています。相談は、患者さん、ご家族だけでなく、地域のみなさんもお利用いただけます。個人情報を守らせていただきますのでご安心ください。

ご予約は総合受付1番にお越しいただくか、お電話でお願いいたします。詳細につきましては、「医療相談支援センター」のパンフレットを、各病棟、各外来窓口、総合案内に設置してありますのでご覧ください。



# 知って得する病気の話

## 関節リウマチ

整形外科 友田 良太

### 関節リウマチとは

関節に炎症がおこることにより、腫れて痛む病気です。男女比1対4の割合で女性に多く、30～50歳に多いとされていますが、最近では高齢発症もみられます。日本では約70～80万人の患者さんがいるといわれています。

その原因は不明で、何らかの免疫系の異常により誤って自分を攻撃してしまう自己免疫疾患の一つと考えられています。関節の内張である滑膜が炎症を起こして増殖し、やがて骨や軟骨を破壊していきます。

### 関節リウマチの症状

手足の関節の腫れや痛み、こわばり感を主症状とします。全身症状として微熱や倦怠感を伴うこともあります。進行すると関節の変形や不安定感を生じ、力が

入りにくくなります。間質性肺炎などの関節外症状を合併することもあります。

### 関節リウマチの診断

症状、血液検査、画像検査などを総合して診断します。画像検査には、レントゲンやMRI、関節エコー検査などがあります。

### 関節リウマチの治療

基本は薬物療法で、抗リウマチ薬により病勢をコントロールします。ステロイド剤や消炎鎮痛剤を補助的に使用します。それでもなおコントロール困難な場合、最近では生物学的製剤と呼ばれる注射製剤を使用します。リウマチの薬は副作用を生じることがしばしばあるため、定期的に血液検査等でチェックをします。骨破壊や変形が進行した場合は手術的治療を行います。痛みや機能障害により日常生活が困難な場合、股関節や膝関節では人工関節置換術がよい適応であり、成績も良好で除痛効果に優れています。

### 最後に

関節リウマチは、その昔は有効な薬がなく、寝たきりになってしまう恐ろしい病気といわれていました。今日では関節リウマチの治療薬は著しい進歩を遂げており、今では寝たきりになる人はほとんどいません。適切な薬物療法や手術療法を受けることが重要です。

## ●●●●●●●● モロヘイヤのスープ ●●●●●●●●



### 材料 (2人分)

モロヘイヤ	50g	
エノキ	30g	
卵	1個	
水	300ml	
鶏がらスープ	小さじ1杯	
A	{	
塩		小さじ1/4杯
こしょう		少々
ごま油	小さじ1/2杯	

(1人分62kcal 塩分1.3g)

### 作り方

- ①モロヘイヤは葉だけを取り、食べやすい大きさに刻み、茹でる。
- ②エノキは3cm程度に切る。
- ③鍋にAを入れ火にかけ、沸騰したらモロヘイヤとエノキを加える。
- ④再沸騰したら溶き卵を流し入れ、仕上げにごま油を入れて火を止める。

### モロヘイヤ

松阪の特産物の一つであるモロヘイヤは、たくさんのビタミン・ミ

ネラルを含む緑黄色野菜です。100gに含まれるカロテンは野菜の中で1位。ビタミンB2の割合も多く、カリウム、カルシウム、鉄も野菜の中ではトップクラスです。また、モロヘイヤのヌルヌルした粘りには水溶性食物繊維が豊富に含まれており、コレステロール低下作用や便秘改善、大腸がん予防などにも効果があると言われています。

管理栄養士：松本 由紀

## おくすり通信

済生会松阪総合病院 薬剤部



★★

### 今回はしゃっくりについてお話しします

#### ●しゃっくりについて

しゃっくりは横隔膜がけいれんする事によって起こります。ほとんどの場合、しゃっくりは数分から数十分、長くても数時間で止まり、身体に害はありません。しかし、長時間続いたり、頻繁に出るしゃっくりは、睡眠障害や食欲低下の原因になる事もあります。

#### ●しゃっくりの原因

普段出るしゃっくりは原因が分からないものがほとんどですが、中には病気や薬が原因になっている場合もあります。

原因になることがある病気：アルコール中毒、脳腫瘍、肺炎、気管支喘息など  
原因になることがある薬剤：一部の抗がん剤、麻酔薬など

#### ●しゃっくりの止め方

しゃっくりを止める確実な方法は今のところありません。“びっくりさせる”や“息を止める”、“コップ1杯の水を飲む”などの方法が効果的だと言われています。また、しゃっくりを止めるために薬を使う事もあります。

しゃっくりに有効だと言われている薬：芍薬甘草湯、柿蒂湯、リボトリール、デパケンなど



何かご不明な点があれば薬剤部までお尋ねください。

