

はなみずき

VOL
26

平成27年 秋号



このところ朝晩が寒くなってきました。空気も澄んで富士山もはっきり見えるようになりました。虫の音やお月様が秋の夜長を楽しませてくれています。夜には読書や音楽も。

そして食欲の秋です。この時期になると美味しいものが増えてきます。旬のものをいただくことは、健康にも運氣にも良いといわれています。秋の味覚といえば、秋刀魚、秋鮭、梨、柿、ぶどう、きのこ、新米等、てんこ盛りです。

その中でも今回はさつまいも、栗、かぼちゃについてお話しようと思います。

夏場の和菓子屋さんや洋菓子屋さんには、旬の桃やメロンなどを使ったさっぱりとした甘さのスイーツが並んでいました。季節が変わると、溢れんばかりにしっとりとした甘さのさつまいも、栗、かぼちゃが並ぶようになりました。モンブランは栗だけかと思いきや紫芋やかぼちゃのものも。

一方、甘味はダイエットの敵かとも思われがちです。しかしながらこれらは、食物繊維はもちろんのこと、ミネラル類、ビタミン類、ポリフェノールも豊富であることが知られています。また甘い割には食後血糖値の上昇度を示す指標であるGI値(Glycemic Index～グリセミック・インデックス～の略。値は低いほうが好ましい)もさほど高くなく、過体重、肥満になりづらいといわれています。まさにいいことづくめ。美味しくいただいて体の中も外もきれいにしてくれます。ただ、くれぐれも食べ過ぎは禁物です。

これからは紅葉の時期。京都の神社、仏閣巡りも…。寒さも厳しくなってきます。

旬のものを食べ、免疫機能をアップし、風邪をひかないようにしましょう。



内科部長 名越 淳人

森の動物たちは冬の備えをしている季節になりましたね。
私たちも冬に向かい準備をしておきましょう。ワクチンの話を2つします。

① インフルエンザ ワクチン

重症化しないためにも、接種することをおすすめします。

昨シーズンまでのインフルエンザワクチンは、

- ・A型(H1N1)
- ・A型(H3N2)
- ・B型の3種類(3価)が含まれていました。

今シーズンよりB型も2種類となり

- ・A型(H1N1)
- ・A型(H3N2)
- ・B型(山形系統)
- ・B型(ビクトリア系統)の4価ワクチンとなります。

これは、近年のインフルエンザの流行の傾向が1種類の流行ではなく混合流行が続いているために、ワクチンの株の種類を増やし、広くカバー出来るようにしたものです。

② 肺炎球菌 ワクチン

肺炎の原因はいろいろありますが(市中肺炎で)一番多いのは肺炎球菌であり、全体の1/3を越えています。

また、肺炎球菌による肺炎は、**重症化しやすい**という特徴があります。ですから**ワクチンによる予防**が大切です。肺炎球菌ワクチンの有効期間は5～8年です。

インフルエンザワクチンとの同時接種も可能です。

同時でない場合は中6日をあけて接種して下さい。

公費助成もあります。その年度に、65才、70才、75才、80才、85才、90才、95才、100才になる方が対象です。詳しくは各市町村に問い合わせして下さい。



薬剤師 高橋 有生



検査のお話

臨床検査とは？

皆さん、病院で一度は何かしらの検査をされたことがあると思います。
血液検査や尿検査、インフルエンザなど…
検査室では患者さんから得られた血液、尿などの検体を調べたり、患者さんに直接接触して、いろいろな体の機能を検査します。
今回は当院検査科で行っている代表的な検査を簡単にご紹介させていただきます。

その他、必要に応じて様々な検査を行っております。
検査についてご不明な点がございましたら、お気軽に検査科の者にお声掛けください。

臨床検査技師
伊藤 美奈



血液検査

- 赤血球や白血球などの数を測定したり、貧血がないかなどを調べます。
- 血液中のいろいろな成分を測定します。コレステロールや血糖値など…。

血液からはその他、たくさんの情報を得ることができます。



尿検査

- 尿中の蛋白や糖分などの成分を調べます。
- 尿を高速回転して得られる沈渣とよばれる、下にたまった成分を顕微鏡で見て調べます。赤血球や白血球、細菌や尿道などの細胞、結晶などがみられることがあります。



心電図検査

- 心臓が動くときに発生する微量な電流を波形にしてみる検査です。心臓に異常があると波形が変わったり、波形のズレが変化したりします。



眼底検査

- 目の奥の血管をカメラで写します。体の外から唯一血管を観察することが出来ます。目の病気(緑内障など)や、動脈硬化の程度をみる事ができます。



肺機能検査

- 肺活量などを測定して肺や気管支の異常を調べる検査です。



聴力検査

- 日常生活では気が付きにくい音に強弱をつけて調べます。

栄養士の
ひとりごと



食物アレルギーについて

管理栄養士 橋本 理絵

みなさん、こんにちは。今回は食物アレルギーについてお話したいと思います。

「食物アレルギー」という言葉は、多くの場合、食べた直後から4時間以内に症状が起きる「即時型アレルギー」の意味で使われます。

症状としては、せき、くしゃみ、鼻づまり、喉のイガイガ感、腹痛、吐き気などがあり、複数の症状が同時に起こったものを「アナフィラキシー」と言います。

さらに血圧低下、それに伴い意識を失うなどの状態はショックと位置づけられ、命にかかわる危険性もあります。

卵や乳製品、小麦粉やエビ・カニなどの甲殻類でアレルギー反応を起こす方がいます。

では、なぜアレルギーが起こるのでしょうか？

私たちの体には、体内に侵入してきた異物に対し、“IgE”という抗体をつくり、異物を攻撃して体を守ろうとする働きがあります。これを**免疫反応**と言います。

この働きが、ある特定の物質に対して過剰に反応してしまうのがアレルギー反応です。

食物アレルギーの場合、食べ物に含まれる主にタンパク質が異物（アレルギー）と認識され、アレルギー症状を引き起こします。原因物質で一番多いのは鶏卵です。続いて乳製品、小麦、甲殻類となります。

日本では平成13年に発症件数が多いものや発症した際の症状が重いものについて食品に使用した場合の表示を食品衛生法上義務づけました。

鶏卵、乳製品等の7品目を食品に使用した場合は、必ずパッケージにアレルギーの原因となる食品の名称を表示しなければなりません。また、あわび、いか、大豆など18品目に関しては、出来るだけ表示するよう努めることとされています。

食物アレルギーがある方はもちろん、無い方も成分表示を注目して見て下さいね。

表示義務7品目



卵 牛乳 小麦 そば ピーナッツ えび かに

表示努力義務18品目



鮭 サバ いか いくら 大豆 バナナ キウイ オレンジ りんご
もも まつたけ 牛肉 豚肉 鶏肉 クルミ あわび やまいも せらチン

職場紹介

手術室の巻

右田病院手術室は、建物の2階に位置し、外科・整形外科・乳腺外科・形成外科・胸部外科で、年間おおよそ400件の手術を行っています。

新しい施設なので、大学病院なみの設備を有しております。

また予定手術の際は、東京医大八王子医療センターの麻酔科の専門医が、手術中の麻酔を担当します。

右田病院手術室が目標としている「安全で安心な手術環境を患者さんに提供する」を継続していくために、我々は日々協力して業務にあたっています。

手術を受けられる患者さんの緊張や不安を少しでも和らぐことができればとの思いから、手術前訪問を行い、手術に関する心配事、疑問点を説明し、不安の軽減に努めています。

移転してから3年、今後も地域のみなさまに必要とされる病院であり続けられるよう、スタッフ一同努めてまいります。

手術室主任 佐藤 清人



駅伝部 通信



皆様こんにちは！右田病院駅伝部です。
 駅伝部の**新しいユニフォーム**が完成しましたので、お披露目させていただきます。
 全体のオレンジ色には「**明るく元気に**」、サイドの赤いラインには「**熱い闘志を**」という思いが込められています。
 私たちが力強く元気に走る姿を通して、八王子の右田病院をアピール出来たらと考えています。
 新ユニフォームで走る右田病院駅伝部の応援をどうぞ宜しくお願いします。

また、部活動の一環として、7月から第1土曜日の早朝に、病院周辺や浅川河川敷を中心に、**清掃活動**を行うこととなりました。

地域の皆様と交流することのできる貴重な時間であり、私たちが元気を頂いています。限られた時間ではありますが、我が街八王子をきれいにすべく今後も活動してまいります。

お見かけの際は、「おはよう駅伝部！」とお気軽に声を掛けてください。

右田病院 駅伝部 部長 埴原 正樹



出場予定

11月23日 京王駅伝フェスティバル
 12月6日 奥多摩溪谷駅伝
 2016年 2月14日
 第66回 全関東八王子夢街道駅伝競走大会



医療法人財団興和会 右田病院

住所：〒192-0043 東京都八王子市暁町1-48-18
 TEL:042-622-5155(代表)

理事長 右田 敦之 院長 右田 隆之

従業員数 140名 開設 昭和8年11月

標榜科目

・消化器外科・整形外科・呼吸器外科・乳腺外科
 ・形成外科・肛門外科・一般外科・消化器内科
 ・循環器内科・呼吸器内科・一般内科・泌尿器科
 ・皮膚科・麻酔科・リハビリテーション科・救急科

病床数

●一般病床 66床 ●地域包括ケア病床 16床 計 82床

東京都指定二次救急医療機関/日本外科学会認定専門医制度関連施設
 日本整形外科学会専門医師研修施設/マンモグラフィ精度管理中央委員会認定施設
 在宅療養支援病院/日本静脈経腸栄養学会NST稼働認定施設
 日本栄養療法推進協議会NST稼働認定施設

医療法人財団興和会 右田健診クリニック

住所：〒192-0066 東京都八王子市本町16-17 廣瀬ビル1F
 予約専用電話：0120-222-621

検診内容：乳がん検診・子宮がん検診・八王子市特定検診
 女性専用の健診施設 完全予約制

マンモグラフィ精度管理中央委員会認定施設



アクセス

●JR八王子駅下車徒歩20分 ●京王八王子駅下車徒歩20分

●JR八王子駅・京王八王子駅より

「宇津木台行」「ひよどり山トンネル経由創価大学行」

「ひよどり山トンネル経由富士美術館行」「ひよどり山経由戸吹行」

上記各バス

「八王子郵便局」バス停下車徒歩4分



詳しくは

<http://www.migita Hosp.or.jp/>



<http://www.migita Clin.com>