

《病院理念》

私達は院是「誠」の医療を推進いたします  
 1. 私達は他人の為に尽くして感謝しよう  
 1. 私達は自分の力で伸びて行こう  
 1. 私達は私達の規則を尊重しよう

《基本方針》

1. 地域に根ざした病院として、安心できる医療提供に努めます  
 1. インフォームドコンセントを徹底し、患者様の選択を尊重した医療をめざします  
 1. 患者様のプライバシーを尊重いたします  
 1. 知識と技術の向上に努め最善の医療をいたします  
 1. 優しさ思いやりを大切に心のこもった公平な医療をいたします



尿路結石症

泌尿器科部長 渡邊 雄一



◎診察日【泌尿器科】

月～土曜日  
 午前 8 時45分～12時00分

倍、1995年調査時の約1.6倍と増加傾向です。男性の7人に1人、女性の15人に1人が一生に一度尿路結石に罹患するとされます。

増加した要因

① 食生活や生活様式の欧米化が日本で定着したこと、  
 ② 診断技術の向上(CTや超音波検査が広く行われるようになった)  
 ③ 人口構成の高齢化、などが考えられています。

好発年齢

2005年の調査では発症のピークは男性では40歳台、女性では50歳台。当科では高校生や、超高齢の方の尿路結石症をみることも少なくありません。

患者の特徴

2005年の全国調査では男性結石患者の40%が肥満(BMI25以上)を有し、女性結石患者では24.8%に見られ、いずれも日本人の肥満度と比べ高い結果でした。結石患者での生活習慣病の高血圧、糖尿病、高脂血症の合併頻度は、それぞれ21.7%、9.8%、14.1%でしたが、いずれ

も肥満患者で明らかに合併率が高いです。遺伝的素因については14.8%に家族歴が見られ、家族歴の有無で再発率を比較すると家族歴のある方が有意に再発率が高くなっています。

発生の地域差や人種差

上部尿路結石の罹患率・有病率には地域差、人種差が見られますが、世界的に増加傾向にあり、食習慣の変化や地球温暖化の影響が示唆されます。アジアやアフリカなどの発展途上国では上部尿路結石は少ないとされていますが、社会経済の発展とともに有病率は増加傾向にあります。食習慣の変化では動物性タンパク質、塩分、果糖の摂取量の増加が指摘されます。また気温の高い地域に結石の発生が多いことや、高温環境への曝露により2〜3カ月後に結石の症状をきたすことも報告されるなど、地球温暖化も尿路結石増加の一因と考えられます。

尿管結石の自然排石

長径10mm以下の尿管結石の約2/3は、症状発現後4週間以内に自然排

石の存在部位と性差  
 上部尿路結石(腎結石、尿管結石)と下部尿路結石(膀胱結石、尿道結石)の比は近年ほぼ一定で、上部尿路結石が全体の96%を占めます。男女比は2.4対1と男性優位で1995年頃からほぼ一定です。当科では下部尿路結石は特に高齢の寝たきりの方によく見られます。

年間罹患率

2005年の全国調査では上部尿路結石症の年間罹患率は人口10万人対134人で1965年調査時の約3



# 新任医師紹介



放射線科  
こうち たかのり  
**河内 孝範**

- **出身地** 松山市
- **経歴** 愛光高等学校、愛媛大学医学部卒、愛媛大学付属病院放射線科、愛媛県立中央病院
- **趣味(特技)** サッカー観戦、時計
- **資格** 放射線診断専門医
- **私の一言** 放射線読影を通じて医療にお役立てできるように、日々精進してまいります。



整形外科  
みき たかひろ  
**三木 敬広**

- **出身地** 愛媛県 新居浜市
- **経歴** 川崎医科大学 卒業
- **趣味(特技)** ドライブ、旅行
- **私の一言** 1年間と短い間ですが、よろしくお願ひします。



研修医  
もり たいち  
**森 太一**

- **出身地** 鳥取県
- **経歴** 旭川医大 卒業
- **趣味(特技)** カヌー、スープカレー
- **私の一言** よろしくお願ひします。

石されます。尿管結石の自然排石までの平均日数は2mm以下で8、2日、2〜4mmで1〜2、2日、4mm以上で2、2、1日、と報告されています。ただし痛みの程度や発熱などの合併によって、早めに手術治療を行なう場合があります。

## 再発予防のために

- ① 水分摂取は有効な方法で食事以外に1日2ℓ以上の飲水が勧められます。
- ② 尿中に排泄されるシウウ酸は尿路結石症のリスクファクターですが、シウウ酸を多く含む食物として葉菜類の野菜やお茶類があります。

- ③ シウウ酸摂取を減らすための工夫として茹でることやカルシウムと一緒の摂取が挙げられます。
- ④ 食品100gあたりプリン体が200mg以上含まれるものを高プリン食品と呼びます。最もプリン体が多いと考えられる食品は肉類、動物の内臓、魚介類、干物などがあり、ビールにも多く含まれます。ただし最近ではビール飲料の多様化により、ビールの種類によってプリン体含有量は異なっています。高プリン体は摂取しすぎないことが勧められます。
- ⑤ 最近の前向き研究結果から、カルシウム結石の再発予防には、カルシウム摂取を制限するよりむしろ、一定量のカルシウム摂取を行うことが勧められています。

⑤ 食塩の過剰摂取はカルシウム結石の再発の危険因子になり得ると考えられます。食塩摂取制限が尿中カルシウム排泄量の減少を来すことが報告されており、食事指導を行う上で、適度な食塩摂取制限は有用とされています。

## 参考文献

- 尿路結石症診療ガイドライン第2版 2013年版 日本泌尿器科学会・日本泌尿器内視鏡学会・日本尿路結石症学会編 金原出版株式会社

# 対外活動委員会活動報告 新居浜市出前講座 (オンライン)

日時 3月16日(水)

10時30分〜11時30分

場所 株式会社シアテック

講師 外来化学療法認定看護師

外来主任 松浦 志信

題目 知ってください乳がん3つのこと、受けてください乳がん

## 検診

- 乳がんの基礎知識、リスクチェック
- 乳がんと診断されたら、がんの治療について

- 乳がん検診(マンモグラフィ、超音波)20〜30代のセルフチェック
- まとめ(検診やセルフチェックの必要性)

○ 当院ピンクリボンチームの紹介  
企業の女性向けの講演であり、8名の女性従業員の方が参加し、乳がんについての理解や検診の必要性を伝えることができました。



令和4年度より

# 愛媛大学 難病・高齢医療学講座 開設

## (十全総合病院サテライト外来)



◎診察日【脳神経内科】  
火曜日・木曜日(予約制)  
午前 8 時45分 ~ 12時00分  
午後 1 時30分 ~ 5 時00分  
◎お問い合わせ 内科 23番窓口

疾患、本態性振戦などの不随意運動疾患など  
◆新居浜市の皆さんへ  
脳神経内科は脳や脊髄、末梢神経、筋肉などの異常によっておこる疾患を診断・治療する診療科です。そのため、対象となる疾患はたくさんあります。

合には、いつから、どのような症状があつて、症状の経過はどうなのかなど、詳しくお話を聞きます。その上で、直接体に触れたり、診察道具を使つたりして神経診察を行います。そのため、一人一人の診察に時間がかかりますので、次の患者様にはお待ちいただくこともあります。予めご了承ください。



◎診察日【循環器内科】  
金曜日  
午前 8 時45分 ~ 12時00分  
午後 1 時30分 ~ 5 時00分  
◎お問い合わせ 内科 23番窓口

この度、新居浜市の健康政策事業に協力する方たちで、十全総合病院におきまして、寄附講座として外来を開設いたしました。

難病および高齢者医療・加齢に伴う循環器疾患等のよりいっそうの充実を目指し、地域医療に貢献して参ります。

対象となる疾患・症状でお悩みの方は、一度ご相談ください。

### ◆脳神経内科で対象となる疾患

頭痛、物忘れ・認知症、てんかん、脳血管障害、パーキンソン病や脊髄小脳変性症などの神経変性疾患、多発性硬化症・視神経脊髄炎や重症筋無力症などの神経免疫疾患、多発筋炎や筋ジストロフィー症などの筋疾患、ギラン・バレー症候群などの末梢神経

め、対象となる疾患はたくさんあります。

当院でも、頭痛やめまい、認知症、脳血管障害といった頻度の高い疾患はもちろんのこと、パーキンソン病や筋萎縮性側索硬化症、多発性硬化症・視神経脊髄炎などの神経難病まで脳神経内科全般を幅広く扱っています。

特に、認知症やパーキンソン病など高齢化社会で増えている疾患の診断・治療に力を入れています。

加えて、高齢者の脆弱性(フレイル)から生じる様々な問題に対しても、医療資源や社会資源を適切に利用し快適な療養生活が送れるようサポートさせていただくことを心がけています。

脳神経内科の外来、特に初診の場合

愛媛大学大学院医学系研究科

「難病・高齢医療学講座」教授

(十全総合病院非常勤医師)

越智 博文

〈所属学会〉

日本神経学会(代議員)、日本内科学会(四国支部評議員)、日本神経免疫学会(評議員)、日本神経治療学会(評議員)、日本アフエレスシ学会(評議員)、日本脳卒中学会、日本認知症学会、日本医学教育学会、日本老年医学学会

〈専門医・指導医〉

神経内科専門医 指導医 認定内科医

愛媛大学大学院医学系研究科  
循環器内科「難病・高齢医療学講座」  
助教

(十全総合病院非常勤医師)

檜垣 彰典

◆循環器内科で対象となる疾患

狭心症、閉塞性動脈硬化症などの動脈硬化症疾患、心房粗動・細動、発作性上室性頻拍、心室頻拍など不整脈疾患、肥大型・拡張型心筋症、心サルコイドーシス・アミロイドーシスなどによる心不全・高血圧等

◆新居浜市の皆さんへ

内科の最も重要な責務は予防です。高血圧症・脂質異常症・糖尿病などに対する予防・治療は言つまでもなく重要です。気になる疾患・症状等ありましたら、お気軽にご相談ください。



## 患者サポート 相談窓口

医療安全管理室 井川 広美

患者サポート相談窓口をご存知でしょうか。外来棟3階31番と32番受付の間に設置しています。

患者さま、ご家族からの疾病に関する医学的な質問や生活上・入院上の不安等に関する相談をお受けしております。診療や検査などの医療に関すること、看護に関すること、医療安全に関すること、院内の環境、職員の対応などに関することなどお気軽にご相談いただきたいと思います。

例えば、医師に聞きたいけど忙しいと聞いてないことがあれば、疾患や一般的な治療法などの簡単な情報提供をします。個人的に知りたいことがあれば主治医とお話をする時間を作るように時間調整をさせていただきます。

なお、ご相談に関する秘密は厳守いたしますが、業務改善のため情報を活用する場合がありますのでご了承ください。

令和3年度はコロナワクチン接種

に関する相談が多く、ワクチン接種後の体調不良に関しては、水分摂取やお手持ちの解熱剤を服用していただくようお願いすることが多かったです。中には、発熱外来を通して受診していただくよう手続きを行った事例もありました。

また、いただいたご意見の中には職員の態度・接遇に関することや治療に対する説明不足・理解不足と感じられることがあり、コミュニケーションの大切さを痛感している次第です。

皆様のご意見・ご要望は担当部署等に報告し改善に努めております。今後ご相談やご意見など気になることがあれば、気軽にお電話・ご来訪いただければと思います。

## 無理なく 減塩で健康に！

栄養管理科科长 近藤 ゆか

1日の食塩摂取量の目標が男性7.5g未満、女性6.5g未満に引き下げられたことをご存じでしょうか？また、高血圧・慢性腎臓病（CKD）の重症化予防のためには1日の目標が6g未満となっています。

日本人の食塩摂取量は減少傾向にあるものの平均10g摂取しており、食塩の過剰摂取が問題になっているためです。食塩を過剰摂取すると、

- 血圧上昇し、高血圧につながる
- 高血圧が続くと動脈硬化が進み、狭心症や心筋梗塞、脳卒中を引き起こすリスクになる

- 腎臓に負担がかかり、慢性腎臓病につながる
- 胃がん発症のリスクになる

このような病気の予防・改善のためには、減塩にすることが大切です。

薄味は1週間すれば慣れてきますから、少しずつ減らすことからやってみましょう。

### ＜減塩にする工夫＞

- 漬物、つくだ煮、干物、インスタント食品は控える

- めん類の汁は全部飲まない
- みそ汁、スープなどは具だくさんにして汁の量を控える

- 香辛料（わさび、こしょうなど）酸味（酢、レモンなど）香味野菜（しょうが、しそなど）を利用する
- だし（昆布、かつお、いりこなど）をきかせる

- 調味料としての醤油やソースはかけるよりつける
- 濃い味付けの料理には薄い味付けの料理を組み合わせる味のメリハリをつける

- 焼く、揚げる場合、香ばしい焦げの風味をつける
- 煮物は最後に醤油を絡めるようにすると味を強く感じることが出来る

- カリウムは体内の余分な塩分を排泄する作用があるので野菜、いも、海藻、果物などを摂る

これらを参考に、無理なく健康的な食生活を続けましょう。



# 血糖値について

糖尿病サポートチーム 臨床検査科主任 寺川 政子

今回は臨床検査技師から糖尿病の検査についてお話します。

糖尿病は検査の病気といわれるほど、様々な検査が行われますが、基本となるのは「血糖値」です。血糖値とは、血液1dl中に血糖(ブドウ糖)が何mg含まれているか、その濃度を表したもので、食事の影響を受けやすく、食後に高くなり1日の中で絶えず変動しています。

糖尿病であるかどうかは血糖値を基準に判定され、糖尿病の診断は「空腹時血糖値」「ブドウ糖負荷試験2時間後血糖値」「随時血糖値」の3つの血糖値をもとに行われます。

具体的な糖尿病の診断基準は次の通りです。

●正常型

空腹時血糖値

110mg/dl未満および

ブドウ糖負荷試験2時間後血糖値

140mg/dl未満

●境界型

正常型にも糖尿病型にも属さない

もの

●糖尿病型

次のいずれかに当てはまるもの

空腹時血糖値

126mg/dl以上

ブドウ糖負荷試験2時間後血糖値

または随時血糖値

200mg/dl以上

HbA1c(国際標準値)

6.5%以上

境界型に当たる人は「糖尿病予備軍」です。そのままの生活を続けると糖尿病型に進行する危険がありますので、食事や運動など生活習慣の改善が必要です。

糖尿病は、はじめのうち痛みなどの自覚症状がないため、健康診断や検査で血糖値が高いことを指摘されても、治療が必要と言われても放置してしまう人もいます。糖尿病で怖いのは合併症です。放置していると徐々に進行してしまいますが、血糖値をコントロールすることで合併症のリスクは低くなります。

糖尿病を疑ったら早めの受診をお勧めします。

十全看護専門学校 高校生皆さん! 進路は決まりましたか?

## オープンキャンパス 2部開催<対面>

十分に換気、感染防止に配慮して、午前と午後を実施します。



地域の感染状況によっては、ZOOM配信に切り替えて実施します。短時間開催ですが、体調管理をして、マスク着用の上、ご参加下さい。

第2回	日時	7月16日(土) 午前9:30~11:30・午後13:30~15:30
	申込期限	7月13日(水)
	内容	今どき、看護
第3回	日時	9月17日(土) 午前9:30~11:30・午後13:30~15:30
	申込期限	9月14日(水)
	申込方法	電話予約(9:00~17:30)(キャンセルの場合も、電話でお知らせ下さい) ※午前・午後のどちらかを選択して、申し込んで下さい。

**Week Day** 開催時期 平日(月~金) 10:00~17:00  
**フリーキャンパス** 予約 前日までに電話受付(9:00~17:30)

詳細はホームページをご覧ください。http://www.jyukan.ac.jp(Hp/受験案内/オープンキャンパス)

**申込先** (0897)33-1723(月~金/9:00~17:00)十全看護専門学校

愛媛十全医療学院 [理学療法学科・作業療法学科]

## オープンキャンパス開催

「私の未来への決意」これからの3年間をムダにしない。

理学療法士・作業療法士の仕事にふれて未来を意識したオープンキャンパスを体験してみましょう。

※新型コロナウイルス感染状況によっては開催予定が変更になる場合があります。

学院WEBよりご確認ください。

学院ホームページ・TELにて随時ご予約を受付しております。(※人数を制限して開催する場合があります)

HP <https://www.esm-juzen.ac.jp/>

〒791-0385 愛媛県東温市南方561 TEL(089)966-4573



従来の乳房撮影装置よりも、高画質かつ低線量・低被ばくで撮影が出来るようになり、画像表示にかかる時間が短縮されたため、検査時間も短くなりました。

また、患者様の最も不安要素とされる痛みについて、も改善されました。患者様の痛みを軽減する目的で、装置に圧迫自動減圧制御システム「なごむね」を搭載しています。「なごむね」は、通常の乳房圧迫完了後に、乳房の厚みが変化しない範囲(±3mm)で減圧する機能です。これによって、痛み軽減が期待できます。

この機会に検診を受けてみてはいかがでしょうか。



# 乳房撮影装置が 新しくなりました。

(FUJIFILM AMLET Innovality)

放射線科 篠原 早紀

## 病院敷地内 全面禁煙

トイレや人目につかないところでの喫煙は防火管理上も大変危険ですので、喫煙はくれぐれもご遠慮ください。皆様のご理解とご協力を、よろしくお願いたします。 病院長

## 移動図書館 青い鳥号



### 来院予定日

7/ 6水・20水  
8/ 3水・17水・31水  
9/ 14水・28水

来院時間 午後3:10～3:50

お問い合わせは…

新居浜市立別子銅山記念図書館  
TEL(0897)32-1911

◎悪天候や特殊な事情により、運行を中止することがあります。

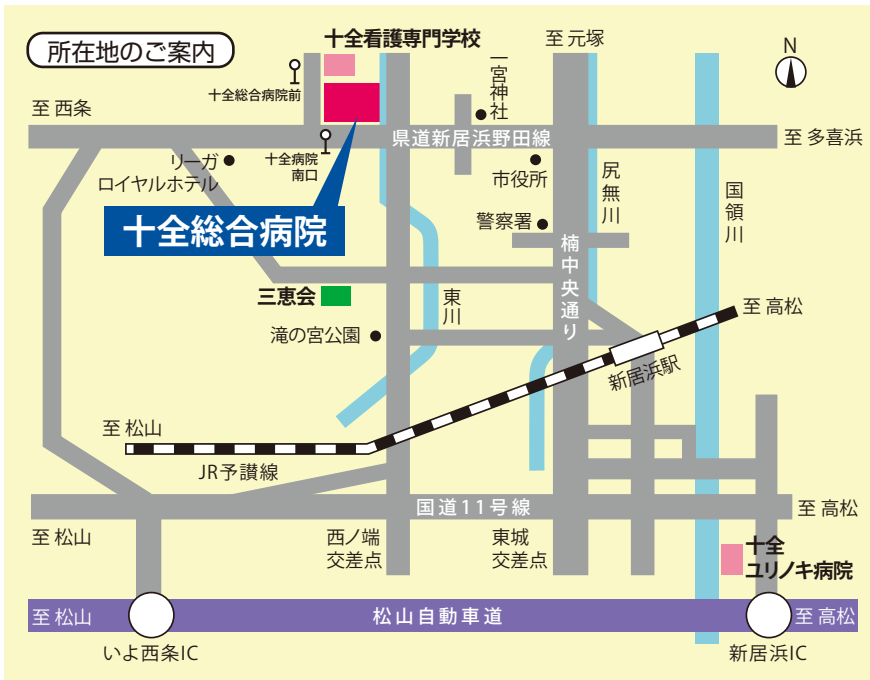
### 患者さまの権利

私たちは患者さまとのより良い信頼関係を築くため、「患者さまの権利」を尊重します。

1. 良質で安全な医療を平等にうける権利
1. 病気の診断・治療方針・今後の見込みについて十分な説明をうける権利
1. 他院を含め他の医師の意見(セカンドオピニオン)を求める権利
1. 自分が受ける医療に参加し自ら決定する権利
1. 診療上の個人のプライバシーについて保護される権利
1. 診療記録の開示を求める権利

### 患者さまの責務

1. 医師が説明し同意した治療方針に協力する義務があります。
1. 自分自身の健康に関する情報はできる限り正確にお伝えください。
1. 院内の規則を守り、他の患者さまの治療に支障を来さないよう協力をお願いします。



### 交通のご案内

- 《お車》新居浜ICから約20分、いよ西条ICから約20分  
【駐車場完備 272台収容可能】
- 《バス》瀬戸内バス……「十全総合病院前(広瀬→多喜浜線)」下車  
「十全病院南口(今治→マイントピア別子線)」下車
- 《JR》JR予讃線……新居浜(にいほま)駅下車、タクシーで約10分



一般財団法人 積善会

## 十全総合病院

〒792-8586 愛媛県新居浜市北新町1番5号  
TEL(0897)33-1818 FAX(0897)37-2124

ホームページアドレス <https://jyuzen.jp/>



ホームページ



フェイスブック

編集 広報誌編集活動委員会

### 医療・福祉 十全グループ

- 十全看護専門学校  
あたたかい気持ちとあつい心をもった看護師の育成を図っています。
- 愛媛十全医療学院  
理学療法士、作業療法士の育成  
校是【博く学び、深く思い、厚く思いやる】
- 愛媛十全医療学院附属病院【内科・整形外科】  
生活能力の回復と維持を図っています。
- 医療法人 十全会 十全ユリノキ病院【精神科】  
あたたかい心、思いやりの心、私達は心の医療を推進します。
- 社会福祉法人 三恵会  
子供から高齢者まで、幅広い世代へのお世話を行っています。  
総合福祉施設 やすらぎの郷  
介護老人福祉施設 ハートランド三恵  
介護老人保健施設 リハビリステーション三恵荘  
介護老人保健施設 希望の館  
障害者支援施設 三恵ホーム  
児童福祉施設 十全保育園  
児童福祉施設 中萩保育園  
総合福祉施設 コミュニティハウス三恵  
福祉施設 恵海  
養護老人ホーム 新居浜市立慈光園



環境負荷を抑えた植物油インキと適切に管理された森林から生産された紙を使用しています。

ただいま新型コロナウイルスの感染対策を実施しております。ご不便、ご迷惑をおかけしておりますが皆様のご理解、ご協力よろしくお願いたします。 病院長