

りっかかいだより そうふう

六花会だより

爽風

ホームページ <http://www.rikkakai.jp>

第 57 号
2019/10/26
医療法人六花会
館林記念病院
広報委員会

◇咲笑クラブよりお知らせ◇

RUN 伴+ぐんまで館林市内を走りました！

2019年10月16日（水）

「RUN 伴+ぐんま」は「認知症になっても安心して暮らせるぐんま」を目指して認知症の方やその家族、支援者、一般の子供から年配の方まで、みんなでタスキを繋いで、群馬県庁を目指すプロジェクトです。

皆様の沿道からの熱い声援、ありがとうございました！



今年も館林市産業祭に参加します！

今年も脳トレだけでなく、筋トレにも力を入れて参加します。

毎年好評のバルーンアートも行います！

皆様、ご家族、ご友人と是非いらしてください。

日程：2019年11月17日（日）

8:30～15:00

会場：つつじが岡公園



※写真は昨年の様子です

◇おうちでできる ～腰痛予防エクササイズ～◇

腰痛は、国民の70%以上が一度は経験すると言われています。

高齢化社会・骨粗しょう症が原因ともされており、生活習慣病の1つと数えられています。腰痛の始まりは様々で、急な動作で筋肉が傷ついたり、腰回りの筋肉が疲れ凝り固まったり、加齢などで骨や関節が変形したりすることで生じます。

今回は腰痛予防体操として家でもできるストレッチ(からだの柔軟性をたかめる方法)をいくつかご紹介します。

ストレッチ体操

※各項目 10秒～60秒くらいかけてゆっくり行いましょう

①腰から下をひねります。(左右交互に)



②体を折りたたむように背中を伸ばします。



③腰の下に巻いたタオルなどを入れ、腰を反らせてゆっくりとお腹を伸ばします。



注意点!

- ①無理はしない
- ②呼吸が楽にできる程度で
- ③重度の傷害・病気がある場合は行わない

※あくまでも予防体操ですので、腰痛治療中の方は通院先の主治医やスタッフへ相談してください。

◇大腸がん検診◇…大切な人に受けて頂きたい検査です

*ご存知ですか？

がんにかかる確率は、年齢とともに増加する傾向です。

男性では胃がん・大腸がん・肺がん。女性では乳がん・大腸がん・胃がん。

大腸がんは、男性では 11 人に 1 人、女性では 13 人に 1 人がかかると報告されています。

「早期発見」「早期治療」することが重要です。

群馬県がん検診データベースでは、館林市管内の大腸がん検診の受診率が低いと報告されています。

群馬県で行われている大腸がん検診は、『便潜血検査』です。結果が陽性の場合に精密検査の案内が届くようになっていきます。全国でも大腸がんでの死亡率が高い理由に、精密検査の受診率が低いことが挙げられ、大腸の検査にどうしても抵抗のある方が多いことが原因と考えられます。

当院では、便潜血検査をはじめ、大腸内視鏡検査・大腸 CT 検査を提供しています。便潜血検査が陽性の場合、大腸 CT 検査は保険診療での検査が可能です。

費用は 3 割負担で 7000 円程度になります。

受付にチェックリストがございますので、気になる方は受付スタッフに声をかけてください。

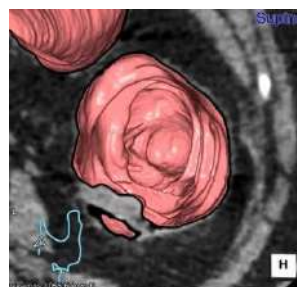
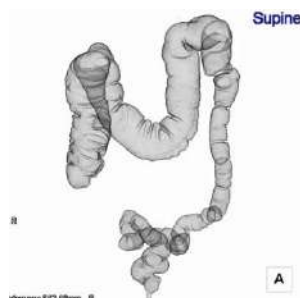
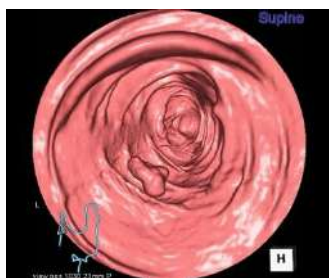
保険診療外での検査も行っております。



当院では、大腸の新しい検査方法として、大腸 CT 検査「CT colonography (CTC)」を提供しています

*大腸 CT 検査とは？

大腸を炭酸ガスで膨らませることによって、CT 装置で腹部全体を 2 体位撮影。画像解析装置を用いて大腸の 3 次元画像を作ることによって診断を行います。炭酸ガスは体内に吸収されやすく苦痛の少ない検査が行えます。



「便潜血検査が陽性の方へ」：早期発見のために大腸 CT 検査をご案内します

* 患者さまの声

- 検査中の痛みがなくて楽だった
- 検査時間が短くて良かった
- 内視鏡検査の時は下剤の量が多かったけど、大腸 CT は下剤の量が少なくて良かった

検査のながれ

1

前処置

検査前日に検査食を食べる

2

来院 検査当日

問診や便の状態の確認をする

3

鎮けい剤注射

腸の動きを抑えるための薬を注射する

4

検査

炭酸ガスを注入し2回撮影。所要時間は 15 分程度

5

結果説明

後日、画像処理した検査画像をもとに結果を説明

<長所>

- 一般的に内視鏡治療が必要な 6 mm 以上の隆起性病変の多くは検出できる
- 短時間(15~20分)で検査が行える
- 内視鏡より痛みなどの苦痛が少ない
- 大腸穿孔のリスクが内視鏡と比べ低い
- 大腸のひだの裏側も観察可能である
- 大腸全体の形や他臓器の情報も得られる
- 内視鏡が挿入困難でも検査が可能

<短所>

- 表面型病変や 5 mm 以下のポリープの検出は内視鏡検査より劣る
- 生検、ポリープ切除を行う場合は、再度内視鏡を行う必要がある
- CT による被ばくがある

病院理念 「心に残る医療を提供する」



基本方針

1. 地域社会に開かれた病院
2. 当院を利用される方に安全・安心を与えられる病院
3. 常に新しい医療を提供する病院
4. 当院を利用される方達が気楽に利用しやすい病院
5. 当院を利用される方が満足を得られる医療を提供する病院
6. 職員をはじめ当院に関わる人達も満足を得られる病院