

ほーわ通信

 新札幌豊和会病院 院外広報誌

HOUWA

2017.3 月

vol.4

ご自由にお持ち下さい

TAKE FREE

・豊和会理事挨拶・がんのリハビリ・糖質制限食・お知らせ・診療案内

・病める身に

主治医のことば

春を呼ぶ

松浦 敬子





SAPPORO の 3 月



医療法人豊和会理事
先端医療センター長
佐藤 昇志

皆さん、極上の季節がやってきます。

白い真冬はそれなりに情緒があります。わたしは嫌いではありません。精神を落ち着かせてくれます。新雪の夜にきく音楽は雪が特別な静寂を与えてくれる由、繊細さを深く増します。そこできくラフマニノフの弱音のピアノは圧巻です。東京の人々はこの特別な美音は知らないでしょう。そして、その白い冬に悶々とエネルギーをためていた札幌の自然がすべての生命の躍動にむかい、その舵をきりだしはじめるのが3月です。わたしは1年でこの月が最も好きです。

自然による壮大な雪の排除。このネイチャーのダイナミックなパノラマはそれぞれ刻一刻とかわります。新千歳空港に2日ぶりに帰ってきて同じ道央道を通る時、高速両サイドの景色の激変の圧巻はだれもが目撃します。

生き物のようなこんな動的な景色の変化は、この地以外ではないでしょう。冬の白い世界からのすべての生物がうごめきはじめるこの時期の感動。私はこの感動からいままで数知れず多大なエネルギーをもらってきました。



天は公平と思います。極上の、こんな雪解けの喜びをあたえてくれているからです。

京都の人々は4月、京都から離れないといいます。絶景の鴨川のしだれ桜の景観を見逃すことは人生の否定であるからです。わたしは、これと同じ理由で3月の札幌から離れたくありません。毎日景色が変化する刹那にこころが共鳴するのです。

私はいままで様々な世界の国々にいきました。いろいろな自然にも巡り会いました。しかし、SAPPORO, HOKKAIDO, JAPAN を凌駕する自然はないとつくづく思います。以前、大学の人々にいっていました。「そのうち黙っててもこの自然めがけて諸外国からくる」と。今日、まさにそうなっています。

我々は本当に恵まれているところに生きています。山あり海あり湖あり森ありー。

我々はそのような地で、生活と命にかかわるミッションを遂行しているのです。こんな幸せなことをやらせていただいて、私は常日頃深くめぐまれていると思います。





「がん」患者のリハビリテーション



がんはいままでは「不治の病」として扱われてきましたが、今は「共存」の時代となっています。
がんになると……



痛み、食欲低下
息苦しさ、だるさ

+

手術、抗がん剤
放射線治療など



心身の機能の低下
生活の質の低下

このような状況になったときに、「がんになったのだから仕方がない」と、あきらめる人が多いかもしれません。また、さまざまな心身機能の低下によって、日常生活に支障をきたし、家事や仕事、学業などへの復帰も難しくなります。
そうすると、生活の質が著しく低下してしまいます。

しかし、がんになっても、これまでどおりの生活をできるだけ維持し、自分らしく過ごすことは可能です。そのために欠かせないのが「がんのリハビリ」です。

すでに欧米では、がん医療の重要な一分野としてリハビリが認められており、がんと診断された直後から、あらゆる状況に応じて適切なリハビリが行われています。

免疫力・体力向上



家庭・社会復帰、趣味活動の獲得



普段の生活と近い日常を取り戻す

その結果、がんのリハビリテーションは、患者さんの体力・免疫力を高め、残っている能力を維持・向上させ、今までの生活を取り戻すことを支援することによって、患者さんの生活の質を大切にしようとする考え方に基づいて行われます。

がんのリハビリテーションは、がんと診断されたときから、障害の予防や緩和、あるいは能力の回復や維持を目的に、あらゆる状況に応じて対応していきます。



当院のリハビリテーション科でも、がんの患者さんに対してリハビリテーションを行っています。少しでも患者さんの生活の質を上げることができるよう頑張っています！

新札幌豊和会病院

リハビリテーション科 理学療法士 小山 裕之



糖質制限食について



数年前から糖質制限食についてさまざまな見解が示されていますが、皆さんどのように感じていますか？

明らかに過剰摂取している人が一般的な摂取量まで制限する、という意味の糖質制限食（いわゆる糖質制限ダイエット的な）ということであれば、確かに理にかなっており、減量や生活習慣病の抑制に寄与するのは当然で、好ましいこととすんなり受け入れられるでしょう。

しかし、問題となっているのはかなり極端な糖質制限についてです。例えば癌の食事療法として糖質を制限している方も多くいらっしゃいます。癌細胞がブドウ糖をエネルギー源としていることが一般的に広く知られるようになってきたためです。ただ、癌の進行や治療などの影響で食欲が減退しているなか、患者さんが好んで口にするのはゼリーやアイスクリーム、果物などの口当たりが良く、糖分の多いものがほとんどです。



そもそもエネルギー産生栄養素というのは3つしかありません。皆さんご存知、糖質・脂質・たんぱく質です。このうちの1つを極端に制限するとどのようなことが起こるのでしょうか。本来摂取エネルギーの約60%程度を炭水化物から摂取するのが良いとされています（厚生労働省・日本人の食事摂取基準より）。糖質を制限しようとするすると当然他の二つの比重が重くなりますよね。脂質の摂りすぎやたんぱく質の摂りすぎに問題が生じるのは至極当然と考えます。また、摂取エネルギー自体を極端に減らすことは急激な体重減少に繋がるため問題外です。※「糖質」と「食物繊維」の合計が「炭水化物」



しかし実際に糖質制限食はてんかんの治療にも使われていますし、アルツハイマー型認知症に効果があるともいわれています。癌の治療としても今後どんどん研究が進んでいくでしょう。極端に糖質を制限した食事は「ケトン食」と呼ばれており、ブドウ糖が枯渇した体は代わりに脂肪を分解してケトン体をエネルギー源として使用するため、こう呼ばれています。癌細胞はブドウ糖を利用しますが、ケトン体は利用できないのです。

ケトン食を実際に病院で提供したらどうなるのか、想像してみました。まず、主食（ご飯、パン、麺）は無しの食事になるのは間違いないでしょう。しかしある程度のエネルギーは摂取

しなければならないため油っぽいメニューが多くなります（例えばグラタンのような）。食欲減退している癌患者さんにこのようなメニューを提供するのはとても心苦しいですし、あまり現実的ではないですね。

新札幌豊和会病院

栄養科 新美 麻子





新札幌豊和会病院改修工事のお知らせ

新札幌豊和会病院は平成29年8月に105床から140床に増床することが決まりました。それに伴い下記の日程で増床の為の改修工事を行います。

工事期間：平成29年4月1日～同年6月30日

改修場所：5階

入院中の皆様、ご来院の皆様におかれましては、工事期間中、騒音の発生、工事関係車両等の出入りで大変ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解・ご協力をお願いいたします。尚、外来診療・入院への影響はございませんのでよろしくご承知ください。

新札幌豊和会病院 友の会だより④

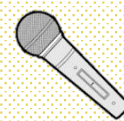
昨年入会された友の会会員の皆様、平成29年度会費を未納されている方は、平成29年3月31日で会員特典を失効しますので更新手続きを行ってください。更新手続き希望の方は受付窓口までおいでください。

友の会事務局

医療公開講座のお知らせ



院内医療公開講座



第24回医療公開講座

平成29年3月23日(木) 当院5階 講堂

【第一部】

【時間】 14:00～



【演題】 「高齢者と救急車」



【講師】 医療法人豊和会 理事長 森 和久



【第二部】

【時間】 15:00～



【演題】 「薬の正しい飲み方使い方」～薬の効果を高めるために～

【講師】 薬剤科 科長 菊池 一樹

※ 講堂での公開講座は、4月から改修工事の為使用できません。今後は院外での講演になります。

編集後記： 表紙に掲載された句は、昨年当院に入院された松浦 敬子（90歳）さまが昨年3月末より4月にかけて当院へ入院し、その折に病床にて思いつくままに作句されたものです。松浦さまどうもありがとうございました。

問い合わせ先： 新札幌豊和会病院（広報課） 電話：011-893-7000

（札幌市厚別区大谷地東2丁目5番12号）

新札幌豊和会病院外来担当医表

	診療科目	月	火	水	木	金	土
午前	外科 総合診療科	森 ^{※1} 北川 江副	森 穴戸 ^{※1} 諸原	北川 ^{※1} 江副	穴戸 ^{※1} 森 北川	森 ^{※1} 北川 穴戸 江副	穴戸 ^{※2} (2.4) 江副(1.3.5) 諸原 ^{※1} (1.3)
	循環器科		只野/小林/ 杉江	大澤			
	内科	桑原	明田 桑原	桑原	明田	明田 桑原	明田 桑原
	乳腺 甲状腺	福井 (女性外来)		福井 (女性外来)		福井 (女性外来)	※1 福井(2.4.5)
	痛み					大嶋 (9:00～10:20)	
午後	切外 [※] 北 [※] ニオ (予約)		切外 [※] 北 [※] ニオ 明田 (14:00～15:00)	切外 [※] 北 [※] ニオ 江副 (14:00～15:00)		切外 [※] 北 [※] ニオ 江副(2.4) (14:30～15:30)	
	温熱 (予約)	福井 (15:00～16:00)	明田 (15:00～16:00)	江副 (15:00～16:00)		江副(2.4) (15:30～16:30)	
	専門外来	森 (睡眠時無呼吸症候群) 北川 (下肢静脈瘤) 榎本(14:00～) (循環器)			ストーマ外来 (14:00～15:00)		
	総合診療外来	森 当番医	森 当番医	森 当番医	森 当番医	森 当番医	

※1 新患と急患対応です。

※2 () 内の数字は第何週目かを表しています。→ (2.4) は2週目と4週目を表します

■ 受付時間： 平 日 午前 8:45～11:30 ■ 診療時間： 平 日 午前 9:00～12:00
 午後 12:30～16:30 午後 13:30～17:00
 土曜日 午前 8:45～11:30 土曜日 午前 9:00～12:00

■ 休 診： 日曜・祝日 救急の場合は24時間対応します。

診療科目

内科 外科 消化器内科 消化器外科 乳腺外科 大腸・肛門外科 循環器内科
 腫瘍内科 腫瘍外科 麻酔科 人工透析外科 ペインクリニック外科

専門外来

セカンドオピニオン/禁煙外来/睡眠時無呼吸症候群(SAS) 外来/下肢静脈瘤外来

※ 下肢静脈瘤外来は月曜日に変更になりました。診察時間は13:30～15:00です。

※ 都合により担当医変わることがあります。事前に電話でご確認下さい。



医療法人豊和会

新札幌豊和会病院

SHINSAPPORO HOUWAKAI HOSPITAL

〒004-0041 札幌市厚別区大谷地東2丁目5-12

☎011-893-7000

http://houwa.or.jp/shinsapporo

