



おおあそ

平成29年
春号

気候温暖な時期の食中毒

内科 合志和人

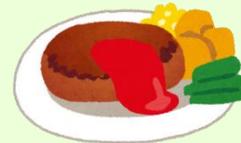
ノロウイルス腸炎は減ってきましたが、夏に流行る細菌性腸炎がポツポツ見られるようになってきました。病原性大腸菌、サルモネラ、ビブリオ、などなどです。

細菌は、温暖な気温で増殖するため、細菌性食中毒は夏場に流行ります。今回はそのうちの2、3を、ご紹介します。



【病原性大腸菌】

病原性大腸菌は牛などの腸内から、解体するとき肉の表面に付着し、潜伏します。肉の内側には入っていないため、表面をよく焼けば滅菌できます。が、ミンチにすると、表面の菌が中に入るため、ハンバーグやツミレは中までよく火を通さないといけません。



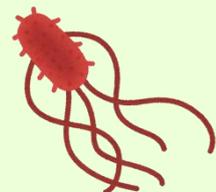
【耐熱性ウエルシュ菌】

食品を温めるときに増殖し、100℃でも1～3時間耐え、冷めるときに成長、増殖するので、カレーやシチューなど温め直しはなるべく避けましょう。



【サルモネラ】

最近、ニワトリにワクチンをしたりするそうですが、生卵にはやはり注意が必要です。



大徳会理念
「一隅を照らす」

私たちは、人々に灯火と明りと輝きをもたらします。

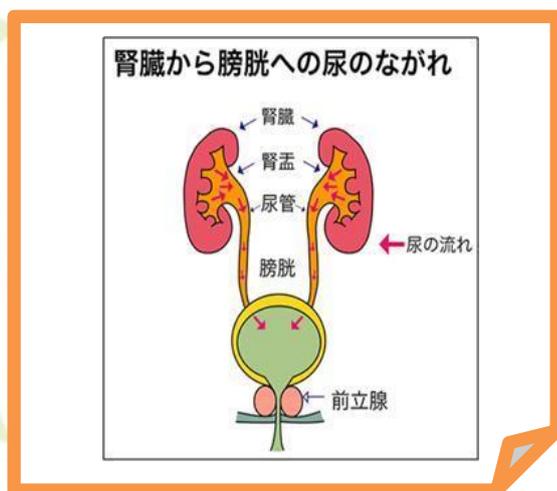
検査室のご紹介



今回は、当院の検査室で実施しております**「尿定性検査」**について、ご紹介させていただきます。皆さんの中にも、病院にいられて、尿を採られた方も多いのではないかと思います。一体、尿検査をして何がわかるのでしょうか？

「尿定性検査」は、尿分析機器を使って、**PH、比重、白血球、亜硝酸塩、ウロビリノーゲン、タンパク、潜血、ケトン体、ビリルビン、糖**を測定しています。

もし、腎臓や体のどこかに異常があると、これらに反映され、異常な値がでてきます。では、どういふときに異常がでてくるのか、主なものについて説明していきます。



PHについて、健康な人の尿は弱酸性ですが、アルカリ性（PH7.6以上）に傾くと、尿路感染症・腎疾患が疑われ、酸性（PH4.7以下）に傾くと、糖尿病などが疑われます。

比重は、高い場合、糖やタンパク質が漏れ出していると考えられ、糖尿病・心不全などが疑われます。低い場合は、尿の濃縮力が低下していると考えられ、慢性腎炎や尿崩症が疑われます。水分の過剰摂取・利尿剤の服用でも低くなることがあります。

白血球は、尿路感染症や尿路結石などの炎症がある場合に出ってきます。同じく、**亜硝酸塩**も細菌感染症の指標とされています。



タンパクは、健康な人の尿中にはほとんどでてきませんが、発熱時や立ちっぱなしでいるとき、また運動のあとや精神的ショック、疲れといった原因で、一時的に出てくる場合があります。しかし、一定量を超えてしまうと、腎臓や尿路系に異常があると考えられます。

糖は、尿中に含まれるブドウ糖のことです。血液中には常に一定のブドウ糖が含まれていますが、多くなりすぎると尿に漏れ出してきます。健康な人では、ブドウ糖はほとんど尿中に漏れ出すことはありません。

このように、腎臓や体のどこかに異常があると、尿の成分や性質・量などに影響がでてきます。腎臓や体の異常を知らせるサインを調べるのが**「尿定性検査」**になります。



STのご紹介

ST（言語聴覚士）とは、話す、聞く、食べる、のスペシャリスト。

話す、聞く、表現する、食べる……。誰でもごく自然に行っていることが、病気や事故、加齢などで不自由になることがあります。また、生まれつきの障害で困っている方もいます。こうした、ことばによるコミュニケーションや嚥下に問題がある方々の社会復帰をお手伝いし、自分らしい生活ができるよう支援するのが言語聴覚士の仕事です。

（日本言語聴覚士協会 HP より）



長野 満咲

昨年の7月より大阿蘇病院へ入職しました長野と申します。

現在は病棟とデイケアの方でリハビリを行っております。

皆様の話す楽しみや食べる楽しみのお手伝いできればと思っております。今後ともよろしくお願い致します。



今村 美咲

平成28年7月に入職しました、言語聴覚士の今村美咲です。

担当は病棟と外来でリハビリを行っております。地域の皆様の健康と肺炎予防のためのリハビリが提供できるように努めて

いきたいと思っております。どうぞよろしくお願い致します。

言語聴覚士が対象とする主な障害として、失語症、構音障害、音声障害、聴覚障害、摂食嚥下障害があります。失語症は脳卒中や事故などで「話す・聴いて理解する・読んで理解する・書く」が難しくなることです。言葉の訓練を行うことでどのようにしたらコミュニケーションがとりやすくなるかを指導します。構音障害は口の動きが悪く、言葉が聞き取りづらい状態です。口の運動などを行い話しやすくなるように訓練します。摂食嚥下障害とは、食べ物がうまく飲み込めない、口の中に残る、水分などでむせるなどの状態です。これが悪化すると誤嚥性肺炎の危険があります。誤嚥性肺炎とは食べ物などが食道ではなく気管に入り、その結果として肺炎を起こすことです。特に高齢者の方に多くみられます。症状としては熱が続く、食事中に咳き込むことが多くなった、食事に時間がかかる、うまく飲み込めない、常に喉がゴロゴロと鳴っている、元気がなく息苦しい、痰が汚いなどがあります。このような症状で気になることがあればお気軽にご相談ください。

リハビリ課より

～転倒予防体操～

転倒予防には筋力やバランス能力などが必要となりますが、その中でも今回は自宅で簡単に実施でき、転倒予防に効果のある体操をご紹介します。

《ダイナミック・フラミンゴ体操》

ダイナミック・フラミンゴ体操は、1分間の片足立ちを1日3回実施するだけの簡単な体操です。1分間の片足立ちで53分間歩いたことと同じ効果を得られるだけでなく、転倒リスクが1/3に軽減するという研究結果も出ています。簡単な体操ですので、毎日コツコツ行ってください。



視線を前に

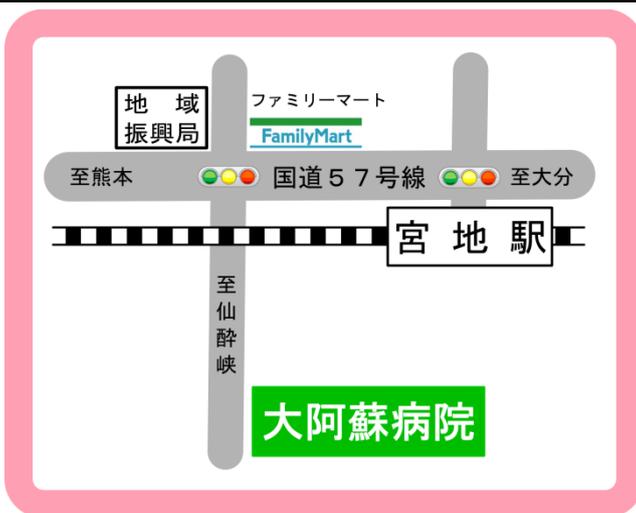
床からつまきを5cmくらい上げる

右足片足立ち 1分間 + 左足片足立ち 1分間 = 1日3回

診療科目

内科・整形外科・リウマチ科・消化器科・胃腸科
循環器内科・リハビリテーション科・皮膚科

			月	火	水	木	金	土
内科 外科	診察	午前	内田太	内田太	合志	内田太	内田太	熊大
			合志	合志			合志	内田太
	午後	内田太	合志	合志	大場	内田太	休診	
		合志			合志	合志		
内視鏡	午前			内田太		合志	休診	
	午後	合志		内田太		内田太	休診	
皮膚科	診察	午前				深松		
整形外科	診察	午前	内田徳	内田潤	内田潤	内田潤	内田徳	内田潤
			内田潤				内田潤	
	午後	内田潤	内田潤	内田徳	内田潤	内田潤	休診	



熊本方面から仙酔峡入口（ファミリーマート前）
信号より右へ約500m先

※内科は最終土曜日のみ、内田太院長の診察となります。

※予告なく変更になる場合があります。ご了承下さいませ。

※検査は予約制となっております。

※外来送りをしております。受付へお申し出下さい。

※電話での外来受付は行っていません。

診療時間	
平日 午前	8:30~13:00
午後	14:00~17:00
土曜 午前	8:30~12:00
午後	休診
受付時間	
平日 午前	8:30~11:00
午後	12:00~16:30
土曜 午前	8:30~11:00
休診日 日曜日・祝祭日・年末年始	

医療法人 社団大徳会

大阿蘇病院

〒869-2612 阿蘇市一の宮町宮地 5833 番地

☎ 0967-22-2111 Fax 0967-22-2114

<http://www.daitokukai.info/>

mail: ooaso@daitokukai.info

発行：医療法人 社団大徳会 大阿蘇病院 広報委員会