IBULIVE いぶりぶ

いぶり+Live

医療法人 社団 いぶり腎泌尿器科クリニック 広報誌

泌尿器科・血液透析

新年号 NO.8 季刊誌

坪院長の健康講座

前立腺肥大症について

院長 坪 俊輔

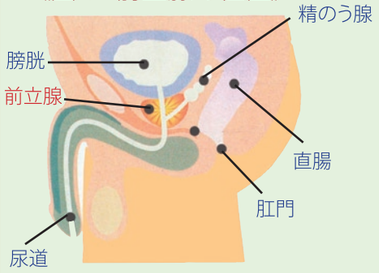
五十歳前後から始まる男性の排尿障害の原因として、第一に前立腺肥大症があげられます。前立腺は(図ー1)に示すように、膀胱の出口に尿道を取り巻くようにあります。その働きは不明な点が多いのですが、精液の一部を前立腺の分泌液が占めています。この前立腺は四十代半ば頃より徐々に肥大し、尿道を直接圧迫して排尿を障害します。(図ー2)また、前立腺にα1受容体と呼ばれる神経が増えてきて尿道の抵抗を増し、機能的に排尿を障害します。(図ー3)

主な症状は尿勢低下・残尿感・頻尿・夜間頻尿・尿線途絶・尿意切迫(尿が我慢しにくい)などですが、進行すると失禁が続いたり、残尿が増えて慢性の尿閉となり腎不全になる場合もあります。なお、普段は無症状でも、飲酒や寒さに曝されるとα1受容体が刺激されて、急に尿閉を起こすこともあります。治療の主体は排尿状態と自覚症状の改善にあります。ただしその前に、直腸診による前立腺の診察や前立腺の腫瘍マーカーであるPSAの検査などで前立腺癌を否定する事が必要です。

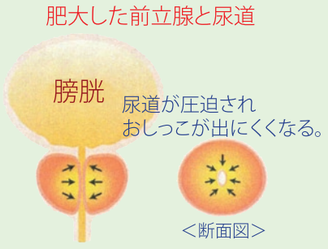
さて治療方針ですが、自覚症状を主とし、他に尿流量測定やエコーによる残尿測定などの簡便な検査を参考として決定します。慢性尿閉などの進行した場合を除いて、最初は投薬による保存的治療を行う事が殆どです。生薬や漢方薬も使いますが、先に述べたα1受容体の働きを弱めるα1遮断薬が有効で投薬の主軸となっております。これらの投薬によっても自覚症状、排尿状態の改善が得られない場合にのみ、経尿道的内視鏡下前立腺切除術などの手術的治療を考慮します。

以上前立腺肥大症と主にその保存的治療につき、概要を述べてみました。

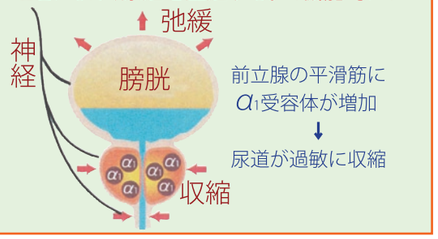
《図1:前立腺の位置》



《図2》



《図3》 前立腺の中に平滑筋が神経に反応して緊張・収縮することにより、尿道を圧迫する。<機能的に>



明けましておめでとうございます

皆様とともに歩む
クリニックを目指して！

皆様から寄せられた貴重なご意見にお答えします

今後も皆様のご意見をお聞かせください。

待合室にアンケート用紙をご用意しております

感謝の気持ちを忘れずに患者皆様と接しております。

Q 待合ロビーの小説も良いのですが、絵本もいいのではないでしょうか？

A 子供の患者様や、お母さんと一緒に来院する子供さんの為に絵本もロビーに置くようにします。

Q 病棟のふき掃除の時の洗剤の臭いがものすごくきつく、鼻にツーンときたし気分もムカムカ。閉め切っているせいもあるかもしれませんが、体も弱っているし、もっと薄めて使うとか、臭いのないものにしたらいいのではないでしょうか？

A 毎年１１月から翌年２月まではノロウイルス等の細菌対策のため、塩素系の洗剤を拭き掃除に使用しています。使用に関しては適正濃度で使用していますが、どうしても臭いが残ってしまいます。今後は臭いの少ない塩素系洗剤があれば使用していきたいと思っています。

「透析患者様勉強会」開催

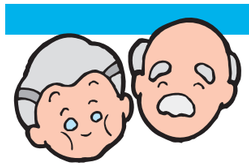
昨年十月二十一日、いぶり腎泌尿器科クリニック会議室を会場に、当クリニックで透析を受けられている患者様を対象とした「透析患者様勉強会」を開きました。

講師は坪俊輔院長が務め「透析患者の合併症対策について」講演、ポイントを分かりやすく説明・解説しました。この日、参加したのは二十五人、日常生活のなかで注意することなどを真剣な表情で聴講、坪院長の話に聴き入っていました。

職員を対象とした勉強会や看護研究会は定期的に開催、それぞれがスキルアップを目指して学習しています。これからは今回のような、患者様を対象とした勉強会も積極的に開催しますので、お気軽にご参加ください。

糖尿病に関するフットケア

シリーズ2



透析室看護主任
辻 和子

今回はご自分で出来る「足」のケアをご説明します。普段の生活でちょっとだけ、自分の「足」について気をつかうよう、心がけてみませんか？

①靴下は家の中でも履くようにしましょう。白色の綿で、ゴムのところがゆったりしているものがおすすめです。毎日取り替えましょう。足の裏は一日でコップ一杯分の汗をかきます。見た目は綺麗でも毎日清潔な靴下に履き替えましょう。

②靴は自分の足にあった先のとがっていない、靴底にクッションのあるものが、おすすめです。先のとがった靴は知らないうちに足の指を変形させてしまいます。また、靴による圧迫が原因で、タコ・ウオノメになってしまう事もあります。

③深爪はしないように気をつけましょう。爪が白く濁って厚くなっていたら、水虫かも知れません。早めに皮膚科で診てもらいましょう。

④禁煙を心がけましょう。タバコに含まれるニコチンは、血管を収縮させたり、傷めたりし、血液の流れを悪くします。

自分の足は、一番お世話になっているにも関わらず一番気にかけていない所、ではありませんか？皆さんはご自分の足をじっくりと眺めたり、触ったりした事はありますか？これからの季節、かかとのカサカサも要注意です。カサカサした所からは、ばい菌が入りやすく、なかなか治りません。カサカサを見つけたり、さわって気づいたら、保湿クリームやオイルを手に取りよくすり込んでください。毎日足を洗って乾いたタオルでよ～く拭き(もちろん指の間も！ここを忘れると水虫の原因になります)。それからクリームやオイルを塗ってください。

毎日ということがコツです。長年お世話になっているご自分の足を、いたわってあげませんか？いつまでもご自分の「足」で歩いて頂きたいと願います。

■発行：いぶりぶ発行委員会

伊達市梅本町2番地15いぶり腎泌尿器科クリニック内 TEL0142-21-1400 FAX0142-21-1401

●発行責任者：横井 浩

■発行/平成21年1月10日■4月・7月・10月・1月の年4回発行

※本誌掲載の写真、記事の無断転用は固くお断り致します。

●企画・制作：室蘭民報社 <企画開発室>

室蘭市本町1-3-16 電話0143-22-5122

スタッフ紹介

＜取材/室蘭民報社＞

心の通う医療を追い求めて

大友　明美病棟看護師　看護師は生涯の仕事

東京生まれ室蘭育ちの大友看護師。江戸っ子のなごりは、ややアップテンポの語り口「よく気ぜわしいといわれます」と笑う明るい性格の持ち主。笑うたびにそのテンポは速さを増し、取材メモをとるのも大変な状況になった。

室蘭の中学卒業と同時に、八雲町の看護学校へ進学。高校は八雲高と伊達高の定時制でそれぞれ二年間勉強、卒業した努力家だ。看護師を目指した理由は「親戚に看護師がいて、憧れたから」。自らの性格は「地味な方ではない」と遠まわしだ。

職場については「みんな笑顔で明るい」と笑い、「私は毒を吐くタイプ」とさらに大きな声で笑った。「じっとしてられない性格から、看護師は体力の続く限りやります」と力強い。生活環境の変化を受けやすい入院患者さんに、持ち前の明るさで「ストレスを取り除きたい」と意欲的だ。

待ち時間の短縮を図りたい

石川　真由美外来看護師

第一印象は優しいお母さんのイメージを受けた。その通り男の子二人のお母さん看護師だった。子どもとの触れ合い不足には「愛情たっぷりに育てること」が大切という。

伊達中時代はソフトボール部でセカンド、トップバッターで活躍した。大庭看護師、前号登場のスラッガー・菊地看護師の先輩にあたる。健全な心身育成のためにも「息子たちにもなにかスポーツをさせたい」と目を細める。

連日百人を超える外来患者、クリニックの認知度もあがり、それに比例し増加している。「今年は二百人を超えるのでは」と気を引き締める。「間違いなく確実に」をベースに、「少しでも待ち時間の短縮を図りたい」と、優しいお母さんの顔から、緊張感漂う看護師の顔になった。

堂端　美奈子透析室看護師　思いやりのある看護を

坂の街、小樽の出身。小林多喜二や伊藤整らの文人を輩出した風土で育った。我が伊達市については豊かな自然と、のどかな風情が大好きという。自宅も市内に新築し、伊達になじみ切った生活を送る。

透析看護の経験はまだ浅く「専門的要素が高く、まだまだ勉強不足」と常にハードルを高く設定する。看護師を目指したのは自立したかったのと「生涯の資格がほしかった」から。現在はその奥の深さに「終わりのない勉強を」と真正面から仕事に取り組む。

現在、男の子一人のお母さん。仕事と育児の両立は大変と思うが、北海道人特有の粘り強さで頑張っている。「患者さんにていねいに、優しく接したい」と笑顔をみせ、忙しさに負けず「思いやりのある看護」を目指している。

患者さんの負担を軽減させる仕事を

大庭　千亜希病棟看護師

落ち着いた雰囲気を漂わせる看護師さんらしい看護師。高校卒業後、伊達市内のスポーツ店で五年間勤務した。二十一歳のとき父親を亡くし、幼い頃憧れていた看護師の夢が脳裏をよぎった。「あれが転機だったのでしょうかね」と振り返る。

二年後、地元の看護学校へ入学、本格的に看護師を目指す道を選ぶ。周りの看護学校生との年齢差は「不利とは思わなかったし違和感も感じなかった」と前向きな性格と芯の強さをのぞかせる。

伊達中時代はソフトボール部に所属、全国大会にも出場した。厳しい練習に耐えた経験が生かされている。「安心感を与える看護」「初心を忘れない」をモットーに、スポーツで鍛えたフットワークで動き回る。常に患者さんの立場で物事を考えることが、自然に出てくる姿勢に、この人の優しさを感じた。

片山　日出子医事課・窓口スタッフ　若さ？で勝負

人見知りとはまるで無縁の明るい性格は、窓口業務に打ってつけの存在。人一倍の若さ?を前面に、テキパキと日常の業務をこなす毎日。旧・虻田町の出身で地元の小・中学校から伊達高へ進学、某地銀で六年間、美人銀行員（本人談）として鳴らした経歴を持つ。

当クリニックへは一昨年五月から勤務、三ヵ月後には医療事務の資格を取得した「努力の人」でもある。以前は市内の薬局勤務の経歴もあり、医療現場の雰囲気には精通していたつもりも「実際は大違いでした」と振り返る。

「気取らない先生方で職場は明るい」「事務所内の雰囲気も最高」と笑う。小学校の通知表に「竹を割ったような性格」と書かれたほどの明るさで、来院する患者さんに元気を振りまいている。

TOPIC

坪院長が洞爺湖町で講演

尿にまつわる病気を分かりやすく説明

当クリニックの坪俊輔院長は、昨年十一月に開催された「洞爺湖いきいき学園（高齢者大学）・公開講座」に講師として招かれ、講演した。「尿疾患」について、尿にまつわる病気を専門医ならではの観点で受講者に分かりやすく説明し、アドバイスを送った。

製薬会社の主催により、洞爺湖町役場内を会場に行われた同講座には、町民はじめ近隣から約百人が受講、テーマの「排尿の障害・蓄尿の障害」について、参加者は理解を深めていた。

坪院長は、尿道が圧迫され小便が出にくくなる「前立腺肥大症」や、意に反して尿が漏れてしまう「失禁」の主な原因と症状に対して、薬物療法や手術といった治療方法を、実際の症例などを基に説明していた。

受講者からは「用をたしてから一時間くらいで、またトイレに行きたくなる」など、普段気になっている症状の質問が寄せられ、坪院長はそれぞれの質問に対し、「排尿がきちんとされているか心配。一度検査した方がいいのでは」とアドバイスするなど、質問者の不安を取りのぞいていた。

約100人が学んだ公開講座

仲山　明宏副院長
竜王戦前夜祭に参加
渡辺竜王・羽生名人に感動しきり

無類の将棋好きとして知られる仲山明宏副院長。昨年十月に洞爺湖万世閣で行われた「竜王戦前夜祭」に参加、あこがれの渡辺竜王、羽生名人を目の当たりにし、「二人ともオーラがあり、感動した」と、その興奮は年が明けたいまも冷めやらない様子、院内の話題を呼んでいる。

会場では渡辺竜王と記念写真を撮影する「ちゃっかりぶり」も発揮、雲の上の存在に等しい竜王とのツーショットを眺めては、ニヤニヤする毎日を送っているらしい。

緊張した面持ちの仲山副院長（左）

コラム column 待合室 No.8

不況と芸術文化

○…米国に端を発した世界同時不況が吹き荒れている。特に自動車産業の落ち込みは、その進行速度の速さに驚かされる。まさに「あっ」という間の出来事だ。裾野の広い産業だけに、今後さらに多大な影響を及ぼすことが懸念される。米国はともかく、日本においては前兆らしきこともなく、いきなり訪れた。まるで天災のような不景気である。

○…不景気の影響を、一番早く受けるのは意外なものだ。それは芸術文化である。「訳の分からぬことを」と思うかも知れないが、これが事実である。企業が真っ先に削る経費は広告宣伝費だ。ある広告代理店の調査によれば、軒並み約三割ダウンだそうだ。問題はこの経費の中に、芸術を支援する企業メセナの予算が含まれているから、文化振興に大きな影響がでる。という訳である。

○…企業にしてみれば、自社製品をPRする宣伝費にはメリットが感じられるが、文化支援に対するそれは、直接的には感じにくい側面もある。「花より団子」ということだ。広告費の中でも、削りやすいと考えられる。さらに非正規社員とはいえ、派遣の大量解雇の最中、一方で企業メセナということも、社会に対し説明に窮する結果につながる。文化受難の時代が到来した。

○…知り合いの音楽家が昨年こう話していた「仕事ありますか?が我々業界のあいさつ言葉になっている」。面白いジョークと思っていたが、いま考えればそうではなかったようだ。別の演奏家は「有名アーチストでさえ、生活に窮する時代」という。まさか?と思うが事実であるようだ。中央の芸術家は、いち早く今回の同時不況を察知していた。

○…芸術が不必要なものかといえば、答えはまったく逆、むしろこんな時代だからこそ必要だ。王室や貴族、教会などによる「パトロネージ」により支えられ発展してきた芸術。支える側が大企業に変化したものの、その構図は変らない。景気という魔物に左右され、衰退を繰り返すのは負の遺産としかいいようがない。それをどう改善するかは、行政が本腰をいれた文化振興策を打ち出す以外にない。