杏雲堂

～病院と皆さまとの懸け橋～

杏雲堂病院広報誌　Vol.21　2023.1.31 発行

▶特集　脳神経内科

▶連載　Dr. コラム（肝臓内科：近藤祐嗣）
とくするお薬の話（佐々木研究所：大谷道輝）
入院中の食事紹介（栄養管理科）

明るく開放的な空間で、楽しくリハビリを行いましょう！（撮影：2023年1月11日）

年頭のご挨拶

公益財団法人佐々木研究所
理事長　佐々木 敬

みなさま　明けまして、おめでとうございます。本年もどうぞ宜しくお願い申し上げます。

一般の診療がコロナウイルス蔓延による影響で低迷しているところではあります。杏雲堂病院は昨年、このコロナ禍での診療に少しでも貢献するために、数は少ないながらもコロナ病床を設定し、行政にも届け出ました。このところの第８波流行の影響でこの病床は利用率が高い現状です。また医療に従事する職員一同、細心の注意にて感染対策に心がけており、幸いにも大きな感染者クラスターを出すことなく経過することができています。本法人は附属杏雲堂病院とともに附属佐々木研究所が併設され技術的にも可能だったため、コロナ禍の初期より施設内での独自のＰＣＲ検査を実施することで迅速な検査結果を得られる状況を作り、地域医療にも貢献してこられたと考えています。さらに昨年には専用の次世代シークエンサーを導入しましたので、より詳細なウイルスゲノム同定等が可能となっていることをお知らせいたします。

医療の情勢はコロナ禍以外の要因も存在し、非常に厳しさを増しております。杏雲堂病院は多くの専門医療施設、高度先進的な医療機関に囲まれておりますので当院としましては、質の高い医療を提供できる得意分野（特に乳腺や婦人科領域の女性特有の疾患、緩和ケアを含むがんの総合的診療、急性腹症をはじめとしたcommon disease、検診を通した予防医学、附属研究所と連携したトランスレーショナル研究など）を柱とすると同時に、今後は地域の医療機関との連携をこれまで以上に強固なものにして、何よりも患者さんのために「患者ファースト」の精神で職員、一丸となって進んで行く所存です。今年もご高配のほど、宜しくお願い申し上げます。

【特集】

杏雲堂病院の 脳神経内科

脳神経内科という診療科をご存知でしょうか?あまり馴染みのない科名かもしれません。脳と脊髄そして筋肉の病気を専門にする内科なのですが、一体どんな病気を診る科目なのか想像しにくいのではないでしょうか。対象としている病気には、多系統萎縮症、脊髄小脳変性症、筋萎縮性側索硬化症（ALS）、筋ジストロフィー、重症筋無力症など、国の定める難病が多く含まれ難しい病名ばかりですから、なにか特殊な症状がないとご縁がないように思われがちではありますが、もっと身近な症状や病気でも、当科に相談いただければお役に立てるかもしれません。あなたや、あなたの大切な人が、繰り返す頭痛で、色々なことをあきらめてはいませんか? 手が震えたり、しびれたりして、字を書いたり、箸を使ったりが難しくはないですか? 足がしびれて眠れなかったり、もう出かけるのは無理だと感じてはいませんか? 歩きや動作が遅くなったり、転びやすくて外出が怖くなったりはしていませんか? あきらめるしかないと考えていたり、症状を理由に、人と会ったり、外に出ることためらうようなことがあるようでしたら是非一度、当科にご相談ください。症状の原因を探り、適切な対応を選ぶことでもっと楽しく穏やかに過ごせる可能性があるのです。

もう一つ、当科の大事な仕事があります。高齢化の進むわが国で今や大きな脅威となっているのが認知症です。残念ながら現時点では、認知症を治したり、進行を完全に止めることができるお薬は、まだこの世の中に存在しません。進行をなんとかゆっくりに抑えるのがやっとなのです。ですから、少しでも長く、自分らしい時間を過ごすためには、認知症治療は、症状が軽い、早いうちから始めなくてはいけません。また、物忘れの中には、時機を逃さず適切な対応をすれば治すことのできる“treatable dementia=治療可能な認知症”（実際は極軽度の意識障害で治療が遅れると元の状態に戻れなくなります。）が紛れ込んでいるのです。ですから、何か思い当たることがあるのなら『念のため受診』してみてはいかがでしょうか? 万が一、アルツハイマー型認知症やレビー小体型認知症などの診断だったとしても、ご本人やご家族の不安や負担を軽くできるよう努めたいと考えています。

最後に、皆さんは脳卒中の兆候を知っていますか? きちんとセルフチェックはできますか? 突然、片側の手足がしびれたり、力が入らなかったりはご存じの方も多いはず。他にも、物が二重に見えるようになったり、呂律が回らなくなったり、水を飲むとむせて苦しくなったり、これらは全て脳の一部が傷ついたサインです。そんな時、あなたならどうしますか?

様子をみたりする必要はありません。むしろすぐに病院にかからなくてはいけません。当科の大事な仕事の一つが脳梗塞などの脳卒中の診断と治療です。朝起きたら、上記の様な症状があった時や、病院にかかったほうが良いのかよく分からない時は是非お電話でご相談ください。

担当医　長沼 朋佳

2022.4.1 ～の
新設診療科です！

杏雲堂病院 脳神経内科 兼 リハビリテーション科 医長

日本内科学会認定医 / 日本神経学会専門医、指導医
日本老年医学会専門医、指導医 / リハビリテーション認定臨床医
日本リハビリテーション医学会専門医 / 義肢装具等適合判定医

外来診療日　火曜 AM

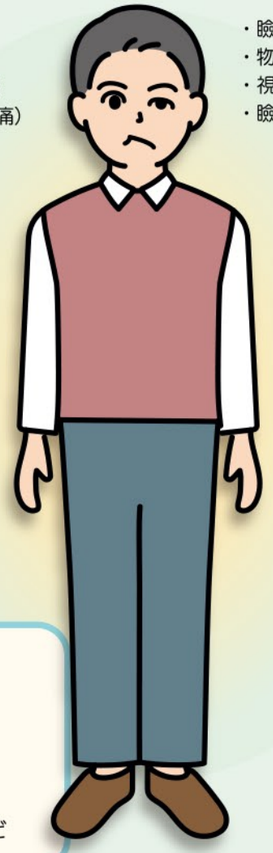
※基本予約制となりますので、下記お電話にてご予約ください。
外来予約センター　03-3292-2058（直通）
（月～金　9：00～17：00 / 第1.3土　9：00～12：00）

こんな症状にお悩みの方へ

ご予約の上、お気軽にご受診ください。

頭痛

- こめかみから後頭部が締め付けられるように痛い（緊張性頭痛）
- 脈を打つように強い痛みがあり、時に前兆や嘔気・嘔吐を伴い身動きできない。（片頭痛）
- 目の裏側に刺すような激しい痛みがあり、じっとしていられない。周期がある。（群発頭痛）
- 熱や嘔気・嘔吐を伴い、首が曲がらない。
- 頭を振ると痛みが増し、時に頭皮がピリピリする。まぶしい。（髄膜炎）　など



頭

- 頭が痛い
- 気を失った
- 物忘れ
- 後頭部に電撃痛（後頭神経痛）

目

- 瞼が下がってしまう（眼瞼下垂）
- 物が二重に見える（複視）
- 視野が欠ける（視野欠損）
- 瞼がピクつく（眼瞼痙攣）

口

- ろれつが回らない（呂律障害・構音障害）
- 水や食べ物がこぼれる（顔面麻痺）
- 食べ物をかむとびりびり痛い（三叉神経痛）
- ものを飲み込むと激痛（舌咽神経痛）

顔

- 片側が下がっている（顔面麻痺 / 顔面含む片麻痺）
- 片側がびりっと痛い（三叉神経痛）
- 片側が動いてしまう（顔面けいれん）

体

- 片側の手足が動かしにくい
- 感覚がおかしい
  （鈍い・ピリピリ・ジンジンなど）
  （運動性 / 感覚性片麻痺）
- 手袋靴下型感覚障害
- 手足が震える（振戦）
- 勝手に動いてしまう（不随意運動）
- 手足が突っ張る（痙縮）

首

- 勝手に曲がってしまう（斜頸）
- 首が下がってしまう（首下がり）

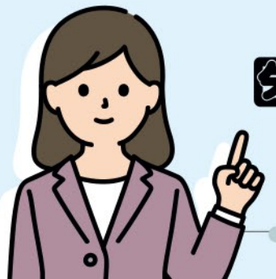
物忘れ

- 日時がよくわからない
- 同じことを何度も尋ねる
- 同じものを何度も買う
- 今までできていた家電の使い方がわからない
- 車を良くこする・ぶつける　など

手足

- 体がこわばる
- 動作がゆっくりになった
- 小股になった
- よく転ぶ（パーキンソン）
- 筋肉痛（筋炎）
- ふらつく（失調）

- 一過性脳虚血発作 / 脳梗塞 / 髄膜炎 / てんかん / ギランバレー症候群などの急性期の対応も可能です
- 亜急性期脳卒中・頭部外傷後の回復期リハ施設への転院待機 / 在宅調整 / 施設入所待機の間リハビリテーション実施可能です。
- 自己免疫疾患等でステロイド漸減しつつ退院に向けてリハビリテーション実施可能です。
- 退院後の外来継続フォローも受け入れ可能です。



医療機関様へ

**このような患者さんの入院受入をしています。
地域連携課へご相談ください。**

TEL：03-3292-2053（直通）／FAX：03-3292-2076（直通）
月～金　9：00～17：00　第1.3土　9：00～13：00

杏雲堂病院 Dr. コラム ＜第 20 回＞

糖質と脂肪肝

肝臓内科：近藤 祐嗣

近藤 祐嗣（こんどう ゆうじ）
杏雲堂病院　肝臓内科医長
日本内科学会認定医・総合内科専門医
日本消化器病学会専門医・指導医
日本肝臓学会専門医・指導医
日本がん治療認定医機構　がん治療認定医

肝臓病の領域では、ウィルス性肝炎が減少している一方、脂肪肝が非常に増えています。脂肪肝の多くは軽症ですが、一部の方は数十年で肝硬変や肝がんに至りますので、正しく対処する必要があります。

脂肪肝の原因は何でしょうか。飲酒や運動不足も重要ですが、最大の原因は糖質のとりすぎです。糖質とは、デンプン（米・パン・麺など）と糖類（果物、甘いもの）です。これらはいずれも体内ではブドウ糖となって血液で運ばれ、エネルギー源として消費されますが、余った分は肝臓や脂肪組織、筋肉に取り込まれ、中性脂肪に作り変えられた上で蓄えられます。

糖質は、満腹感による抑制が効きにくく一度に大量に食べてしまう上に、食べた2～3時間後には強い空腹感に襲われてまた食べたくなってしまうので、容易に食べすぎの悪循環に陥ります。肉や魚(タンパク質と脂質）が、適量で充分に満足でき、食べすぎにならないのと対照的です。欲しいままに糖質を食べ続ければ、肝臓や脂肪組織、筋肉に蓄えられる中性脂肪がどんどん増え、脂肪肝や肥満が進行します。そして、もはや蓄えきれなくなると、血液中のブドウ糖が増えてしまい、糖尿病となります。従って、脂肪肝や肥満を改善させるためには、脂肪の材料になる糖質の食べすぎをやめなければいけないわけです。

人類は、数百万年の間、主に動物の肉、つまりタンパク質と脂質を食べ続けて進化してきました。糖質に頼るようになったのはわずか数千年前、集団で定住して稲や麦を栽培するようになってからあり、我々の祖先は、貴重な米や麦を貯蔵して飢餓に備え、人口を増やし、高度な文明社会を築きあげました。しかし、人類はまだ糖質にうまく適応できていません。大量に供給される糖質を前に、多くの現代人が摂取量をコントロールできず、食べすぎによる病気に悩まされています。健康を保って生きるためには、正しい知識と自制心を持つことが大切です。

入院中の食事紹介

～ 栄養管理科PRESENTS ～
今月の献立 PICK UP　第20回

2023年 1月 7日 昼食

【献立】
- ごはん
- いかの卵の花詰め
- さつまいもの甘辛煮
- しめじと蓮根の一口天ぷら
- みそ汁
- 七草粥

【栄養成分】
- エネルギー ：576kcal
- たんぱく質 ：23.1g
- 脂　　質 ： 8.0g
- 塩　　分 ： 2.4g

新年あけましておめでとうございます。1月7日は無病息災を願う七草粥を提供しました。

杏雲堂病院では、主食がお粥の方には七草粥をお出ししますが、ご飯の方にも召し上がっていただけるよう小鉢によそって提供しています。

七草（セリ・ナズナ・ゴギョウ・ハコベラ・ホトケノザ・スズナ・スズシロ）には風邪予防・消化促進・ビタミン補給など様々な効用があります。青菜の不足しがちな冬場の栄養補給をする役割もあるとされており、長年食べられてきました。お雑煮のように地方によって七草の内容も様々です。当院では七草だけではなく、小松菜を足しています。

行事食は栄養面で理にかなっているものが沢山あり、その一つとして七草粥もお正月のごちそうに疲れた胃を労わる目的が含まれています。最近では野菜嫌いのお子さんも食べやすいように、中華風や洋風にアレンジして出しているご家庭もあるようです。健康的な体づくりにもつながる伝統的な食文化を大切にしていきたいですね。

栄養管理科　楠山智美
冨永晴郎

とくする お薬の話

～第 19 話～

便秘の治療薬

便秘症は、ＱＯＬだけでなく、生存率も低下させることが知られています。一方、便秘症で、医療機関を受診している患者さんは、４割に満たないことが明らかになっています。多くの患者さんは、市販薬を購入するか、民間療法で対処しています。便秘症は、単に排便回数だけでなく、便の硬さや形、いきみや残便感などの症状も考慮して診断されます。食事の量が少なければ、排便回数が少なくても便秘症とは限りません。このような背景から、便秘症を正しく治療するために、『慢性便秘症診療ガイドライン 2017』が策定されました。このガイドラインでは、薬の選び方が従来と大きく異なっていますので、紹介します。

便秘症に使用する薬は、従来は、「センナ」や「ピコスルファート」などを主な成分とした「刺激性下剤」が繁用されていましたが、これらの薬は、屯用などの補助的な使用に留めることが推奨されています。ガイドラインによる選択では、「酸化マグネシウム」などの浸透圧性下剤や、「上皮機能変容薬」と呼ばれる新しい薬が第一選択となっています。まだまだ、ガイドラインの理解が不足されており、刺激性下剤の処方が多く見られています。便秘の治療薬は、長く飲み続ける薬なので、病院で便秘の治療薬を処方されている方も、薬局で市販薬を買われている方も、一度確認をしておきましょう。

大谷 道輝（おおたに みちてる）：佐々木研究所所属
薬学博士　東京大学附属病院・東京逓信病院を経て、杏雲堂病院診療技術部長・薬剤科長就任後、現在佐々木研究所勤務
多数の書籍執筆や、TV 番組出演経験有

～地域合同勉強会～ あんずカフェ

自宅でできる！ がんのリハビリテーション

開催案内

日　時：2023 年 3 月 1 日（水）18：00 ～ 19：00
会　場：Zoom 開催
対　象：どなたでも
参加費：無料

詳細はこちら

あんずカフェ
ご参加お待ちしています

2023 年 2 月　外来担当医表

※ ★印は完全予約制
※ 赤字は女性医師

科　名		月	火	水	木	金	土（午前）
内　科	午前	横江 【総合内科・ﾘｳﾏﾁ科】	淺井 【呼吸器】	相馬 【総合内科】	唐澤 【総合内科・ﾘｳﾏﾁ科】	清水 【総合内科・ﾘｳﾏﾁ科】	(第1,3)相馬 【総合内科】
			根本 【糖尿病】	(第1,3)三浦 【血液】	本澤 【糖尿病】	(第1,2)伊藤玲子 【呼吸器】	(第3)根本 【糖尿病】
	午後	横江 【総合内科・ﾘｳﾏﾁ科】	淺井 【呼吸器】	相馬 【内分泌・腎臓・高血圧】	清水 【総合内科・ﾘｳﾏﾁ科】	伊藤玲子 【呼吸器】	
				古川 【呼吸器】			
消化器・肝臓内科	午前	磯村 佐藤新平	–	–	近藤	–	–
	午後	佐藤新平	–	磯村 (第1.3)近藤★ (第4)小尾	松浦	–	
循環器内　科	午前	大久保	大城	大久保	大城	(第3)大久保	(第1)浅田 (第3)大城
	午後	大久保	大城	大久保 浅田	大城 亀谷	大城	
脳神経内科	午前	–	長沼	–	–	–	–
	午後	–	–	–	–	–	
腫瘍内科	午前	佐々木	河野	尾野村	佐々木	河野	(第1)河野 (第3)渡辺★
	午後	和泉 【緩和ケア外来】	河野	–	佐々木	和泉 【緩和ケア外来】	
消化器外　科	午前	大沼	髙木	内	–	川本 【胆石症外来】	–
	午後	–	大沼	川本	–	内 髙木 ストマ外来★	
整形外科	午前	平井 【脊椎】	星野 【股関節・ﾘﾊﾋﾞﾘ】	中村 【膝・ｽﾎﾟｰﾂ】 狩谷★ 【股関節】	橋本 【骨粗・脊椎】 松原 【股関節】	堀江 【膝・足関節・足部】 (第2,4)船内 【骨軟部腫瘍】	–
	午後	堀江 【膝・足関節・足部】 山賀 【膝・足関節・足部】	橋本 【骨粗・脊椎】	中村 【膝・ｽﾎﾟｰﾂ】 狩谷★ 【股関節】	鈴木 【肩・肘・手】	猪瀬 【骨粗・脊椎】	
婦人科	午前	馬屋原 松岡	坂本★ 松岡 廣瀬	坂本★ 鳴井 田中	馬屋原 中河西	(第2,4)坂本★ 馬屋原 鳴井	(第1,3)坂本★ (第1,3)中河西 予約外受付10:00まで
	午後	馬屋原 松岡	坂本★ 中河西 廣瀬	坂本★ 鳴井 田中	馬屋原 中河西	(第2,4)坂本★ (第1,3,5)馬屋原 滝川	
乳腺外科	午前	田辺	(第2,4)天野	–	伊藤真由子	小田	–
	午後	田辺	佐藤隆宣★	–	–	小田	
遺伝子診療科	午前	–	–	–	–	–	(第1,3)菅野★
	午後	菅野★	–	–	–	菅野★	
泌尿器科	午前	斉藤	–	–	–	–	–
	午後	斉藤	藤井	–	–	–	
皮膚科	午前	–	–	落合	–	–	–
	午後	–	落合	–	–	–	
放射線科	午後	–	福田	茂松	–	大橋	

<外来予約>　TEL：03-3292-2058 (外来予約センター直通)
<患者さんご紹介等>　TEL：03-3292-2054　FAX：03-3292-1300（地域連携課直通）
■　受付時間：(月～金) 9:00 ～ 17:00　(第 1.3 土) 9:00 ～ 12:00　■

最新情報は
こちらを
ご覧ください

おしらせ

杏雲堂病院ニュース

2023.1 版

タイトル：子宮頸がんでも妊娠・出産を可能にする
最新子宮温存療法 ＰＤＴとトラケレクトミー
出版社　：トランスワールドジャパン株式会社
価格　　：990 円 ／ 891 円（電子書籍版）
発売日　：2022 年 12 月 28 日

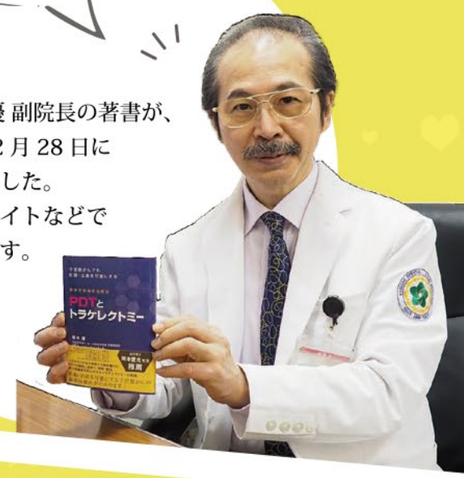
書籍出版記念講演会を開催します！
日　時　：2023 年 3 月 18 日（土）15：00 ～ 16：00
会　場　：ハイブリット開催
会場 / 佐々木記念ホール
WEB 視聴 /ZOOM
対　象　：どなたでも
参加費　：無料

詳細はこちら

講演会

坂本副院長の書籍発売！

当院 坂本優 副院長の著書が、
2022 年 12 月 28 日に
発売されました。
書籍通販サイトなどで
購入可能です。



窓口の名称変更

2023 年 1 月 4 日から、
1 階外来診察受付窓口の
名称を変更しました。

旧名称）第２受付
↓
新名称）外来窓口

外来待合番号表示アプリ導入

ちょっと外出したい・・・
ランチをとりたい・・・など
ご自身のスマホで待合番号が
確認できますので、診察まで
の時間を有効活用できます。
ぜひご活用ください。
※2023 年 2 月正式運用開始

※画面イメージ

アプリのダウンロードはこちら↓

Sma-pa

App Store からダウンロード

Google Play で手に入れよう

ご寄附のお願い

‘がんとの共存を目指して’

「佐々木隆興・吉田富三がん研究募金」
（略称：がん研究募金）

【お問い合わせ先】
〒101-0062　東京都千代田区神田駿河台 2-2　　TEL：03-3292-8092
公益財団法人 佐々木研究所　事務局　　Email：head-office@po.kyoundo.jp

詳細は、ホームページをご覧ください　http://www.sasaki-institute.org/donation/

杏雲堂病院公式 YouTube チャンネル

杏雲堂病院 公式 YouTube チャンネル好評配信中！
ぜひご覧ください。チャンネル登録もお願いします！

https://www.youtube.com/channel/UCWd7LbQwuYi0FNpARUBF28w

ホームページ内「杏雲堂トピックス」

当院の日々の取り組みや、ちょっとしたニュースを紹介するコーナーです。病院をもっと身近に感じていただけるような、楽しい記事を写真とともにお送りします。

https://www.kyoundo-hospital.jp/topic/6842/

外来のご予約

▶ 外来予約センター
TEL：03-3292-2058（直通）
受付時間
【平日】9：00 ～ 17：00
【第 1.3 土】9：00 ～ 12：00

検診のご予約

▶ 検診センター
TEL：0120-132-051（フリーダイヤル）
TEL：03-3292-0551（直通）
受付時間
【平日】13：00 ～ 16：00

患者さんご紹介等

▶ 地域連携課
TEL：03-3292-2053（直通）
FAX：03-3292-2076（直通）
窓口時間
【平日】9：00 ～ 17：00
【第 1.3 土】9：00 ～ 13：00

杏雲堂 Vol.21

公益財団法人 佐々木研究所附属
杏雲堂病院
KYOUNDO HOSPITAL

最新情報は公式 HP をご覧ください
[URL] www.kyoundo-hospital.jp
杏雲堂病院　検索

〒101-0062 東京都千代田区神田駿河台 1-8　TEL：03-3292-2051（代表）

発行：杏雲堂病院 広報部会　　発行日：2023 年 1 月 31 日

ご意見ご感想は　k-kouhou@po.kyoundo.jp　までお寄せください。

＜編集後記＞

２０２２年を振り返ってみますと、国内では相変わらず新型コロナウイルスが感染の猛威を振るい、我々医療従事者も平穏な日常を過ごすことができませんでした。また、国外に目を向けてみますと、２月にロシアによるウクライナ侵攻があり、現在でも停戦の目途が立っていない状況にあります。昨年は、コロナ、戦争などにより不穏な年であったと言えますが、今年は、２０２３年の干支である兎のようにぴょんぴょんと飛躍の年となってもらいたいと願っています。

（T．S）