

SUZUKI HEALTH TOMORROW

Vol.410
R7.6



医療法人 浩生会スズキ病院

〒176-0006 東京都練馬区栄町7-1 TEL: 03-3557-2001

HP: <https://suzuki-hospi.or.jp/>



東京都指定 2 次救急医療機関
(財)日本医療機能評価機構認定病院
人間ドック・健診施設機能評価 認定病院
日本外科学会専門医制度関連施設
機能強化型在宅支援療養病院



「^{ムロサイユウ}無漏西游」

呼吸器科医師

故 神尾 重則

京都を訪れた際に、比叡山・延暦寺（最澄）を参詣した。鶯の啼く山は春の芳菲に包まれ、はるか眼下の琵琶湖は春煙を帯びて霞んでいた。

ここは、高野山（空海）とならんで大乘仏教のメッカ。日本の思想的ルネサンスの場である。当時の日本の知性が、この山で仏教哲理を修め、精進潔斎の回峰行者が黙々と荒行に励んでいた。そう思うと何か身が引き締まるような気がした。

東塔、西塔、横川の諸堂仏閣の霊地を巡った。円仁、道元、栄西、日蓮、法然、親鸞といった聖人達もここに学んだという。綺羅星が生まれるエネルギーに満ちた地。「気韻生動」を体現するような山の息遣いを感じさせた。

京都における研究会のテーマは、「高血圧と腎臓」であった。血圧と腎は、密接に関連している。腎臓に流れ込んだ血液は、糸球体でろ過されたのち、尿細管に運ばれて尿となる。この血液をろ過する機能は、毛細血管が毛玉のように集まった糸球体にかかる圧力によって調節されている。毛玉の詰まりは高血圧に、毛玉のほころびはたんぱく尿に繋がることになる。

このような高血圧と腎障害の発症と進展には、交感神経が重要な役割を果たしている。そこに注目して、最近新しい治療法が開発された。腎動脈の外側の膜に局在する腎交感神経を高周波カテーテルによって焼灼するというものである。治療抵抗性の高血圧におけるトライアルでは、すぐれた降圧効果と全身の交感神経活性の亢進が減弱する効果が得られたという。

長期的な安全性と降圧効果が確認され、難治性のみならず軽症の本態性高血圧症に適応が拡大されれば、非薬物療法による根治や予防が可能な時代が到来するかもしれない。これまでの薬物治療から異次元の世界へ。そんなブレイクスルーの気配を感じさせる治療法といえそう。

さて、西多摩にも古刹は多い。秋川仏教会が、流域の七十五ヶ寺院を紹介した「無漏西游」というガイドブックもある。無漏（むろ）とは悟りの世界をさし、西游（さいゆう）とは、西多摩を三蔵法師の西遊記になぞらえたという。

秋川仏教会は宗派を問わずに、住職と檀徒が一体となって仏道に励むという全国でも稀有な会。檀家総代の栗原亨さんは、その著書の中で「七十五ヶ寺の遍路を終えたのち、心に大きな安らぎを覚えた」と記している。眼を瞑って合掌しながら、安らぎの気配を感じる。そんなときの血圧は安定しているに違いない。



写真：ひっそりと建つ瑠璃堂（比叡山延暦寺）信長の焼き討ちの際、唯一焼失を免れたという

放射線の人体への影響についてその②

診療放射線技師 飯塚友希

まず初めに、放射線を人体に受けると遺伝子（DNA）が傷つき、障害を発生させます。これは、放射線が直接 DNA を切断したり、放射線により体内の水が電離してできたラジカルで DNA を切断するからです。

（ラジカルとは対になっていない電子を持っている原子や分子のこと）

通常小量の放射線であれば、すぐに DNA の傷が修復されて人体に影響は出ませんが、大量に放射線を浴びると、傷の修復が追いつかず、細胞が分裂できず死んでしまったり、がん化したりします。

人体の被ばくは、被ばく後の影響から体細胞、生殖細胞、胎児への被ばくに分類されます。体細胞の被ばくは被ばく者本人にのみ障害が発生するものであり、生殖細胞、胎児への被ばくは生まれてくる子どもたちに影響を及ぼすものです。

体細胞への被ばくによる障害は、3ヶ月以内に発症する「急性障害」と、半年から1年以降に発症する「晩発障害」に分けられます。

さらに、受けた放射線量とその影響によっても障害は分類され、線量が増加するにつれて重症度が増す「確定的影響」と、がんや遺伝的影響のように線量に比例して発生確率が増える「確率的影響」があります。

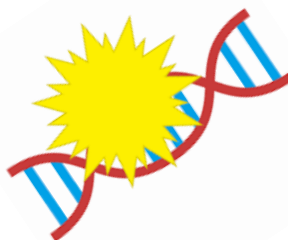
なお、確定的影響は被ばく線量を下げれば障害を防止でき、確率的影響を下げると障害が発生する確率を下げる事が出来ます。

生殖細胞が被ばくした場合は、被ばく者本人ではなく、その子孫で確率的影響（がん、遺伝的影響）が起こります。

そして、胎児被ばくした場合は、被ばく時の発生段階（週齢）によってその影響が大きく異なります。

例えば、「着床前期の被ばくでは出生前死亡、器官形成期においては形態異常や精神遅滞、胎児ならがんの発生に最も影響を与えます。また、胎児被ばくは、胎児の形態、機能異常だけでなく、体細胞、生殖細胞の被ばくも同時に起こる」と考えられています。

しかも、細胞増殖を盛んに行っている胎児が被ばくした場合、成人と同じ線量を受けたとしたら、2～3倍ほど強い影響が出ることもわかっています。



熱中症のサイン



広報委員

全国各地で気温 30 度超えの日々が続いている。今年も昨年の記録的猛暑を上回る「酷暑の夏になる予感・・・」。真夏を迎える前に熱中症に関するニュースを見聞きする機会も増えた。大人はまだ「しんどい、辛い」の基準が自分でわかる。しかし、子どもは自分で SOS を出しにくいもの。親が見逃さず、注意を払う必要がある。

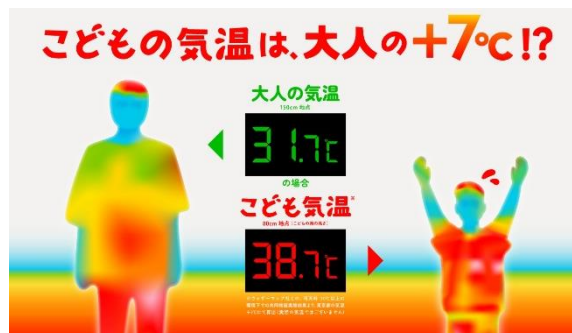
先日も都内は 30 度近く気温が上昇。我が家の娘は朝から元気に遠足だ。

帰宅するなり、「足が痛い」と大汗をかきながら座り込む。「自由時間に走り過ぎたかも～」などと遠足での出来事を楽しそうに話してくれた。が、少しすると頭が痛い、気持ち悪いと訴えてきた。

まずは横になって涼ませる。状況、症状的に熱中症を疑わずにはいられないと、情報収集。やはり熱中症のようだ。水分・塩分を摂らせ、しばらくの間安静にし、徐々に回復。大事には至らなかったが、みるみるうちに症状が悪化していく姿を見て焦ってしまった。

落ち着いて再度、熱中症について調べてみた。

熱中症とは『高温多湿な環境に体が適応できないことで起こる症状の総称。汗をかきすぎることによる脱水症状や体に熱がこもって血管が拡張することにより、血液が循環できなくなっている状態』さらに、大人よりも身長の高い子供は地面からの照り返しの影響を強く受けるため体感温度も大人と比べて **5～7 度** も高いと言う。



足の痛みも熱中症に伴う症状の 1 つで、水分と共に塩分喪失がきっかけとなり、塩分（ナトリウム）濃度が低下し、筋肉の痛みが「足が痛い」という訴えとなって表れていた。足の痛みは歩き過ぎ、走り過ぎだと熱中症とは無関係だと思っていたが、それこそが熱中症のサインだったのだ。

これから秋頃までは高温で熱中症には要注意だ。真夏は夜間でもエアコンはつけたままが良いらしい。寝冷えも気になるが寝苦しいのも嫌になる。

浩生会スズキ病院 就職相談会

2025.

時間

09:15 - 11:30

6.21 (土)

会場

練馬区立 区民・産業プラザ
(ココネリ) 研修室 3

※途中入退室可能

- ✿ 医療や介護など人に関わる仕事がしたい方
- ✿ 転職を考えている方
- ✿ ブランクがあって心配な方
- ✿ インターンシップや復職研修も行っています

募集(参加)職種

- ✿ 医療事務
- ✿ 看護師 (看護師資格又は取得見込)
- ✿ 総務事務
- ✿ 看護補助者(資格不問)
- ✿ 薬剤師
- ✿ 言語聴覚士
- ✿ 作業療法士
- ✿ 理学療法士



相談会のエントリーは左のQRコードから
エントリーしなくても相談会参加は可能です！
お気軽にご参加ください💎

医療法人 浩生会スズキ病院 東京都練馬区栄町7-1
TEL:03-3557-2001 <https://suzuki-hospi.or.jp>



「鶏もも肉とナスの甘酢大葉炒め」

大葉がたくさん出回り始め、夏を感じ始める季節です。
梅雨のジメジメした季節にぴったりの、さっぱりとした
メインおかずレシピのご紹介です。

《材料》（２人分）

- ・ 鶏もも肉 … １ 枚
- ・ ナス … １ 本
- ・ 大葉 … ５枚程度（お好みの量）
- ・ 片栗粉 … 適量
- ・ サラダ油 … 適量
- ◇ 醤油 … 大さじ １．５
- ◇ 酢 … 大さじ １
- ◇ 砂糖 … 大さじ １



（１人当たり約３８０kcal）

《手順》

- １．ナスは半分に切った後、皮目に格子状の隠し包丁を入れ、２～３ｃｍ程度の幅に切ります。その後、袋などに入れて片栗粉を全体にまぶします。
大葉は細切りにしておきましょう。
鶏もも肉は一口大のサイズに切り、片栗粉をまぶしておきます。
- ２．フライパンで多めに油を熱し、ナスを並べて焼いていきます。ナスに火が通ったら一度皿などに移し、続けて鶏もも肉を焼きます。油が足りない場合は足しましょう。
- ３．鶏もも肉に火が通ったらフライパンの油をふき取り、２のナスと１の大葉、◇の材料をすべて加えて混ぜながら炒めます。
- ４．◇のタレがしっかり全体に絡んだらお皿に盛りつけて完成です。

★ポイント★

- ・ 鶏むね肉やササミでも代用可能！タマネギやピーマン等も使えてアレンジも手軽です◎



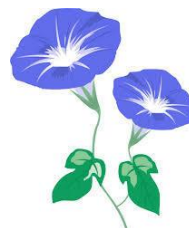
患者さんの権利

- 医師や病院の選択の自由と、セカンドオピニオンを受ける権利
- 診断・治療に関する情報を得て、同意または拒否する自己決定権
 - ・意識喪失患者は、家族または法廷代理人の同意が必要（緊急時は例外）
 - ・法的無能力者も、家族または法廷代理人による本人の意思決定への参加
 - ・患者さんの意思に反する処置、治療は法の許容範囲内で例外的に実施
- 十分に説明を受ける権利と共に、知らされない権利
- 医療に関する秘密が保持され、個人情報が保護される権利
- 予防・早期発見と医療を選択する権利と自己責任
- 尊厳を尊重し、苦痛のない人間的な終末期ケアを受ける権利
- 聖職者による霊的・倫理慰安などの宗教的支援を受ける権利



浩生会スズキ病院理念

私たちは、練馬区の中核病院として地域医療に貢献することの責務を自覚し、安全良質・高度な医療を行ないます。



浩生会スズキ病院の基本方針

1. 私たちは、患者さまのプライバシーを守り、意思と権利と安全を尊重した医療を実施します。
2. 私たちは、自己研鑽に努め、最新の医療知識と技術に基づいた医療を提供します。
3. 私たちは、地域の人々や他の医療機関、福祉・介護機関と共に医療・介護と福祉のネットワークを進め地域医療に貢献します。



診療科目・診療担当者表

2025 年 4 月 7 日 改訂

		月	火	水	木	金	土
午前	内科	鈴木(牧)	鈴木(牧)	鈴木(牧)	鈴木(牧)	鈴木(牧)	鈴木(牧)
	糖尿病内科	澗潟					
	消化器外科・外科	病院長	病院長	病院長	病院長	病院長	病院長
		平野			金森		
	循環器内科			鈴木(臣)★	鈴木(小)★	鈴木(臣)★	
	呼吸器内科			加藤★			加藤★
	整形外科		坂本			内野	
	訪問診療	田中	澗潟	町田	千葉	下澤	
午後	内科	鈴木(牧)	鈴木(牧)	鈴木(牧)	鈴木(牧)	鈴木(牧)	鈴木(牧)
	消化器外科・外科		平野				平野
	整形外科 (14:30~)		坂本				坂本
	循環器内科					佐藤 第4週	第2週休診 PM 2:00~
	泌尿器科	三好					
	訪問診療	田中	鈴木【小】	町田	千葉	下澤	

※ 診療日：月～土曜日 休診日：日祝祭日。（急患の方は、24 時間受付しております。）

※ 診療受付時間：8：30～11：30、13：00～16：30 ※ ★：予約制です。

