



大腸がん検診、受けてますか？

～大切なのは「早期発見・早期治療」！～

大腸がんは毎年15万人以上が発症し、がんの中では患者数は第1位。しかも、この40年で7倍にも増加しています。年代別だと70代が最多ですが、40歳あたりから増加します。そのため、40歳以上の人を対象に便潜血検査が推奨されています。

便潜血検査では、便に血液が混じっていないかを調べます。陽性の場合は「要精密検査」となり、大腸内視鏡検査を行います。大腸内視鏡検査は内視鏡を肛門から挿入し、大腸の粘膜の様子を調べるもので、病変が見つかった場合、組織を採取して調べたり、その場でポリープや早期がんを切除したりします。病変の状態にもありますが、1回の検査で治療までできることもあります。前がん病変である腺腫性ポリープの切除で、大腸がんによる死亡のリスクは下がります。ですから、便潜血検査の陽性にがっかりしている場合では

ありません。まずは、大腸内視鏡検査を受けてください。ちなみに、「便潜血検査で陽性=大腸がん」ではありません。陽性でも、がんが発見される割合は2～4%です。けれど、大腸内視鏡検査を受けると、さまざまな病変(がんに直結するリスクのあるポリープ)が40～50%の方に見つかります。つまり、がんは2～4%ですが、前がん病変は約半数の方に見つかるのです。

大腸がんは、治る可能性が高いがんと言われています。そのため、早く発見して適切な治療を受けることが大切です。外科手術で根治可能な大腸がんは、大腸がん検診を正しく受診すれば、約9割の確率で見つけることができます。

検査の目安

- 40歳以上は年に1回便潜血検査を
- 50歳になったら一度は大腸内視鏡検査を
- 大腸ポリープが見つかった場合、切除後3年に1回、大腸内視鏡検査を
- ご家族に大腸がんを発症された方がいる場合は、発症した時の年齢よりも10年早い内視鏡検査を

最後に、「便潜血検査で陰性=大腸がんではない」とは言い切れません。残念ながら、あくまで「便に血が混ざっていなかった」ということでしかないのです。便潜血が陰性でも、便秘や下痢が続く、便が細い、腹痛などの症状がある場合は大腸内視鏡検査を行った方が良い場合もあります。気になる症状がある方は、ぜひお気軽にご相談ください。

てるてるの人生散歩



後期高齢者の免許更新

75歳を過ぎた後期高齢者は、運転免許更新の時に認知症の検査と運転の実技の試験を受けなければなりません。私も先日、自動車学校に予約をして出かけました。認知症の検査はパスしました。実技も問題なく運転ができました。そして、無事に

西田輝夫（水生会副理事長・柴田病院病院長）

ゴールドの運転免許証を発行していただきました。ただこれから有効期間は短くなり、3年ごとにこの過程を踏まねばならないそうです。免許更新ができないホッとはしましたが、それまでの期間はどうなるのかなと不安によるストレスでいっぱいでした。



脳神経内科ってどんなとこ?

脳神経内科は、脳や脊髄から手足の末端まで続く末梢神経、その末梢神経につながる筋肉、さらにこの神経に関わる臓器と、頭から手の指先、足のつま先まで、かなり広い範囲の症状を担当する科です。代表的な病気は以下の通りです。

脳神経内科の代表的な病気

● 脳の病気

認知症、脳炎や髄膜炎といった感染症、頭痛やてんかんといった機能性疾患、脳梗塞などの脳血管症など

● 脊髄の病気

頸椎症や腰椎症といった加齢に伴う骨の変形などに起因する神経症など

● 末梢神経の病気

ギランバレー症候群や糖尿病などの持病によって合併した末梢神経症など

● その他

筋肉の炎症や加齢性の変化による起きる筋疾患など



それでは、どんな症状が現れたときに脳神経内科を受診すればいいのでしょうか? 以下に続く「よくある症状」をご参考ください。

よくある症状

● 脳卒中(脳梗塞、脳出血、くも膜下出血)

- ・急に力がなくなった
- ・突然ひどい頭痛がした
- ・急にしびれが出た
- ・急に呂律が回らなくなった
- ・急にふらつきはじめた

● 骨髄炎／脳炎

- ・高熱
- ・意識が朦朧としている
- ・急に人格が変わった

● 認知症

- ・最近もの忘れがひどくなった

● 筋炎

- ・力が入りにくい
- ・重い物を持てなくなったり

● 末梢神経障害

- ・手足がしびれる
- ・指先に力が入らない

「どんなときに柴田病院に行けばいいの?」。地域の皆さんに当院をもっと知ってもらうため、毎月1つ、診療科をご紹介します!

当院では、治療可能なものに対しては根本的な治療をします。ただし、神経系の疾患には、すでに発症した症状は改善できないケースもあります。そのような場合は治療薬を駆使しながら症状の緩和を図ります。また、連携する総合病院にて治療を行っていただくこともあります。当院では対面診療だけでなく、当院の各診療科や当院が有する関連施設、そして近隣の総合病院などと連携した包括的診療を行います。体に不調を感じた方はご安心の上、ご相談ください。

医師のご紹介

佐藤 亮太医師

(山口大学医学部附属病院 脳神経内科に在籍)

担当診療科: 脳神経内科

外来診療日: 月曜

頭痛、もの忘れ、しびれ、力が入りにくいなど、何でもご相談ください!

Saiseikai Group info



～オーダーメイドのトレーニングプログラムが
魅力の会員制ジム～

当施設の特徴は、一人ひとりの目標に合わせたオーダーメイドのトレーニングプログラムを提供することです。身体の構造や運動生理学、栄養学に精通しているトレーナーが、効率的なトレーニングメニューを考えし、しっかりとサポートいたしますのでどうぞご安心ください。

【お問い合わせについて】
当施設は、会員制ジムのため、
お電話での受付をしておりません。
ホームページの「お問い合わせフォーム」より
お問い合わせください。



▲当施設のHPはこちらから



トレーニングスタジオ内観



目的別に様々なマシンがあります



直近の利用者さまビフォーアフター

みんなで元気！ 健康 Column

今月のテーマは…

花粉症で目がかゆいときは?

～冷たいタオルでかゆみを抑えましょう～

花粉症になると、多くの方は目のかゆみを伴います。しかし、かゆいからといって、かいてしまうと炎症などが悪化してしまうことがあります。かゆみがつらいときは、冷たい水で絞ったタオルを目に乗せて冷やしてください。冷やすことでかゆみが楽になるといわれています。



視力検査について ~視力は日によっても変動します!~

眼科を受診した時、必ずと言っていいほど視力検査が行われます。皆さんにもおなじみの検査で、視力表は小学生の頃から見慣れたものだと思います。今号では視力検査についてご紹介します。

どうして「C」のマークなの?

検査に使う「C」のマークは「ランドルト環」と呼ばれています。これは考案者であるフランスの眼科医エドムンド・ランドルトの名前に由来しています。ちなみに、同時期に活躍した作家コナン・ドイル(医師でシャーロックホームズの作者)と友

人だったそうです。ランドルトが1888年に発表し、1909年の国際眼科学会において国際的な標準指標として採用されたそうで、長い歴史があります。

検査はリラックスして受けましょう

視力測定の時は、目に必要以上に力を入れたり、目を細めたりせずにリラックスすることが大切。また、視力は日によっても変動するので、状態を正しく判断するために眼科では毎回視力検査を行うことが多いです。「また検査…?」と思われる

かもしれません、どうぞご協力ください。

その不調、疲労ではないかも…?

メガネやコンタクトレンズが合わなくなったり、見え方がいつもと違うなど、もし変化や違和感を感じたら一度眼科で検査してみることをおすすめします。普段からスマホやパソコンなどで目を酷使してしまったものの現代ですが、ただの眼精疲労ではなく疾患が疑われる可能性もあります。気になることがある方は、お気軽に柴田病院にお越しください。

Suiseikai History

「医薬之祖神社」をご存知ですか?

水生会敷地内には、1998年3月に出雲大社より御神像が授与された「医薬之祖神社」があり、御祭神は「大國主大神」です。さて、出雲大社といえば、参拝

作法は2拝4拍手1拝。なぜ4拍手なのかというと、これは「和御魂(ニキミタマ)」「荒御魂(アラミタマ)」「幸御魂(サキミタマ)」「奇御魂(クシミタマ)」のそれぞれに柏手を打つ敬礼作法だからだそうです。



管理栄養士の薬膳レシピ

旬を味わう♪

鰯の甘酢炒め

【材料】4人分

鰯	4切れ(一口大)
A 塩麹	大さじ1
にんにくすりおろし	小さじ1/2
新玉ねぎ	2個(一口大)
ピーマン	3個(一口大)
生しいたけ	3枚(一口大)
油	大さじ1
水	1/2カップ(100ml)
しょうゆ	大さじ1と1/2
酢・砂糖	各大さじ1
みりん	大さじ2
片栗粉	小さじ2

※Bはあらかじめよく混ぜ合わせて多く

【作り方】

- 一口大に切った鰯にAをからめて10分ほどおく。
- 1に片栗粉(大さじ2程度、分量外)をまぶす。
- フライパンに油を熱して、こんがりと鰯の両面を焼き、取り出してください。
- 3のフライパンで、一口大に切った玉ねぎとピーマン、生しいたけを炒める。
- 野菜が炒まったら鰯を戻し、Bを加えて軽く混ぜながら加熱する。とろみが付いたら火を止め、器に盛る。



効能 春が旬の鰯を使い、生で食べてもおいしい新玉ねぎと一緒に甘酢で食べやすく仕上げました。野菜もとれるうれしい一品です。

みんなの広場

伊藤農園

楽しい家庭菜園!

皆さん、家庭菜園を楽しんでいますか? 自ら育てた野菜を収穫する時はとても満足感があります。お手軽なのはプランター栽培ですが、私は趣味が高じてついぶんと規模が拡大してしまいました。家庭の生ゴミから堆肥を作るサイロや雨水を貯水できる設備まであります。春はジャガイモの植付けです。作付けのサイクルだけでなく、土壤のサイクルを整えるのが収穫量アップの秘訣です。

(投稿:農園主)





医療法人社団 水生会

2024

柴+病院

3月の担当医と診療日のお知らせ



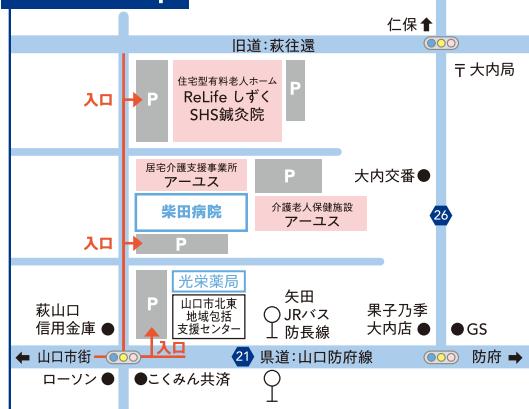
	月	火	水	木	金	土
午前	【内科・消化器】 柚木 敬仁	【内科・放射線】 塚本 勝彦	【内科・消化器】 柚木 敬仁	【内科・放射線】 塚本 勝彦	【内科】 佐田 英明	【内科・放射線】 塚本 勝彦
	【循環器・糖尿病】 名畠 あおい ([第2・第4週]～11:00) 3月11・25日:休診 3月4・18日:振替診察	【呼吸器】 村川 慶多	【循環器・糖尿病】 名畠 あおい	【消化器】 浜辺 功一	【呼吸器】 松永 和人 ([奇数週]10:30～12:30) 【呼吸器】 平野 綱彦 ([偶数週]9:00～11:00)	
	【神経】 佐藤 亮太	【消化器】 坂本 啓(9:30～)	【消化器】 西村 達朗		【内科・放射線】 塚本 勝彦	
外科系			【外科・消化器外科・肛門外科】 西田 裕紀	【外科・消化器外科・肛門外科】 渡邊 裕策	【整形・リハビリテーション】 山崎 和大 3月8日:休診	【外科・消化器外科・肛門外科】 武田 茂 (～12:00)
眼科 (予約制)	大藤 圭子	【網膜硝子体黄斑疾患】 湧田 真紀子	大藤 圭子	【緑内障】 永井 智彦	大藤 圭子	

午後	【内科】 佐田 英明	【内科・消化器】 柚木 敬仁	【内科】 佐田 英明	【内科・消化器】 柚木 敬仁		
	【神経】 佐藤 亮太 (～15:00)	【消化器】 坂本 啓(～16:00)		【外科・消化器外科・肛門外科】 武田 茂 3月22日:休診		
	【消化器】 鈴木 恵子(～17:00) 3月25日:休診	【消化器】 鈴木 恵子(～16:30) 3月26日:休診		大藤 圭子		
外科系			【外科・消化器外科・肛門外科】 西田 裕紀 (～17:00)			
眼科 (予約制)	大藤 圭子	大藤 圭子	大藤 圭子			
訪問 診療	爲佐 路子		爲佐 路子			爲佐 路子

診療時間 (都合により受付時間を変更することがございます) 【午前】9:00～13:00 (受付8:30～12:30) 【午後】14:00～18:00 (受付14:00～17:30)

【木曜日・土曜日】9:00～13:00(受付8:30～12:30) 【休診日】木曜日と土曜日の午後・祝祭日・日曜日・**お盆・年末年始(12/30～1/3)**

Access Map

毎月の担当医
と診療日はHPからも
ご覧いただけます。外来予定表
ダウンロード
をご覧ください。

急な診療日変更がございます。

最新情報はホームページをご覧ください。



Group

【介護老人保健施設】

- 介護老人保健施設 アーユス / TEL:083-927-8363

【居宅介護支援サービス】

- 居宅介護支援事業所 アーユス / TEL:083-941-2001

【通所系サービス】

- 通所リハビリテーション アーユス / TEL:083-941-0241
- デイサービス HotSpring / TEL:083-941-5782

【訪問系サービス】

- ヘルパーステーション アーユス / TEL:083-941-5783

【医療介護連携有料老人ホーム】

- Re Life shizuku / TEL:083-902-8400

- Re Life 湯田温泉 / TEL:083-941-5783

- アヴィラージュ山口壱番館 / TEL:083-927-7577

【関連企業】

- SHS鍼灸院 / TEL:083-927-8323

- ISKトレーニングスタジオ / TEL:083-927-8323



医療法人社団 水生会

柴+病院

〒753-0221 山口県山口市大内矢田北五丁目11-21

TEL 083-927-2800 FAX 083-927-5630

<https://www.suiseikai.org>