

1階の売店がリニューアルオープンしました!

6/24(月)より、売店が「**Green Leaves mall**(グリーンリーブスモール)」として新しくオープンしました。弁当や飲料など定番商品はもちろんのこと、医療材料・衛生材料も従来通り取り揃えております。どなたでもお気軽にご利用ください。

営業日時

- 営業日/年中無休
- 営業時間
月～土曜日(第3土曜日除く) 7:30～20:00
日・祝・第3土曜日・年末年始(12/29～1/3) 10:00～17:00
※ATMはございません。

各種商品

- 定番商品から低価格のPB商品まで幅広く取り揃えています。
- 地元企業や人気店のお弁当を販売。
- 有名店のスイーツを販売。
- 医療材料、衛生材料も従来通り販売します。

サービス

- レジを2台導入し、会計処理のスピードがアップ。従来の混雑が緩和されます。
- 各種電子マネー、クレジットカードが利用可能。
- 店舗内は車椅子の患者さんや点滴患者さんも利用しやすいゆったり設計。

その他

各種フェアの開催やセールの実施、季節に応じた期間限定商品の販売なども行います。



とんとんキッズ探検隊 in Tonbyo

毎年たくさんの方に参加頂いているとんとんキッズ探検隊を今年も、**富田林市・太子町・河南町・千早赤阪村在住の小学生**を対象に開催させていただきます。
探検隊は、普段見ることが出来ない手術室やレントゲン室などの裏側を見ながら職業体験ができます。

参加費
無料

- 開催日：令和元年**8月17日(土)**
- 開催場所：大阪府済生会富田林病院
- 対象者：初めて参加する富田林市・太子町・河南町・千早赤阪村在住の小学3～6年生
- 応募人数：20名(応募者多数の場合、抽選となります)

受付 8:40～9:00
説明等 9:00～9:10
探検 9:10～12:25
※終了予定時刻12:30です。

【応募方法】ホームページより応募して下さい

※応募締切：7月12日(金)

富田林病院

検索

お問い合わせ先： **0721-29-1121** 大阪府済生会富田林病院 総務課

すまいる

2019 [夏号]

Vol.66

大阪府済生会富田林病院

今日も笑顔で Have a nice day!

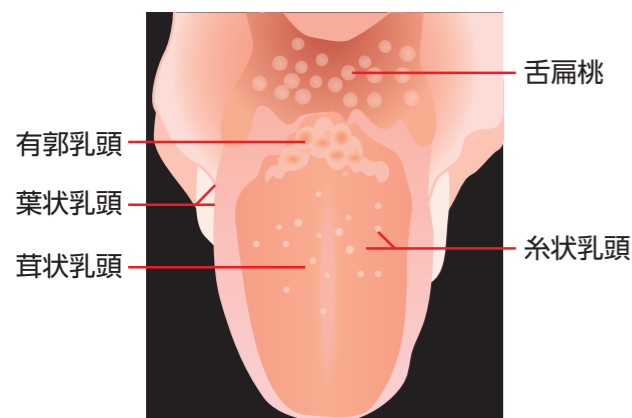


- P1-3 舌がんについて
- P4 お産センターのご紹介
- P5 旬の食材「きゅうり」～きゅうりのサバ蒸し～
- P6 登録医の紹介
医療講演のお知らせ
- 裏表紙 とんとんキッズ探検隊募集
院内売店リニューアルオープン

舌がんについて

大阪府済生会富田林病院 耳鼻咽喉科部長
近畿大学医学部教授 森 一功

口の中のかたち



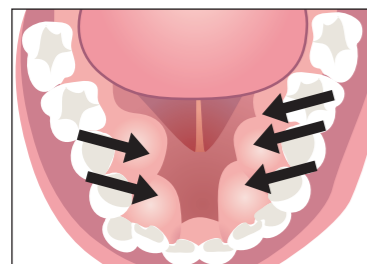
有郭乳頭
葉状乳頭
茸状乳頭

舌扁桃

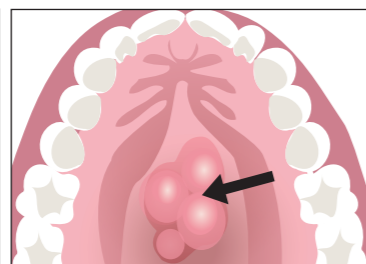
糸状乳頭

ポイント
1

舌の横つ腹、付け根付近にあるのは**葉状乳頭**
舌の奥に並んでいる、少し堅いのは**有郭乳頭**
ともに、がんではありません。
ここに **がん** ができるのは珍しい。



下顎隆起



口蓋隆起(上顎隆起)

下顎隆起。
がんではありません。
口蓋隆起(上顎隆起)
これも、がんではありません。

口の中のがんの特徴

①進行が早い

体の下部より上部のがんほど、進行は早くなる
初期の前立腺がん、子宮がんを放置→半年後も元気
初期の喉頭がんを放置→半年後、下手すると死亡

②食べる・話すなど人として最も重要な機能に直接関与する部分にできる

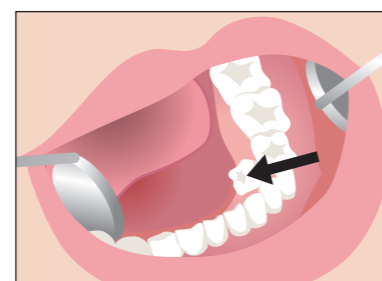
③転移しやすい

④他のがんにかかりやすい

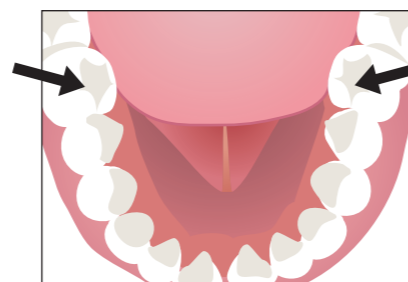
3割ほどは、食道がんや胃がんなど消化管のがんにかかる。転移ではない。同時に、あるいは間をあけて全く別の部分にできてくる。重複がんと呼ぶ。

⑤病因(歯が原因のがんも多い)

がんになりやすい要因は: タバコ、酒、特に強い酒(ウオッカ 等)
歯=義歯が不適合、歯が内反
過剰歯→舌とこすれる



過剰歯



内反歯

ポイント
2

あわない義歯
過剰歯
舌とこすれる歯

歯科で処置してもらいましょう!

舌がんについて

舌がんの約1割弱

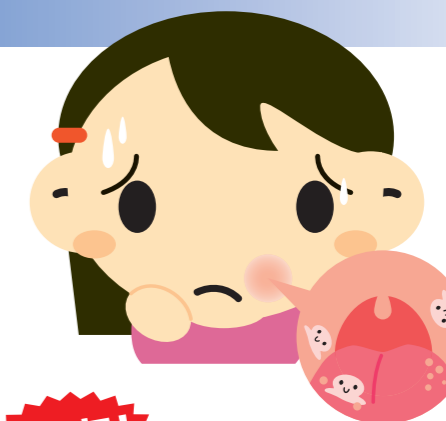
内科、耳鼻科、歯科で「口内炎」と誤診!!

進行舌がんとなって当科受診

身障4級程度の障がい または 3分の1は死亡

注意!

- 舌がん(初期): 舌縁にある
痛くない
硬い
痛いのはかなり進行
- 良性疾患: 痛い、硬くない



注意!

患者が舌、口腔の異変を訴えたら、触診!
硬結があれば、即、信頼できる
「がん治療のできる病院へ」
一刻一秒を争う!

一般的に

- 舌がんが口腔がんの90%を占める。
- 男女比は約2:1で男性に多い。
- 好発年齢は50歳代後半。
- 50歳未満が約1/4を占め、20、30歳代の若年者にも。

原因

- 歯並びの悪い歯や合わない義歯が、常に舌にこすれるという機械的な刺激が続くこと。

歯並びが悪くて、舌にこすれる方は要注意!!

症状など

- がんになりかけ
歯がこすれている部分が白くなる。
痛くもなく、シコリもない。(舌白板症)
- 初期がん
痛みや出血はない。
硬いシコリが触れるのみ。
舌がんの多い部位は舌の両脇の部分。
舌の先端や真中の部分は珍しい。

- 進行がん
痛みや出血。
口レツが回りにくい。
食事を飲み込みにくい。
口が開きにくい。

舌がんはクビのリンパ節転移が多い。
初期がんでも3人に1人に転移。

問題点

これらの症例はほとんど、
かかりつけの近所の医師や歯科医に
口内炎と、数カ月言われ続けていた

診断は専門医でないと難しい。
なかなか治らない口内炎は
要注意!!

初期舌がんの治療(1)

- がんと思われる部分から1~2cm離れたところで、レーザーなどを使って切除する。
- 局所麻酔でできることもある。
- 手術時間は15分程度。
- 入院期間は2~5日。

初期舌がんの治療(2)

- 傷口はそのまま。
- 数カ月後には綺麗に皮が生える。
- 術後、日常生活に支障はあまりない。
- 言葉はほとんど問題なし。
- 味覚も問題なし。
- 時に頸に転移している所以要注意。

進行舌がんの治療(1)

舌を大きく取る(広範切除)

切除したところには、太い大事な血管が「むきだし」となる。

胸の筋肉(大胸筋皮弁)や腹の筋肉(腹直筋皮弁)などで切除したところをカバー(再建手術)

進行舌がんの治療(2)

- 6割以上に頸部リンパ節転移があるので、リンパ節の切除も行う。
- 全手術時間は10時間くらい、出血量はコップ3杯くらい。
- リンパ管内にがん細胞がいる場合は、術後に放射線治療を追加。

ステージ	治療成績
I	90%
II	75%
III	55%
IV	35%

- ポイント 3**
- 初期舌がん:かなり治る
治療もそれほどつらくない
 - 進行舌がん:死亡の可能性大きい
大手術
なおっても、身体障害者

予防と早期発見

予防のために

- タバコはひかえましょう。
- お酒は適度に。
- 舌とか頬の粘膜が歯にこすれる場合、入れ歯があわない時は早めに歯科医に。

早期発見のために

- 月に一度はクビをよく触って、固い、痛くないグリグリはできていないか調べましょう。
- 月に一度は口の中を鏡を見て、白くて痛くないシコリはないかを調べましょう。
- 年に一度は胃カメラを。

早めに受診を

- 口内炎が治らない時(口腔癌)
- 飲み込むときに痛み、こすれる感じが
続いている時(咽頭癌)
- クビに固いグリグリ
- タンやツバに血が混ざった時

局所の診察

- 舌をよく見る…白いところは?
- 舌縁をよく触る…硬いところは?



大阪府済生会富田林病院には院内助産システムを取り入れた分娩施設『お産センター』があります。院内助産では妊婦健診(助産外来)や分娩介助を助産師が行い、女性が本来持っている“産む力”と赤ちゃんの持つ“生まれてくる力”を最大限にサポートし、自然でアットホームな雰囲気の中で分娩していただけます。なお、妊娠20週までと28週、36週は産婦人科医師が診察・超音波検査を行い母子の状態を確認し、妊娠中や分娩経過中に必要と判断した場合には適宜医師と助産師が協働で対応します。また、里帰り分娩も受け入れています。

※詳しい情報はお産センターホームページ(<http://ob.tonbyo.org/>)をご覧ください。⇒



お産センター内



院内2階の明るいエントランス



分娩はフリースタイル(畳スペース)分娩台の両方を設置



家庭的雰囲気を感じられるくつろぎスペース



入院は畳スペースもある広々とした個室でトイレ、洗面台、シャワーも完備(個室無料)

乳房外来・育児相談・ベビーマッサージ教室・産後ケア(デイサービス・ショートステイ)も行っております。



大阪府済生会富田林病院で分娩していない方もご利用いただけます。退院後の母乳育児などに不安がある方も、ゆっくりと赤ちゃんに向き合い、自信をつけて元気に育児できるようサポートしています。

※詳しくは電話でお問い合わせください。

☎ 0721-29-1121(代表)

お問い合わせ時間/13:00~17:00(月~金)

栄養管理科が紹介する

きゅうり 胡瓜のサバ蒸し

今月も栄養管理科が皆さんに、この時期だからこそ食べて頂きたい「旬の食材」を、ご紹介します。梅雨も明け本格的な日差しが照りつける7月は、良質な脂質をもった魚が市場に並び、太陽の光でみずみずしい野菜も出回ります。一方で、冷房病や熱中症、赤痢や腸チフスなどといった季節病を引き起こしやすい時期でもあります。夏に旬を迎える栄養価の高い食材を活用し、夏バテに負けない体力を作りましょう。体力がおちると病原菌による食中毒などにも感染しやすくなります。



きゅうり(胡瓜) 旬: 6~8月

熱すると黄変することから黄瓜(きゅうり)ともいわれています。原産地はヒマラヤ山麓あたりといわれます。日本で栽培が普及したのは江戸末期。世界的に好まれている野菜で、表面がチクチクするものほど新鮮です。

約96%が水分、カリウムやビタミンC、カロテンを含有。特有の香りと苦みがあります。香りはキュウリアルコール、苦みはクルルビタミン、青臭さはピラジンという成分です。イソクエシトリンや酵素(アルコールビナーゼ)を含んでいます。

カリウムが余分なナトリウムを排出し血圧の上昇を抑えます。ピラジンには血液が固まるのを防ぐ働きがあり、脳梗塞や心筋梗塞の予防に有効です。イソクエシトリンは高い利尿効果があり、むくみ取りに有効です。96%を占める水分には特有の成分が含まれており、生で食べると体内の余分な熱を冷やしてくれる作用があります。

動物性と植物性のたんぱく質が血液や筋肉を作り、体力強化に有効な一品

サバのたんぱく質は良質で脂質は不飽和脂肪酸。消化吸収に優れ体力を強化してくれます。動物性たんぱく質のサバと植物性たんぱく質の豆腐やコーンの組み合わせは、アミノ酸スコアに優れ、血液や筋肉を作ります。コーンは体の過酸化脂質の増加を防ぐ働きがあります。きゅうりの利尿効果は生よりも煮た方が高まるといわれています。



【材料】2人分

- ごまサバの切身……………60g
 - きゅうり……………3本
 - 木綿豆腐……………1/4丁
 - ホールコーン……………大さじ1
 - あさつき……………大さじ1
 - かたくり粉……………小さじ1
 - A だし汁……………1カップ
- (酒 小さじ1/2・塩 少々・しょうが汁 小さじ1)
(しょうゆ少々・水溶きかたくり粉 適量)



●作り方

- ① きゅうりは縦半分になり、2等分に切る。種をくりぬき、かるく塩・こしょうをふっておく。
- ② 豆腐はかるく水切りしておく。
- ③ サバの切り身は粗く切っておく。
- ④ ボールに③、豆腐、コーン、あさつきを入れ、手で粘りがでるまでよく混ぜる。
- ⑤ ①のきゅうりの水気を取り、かるく小麦粉をふり、④をこんもりとのせる。表面は手で水をつけてなげておくときれいに仕上がる。
- ⑥ 蒸気の立った蒸し器に、皿にのせた⑤を入れ、中火で7~8分蒸す。
- ⑦ あんをつくる。鍋に「A」をいれてひと煮立ちさせ、水溶きかたくり粉をくわえてとろみをつける。
- ⑧ 器に盛り、あん「A」をかける。

登録医の紹介

水野クリニック



院長 水野 宅郎先生

生活習慣病のほとんどは運動と食事で改善すると考えており、診療ではダイエットや筋力強化、食事療法に力を入れています。家族皆さんを見守っていけるクリニックを目指しています。

- 診療科目 内科、循環器内科、胃腸内科、小児科
- 専門分野 循環器内科
- 可能な検査 採血、胸部レントゲン、心電図、胃カメラ、大腸カメラ
- 処方 院内・院外どちらでも可 在宅診療 可
- 受付時間 8:30~12:00 17:00~19:00

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前	●	●	●	-	●	●
午後	●	●	●	-	●	-



〒589-0027 河内長野市千代田台町6-1
TEL.0721-53-6420

ふじわら耳鼻咽喉科

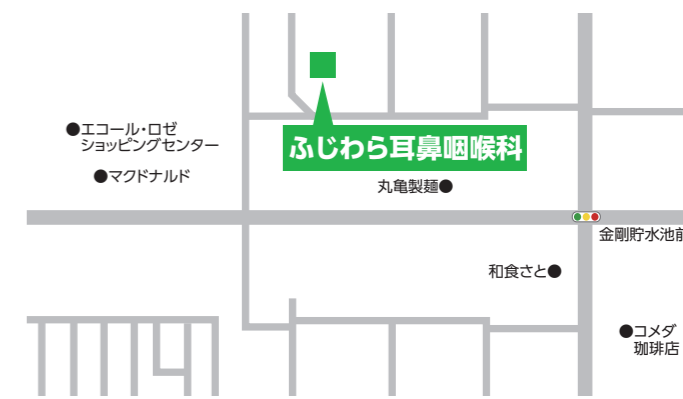


院長 藤原 良平先生

2019年5月よりエコール・ロゼ隣で開院しました藤原です。耳鼻咽喉科一般に対応しておりますので、何かお困りの際はお気軽にご相談下さい。

- 診療科目 耳鼻咽喉科
- 専門分野 耳鼻咽喉科一般
- 可能な検査 咽頭内視鏡、頸部超音波、聴力検査
- 処方 院外 在宅診療 不可
- 受付時間 9:00~12:00(土曜9:00~13:00) 15:30~19:00

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前	●	●	●	-	●	●
午後	●	●	●	-	●	-



〒584-0082 富田林市向陽台2-3-7
TEL.0721-29-3387 <https://fujiwara-jibika.com/>

医療講演のお知らせ

大阪府済生会富田林病院では、地域の方々へ健康増進のため定期的に医療講演を行なっています

参加無料

身近な医療機器との上手な付き合い方
講師:松原 広(医療機器管理室係長)
2019年7月27日(土)

皮膚がんについておはなしします
講師:中川 浩一(皮膚科部長 兼 皮膚がんセンター長)
2019年8月24日(土)

オシッコがでにくいと気がつけば、家で悩みますか?病院に来ますか?
講師:國重 玲紋(泌尿器科 医員)
2019年9月28日(土)

受付:13:30開始 講演:14:00~15:15

- 定員:30名(講演予約制)
- 会場:当日病院担当者が正面玄関でご案内となります

- 予約申し込み・お問合せ
地域医療連携室 ☎0721-29-1121(内線471)
受付…【月曜日~金曜日】9:00~17:00 【土曜日(第3土曜休診)】9:00~13:00