

Vol. 3 TAKE FREE

KOKORO

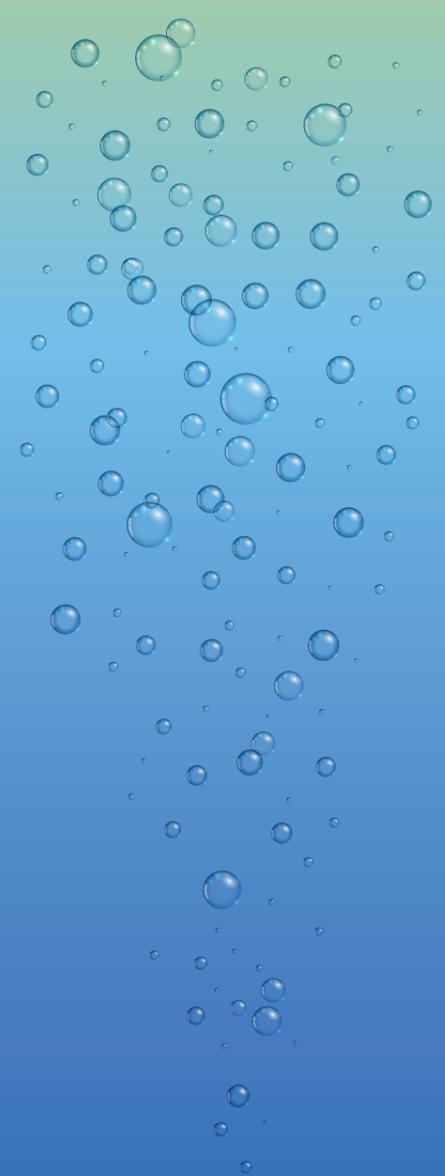
Medical corporation Yamashita Hospital [こころ]

since 1901



<https://www.yamashita-hp.jp/>

お
な
か
の
病
院



おなかの病院



13 minutes walk from the station

99 beds
Acute-care 79
Community-based care 20



Medical corporation Yamashita Hospital

<https://www.yamashita-hp.jp/>

〒491-8531 愛知県一宮市中町1丁目3番5号 TEL: 0586-45-4511

 医療法人 山下病院
Medical corporation Yamashita Hospital

一宮市 おなか 病院





連載 特集医師

医療法人 糖友会 野村内科 院長

「野村 敦 先生」

野村医院 一押しポイント

医師インタビュー

3p

4p

5-6p



山下病院 News

「腸内細菌外来 (腸内フローラ外来)」

山下病院

消化器内科 泉 千明 先生

腸内フローラ検査とは

FODMAP除去療法のご案内

7-9p

10p

2023年10月開設
山下病院 専門外来

「尾張そけいヘルニアセンター」

— 診療部門 医師からのご挨拶 —

そけいヘルニア(鼠径ヘルニア、脱腸)というのは、脚の付け根の部分が膨らむ病気です。痛みや違和感を伴うこともあれば、それほど気にならないこともあります。また、確定診断が難しい場合もあります。

脚の付け根、股関節あたりの症状のため、非常に繊細な部分です。他の施設で診断がはっきりしない場合や手術治療を受けられた後でも症状が残る、または再燃される方もいらっしゃいます。症状でお困りの方、どこに受診すれば良いか分からずにお困りの方も多いため、より安心して、お気軽にご相談いただける環境、また、専門的な治療を安全にご提供できる環境を作るために、このたび当院に「尾張そけいヘルニアセンター」を開設させていただきましたことになりました。名前のごとく、尾張地域でそけいヘルニアでお困りの方、また尾張地域外の方でも、専門的な診療をご希望の方が受診できるよう専用窓口(直通電話)を設け、ご相談、診療までの流れなどをスムーズに行えるように体制を整えます。また、当センターは消化器外科医師、放射線科医師、麻酔科医師、専任看護師、専任スタッフにより構成し、診断、治療の選択肢、療養など、多方面から支援させて頂きます。土曜日診療(専門外来・手術)にも対応し、平日に時間が作りにくい方でも対応できる環境づくりを進めて行きます。

当「尾張そけいヘルニアセンター」を開設することで、尾張地域でそけいヘルニアでお困りの方が少しでも減り、ご病気でお困りの患者さん、そのご家族のご負担を減らし、生活の質が高められるように運営していきたいと考えております。当センタースタッフ、当院スタッフ一同、力をあわせてより良い環境を作ってまいりますので、ご支援の程、よろしく願います。

尾張そけいヘルニアセンター長・消化器外科部長 廣瀬 友昭





医療法人 糖友会

野村内科

院長 野村 敦 先生

今号の連携医療機関特集医師にご協力いただけましたのは、野村内科、野村敦先生です。

野村内科は1976年に開業され、長きにわたり地域の皆様の健康増進にご尽力されておられる先生です。先代院長の時から糖尿病の患者さんが多く、野村敦院長の専門分野の腎臓内科、妻の野村知抄先生は消化器内科、また非常勤専門医が循環器内科の検査、治療アドバイスもされています。野村敦院長は糖尿病に限らず内科全般、また「患者さんの体全部を「丸ごと」診る」を掲げ、在宅医療や看取りまでされており、患者さんの生涯にわたり支えておられます。

山下病院との連携は厚く、毎年多くの患者さんをご紹介いただいております。地域医療推進に多大なるご貢献をされておられる先生です。

(文) 山下病院 地域連携広報企画室

野村内科一押しポイント

野村内科の特徴

古くから糖尿病をはじめとする生活習慣病の診療を中心に、内科全般、小児科も診療しています。糖尿病、腎臓病やメタボリック症候群などに対する栄養指導、運動指導、各種教室を実施してきました。腎臓病の血液透析、在宅医療・看取りも30年以上の実績があります。消化器、循環器、呼吸器などの検査も実施しており、近年増えてきた認知症も含め、幅広い疾患を診療しています。より専門的な検査、治療は近隣の病院や診療所と連携をとって対応しています。下は0歳から上は100歳を超える人まで、予防接種、健康診断などの予防医療から病気の検査・治療、最期は在宅医療、看取りまで対応しています。新型コロナウイルス感染症でも、受け入れ制限を設けず多くの患者さんを受け入れてきました。

対応検査

超音波検査(心臓・腹部)／運動負荷心電図検査／ホルター心電図検査
CT検査／経鼻内視鏡検査／終夜睡眠ポリグラフ検査(PSG)
呼吸機能検査(スパイロメトリー) など



超音波検査機器



運動負荷心電図検査機器

子供から大人まで
あなたの街のかかりつけ医



Q 医師を志したきっかけを教えてください。

A 野村内科は、昭和51年に父が開業しました。自宅が併設だったので早朝や深夜に患者さんが自宅に来ることもあり、その度に診察に応じる父を尊敬していました。中学高校時代は御多分にもれず親に反抗し、医師以外の道も考えたことはありますが、最終的に医師として父親を超えたいという気持ちで医師を目指しました。

Q 患者さんと接する上で、大切にされていることは何でしょうか？

A まずは顔を見てしっかり話します。普段からはつきり話をする性格なので、患者さんにはいい事も悪い事もキチンと伝えます。糖尿病などの生活習慣病の患者さんが多いので、目の前の事だけでなく将来的に患者さんの健康を守るために必要な事を伝えます。

Q 地域のかかりつけ医として、心がけていることを教えてください。

A 健康診断、予防接種から、コロナ感染症も含めた急性疾患、慢性疾患や、在宅医療、看取りにも対応しています。患者さんは一つの病気だけを持っているわけではないので、専門領域に関わらず内科疾患全般はもちろん、可能な範囲ではありますが内科以外の病気にも対応しています。糖尿病などの慢性疾患の方とは一生のお付き合いをするつもりで治療しています。人間ドックや他院での検査結果などを持参して頂きコピーしてカルテに保存しているので、ご本人が紛失しても記録が残っています。家族ぐるみでかかりつけの患者さんも多く、ご家族の相談に乗らせてもらうことも多々あります。持病がなく健康診断、予防接種や風邪などでは来院されない方でも、かかりつけ医にして頂いている患者さんも多くあります。

Q 症状で悩んでいる方へのメッセージをお願いします。

A まずは相談してください。健診や検査ではなく、症状でしかわからない病気もあります。他院で実施した検査や健康診断、人間ドックの結果などがあれば、持参して頂けると参考になります。自院で対応できるのももちろん、できないものはどこに行けばいいのかアドバイスや紹介もしています。

インタビュー／山下病院 地域連携広報企画室



野村内科

【診療科目】内科 / 小児科 / 糖尿病内科 / 腎臓内科 (透析) / 消化器内科 / 循環器内科

【診療項目】一般外来 / 在宅医療 / 特定健診 / 特定保健指導 / がん検診 / 企業検診
 予防接種 / 栄養食事指導
 各種教室 (糖尿病教室・腎臓病教室・運動教室・料理教室)

診察時間	月	火	水	木	金	土	日
8:50~12:10	○	○	○	○	○	○	—
17:00~19:30	○	○	—	○	○	—	—

【透析時間】月・水・金 / 午前9:00~、午後5:00~
 火・木・土 / 午前9:00~

【休診日】水曜日午後、土曜日午後、日曜、祝日

〒491-0837 一宮市多加木三丁目4番3号
 TEL.0586-24-0350 FAX.0586-24-0160



この冊子を手にとってくれた方へのメッセージをお願いします。

糖尿病、高血圧、腎臓病など生活習慣病を中心に幅広い疾患に対応、在宅医療、看取りも実施しています。循環器、消化器は専門医による検査も実施し、必要になれば基幹病院に紹介しています。栄養士による個別の食事指導や、コロナ前には糖尿病教室、腎臓病教室、治療食の試食会、運動療法士による運動教室も実施していました。今後順次再開していきたいと考えています。



「腸内細菌外来(腸内フローラ外来)」

腸内フローラ検査とは

腸内には数百種類、数十〜数百兆個の常在細菌が住み着いています。様々な種類の細菌が住み着いている様子を、花畑にちなんでフローラ(＝細菌叢)と呼んでいます。最新の腸内フローラ検査「Mykinso Gut」を当院では導入しております。少量の採便をして頂くだけの簡単な検査方法で大腸内に住んでいる細菌について調べることが出来ます。腸内細菌は食事で変化します。まずは潜んでいる病気がない事が前提ですが、自分の菌叢を調べる事で普段の食生活などに問題がないか確認することができます。

① 採便



② 検査キットを郵送



③ 外来にて結果説明



テレビ監修等を多数受けています!

- NHK 「ガッテン!」「あさイチ」
- 日本テレビ 「ザ!世界仰天ニュース」
- 名古屋テレビ 「アップ!」
- 東海テレビ 「ニュースOne」
- 中日新聞 「日経ヘルス」
- 日経BP

山下病院 消化器内科 腸内細菌外来 担当医師 泉 千明



■ 当院の腸内フローラ検査でわかること

○菌の多様性 (細菌の種類の数)

○主要な細菌の割合

(ビフィズス菌、酪酸産生菌、など)

○腸内の菌構成

■ 良い腸内フローラを育てる為には

腸内フローラは食事によって大きな影響を受ける事がわかってきています。当院では検査結果を踏まえた腸内フローラ改善の為の食事のコツなどのアドバイスを行っております。

■ 予約方法、検査費用について

外来受診時に、まずは潜んでいる大腸の病気がない事をお調べしてから、次回“腸内細菌外来”のご案内をします。

腸内細菌検査のご希望がございましたら、初診外来の診察時にご相談ください。

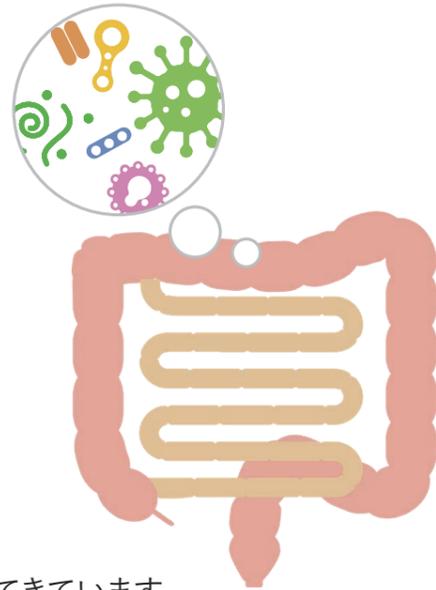
※腸内細菌外来(専門外来)への直接予約は承っておりませんのでご了承ください。

腸内細菌外来は、予約制となっております

担当：消化器内科医 泉 千明 医師

本検査は保険外診療[自費]となります。検査キット+管理栄養士指導料=18,700円(税込)です。

※別途、医師の診察代(保険適用)がございます。



FODMAP除去療法(低FODMAP食)のご案内

FODMAPとは、小腸で消化吸収されず大腸で発酵性を有する下記糖質の頭文字です。過敏性腸症候群ではFODMAPを多く含む高FODMAP食材と腹部症状(腹部膨満感、下痢など)の関連が示唆されています。

- F**: fermentable(発酵性の)
- O**: oligosaccharides(オリゴ糖: はちみつ、大豆製品等)
- D**: disaccharides(二糖類: 牛乳、ヨーグルト、海藻類、きのこ類)
- M**: monosaccharides(単糖類: 果物等)
- A**: and
- P**: polyols(ポリオール: 糖アルコール→ガムなどの菓子類)



FODMAP除去食は、これら高FODMAP食材を除去する食事です。

当院の管理栄養士が作成したオリジナルメニューをご自宅で調理していただき、モナッシュ(MONASH)大学でトレーニングを終了している医師、管理栄養士が2~10週で経過を見ていきます。(完遂するには4回来院が必要です。)

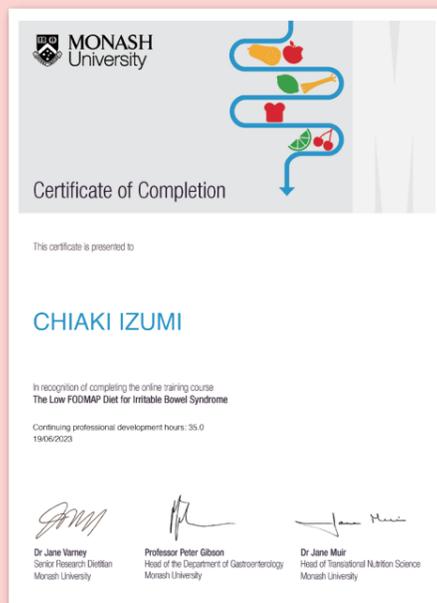
※当院では、医師、管理栄養士がMONASH大学のトレーニングを終了しています。適応などを判断する必要があるため、ご希望があれば一度外来受診をお願いします。

腸内フローラ検査結果について

下記内容を含む検査結果レポートをお渡しいたします。



- 腸内フローラ判定(多様性・健康長寿菌)
- 健康長寿菌判定
- 疾患リスク判定
- 疾患別リスクに対する改善アドバイス
- 大腸画像検査おすすめ度
- 腸内フローラの組成
- 有用菌や要注意菌の割合(酪酸産生菌・エクオール菌・やせ菌・肥満菌・便秘関連菌など)
- 生活習慣の改善ポイント



泉先生よりメッセージ

便秘や下痢、お腹の張りなど、病院に行くほどではないのかな、とお腹の不調を抱えたまま苦痛を感じられている方が多くいらっしゃいます。過敏性腸症候群を例にあげると潜在的には診断された方の数倍の患者数がある、と考えられています。また、お腹の不調は、これです、と診断名がつくことばかりではありません。患者さんに寄り添って、お腹の専門病院としてできることを行い、適切な治療に結びつけていければと思います。



山下病院 消化器内科 担当医師 泉 千明
腸内細菌外来

検査結果サンプル

PART 1 腸内フローラのバランス(概要)について

腸内フローラは、約1000種類以上の腸内細菌から構成されています。まずは、腸内フローラ全体のバランスに関する概要結果を確認しましょう。

腸内フローラ(総合)判定

腸内フローラを構成する菌のバランスをもとに、A-Eの5段階で腸内環境を評価しています。D、E判定の場合は、バランス崩壊(ディスバイオーシス)が疑われるため、積極的な生活習慣の改善が必要です。理想的な腸内環境に近づけるよう、A判定を目指しましょう。

E 判定

バランスが悪い(ディスバイオーシスの疑い)

コメント

有用菌が全般的に少なく、バランスが偏った腸内フローラです。生活習慣を改善して、3ヶ月~半年後を目安に再検査をおすすめします。

腸内細菌の多様性判定

腸内細菌の多様性が高いほど、理想的な腸内環境に近づきやすくなります。腸内細菌の種類が豊富で、各菌がバランス良く存在していると、多様性が高くなります。



多様性スコア: 4.71

コメント

多様性が基準値に比べて低めです。日頃の食生活でシンバイオティクスを意識して、多様性を高めましょう。

健康長寿菌判定

健康長寿の人の腸内に多い、「ビフィズス菌(酢酸産生菌)」と「フィーカバクテリウム属(酪酸産生菌)」を十分量保有していたかどうかを判定しています。※各菌の詳細結果はp.4「個別注目菌の割合」を参照してください。



2種とも豊富

コメント

ビフィズス菌(酢酸産生菌)とフィーカバクテリウム属(酪酸産生菌)がどちらも不足気味です。p.4の個別注目菌の結果を確認しましょう。

個別注目菌の割合

ここでは、「有用菌」(腸内に十分保有していることが望ましい菌)や、「要注意菌」(腸内には多すぎないほうが望ましい菌)について、それぞれの個別菌の結果を示しています。なお、各菌の結果はすべて、今回検査されたあなたの腸内細菌全体に対する割合で示しています。

カテゴリ	検査項目	菌内訳(属レベル)	結果(割合)	判定(良好)
有用菌	酪酸産生菌	フィーカバクテリウム アテロステイバ クロストリジウム	9.16%	8.67%~
	酢酸産生菌	ビフィズス菌 (ビフィズス菌)	1.04%	2.79%~
	プロピオン酸産生菌	ディアリスター	0.00%	0.01%~
	エクオール産生菌	アドレクフルツィア スラクキア	0.90%	0.01%~
	やせ菌	クリステンセラ	0.00%	0.19%~
	アクティブ菌	ブチリコッカス ラクノスピラ ロゼブリア モノグロバ	0.72%	1.80%~

カテゴリ	検査項目	菌内訳(属レベル)	結果(割合)	判定(良好)
要注意菌	不摂生菌	フソバクテリウム	15.20%	0.00% 0.09%
	エシェリキア菌	エシェリキアシゲラ	0.09%	0.00% 0.01%
	肥満菌	フソバクテリウム ステレラ メガスファエラ	15.20%	0.00% 1 2.50%
	便秘関連菌	ピロフィラ	0.17%	0.00% 1 0.10%