

黒木病院だより

# しろやま

S H I R O Y A M A

VOL.24

contents



- 表紙 ..... ①
- ドラッグインフォメーション ..... ③
- メディカルフィットネスのべおか通信 ..... ②
- 血清抗p53抗体について ..... ④



## 黒木病院の理念

質の高い医療と専門的な知識にもとづいて地域の皆さまの健康づくりに努め優しさや温かみのある病院をめざし地域社会へ貢献します。



## ～糖尿病の方への運動の勧め～

糖尿病は、世界的に増加しており、平成19年（2007年）国民健康栄養調査では、糖尿病が強く疑われる人は約890万人、糖尿病の可能性が否定出来ない人は約2210万人とされています。

糖尿病の殆どを占める2型糖尿病は、①インシュリン分泌不全②インシュリン抵抗性によるインシュリンの作用不足が原因で発症します。

現在日本では、6種類の経口糖尿病薬が使用出来ますが、インシュリン分泌不全、インシュリン抵抗性の、どちらかの関与が大きいかにより、第一選択薬が決まってきます。

しかし、何れの場合でも、治療の基本は、食事運動療法・禁煙等の生活改善です。食事運動療法を伴わない内服治療は、かえって体重増加に繋がる事もあります。運動療法は、インシュリン抵抗性を改善させ、食事療法・内服治療の効果を増加させます。

又、糖尿病による細小血管障害（腎症等）・大血管障害（心筋梗塞・脳梗塞等）予防の為に、高血圧症・脂質異常症等の管理も大切です。その為にも、食事運動療法が重要になってきます。

私は、外来で患者様に、①毎日体重を測る事 ②間食をしない事・塩分は控えめにする事 ③毎日20～30分程度歩くか、体操をする事 ④禁煙 をしつつお話しています。

幸いな事に当院では、フィットネス施設があり、専門のスタッフにより、楽しく運動が出来る環境にあります。

皆さんも是非、「元気で長生き」を目標に頑張ってみませんか？



医師 力武 幹司

## ★お客様の声★



花田 郁江さん

シェイプアップ・生活習慣病予防の為に週に3回運動に  
来ています。月曜日には太極拳も習っています！

黒木病院の5階という事で  
安心して運動出来ます。ス  
タッフの皆さんも明るく親  
切な方々です。



金子 祐三さん

## お薬の飲み方・貼り方・塗り方②

前回より、薬の正しい服用方法、使い方について触れてきました。  
今回は、貼り薬、塗り薬の使い方についてです。

### < 共通の注意点 >

貼り薬と塗り薬には共通する注意点があります。

**塗る部位が清潔**でなければならないことです。特に貼り薬では使用中に剥がれてしまう原因となります。患部の状態にもよりますが、きれいに拭いてから塗るのがよいでしょう。入浴後などがよいです。

薬によっては傷口や眼などには使えない薬が多いので、注意書きをきちんと読んで使用しましょう。

### ○貼り薬

大きく分けて、湿布などの必要時に貼る薬と、狭心症などの定期的に貼る薬に分けられます。

定期的に貼る薬の注意点として、同じ位置にばかり貼るとかぶれやすいので、**毎回貼る位置をずらす**ようにするとよいでしょう。薬の量を一定にするために**貼り替えの時間を守る**ことも重要です。



### ○塗り薬

一般的に塗り薬は薄く・軽く・**指定された回数塗る**だけで十分に効果を発揮します。(もちろん例外もあります)  
特に雨の季節はベタベタと塗りすぎるとかぶれてしまい、かえって悪くなる場合もあります。



塗り薬は薬の状態によっても  
使い勝手が違ってきます。

これまでに紹介した飲み薬・貼り薬・塗り薬以外にも、点眼薬や吸入薬など薬にはいくつかの種類があります。

点眼薬や吸入薬などの薬は、使い方が様々ですので、これまでに話した薬も含め、飲み方や使い方の分からない場合には係りつけの調剤薬局等でお尋ねになってからご使用ください。



# 早期食道癌・大腸癌・乳癌に対する腫瘍マーカー 血清抗p53抗体

p53遺伝子は癌抑制遺伝子で、種々の腫瘍において高頻度に異常（p53遺伝子変異）が報告されています。この遺伝子の異常によって発現する血液中の『血清抗p53抗体』の検査は、発癌及び癌の悪性度や予後の経過、転移に深く関わっているとされています。

## 『血清抗p53抗体』の特長

- ・現在用いられている腫瘍マーカーより早期がんの検出率が高くなります。
- ・術後の癌再発の指標に用いることができます。
- ・他の腫瘍マーカーと組み合わせて測定することで陽性率が上昇します。

### < 検査詳細 >

主な検査対象：食道癌・大腸癌及び乳癌が強く疑われる患者

検査検体：血液

検査結果：8～15日

### < 注意事項 >

- ・抗p53抗体は、食道癌、大腸癌、乳癌であっても陰性となる場合があります。
- ・食道癌、大腸癌及び乳癌以外であっても抗p53抗体が陽性となる場合があります。

検査科

発行所 黒木病院 広報委員会  
発行日 2010年10月吉日

猛暑の続いた夏もようやく終わり、めっきり涼しく過ごしやすい季節になりました。  
秋と言えば、芸術の秋、食欲の秋、スポーツの秋と様々ですが、食欲の秋で食べ過ぎてしまつたら、スポーツの秋という事でウオーキング、ジョギングなどしてみてはいかがでしょう!!  
(Let's enjoy sports.)

## 編集後記

※詳細は、ホームページまたは、事務部までお問い合わせ下さい。

◆スタッフ募集のお知らせ◆  
・医師（常勤・非常勤）

## ◆健康診断・人間ドック・生活習慣病予防健診を希望の方◆

予約制になっております。事前にお電話にてお申し込み下さい。

健診日	月～金曜日（祝日除く）
予約受付時間	平日 8:30～17:00 土曜 8:30～12:00
お問い合わせ申し込み	健診部 TEL 0982-21-6381 FAX 0982-33-8380



財団法人 日本医療機能評価機構 認定病院

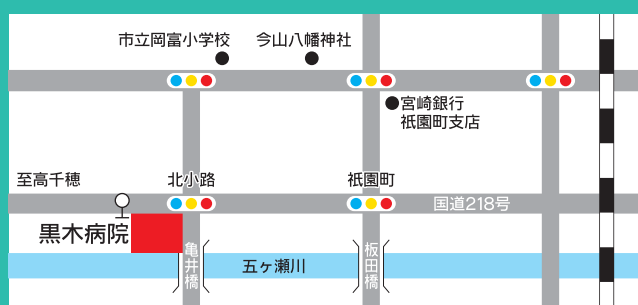
内科・外科・胃腸科・肛門科・泌尿器科・放射線科

特定医療法人 健寿会

救急指定

KUROKI 黒木病院

〒882-0041 宮崎県延岡市北小路14番地1  
TEL (0982) 21-6381 FAX (0982) 33-8380  
ホームページ <http://www.kuroki-h.or.jp>



診療時間/9:00～12:30(受付11:30まで) 14:00～17:00  
但し、月・土曜日は9:00～12:30(受付11:30まで)  
急患の場合は、この限りではありません。