

三沢病院 だより

平成30年

8月



第47回 県南公立病院 親睦野球大会 準優勝

医療まめ知識

胃腸炎のお話

特集「実習生日記」

三沢市立三沢病院クリニカルクラークシップに参加
させていただいて

各科紹介

地域医療連携室をご紹介



三沢市立三沢病院

〒033-0022 青森県三沢市大字三沢字堀口164番地65号
電話番号:0176-53-2161(代表) FAX:0176-53-2173
<http://www.hospital.misawa.aomori.jp/>

医療まめ知識

胃腸炎のお話

小児科 藤田 真司

これから秋にかけ行楽シーズンに入り、食べ物がおいしくなる季節となります。ついつい食べ過ぎたり、食べきれなかった食事を持ち帰ったり…。そこで気をつけなければならぬのが、胃腸炎です。

そこで、今回は胃腸炎への対応について、小児科の立場からお話しさせていただきます。

○胃腸炎の原因

胃腸炎の大部分は、感染性のもので、感染源としては、細菌とウイルスの二つに大別されます。よく知られているものだと、細菌では、病原性大腸菌（O-157など）やサルモネラ菌、カンピロバクターなどがあります。ウイルスでは、ノロウイルスやロタウイルス、アデノウイルスが有名です。また、ブドウ球菌から放出される毒素が原因となる食中毒も知られています。

感染性胃腸炎は、食べもの（口に入ったもの）を介して発症しま

す。感染経路はさまざまで、①加熱不十分な食品、②汚染された調理器具で作られた食品、③病原体を含む排泄物（便や嘔吐物）、④ペットや家畜を触った手、などが代表的です。

○胃腸炎の症状

口に入った病原体は、まず胃に到着します。人には免疫（防御反応）が備わっているため、病原体をなんとか体外に出させようと戦います。ここで起るのが嘔吐です。

しかし、すべての病原体が嘔吐によって排出されるわけではありません。胃を通り抜けた病原体は、小腸・大腸へと進みます。ここでも免疫が働くため、今度下痢が起ります。下痢便とともに、病原体を体外に排出させるのです。また、特に細菌が原因の胃腸炎の場合は、腸粘膜を傷つけることで、血便が出ることもあります。ゼリー状の血液が便に混ざっているときには、注意が必要です。

嘔吐あるいは下痢が続くと、それだけ体内の水分が失われます。放っておくと脱水状態に至り、意識障害や腎不全の原因にもなります。そのため、脱水を防ぐことが治療のポイントとなります。

○胃腸炎の治療

ところで、胃腸炎症状はいつまで続くのでしょうか？ 答えは、『病原体を体外に出し切るまで』です。つまり、体内に病原体がとどまる限りは、嘔吐や下痢が続くということになります。少なくとも数日間は、症状が出ると思ってください。

さて、本題の治療についてですが、①胃腸を休ませる、②失われた水分を補充する、ということに尽きます。特に重要なのが、水分です。ここでポイントになるのが、水分のほかに電解質（塩分）も失われるという点です。水分と塩分をほどよく補充しなければなりません。

また、胃腸炎の際には、消化吸収能力が落ちるため、エネルギー不足に陥ります。それを補うため、糖分も補充しなくてはなりません。子どもの場合、予備のエネルギーが少ないため、いわゆる自家中毒

（筋肉や脂肪を燃やしてエネルギーを作り、吐き気の原因成分ができる状態）を起すこともありま

す。水分・塩分・糖分を一気に補充するのは難しいものです。まして、吐き気が強い状態で、急激に水分を胃に流し込んでも、嘔吐を誘発することになります。そのため、飲みやすいもの（みそ汁、果汁など）を組み合わせて、一口ずつ、時間をおきつつ何回かに分けましょう。水分補充は、少量ずつ頻回に分けることが鉄則です。

また、経口補水液（商品名としては、アクアソリタ、アクアサポート、OS-1など）が市販されています。これらの製品は、水分が素早く吸収されるように、塩分や糖分濃度が調整されています。あれこれ考えるのが面倒な方は、市販品を利用するのもよいでしょう。ただし、少量ずつ頻回の鉄則は守りましょう。

水分補給の方法については、胃腸炎以外の場合にも効果的です。「点滴をお願いします」と来院する方もいらっしゃいますが、脱水にならないように、普段から経口補水を心がけてはみませんか？

三沢市立三沢病院クリニカルクラークシップに参加させていただいて

弘前大学医学部医学科 6年 佐々木大地

この度は、三沢病院の外科で4週間という期間、クリニカルクラークシップということでお世話になりました。地元が隣のおいらせ町（旧百石町側）であることもあり、ホームという環境で勉強させていただくことで地元地域の医療の雰囲気や三沢病院の雰囲気を知らずとができればと思います、三沢病院で実習させていただきました。

実際に実習をしてみて、フレンドリーに接してきてくださったたり診療科の枠を越えて手技の見学・体験や手術へ参加させてくださったりする先生方の温かい雰囲気にとっても助けられましたし、とても嬉しかったです。また、ロボット手術の見学やシミュレーターを通してロボット手術の感覚を体験させていただく機会や、腹腔鏡手術を含む豊富な手術への参加、手術手技の体験などたくさ

んの体験をさせていただく中で、外科の松本先生、池永先生、岩間先生を中心とした先生方の優しいご指導のおかげもあり、少しずつできることを増やすこともできました。自分の情報収集不足もあり、三沢病院の手術件数が予想よりも多くとても驚くとともに魅力を感じました。朝の回診では先生と患者さんのコミュニケーションの見学はもちろんのこと、処置への参加をさせていただいたこと

もすごくためになりましたし、先生方と病棟の看護師、術場の看護師の皆さんとの雰囲気の明るいコミュニケーションにすごく良い現場の雰囲気を感ずきました。救急対応の現場、外来での退院後の患者さんのフォローをはじめとした診察風景などなど、将来自分が目標とする医療の現場を見学させて

いただくことができた4週間でした。また、米軍病院の先生方とも一緒に手術に入らせていただく機会や、病院の野球チームへ参加させていただく機会もあり、運動しつつ健康的に楽しく充実した時間を過ごすことができました。

今は、来年からの2年間の初期研修病院の候補となる病院を探している段階ですが、三沢病院も候補として考えたいと思います。4週間という長いようにも感じられる期間でしたが本当にあつという間で、楽しみつつ勉強しつつと充実し、毎日来るのが楽しみな日々でした。先生方、スタッフの皆々様、本当にありがとうございました。

もし、来年から三沢病院で初期研修をすることになりましたら、その時はまたよろしくお願ひします。



地域医療連携室の紹介

地域医療連携室のスタッフを紹介します。院長兼室長の医師 1 名、看護師 2 名、事務員 1 名で医事課職員と連携を図り、地域の医療機関や保健・福祉機関と連携しながら業務を行っています。また、三沢市立三沢病院の窓口となり連絡調整、様々な相談に対応し、地域との橋渡しを担って行きたいと思えます。いつでもお気軽にいらしてください。また、詳細等は HP をご覧ください。

地域連携

在宅療養支援として訪問診療の実施、介護・福祉施設入所相談

医療連携

紹介患者の予約、逆紹介患者の予約、転院、セカンドオピニオン外来

医療・福祉相談

病気、福祉制度、介護・療養相談、がん相談

在宅療養後方支援体制

在宅療養中の患者さんを 24 時間体制で診察(入院を含む)

