



福西会病院 広報誌

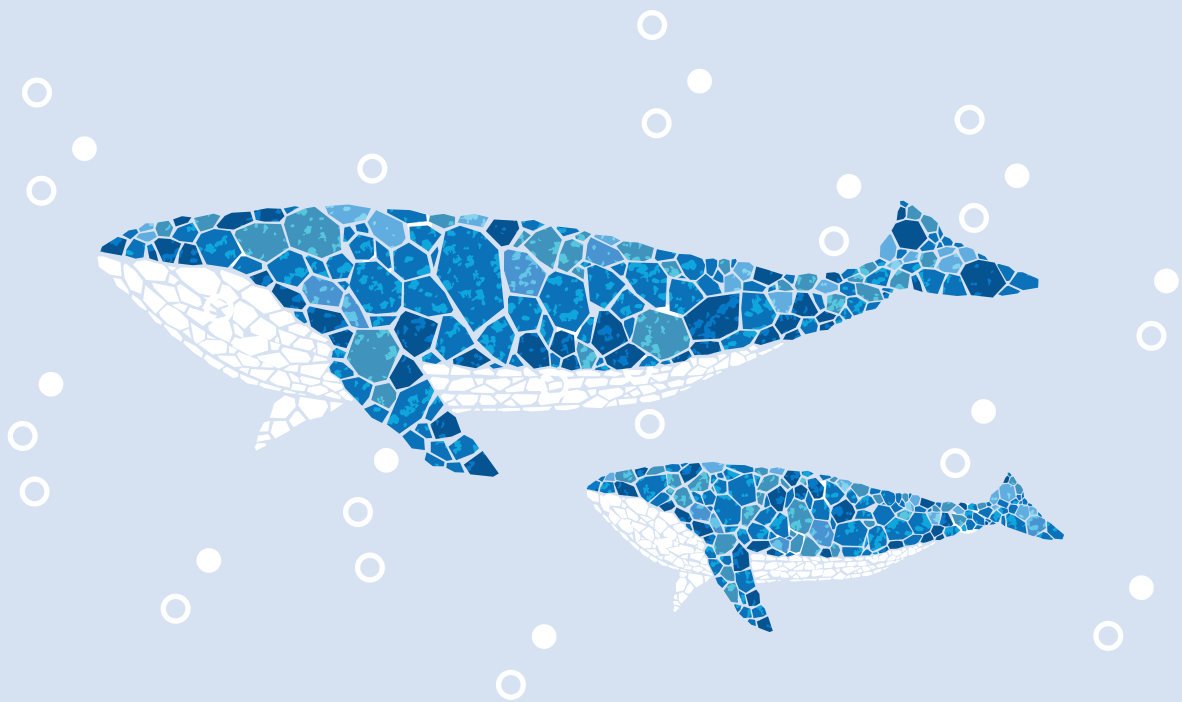
ふれあい

FUREAI

Fukuseikai Hospital
Public relations magazine

Vol.62

ご自由にお持ち帰り
ください



特集

前立腺肥大症って何?
尿路結石って何?

home page



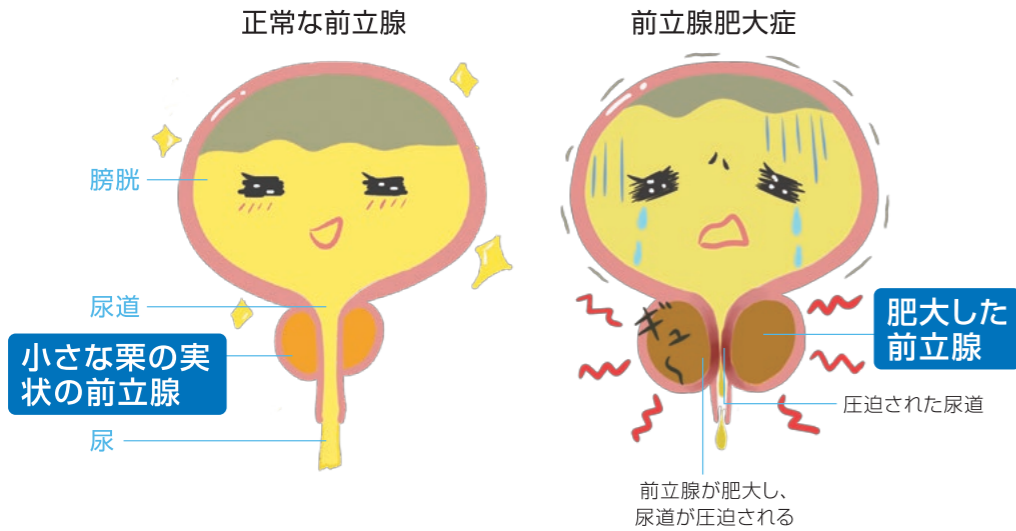
前立腺肥大症って何？

【まず、前立腺とは？】

前立腺は男性の生殖器系統にある器官で、小さな栗の实のような形をしています。精子を運搬、保護し、その活動を促進する前立腺液を分泌することが主な役割です。

【前立腺肥大症とは？】

前立腺は膀胱の下部に位置し、尿道の周りを取り囲んでいます。加齢等が原因で前立腺が肥大化し尿道が狭くなることがあります。これが前立腺肥大症です。



【主な症状】

排尿困難

尿道が狭くなることにより、尿が出にくくなります。



頻尿

尿道が狭くなることにより1回あたりの排尿量が減り、その頻度が増えます。夜間にトイレのために何度も起きてしまうケース(夜間頻尿)もあります。



尿漏れ

尿道が圧迫されることで膀胱内に大量の尿が溜まってしまい、その状態でお腹に力を入れると尿漏れが生じやすくなります。



排尿時の痛みやしびれ

炎症が起これると、排尿時に痛みやしびれを感じることもあります。



【診断】

一般的な診断方法として、超音波検査、血液検査、画像診断などを行います。

【治療】

排尿状態を評価し、前立腺がんが合併していないことを確認の上、まずは薬物治療を行います。薬物治療で効果が得られない場合には、内視鏡を用いた経尿道的な前立腺切除術(TURP)を行うこともあります。この手術方法はお腹を切らずに、尿道から内視鏡を挿入して肥大した前立腺組織を電気メスで切除します。また、当院では水蒸気の熱を利用して前立腺を退縮させる、経尿道的な水蒸気治療(WAVE治療)も行っており、患者さんの状態に応じて治療方法を選択します。

前立腺肥大症は、中高年以降の男性にとっては珍しいものではなく、適切な治療と生活習慣の見直しにより改善できる可能性が高い疾患です。早期発見により治療効果は更に高まりますので、気になる症状が現れた時はすぐに泌尿器科を受診してください。

前立腺肥大症のWAVE治療について

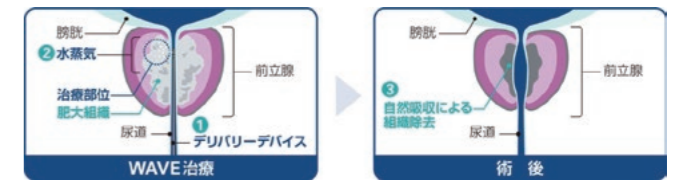
WAVE治療(経尿道的な水蒸気治療)とは

WAVE治療(Water Vapor Energy Therapy:経尿道的な水蒸気治療)は、前立腺肥大症のための治療方法で、肥大した部分に水蒸気を注入し、その熱を利用して前立腺を退縮させる低侵襲な治療方法です。



日本では比較的新しい治療方法であり、当院では治療機器にBoston Scientific社のRezūmシステムを用いておりますが、福岡市内では4番目、早良区では1番目の導入施設となります。

前立腺内に送り込まれる水蒸気は103℃ですが、体温で冷やされ水に戻ります。この時、発せられる熱エネルギーが肥大組織に影響し、細胞を壊します。壊死した細胞が1-3か月をかけて自然に体内に吸収されることで、前立腺肥大症の症状を和らげます。



WAVE治療の流れ

WAVE治療は、水蒸気を生成する専用の装置を使用して、肥大した前立腺組織に直接水蒸気を注入します。

- 01 麻酔**
手術を始める前に麻酔を投与します。麻酔の種類に関しては担当医にご確認ください。
- 02 治療箇所の特定**
まず始めに、WAVE治療専用機器を用いて、水蒸気を注入する治療箇所を特定します。
- 03 水蒸気の注入**
治療箇所を特定したら水蒸気を注入します。患者さんの前立腺の状態によって、水蒸気を注入する箇所や回数は異なります。
- 04 尿道カテーテルを留置**
水蒸気を注入し終わったら尿道カテーテルを留置し手術は終了です。

Q.新しい治療方法ですが安全ですか？

日本では行政の承認を2021年に取得しましたが、欧米では10年近い実績があり、治療の効果が保たれていることが示されている治療法です。

Q.抗血栓薬(抗血小板薬・抗凝固薬)を服用していますが、WAVE治療を受けることはできますか？

本治療のガイドラインでは、休薬が困難な場合は注意して施行すること、とされています。

WAVE治療は手術時間が10-15分と短く、身体への負担が少ない治療法です。そのため合併症リスクの高い方、高齢の方、身体機能低下の方などに適していると思います。

WAVE治療の詳細はこちら



泌尿器科部長
平 浩志 医師

尿路結石って何？

【尿路結石とは】

尿路結石とは腎臓から尿道までの尿路に生じた石のように硬い固形物のことです。結石は、尿の中に溶けているカルシウム、シュウ酸、リン酸、尿酸などが結晶を作り、それがたんぱく質などと結合して固まってできます。結石の存在する部位によって、上部尿路結石（腎結石、尿管結石）、下部尿路結石（膀胱結石、尿道結石）に分けられ、わが国では約95%が上部尿路結石と言われています。尿路結石の大部分は腎臓で作られます。尿路結石ができる原因は完全に解明されているわけではありませんが、リスク要因としては、偏った食事や運動不足などの生活習慣の乱れ、水分不足、遺伝的要因などが挙げられます。また、結石がしやすい病気もあります。

【種類】

尿路結石の種類としては、シュウ酸カルシウム結石、リン酸カルシウム結石、尿酸結石、シスチン結石、リン酸マグネシウムアンモニウム結石などがあります。なかでも最も多いのはシュウ酸カルシウム結石です。

【症状】

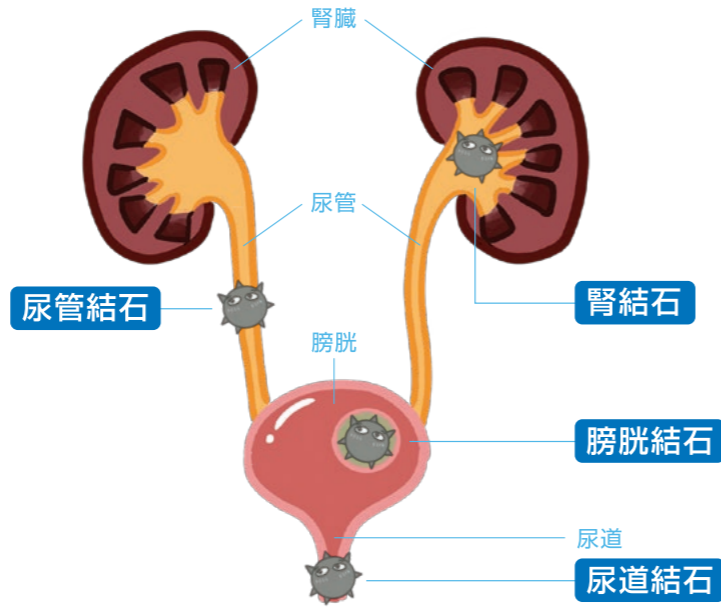
尿路結石の症状は結石の大きさや位置によって異なります。結石が小さい場合には無症状のこともあります。尿路に結石がつまって尿の流れが悪くなると、腎臓の内圧が高まり、腰背部から側腹部にかけての激痛や下腹部への放散痛が起きます。痛みとともに吐き気や嘔吐がみられることもあります。これらは主に尿管結石でみられる症状です。結石が膀胱の近くまで下降すると、頻尿、残尿感などの膀胱刺激症状が起こることがあります。また、結石が尿路粘膜を傷つけて血尿が出ることもあります。急性腎盂腎炎を併発すると高熱が出ます。

【診断】

尿路結石の診断のための画像検査には、腹部レントゲン検査、腹部超音波検査、CT検査などがあります。なかでも最も有用な検査はCT検査です。CT検査は非常に小さな結石やレントゲンで写らない成分の結石を確認することができます。また、他の急性腹症との鑑別にも有用です。尿検査では血尿や尿路感染の有無などを、血液検査では腎機能、カルシウム値、尿酸値、炎症反応の有無などを調べます。

【治療】

結石が小さい場合は薬物療法を行い、結石が自然に排出するのを待ちます。上部尿路結石のうち、結石のサイズが大きく自然排出しない場合や、強い痛みが頻回に起こる場合、腎機能低下の可能性がある場合などは、体外衝撃波結石破碎術（ESWL: Extracorporeal shock wave lithotripsy）や内視鏡を用いた経尿道的尿路結石破碎術（TUL: Transurethral lithotripsy）などを行います。



【予防】

尿路結石は非常に再発しやすく、患者さんの2人に1人が5年以内に再発すると言われています。目安として1日に2リットル程度の水分摂取により尿量を増やし、バランスの良い食事や適度な運動など生活習慣の改善を心がけて予防に努めましょう。



当院の体外衝撃波結石破碎術 (ESWL) について

当院では独ドルニエ社の体外衝撃波結石破碎装置を導入しております。この装置は、体外から衝撃波というエネルギーを結石に向けて照射し、筋肉や臓器を傷つけずに結石のみを粉々に破碎します。破碎された結石は、尿と共に体外に排出されます。麻酔が不要で、術後の痛みがほとんどなく体に傷痕が残らない信頼性の高い安全な治療法です。



当院では、当該手術を主に「外来治療」で行っています。ご希望があれば「入院治療」も対応可能です。担当医もしくは外来看護師にご相談ください。

腎臓 結石
治療台 衝撃波発生装置 衝撃波
結石に照射して破碎します。

【機器の特徴】

- ① 結石を見逃さない(オブティビジョン機能)
- ② 卓越した衝撃波エネルギーにより結石が非常に割れやすい
- ③ 治療効率が大幅に向上
- ④ 焦点深度が深く、より深い結石に対応出来る(肥満症例にも対応可能)

当院では尿路結石の治療法としてESWLを積極的に行っています。ESWLは患者さんの体に負担の少ない治療法で、痛みが少なく、副作用や後遺症はほとんどありません。外来通院で治療が受けられます。尿路結石による痛みで悩んでおられる患者さんはお気軽にご相談ください。



泌尿器科
田中 正利 院長代行

01 福西会病院 新入職医師紹介

脳神経内科
とよた ともこ
豊田 知子 医師

これまで産業医科大学にて脳神経内科学の研鑽を積んで参りました。超高齢化社会を迎え、脳神経内科領域では認知症やパーキンソン病等の神経変性疾患の増加が目立ちます。これまでの経験を生かして地域の皆様に貢献したいと思っております。



02 福西会病院 「患者さんの声」にお答えします ～サービス向上委員会～



1. お申し出内容
一週間入院という短い期間でしたが、大変気持ちよく気楽に過ごすことが出来ました。職員教育がなされているのでしょうか、大変どなたも心優しく親切に丁寧に接して頂きました。日頃から定期的に通院していますので、とても良い環境であることは以前から感じていましたが、本当に親切に対応して頂き感謝しています。これからも通院が続きますので今後とも宜しくお願い致します。本当にありがとうございました。

当院からの回答
お褒めのお言葉ありがとうございます。今後も地域の皆様に必要とされる病院作りを目指してまいります。

2. お申し出内容
夜間、意識消失で救急で来ました。診察が終わり、血圧も上がり自宅へ戻って良いことになりました。片麻痺があるため車椅子を利用していますが、家族が車に乗せる時、救急の所に車を入れられないのでとても不便です。救急車の迷惑にならないところに車を駐車場から持ってきて一時的に停車する許可がほしいです。



当院からの回答
当該箇所については、救急車専用駐車場として利用しており、駐車禁止となっております。しかし、時間外受付時において歩行不安定等の患者さんの搬入・搬出時においては停車可能としております。夜間受付担当者へ申し出て頂ければ対応致します。

3. お申し出内容
大変お世話になりました。ありがとうございました。食事の豆類などスプーンをお願いしたく思いました。

当院からの回答
いつも当院をご利用頂きありがとうございます。豆類等、箸では摂取しにくい食形態については、スプーンも準備しております。必要時はお申し出下さい。



部署紹介

栄養管理科

人員数:21名
(2024年7月現在)

患者さんの症状に応じた食事を提供。
また、栄養管理計画から栄養指導まで行います。



身体の回復、健康面で欠かせない食事を通して
栄養面の観点から、最善のサポートを心がけています。

私たち栄養管理科は日々、患者さんの入院中のお食事の提供をはじめ、健康状態を維持、改善できるよう栄養状態を把握し栄養面からのサポートを担っています。

スタッフは管理栄養士(4名)、栄養士(7名)、調理師(2名)、調理補助(洗浄員)パート(8名)の計21名です。

1回に作る食数は170食ほどで、医師の指示に基づき治療食の必要がない方の一般食と、病状に応じた食事対応が必要な方への治療食をはじめ、咀嚼や嚥下が困難な方の介護食にも対応しています。食種は幅広く大変ですが、入院生活において誰しも食事は楽しみの一つと思っておりますので、少しでも満足いただけるよう衛生管理を徹底しながら安全に配慮した食事提供に努めています。

【栄養管理計画】

私たちは食事提供だけではなく、管理栄養士が患者さん一人一人の栄養状態(病状、食事摂取量など)を確認し栄養状態の評価を行い、状態改善の必要な方には回復に繋がる食事提供の提案をさせていただいています。

【栄養指導】

病気で食事に制限のある方、食事や栄養に不安や疑問を抱えている方には、管理栄養士が食事療法の指導を行い、実際にお話を伺いながら問題点や改善点を一緒に見つけ出すことで食事療法が実践できるよう提案を行っています。入院、外来問わずご家族様も交えた指導も実施しておりますので、ご相談がありましたら遠慮なく主治医にお尋ねください。

【栄養サポートチーム(NST)】

主治医が特に栄養サポートが必要と判断した患者さんに対し、多職種からなる栄養サポートチーム(医師、看護師、薬剤師、臨床検査技師、言語聴覚士、管理栄養士)が患者さんの1日も早い病状回復を目指し栄養状態の改善に取り組んでいます。私たちはそのチームの一員としても活動しています。

栄養管理科の業務は多岐にわたりますが、チーム一丸となり安全を第一に皆様のサポートに取り組んで参ります。



おち ゆきこ
課長 越智 由紀子 さん

職歴 28年目
趣味 スポーツ観戦

仕事に対して心がけていることややりがい

これまで病院や老健施設などいろいろな環境で業務を行って参りました。経験を活かし幅広い方々の食生活の支援でお役に立てれば嬉しいです。

職員 インタビュー INTERVIEW



かつき ゆうき
香月 悠希 さん

職歴 4年目
趣味 ゲーム

仕事に対して心がけていることややりがい

患者さんが私たちの作った食事を食べて、喜んでくれる姿を日々想像して、食事を作っています。安心して安全な食事を提供できるよう日々精進していきます。



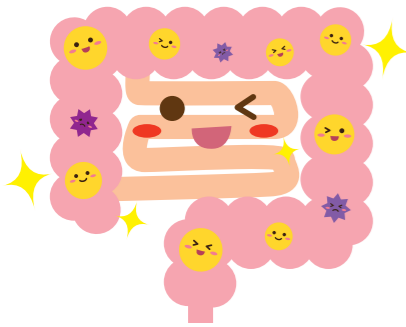
～腸活について～



学校も夏休みに入り本格的な夏となりましたが、みなさんいかがお過ごしでしょうか。
8月は気温がピークに達する時期です。
体調をしっかり整えて厳しい暑さを乗り切りたいですね。
そこで今回は暑い夏を乗り切るための『腸活』についてお話しします。

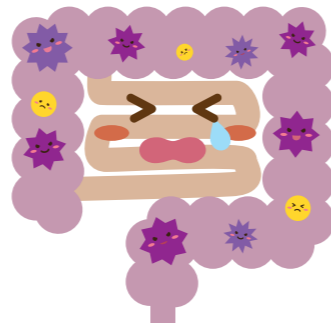


腸活とは



▲健康な腸

腸内には善玉菌と悪玉菌が存在します。善玉菌とは乳酸菌やビフィズス菌など身体にとって良い働きをする腸内細菌で、悪玉菌とはウェルシュ菌やブドウ球菌などの身体に悪い影響を与える腸内細菌のことです。生活環境を見直し、この善玉菌と悪玉菌の腸内バランスを整えることを腸活と言います。



▲不健康な腸

腸活のメリット

お腹の不調を整え 便通改善!

発酵食品を摂りましょう

発酵食品を摂取し腸内環境を整えることで腸の運動が活発になり、便秘や下痢などのお腹の不調を整えることができます。



免疫力の向上

食物繊維を摂りましょう

腸は食べ物を消化吸収するだけでなく、病原菌やウイルスなどを退治してくれる「免疫細胞」が集結しています。腸内細菌のバランスを整える事は免疫細胞の活性化に繋がり免疫力が向上します。腸は最初に体内に入ってきた物から積極的に取り入れようとするので、菌の栄養になる食物繊維から先にとることは腸内細菌を強くするため免疫力の向上に繋がります。



美肌効果

バランスの良い食事

肌荒れの原因のひとつとして、腸内環境の乱れが挙げられます。腸内環境が乱れることで便秘を引き起こし、腸内の有害物質や悪玉菌が増加。その結果、本来排便によって体外に出ていた不要物が腸内に溜まってしまい、肌のターンオーバーが乱れ、吹き出物や肌荒れを招きます。腸活を意識してバランスの良い食事を心掛けることにより美肌へと繋がります。



腸活の方法

食事面

善玉菌を補う

良い腸内環境を保つためには、食事により善玉菌を増やすことがポイントになります。

善玉菌を増やす食品その1

発酵食品

ヨーグルト、ぬか漬、納豆、キムチ、味噌、チーズなどの発酵食品には乳酸菌やビフィズス菌などの善玉菌が多く含まれています。



善玉菌を増やす食品その2

食物繊維を含む食品

海藻類、きのこ類、ゴボウ、芋類などには食物繊維が多く含まれており、善玉菌のエサとして使われるので、善玉菌を増やすことに繋がります。



善玉菌を増やす食品その3

オリゴ糖を含む食品

大豆などの豆類・たまねぎ・アボカド・バナナなどの食品にはオリゴ糖が多く含まれており、食物繊維と同様に善玉菌のエサとして使われるため、善玉菌を増やすことに繋がります。ただし、オリゴ糖を摂り過ぎると下痢やお腹の張りを引き起こすこともあるため、注意しながら摂取してください。



生活面

適度な運動を行う

適度な運動により腸が刺激され、便秘解消の効果が期待できます。ウォーキングやジョギング、階段の上り下りなどを日常的に心掛けて行ってください。



マッサージを取り入れる

お腹に少し圧をかけるようにマッサージすることで腸が刺激され、動きが良くなり便秘や排便回数、便の状態が改善されるといわれています。



十分な睡眠をとる

しっかりと睡眠をとることも大切な腸活のひとつです。睡眠不足によって腸内環境が乱れてしまうおそれがあります。睡眠の質が向上することで腸内細菌のバランスが整い、エネルギー代謝や基礎代謝の向上に繋がるため、規則正しい睡眠を心がけてください。



摂取した善玉菌は腸内に長く留まることなく排泄されてしまうので、良い腸内環境を保つためには継続して腸活を行うことが大切です。



知るとうれしい リハビリニュース



[リハビリテーション科]

「腰痛」

夏の日差しがまぶしいこの頃、いかがお過ごしでしょうか。

さて、今回のリハビリニュースは『腰痛』についてお話ししたいと思います。頭痛、四十肩、五十肩、腰痛、膝痛などさまざまな痛みがありますが、中でも腰痛を経験したことのある方は多いのではないのでしょうか。よく聞く腰痛の一つに「ぎっくり腰」があります。

ぎっくり腰は急性腰痛または椎間捻挫と言います。腰椎が瞬間的にすれてしまい、腰の筋肉が負荷に耐え切れず炎症を起こして、激しい痛みを生じます。原因はさまざまですが、一番は「筋肉疲労の蓄積」です。睡眠不足、偏った食事、運動不足、長時間同じ姿勢など…。若い人では、ぎっくり腰は急激な動きや衝撃など、腰にいきなり負担がかかると起こります。



【腰痛が起こったら…】

- ① まずは、「安静」です。仰向けより横向きに寝たほうが腰への負担が少ないです。
- ② 整形外科へのはやめの受診をおすすめします。
- ③ 薬などで痛みが落ち着いたら元の生活に戻していきましょう。コルセット着用も有効です。
- ④ 痛みのない範囲で体操や、生活動作の見直しを行きましょう。

【腰痛を予防するために…】

★十分に「ストレッチ」を行ってから体操しましょう。

ストレッチ部位

- その1 腰のストレッチ
(上半身を前に倒したり、後ろに反ったりします)
- その2 体の横のストレッチ
(片手を挙げて体を横に倒します)
- その3 足の付け根のストレッチ
(お相撲さんの「しこ踏み」の姿勢が効果的です)

※ストレッチは息を止めずにゆっくり深呼吸しながら行いましょう。体をすばやく動かすのではなく、5秒～10秒ほど伸ばし、ゆっくり元にもどします。



また、日々の生活動作も見直してみましょう。
長時間同じ姿勢をとることが多い方は、1～2時間おきに休息をとり、上記のストレッチをしたり、姿勢を変えたりして腰への負担を軽減しましょう。



わ・た・し Channel

～職員の情報発信～ Vol.02

趣味や習慣、コレクション、人生を変えた本、最近ハマっているものetc.
“職員に関する何でも”を発信していくコーナーです。
職員たちの普段とは違う一面を垣間見ることで、より親しみを感じていただくと幸いです😊

キャンプを 愉しむ

リハビリテーション科
Iさん



自分は多趣味な方で、社会人になってからテニス、カフェ巡り、グルメ、飲み会、映画に漫画、ゲーム、イラストとそのほとんどが街中や家ですることが中心でした。しかし、コロナ禍によって外出の機会が減って、家で過ごすことが多くなり趣味の制限がかかってしまいました。

そんな中、家内が職場の同僚達とキャンプを始めたのが最初でした。自分も誘われたのですが、テントの設営や片付けを面倒くさがって行かずに敬遠していました。家内はそれから数回職場の同僚や友人とキャンプをしており、毎回とても楽しそうな写真や動画が家で過ごす自分に送られてきました。そんな楽しそうな写真を見せられて、自分も外で活動したい欲もあって、次第に興味が出てきたんです。

1年ぐらいして、自分の誕生日にキャンプを自ら提案してみました。そして初めてのテントキャンプを小石原の「ポーン太の森」で決行しました。誕生日効果もあったんですが、紅葉とキャンプ飯と焚き火にと楽しく過ごして、キャンプに魅了されてしまいました。



そこからはチェアにカップにテーブルにとキャンプギアを揃えていく愉しさに魅入られ、いわゆる「ギア沼」にどっぷりとハマってしまいました。今では普段使いの財布もアウトドアメーカーのもので。お気に入りのギアは「フェデカ」のクレバートングです。肉を焼くときにマイトングとして愛用しています。

一般的なキャンプシーズンと言えば夏が定番ですが、自分はもっぱら秋冬キャンプばかりです。元々、夏が好きで寒い冬が嫌いでしたが、夏にキャンプしようものならテントの中がサウナのように暑くて、蚊やアブ、ムカデなどの苦手な虫が昼夜問わず多いので想像しただけでも最悪な気分でした。それに比べて秋冬になれば寒さこそありますが、設営や片付けでなんだかんだしっかり動いて身体が温まり、焚き火と温かいキャンプ飯で冷えた身体が暖まる感覚がたまりません。それに冬の夜空は澄んでいて星空がすごく良く見えるのですと見ていられます。今もバーベキューをするのは夏が好きですけど、非日常を感じることが出来るキャンプは秋冬が好きです。(ちなみに春キャンプもするにはしますが、花粉症がひどいのでほまほましませんw)

昨今ではもうキャンプブームは終焉したとされていますが、自分の中では今でもブーム真っ最中です。設営や片付けはまだまだ大変だと思いますけど、それでもそれに勝る楽しさと癒やしがキャンプにはあります。リハビリテーション科はキャンパーも数名います。キャンプ仲間を作って楽しみましょう!



LINE公式アカウントを
開設いたしました

福西会病院からの各種ご案内等を中心に届けたいと思いますので、ぜひお友達登録をお願いいたします。



アクセスはこちらから

幅広い
時間で
受診可能

午前・午後の
診療担当医のご案内YouTubeチャンネルを
開設いたしました

楽しくてためになる動画を追加していきます。ぜひチャンネル登録をお願いいたします。



アクセスはこちらから

詳しくはホームページで検索

福西会病院

検索



交通アクセス

公共交通機関

地下鉄七隈線 野芥駅にて下車(2番出口すぐ)

西鉄バス 野芥駅前にて下車(降りてすぐ)

都市高速から

野芥ランプから 【内回り】福岡高速5号線・野芥ランプより、外環状線を直進「野芥口」交差点を越え側道へ…約3分

【外回り】福岡高速5号線・野芥ランプより外環状線を直進「野芥口」交差点右折……………約1分

福西会病院 パーキングマップ



福西会病院の駐車場は周辺に第1、第2、第5があります。
※地下駐車場は、廃止となりました。



医療理念

誠実で信頼される医療

基本方針

1. 救急病院として地域社会・地域医療に貢献します
2. 患者さんと共に安全・安心なチーム医療を行います
3. 積極的な医療・介護連携を目指します
4. 医療人として常に自己研鑽をします

患者さんの権利

1. 個人としての人権が尊重される権利
2. 質の高い医療を公平に受ける権利
3. 真実を知る権利、または、真実を知らされない権利
4. 病状や医療内容について、十分に説明を受ける権利
5. 医療行為を、自分の意思で選択する権利
(セカンドオピニオンを受ける権利)
ただし、医学的に不適切な医療を求める権利はありません。
6. 医療情報の開示を求める権利
7. 個人情報保護される権利

患者さんの責務

1. ご自身の状態やその変化など正確な情報を医療従事者へ報告する責務
2. 治療に必要な医療上の指示を守る責務
3. 病院の規則を守り、快適な医療環境を維持する責務
 - 禁酒、禁煙
 - 他の患者さんへの迷惑行為の禁止
 - 職員への暴言・暴力・セクハラ・業務妨害などの禁止
4. 自己負担金を支払う責務



2024
健康経営優良法人
Health and productivity

「健康経営」の促進を目的として、優れた健康経営の取り組みを行っている事業所を経済産業省が選定・認定する制度「健康経営優良法人」において、当法人が4年連続で大規模法人部門に選ばれました。