



楠だより12月

— 2017年 —

偶数月発行 NO.61 H29.12.25 発行責任者：病院長 編集：附属病院広報委員会

健康手帳

52

たんせき たん えん 胆石・胆のう炎にご注意!

胆のう炎とは?

胆嚢とは肝臓で作られ胆管を流れてくる胆汁を一時的に貯める袋です。食べ物が胃から十二指腸に流れ込む時に、貯めた胆汁を排泄し消化を助ける働きをします。

この胆嚢に発生する石が胆石で、日本人の約10%が持っていると言われます。胆石があると胆嚢内胆汁の流れが悪くなり、そこに細菌が入って胆のう炎を起こすことがあります。胆のう炎が起ると、腹痛や発熱を伴います。多くの場合は抗生剤の投与で良くなりますが、炎症がひどくなると手術が必要になることがあります。

腹痛を繰り返す場合は…

胆石の多くは健康診断の時にを行うエコー（超音波検査）で診断出来ます。

『胆石がありますよ』と言われた場合は、腹痛を自覚した際に注意が必要です。腹痛（特に上腹部痛）の原因の多くは胃炎や胃潰瘍ですが、胆石が原因で腹痛が起っていると診断された場合、半数以上の人はその後発作を繰り返すので手術が勧められます。腹痛を我慢して放っておくと炎症が進行し、受診時に急性胆のう炎で緊急手術が必要になることもあります。手術は事前に検査を受

けて日時を決めて行う待機手術の方が安全です。最近の胆石の待機手術はほとんどがキズの小さい腹腔鏡で行えるようになっていきます。

腹痛が気になる場合、特に胆石を指摘されている場合は、早めの医療機関の受診をお勧めします。



病院の 基本理念

1. 患者中心の医療の実践
2. 人間性豊かな医療人の育成
3. 先進医療の開発と推進
4. 地域医療連携の強化
5. 災害救急医療の拠点活動
6. 医療を通じての国際貢献

目次

健康手帳 (52) 胆石・胆のう炎にご注意！	1
「HANSHIN 健康メッセ 2017」を開催しました	
市民公開講座のご案内	2
健康レシピ 第53回 小かぶの蒸しもの	3
診療科から 歯科口腔外科	
ハロウィン 今年のテーマは「童話」!	
がん相談室(がん相談支援センター)からのご案内	4

「HANSHIN健康メッセ2017」を開催しました

昨年度に引き続き、神戸大学、兵庫医科大学、阪神電気鉄道主催による「HANSHIN 健康メッセ 2017」が8/25-27に梅田のハービスホールで開催されました。昨年に引き続き、本年が2回目となっております。神戸大学医学部附属病院は手術支援ロボット「ダビンチルーム」、病理による「ミクロの世界」、「実験コーナー」を出展しました。今年の総入場者数は1万3千人超！親子の大きな歓声に包まれていました。



市民公開講座の開催について

神戸大学医学部附属病院と医学部附属国際がん医療・研究センターは、神戸新聞社と共同して、「神戸から発信するシリーズ『根治を目指す最新がん治療法』」というテーマで、公開講座を5回シリーズで開催いたします。

第1回目は以下のとおりとなっております。
今後の開催につきましては、神戸新聞の社告にて掲載される予定です。

第1回開催日時・場所

日時：平成30年1月20日（土） 13:30～15:10
場所：神戸大学医学部会館シスメックスホール
（医学部附属病院敷地内）



講演内容

1. 「肺がんの最新治療～外科治療を中心に～」
神戸大学大学院医学研究科外科学講座呼吸器外科学分野
教授：眞庭 謙昌
2. 「大腸がんに対する最新外科治療～Technologyの進歩を踏まえて～」
神戸大学医学部附属国際がん医療・研究センター
副センター長：角 泰雄





一品料理でおもてなし

冬の味覚編

小かぶの蒸しもの

栄養量 (1人分)

エネルギー	199kcal
たんぱく質	19.2g
脂質	7.7g
炭水化物	11.9g
食塩相当量	1.2g

年の瀬の、寒気いよいよ厳しい季節となりました。今回は今が旬のかぶを使った料理をご紹介します。かぶの旬は年2回あり、11～1月の秋冬に旬を迎えるかぶは、甘みが増して美味しいのが特徴です。上品で優しい味つけです。かぶを丸々1個使用していますので満足感が得られる一品となっております。ぜひ、ご家庭でもお試しください。



※写真のお皿は直径17cm、盛り付けは1人分です。



作り方

材料(4人分)

- 小かぶ…………… 400g(1個100g)
- かぶの葉(葉先のやわらかい部分) …… 20g
- にんじん …… 10g
- A {
 - 鶏ひき肉……………320g
 - 長芋…………… 40g
 - しょうゆ…………… 20g(小さじ4)
 - たまご……………25g(1/2個)
- 片栗粉(打ち粉用) …… 20g(大さじ2)
- B {
 - だし汁…………… 600ml
 - 塩……………2.5g(小さじ1/2)
 - 薄口しょうゆ……………2.5g(小さじ1/2)
- 片栗粉(とろみ用) …… 10g(大さじ1)
- ゆずみそ(減塩) …… 5g(お好みで)

計量の単位は大さじ1=15ml、小さじ1=5ml

かぶは皮をむき、面取りして丸くし、中身をくりぬき、5分程度下茹でしておく。くりぬいた中身は刻んでおく。

長芋はすりおろし、かぶの葉は3cm、にんじんは皮をむき、針打ち(千切り)にし、1分程度茹でしておく。

- 1 Aと刻んだかぶをボールに入れて混ぜる。
- 2 くりぬいたかぶは片栗粉で打ち粉をし、1を中につめ、10分程度蒸す。
- 3 鍋に2とBを入れて15分程度炊き、味を含ませて器に盛る。
- 4 煮汁に水溶性片栗粉でとろみをつけ、餡を作る。
- 5 器に盛ったかぶの上から餡をかけ、かぶの葉とにんじんをのせて完成。お好みでゆずみそをかけても美味しいですよ。(写真はゆずみそをかけています)

ここがポイント



- ・かぶを下茹でする際に、米のとぎ汁を用いると灰汁がぬけ、白く仕上がります。
- ・かぶは大根より火が通るのが早いので即席でつくる煮物に向いています。
- ・ゆずみそを使用しない場合では1人前の食塩相当量は1.0gとなります。

メニュー考案: エムサービス(株) 堀ノ内 雅彦、編集: 栄養管理部 中谷 早希

食事・栄養についてのご相談は、月～金曜日に予約制で行っています。お気軽に医師、看護師、管理栄養士にお申し出ください。

●栄養相談に関する問い合わせ先●

栄養管理部 ☎078-382-6820 (直通)
受付時間 平日8:30～17:15

歯科口腔外科

歯科口腔外科といえば、親知らずの抜歯などは馴染みが深いと思いますが、舌がんなどの口の中に発生する腫瘍、受け口などの咬み合わせ異常に対する手術、顎の骨の骨折治療、顎関節の異常、ドライマウスと呼ばれる口腔乾燥症など、口の中とその周辺に発生する様々な病気を対象としています。また歯を失った後のインプラントやレーザー治療も専門外来を設けて積極的に行っています。う蝕・歯周病・義歯などの歯科治療については、全身疾患などが原因でかかりつけ歯科医では診療が困難な患者さんのみ受け付けています。

また最近では胃・大腸・肺などのがんや心臓・血管の手術、移植医療を受けられる患者さんなどに対して、手術の前後に口の中をしっかりとケアすることが、肺炎などの合併症を防ぐことから重要とされています。併設しています口腔機能管理センターと一体となって一人でも多くの患者さんの口腔内管理に務めていきたいと思っています。

診療に際しては、十分な説明を行った後に、結果に納得していただける大学病院らしい治療を行うように心がけています。赤ちゃんから高齢の方まで、どの年代の方でも、自分の口でおいしく食べることはとても大事なことだと思います。歯科口腔外科のスタッフは少しでもそのお手伝いができることを毎日考えています。



患者さんへの

お知らせ

ハロウィン 今年のテーマは「童話」!

10月31日、この日のために入院患者とその家族、そしてスタッフが一緒になって準備をしてきました。子ども達は病院内をまわり、お菓子や風船、歯磨きセットをもらいとっても楽しそうでした。ハロウィン行列に出会った人達も、桃太郎、赤ずきんちゃん等のクオリティーの高さに驚いていました。



がん相談室からのご案内

がん患者さん・ご家族向け勉強会

平成30年1月18日(木)
13時30分～14時30分
テーマ:「内服抗がん薬の副作用と役立つケア情報」

平成30年3月1日(木)
13時30分～14時30分
テーマ:「食事・栄養」

がん患者サロン
同日14時30分～15時30分

場 所: 第一病棟2階 共通カンファレンスルーム
対象者: がんの治療中・療養中の方、ご家族
参加費: 無料
※勉強会のみ、サロンのみの参加も可能です。

申し込み先: 神戸大学医学部附属病院
がん相談室(がん相談支援センター)
電話番号 078-382-5830

神戸大学医学部創立75周年、神戸病院創立150周年 ～記念事業寄付金へのご協力のお願～

【ご寄付に対する税制上の優遇措置】 本学に対するご寄付については、税制上の優遇措置を受けることができます。

問合せ先▶ 神戸大学医学部総務課研究科総務係 TEL.078-382-5111(内線5015) E-Mail: kikin@med.kobe-u.ac.jp



院外処方箋の使用期限は
発行日を含めて**4日間**です。



病院敷地内
禁煙にご協力を



忘れ物、落とし物は、1階
受付6番窓口でお預かり
しています。内線3075