～診療科紹介～「病理（診断）科とは」

病理科 部長　**河上　牧夫**

はじめに

　大病院での認知度の低い部門に「病理科」や「病理診断科」があります。以前は入院患者の食事配膳の「料理科」と間違われる事も少なくなかったのですが、今日では一般に周知されるようになりました。しかしながら、その仕事内容に関して知る人は必ずしも多くありません。ここではその内容紹介と共に、その基盤を成す病理学（Pathology…ギリシャ語の「病を蒙（こうむ）る（pathos）」と「それを記述する（logos）」の合成語）の過去・現在をお話したいと思います。

病理学の歴史

　病理学の必要性が生じたのは、それ程古い話ではありません。中世までは病気は体液の失調、魂の失調として扱われ、それぞれ「養生法」と「祈祷」が治療の基本でした。薬物としては体験的な効用薬に陰陽五行説などの理法[※1]がつけられて服用、貼付されていました。近代医学の出発は人体解剖による病変の座の特定とその理学的検査法の開発にあり、近代病理学の展開はまさしくその最盛期の1845年前後です。

　病気の原因を科学的に探る歴史もここからスタートし、実験科学に裏付けられた原因として最初に登場したのは病原菌の発見でした。多くの病気の病原菌が次々と同定[※2]され、その種類も大型の回虫からウイルスまで多種多様にあり、それに応じて抗生物質のような“抗菌剤”が開発されました。しかし、病気を解明する病理学の展開とともに、「感染説」だけでは説明できない厄介な疾患が、次々に判明してきました。代表的なものは、「変性疾患[※3]」「先天性・後天性を問わない代謝疾患[※4]」「腫瘍」です。

　今日「変性疾患」では自己免疫説、代謝障害、遺伝子障害などの機構異常説[※5]が一般的に言われています。しかしそれらの病的機構を始動させる原因に関しては、今もなお想像の域を出ない多くの疾患があります。

病理学の現在と展望

　病理学とは対象疾患の病変解析を業務とする部門です。疾患部から取り出された臓器や組織（検体）を顕微鏡等の観察を通して、病の本態を特定し、臨床医に報告したり、不幸にして患者さんが亡くなられた際には、速やかに解剖して、病気の全体像の把握を通して真の原因を解明いたします。

　当院では病変解析の基本的なツールを用意して、日常の組織観察のみならず、特殊染色や特異抗原による免疫染色、電子顕微鏡による超微形態の観察も行っています。またセカンド・オピニオンのほか、臨床医のためには剖検（病理解剖）にも対応可能です。

　病気の情報開示やインフォームド・コンセント「説明と同意」とともに開かれた医療が日常となった今日、皆さんと共に医療の質の更なる向上に貢献して行きたいと思います。

※1 理法:道理にかなった法則

※2 同定:生物の分類上の所属や種名を決定すること

※3 変性疾患:原因不明を含む神経細胞や神経組織が変性してしまう疾患のこと（アルツハイマー病、パーキンソン病など）

※4 代謝疾患:体内のさまざまな代謝系に異常をもたらす疾患の総称（糖尿病、高脂血症など）

※5 機構異常説:発病メカニズムの異常説

栄養科通信

冬　至

　冬至は1年で最も日が短く、夜が長くなる日です。毎年12月21、22日頃ですが、今年は22日になります。その昔、夜が1番長くなる冬至の日は生命の終わる時期だと考えられていました。そのため、体を温めて厄を払い、無病息災を祈っていたことからカボチャを食べ、柚子湯に入る風習が始まりました。

　冬至の日に食べるカボチャには、βカロテンとビタミンCが豊富に含まれています。これらには感染症に対する抵抗力をつける効果があります。これからの季節、風邪の予防に期待できます。また、野菜の中でもビタミンEが多く含まれているため、生活習慣病や老化防止にも効果的です。カボチャを調理するときのポイントは、皮付きのまま調理することです。皮の周縁部の栄養価は果肉より高く、ワタには果肉の5倍のβカロテンを含みます。カボチャに含まれるビタミンCは、デンプンに包まれた形で存在するので、調理中の損失が少ないのも特徴です。

　柚子には血行を促進する作用が含まれており、更に肌に膜を作ってビタミンCを逃さないようにするため、美肌効果もあります。柚子湯は全身からそれらの成分を吸収することで風邪をひきにくくする効果が期待できます。

　1年で1番夜が長くなる冬至に、カボチャを食べ、柚子湯に浸かり、残りわずかとなった2011年を健康に過ごしていきましょう。

カボチャの柚子煮　レシピ（2人前）

材料

カボチャ…200g
柚子………1/4個
砂糖………20g

A
柚子の絞り汁…大さじ1
醤油……………小さじ1/4
水………………適量

＜ 作り方 ＞

① カボチャは食べやすく切り、面取りをして耐熱ボールに入れ、砂糖をまぶして約15分おく。

② ①にAを加え、カボチャの高さの1/2程度まで水を足して、輪切りにした柚子を入れる。ラップをしてかぼちゃが十分柔らかくなるまで電子レンジで加熱する。（約3分が目安）

③ 好みで柚子の皮をちらし、盛付ける。

【栄養成分　1人当たり】

◎エネルギー:119kcal ◎炭水化物:28.4g ◎たんぱく質:1.7g
◎脂質:0.3g ◎食塩相当量:0.1g

管理栄養士　辻 沙耶佳

チャレンジ25　未来が変わる。日本が変える。

聖隷 さくら通信

12月号

Seirei Sakura Tsushin
Dec.5.2011
発行者/南　昌平
vol.89

クリスマスツリー発祥の地は、17世紀のドイツと言われています。
ドイツ人の先祖であるゲルマン民族は森に住んでいました。彼らは、キリスト誕生を祝い、一年の生活を感謝し、その喜びを表したいと考え、庭先の常緑樹に、勤労の恵みのしるしとしてリンゴやクルミをつるしたのです。やがて、その木を家の中にもおいて、紙などで作った雪の花や砂糖で作った星、そしてローソクなどで飾るようになったのです。

- 年末年始の休診について／クリスマスロビーコンサートのお知らせ／聖隷コミュニティケアセンターからお役に立つ商品情報
- 陰が極まる日
- ～診療科紹介～「病理（診断）科とは」
- 各科外来担当および診療内容
- 風邪予防のコツ
- 栄養科通信『冬至』

愛をテーマに、地域とともに
聖隷佐倉市民病院
〒285-8765 佐倉市江原台2-36-2
Tel.043-486-1151　Fax.043-486-8696　http://www.seirei.or.jp/sakura/

お知らせ　年末年始の休診について

12月29日（木）～1月3日（火）は、休診です。

休診期間中のお薬が必要な方は、**12月28日（水）**までにご来院下さい。
休診期間中に受診を希望される方は、来院前に**必ず**お電話にてお問合せ下さい。
TEL（043）486-1151（代表）
なお、年始は**1月4日（水）**より、通常通り診療を開始いたします。

クリスマスロビーコンサートのお知らせ

　下記の日程にてクリスマスロビーコンサートを開催いたします。お時間のある方はぜひご鑑賞下さい。

★12月13日（火）18:30～
佐倉福音キリスト教会聖歌隊による讃美歌と聖書朗読
★12月24日（土）14:00～
X'masロビーコンサート（協力:佐倉楽友協会）
★12月22日（木）18:30～
病院合唱部（クーデル・ムーデル）による讃美歌

（　クリスマスに向け、職員が集まり、小児科　森先生ご指導のもと、讃美歌の練習を行っております。当日は、ロビーで披露した後、各病棟を巡回し、数曲をアカペラで披露させていただく予定です。）

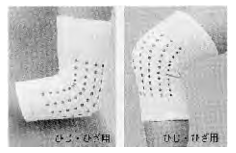
聖隷コミュニティケアセンターからお役に立つ商品情報

【健康サポーター・ゲルセランのご紹介】

　これから寒い時期を迎えますが、関節が冷えて痛みのある方に、患部を保護して温めるゲルマニウムとセラミックス（遠赤外線）を特殊加工した健康サポーターをご紹介します。

■製品の特長

☆血行が良くなる
　ゲルマニウムとセラミックスのW機能効果で身体の芯から温めます。
☆新陳代謝を良くする
　細胞も活性化します。
☆表地はアクリル、裏地は綿
　肌面には吸汗性の高い綿を使用しています。
※掲載商品は裏にして撮影したものです。



聖隷コミュニティケアセンター（院内1階、介護用品店）にて、2,625円で販売中です。是非お立ち寄りください。

各科外来担当および診療内容

■各科の担当は医師などの都合により変更させて頂くことがあります。詳しくは外来の掲示案内、またはホームページをご覧下さい。
■月に1度、保険証の提示をお願いいたします。
■受付時間　8:00～11:00（但し、午後診療の診療科につきましては15:30まで受付いたします）
●診療に関するお問い合わせ〈直通〉043-486-8111
●予約受付・変更……………〈直通〉043-486-1155
月～金9:00～17:00（土は12:00まで）
●夜間受付……………………〈代表〉043-486-1151
■ホームページ　http://www.seirei.or.jp/sakura/

総合内科	月	火	水	木	金	土
初診	徳山 森本	尾作 露﨑	徳山 川瀬	今村 森本	栗原 杉本	瀧(第1·3) 交替制(第2·4·5)

◎必要に応じて専門外来へ紹介いたします。

腎臓内科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	鈴木	鈴木／藤井 田中	藤井	田中 紹介患者様のみ対応	鈴木	—

消化器内科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	齋藤	根本（大）	住吉／佐藤	佐藤／齋藤	住吉	—

代謝・内分泌	月	火	水	木	金	土
初診・再診	佐々木	—	佐々木 石橋	佐々木	藤原	—

循環器科		月	火	水	木	金	土
再診	午前	美甘	長谷川	中野	野池	丸山／金枝	—
	午後【予約制】	—	—	川瀬	—	—	
ペースメーカー外来 完全予約制		—	—	—	—	丸山【午後】	—
不整脈外来 完全予約制		—	—	—	—	金枝【午後】	—

健診後外来	月	火	水	木	金	土
初診・再診	—	—	—	—	久保田	—

神経内科		月	火	水	木	金	土
完全予約制	午前	増田	山本	—	—	—	—
	午後	—	露﨑	—	舘野	露﨑	—

呼吸器内科	月	火	水	木	金	土
初診・再診【午後】	松澤	—	—	藤田 ［完全予約制］	—	—

メンタルヘルス科	月	火	水	木	金	土
完全予約制	中里	—	—	榎原	—	—

和漢診療科	月	火	水	木	金	土
完全予約制	—	木俣 【第2・4】	永嶺【午前】 植田【午後】	永嶺 【午後】	—	—

緩和医療科	月	火	水	木	金	土
完全予約制【午後】	関谷雄	—	—	川島	関谷雄	—

リウマチ膠原病外来	月	火	水	木	金	土
完全予約制【午後】	—	—	—	—	縄田	—

小児科		月	火	水	木	金	土
初診・再診	午前	森 鈴木（繁）	川村 藤巻	川村 森	森 鈴木（繁）	川村 藤巻	交替制
	午後 完全予約制	藤巻	鈴木（繁）	川村	鈴木（繁）	藤巻	—
腎臓外来【午後】		—	川村	—	森	—	—
低身長外来【午後】		—	—	—	—	川村	—
アレルギー外来【午後】		森	—	—	—	—	—
その他		—	乳児検診 予約制 予防接種 予約制	予防接種 予約制	—	乳児検診 予約制 予防接種 予約制	—

外科	月	火	水	木	金	土
初診	武内	有田	小池	石井	大島	交替制
再診	有田 小池／川島	石井（診察開始10時～） 川島	大島／川島 武内（診察開始10時～）	柏原（第2・4） 有田／川島	川島	—
ストーマ外来 完全予約制【午後】	武内	—	—	—	—	—
化学療法外来	—	—	—	川島	篠崎	—

乳腺外科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	川島	川島	川島	川島	川島	—

呼吸器外科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	上野 ［完全予約制］	眞崎	櫻庭	眞崎	櫻庭	—

整形外科	月	火	水	木	金	土
初診・予約外再来	小谷	古志	神谷	根本	赤澤	交替制
初診・再診	廣澤	廣澤	南 紹介患者様のみ対応	古志	—	—
再診	赤澤 南 （診察開始10:30～） 紹介患者様のみ対応	根本	赤澤	神谷	根本 小谷 古志	—
股関節外来 完全予約制	—	—	—	岸田	—	—
側弯症【午後】	—	—	南／小谷／赤澤	—	—	—
脊椎脊髄（せぼねセンター）	小谷	古志	—	根本	赤澤	—
透析脊椎 完全予約制【午後】	—	根本	—	—	—	—
腰痛外来【完全予約制】	—	—	—	—	古志	—
骨粗鬆症 第2のみ完全予約制	—	吉村	—	—	—	—
肩・肘外来 第2・第4火曜 完全予約制【午後】	—	山﨑（第2） 落合（第4）	—	—	—	—

形成外科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	宇井	宇井【午後】	宇井【午後】	宇井【午後】	宇井	—

リハビリテーション科	月	火	水	木	金	土
リハビリ外来 完全予約制	南	冨田	—	—	冨田	—
嚥下・リハビリ外来	—	—	—	—	髙橋	—

脳神経外科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	冨田	—	—	角南	—	—

泌尿器科	月	火	水	木	金	土
初診 再診	神谷 大西	五十嵐	大西 直井	遠藤	大西 杉浦	—
	受付10:30まで					

眼科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	谷合 ［完全予約制］	谷合	谷合 高橋（浩）	谷合 高橋（浩）	谷合／高橋（浩） 林【午後予約制】	—
		受付10:30まで				

皮膚科	月	火	水	木	金	土
初診・再診【午後】	三津山 ［受付15:00まで］	—	木村	—	—	—

耳鼻咽喉科	月	火	水	木	金	土
初診・再診【午後】	—	飯沼	—	—	櫻井	—

放射線治療科	月	火	水	木	金	土
完全予約制	川上	—	川上	—	川上	—
照射中診察	—	川上	—	—	—	—
フォローアップ診察	—	川上	—	—	—	—

風邪予防のコツ

健診センター看護師　**井澤 洋子**

　寒さが厳しい季節になりましたが、風邪予防は大丈夫ですか？

　日常生活の中でウイルスを完全に遮断することは難しいですが、日頃から感染予防に気をつける事は誰でも出来ることです。

基本的な予防法には

●こまめな“手洗い”と“うがい”

　外出からの帰宅時には念入りに手を洗い、家外から持ち帰ったウイルスを自宅の家具、食器等に付着させない。これを行なうだけでも感染率が減ります。

●マスクの着用

　ウイルスが直接口中に飛び込むことを防止し、喉や鼻の奥の粘膜の乾燥を防ぎ、増殖を抑制します。

●充分な睡眠と休養

　一晩中、厚着や厚布団で寝ていると、汗をかきやすく皮膚が弱くなり体温が奪われてしまいます。パジャマ1枚で寝る様にしましょう。

●充分な栄養と適度な運動

　免疫システムに欠かせない“ビタミンC”、体のエネルギー産生に必要な“ビタミンB群”、鼻や喉の粘膜を強化する“ビタミンA”を多く摂ることがポイントです。

　また、寒いからといって家の中でゴロゴロするのではなく、適度な運動も心掛けましょう。

●室温、湿度のコントロールと薄着の習慣

　温度差の大きい屋外と室内の気温に合わせ、衣服の脱ぎ着をすることを心掛けましょう。厚着の習慣は、体温調節の能力を低下させ抵抗力を弱めてしまうので、なるべく薄着にして気温の変化に皮膚や粘膜が順応できる様に鍛えましょう。

　年の瀬も押し迫って来ました。

　風邪予防を心がけて、元気に新しい年を迎えましょう。

参考文献：第一三共ヘルスケア　薬と健康の情報

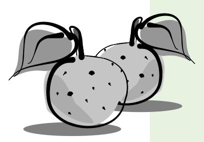
陰が極まる日

和漢診療科　**植田 圭吾**

　今年は全般的に温かい秋でしたが、冬はちゃんとやってきているようです。陽の落ちる時間は着々と早くなり、とても短い夕暮れになぜか物悲しい気分になるこの頃です「冬至」が近づいています。

　ご存じの通り、冬至は一年の内で最も昼の短い日（北半球でのお話です）。この世界の全ての事柄を「陰」と「陽」という二つの概念で捉えようとする「陰陽説」では、昼は「陽」、夜は「陰」にあたります。日の入りが早くなっていくこの時期、一日の中で陽の力は薄れ、次第に陰の力が増していくことになります。暗い気分や雰囲気のことを陰気といいますが、この時期は陰の力に影響されて気分が沈みやすいのではないでしょうか。冬期に日照時間の極端に短い地域では、「冬期うつ病」といって季節性のうつに罹る方が比較的多いそうです。現代医学的には太陽光の少なさによる脳内ホルモンの不足などが原因として注目されており、光にあたる光線治療も行われていますが、陰陽説で解釈すれば陰の力の影響を強く受けている一例とも言えそうです。

　冬至といえば、「ゆず湯」を思い浮かべる方もいらっしゃると思います。ゆずの精油成分が放つ芳香は、大脳を刺激して気分を晴らし、皮膚の血流を良くし、冷え症や神経痛を緩和する作用があります。ゆず湯に入る習慣の起源には諸説あるようですが、古人はゆずの持つこれらの作用を経験的に知っていて、陰の極まる日である冬至を健やかに過ごそうと考えたのかもしれませんね。和漢診療科でゆずを生薬として使用することはありませんが、同じ柑橘類の仲間を使用することはよくあります。気分を爽やかにする以外に、胃腸を健やかにしてくれる作用をもつものもあります。



　「陰極まれば陽となる」、というように冬至を超えれば少しずつ陽の力が増してきます。ただ、実際の気候は冬本番に向かいますので、まだ衰えない陰の力に負けないようにする必要があります。気分が晴れない方や冷え症の方に向いている漢方薬もありますので、ご遠慮なくおっしゃって下さい。