

2013年  
秋号

～ 加戸病院通信 第48号 ～



ハンド イン ハンド

hand in hand



医療法人弘友会  
加戸病院

〒791-3301 愛媛県喜多郡内子町内子 771 番地 TEL : 0893-44-5500 FAX : 0893-44-3300  
E-mail : koyukai@kato-hp.jp URL : http://kato-hp.jp/

## ドクターシリーズ

### 『慢性閉塞性疾患(COPD) の最近の知見について』



内科・呼吸器内科医長

ひらさわ ゆたか  
平澤 泰

肺は肺胞という酸素と二酸化炭素のガス交換を行っている無数の小さな袋と口や鼻へ通じるガスの通り道である気管支から成り立っている臓器です。

COPDは、たばこの煙を主とする有害物質を長期に吸入することにより、肺胞が破壊されて大きな袋を形成してしまう気腫性変化や気管支に粘液（痰）が異常に産生される慢性気管支炎が生じて進行性の呼吸機能障害（一度に息が吐ききれなくなる）が引き起こされる病気です。有効な治

療薬が開発されたこともあり、COPDに対する医療は治療法を含め、ここ10年で急速に進歩しています。今回は、COPDに関する新しい知見について紹介してみたいと思います。

COPDはこれまで肺だけの病気として認識されてきました。狭心症、動脈硬化は喫煙によるもの、骨がもろくなるのは治療薬や年齢のためというようにCOPDとは切り離されて考えられてきたのです。

現在では、COPD患者における肺の病

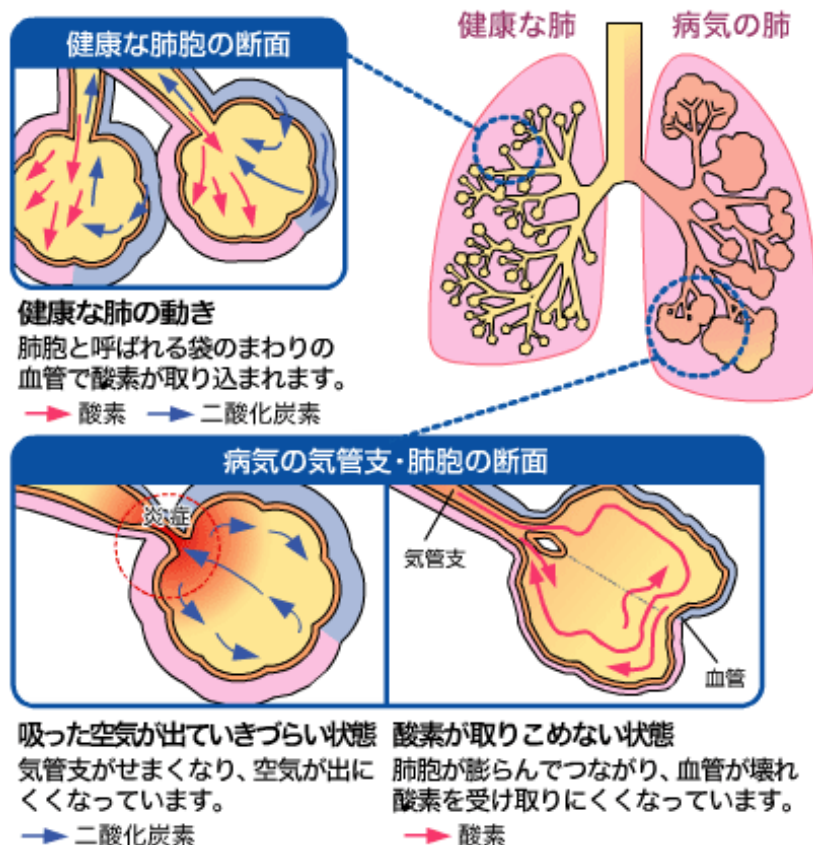
態は吸入した有害物質が直接作用した物理的な作用だけではなくて有害物質に対して肺組織が反応して産生された物質（サイトカイン）が作用して生じた結果（炎症性変化）によると考えられています。その産生された物質は肺から全身に循環し、全身的な症状として動脈硬化症、高血圧症、心血管疾患（狭心症、心筋梗塞、脳血管障害）、骨粗しょう症、糖尿病、栄養障害、睡眠障害、貧血などを併発すると考えられるようになりました。

またCOPDでは呼吸不全症状などから身体活動性（歩行などの日常生活）は著明に低下しますが、それによってさらに併発症の発症リスクやCOPDおよび併発

症の重症化に影響を及ぼすと考えられています。

今まではCOPDによる身体活動性の低下の予防、治療を目的として呼吸リハビリテーションを行っておりましたが、併発症の発症予防および増悪に対する治療としても重要であることが認識されてきています。

有効な薬物が開発されてCOPDに対する医療は格段に進歩してきましたが、肺だけではない全身性疾患としてとらえられるようになった今、併発症の評価や治療も含めた総合的な管理がさらに求められています。





## 《 栄養だより 》

フレンド 管理栄養士 越智 香

食欲の秋と言われるように、おいしいものがたくさん収穫できる時期になりました。行事ごとでも多くなり、ついつい食べ過ぎてしまう方も多いのではないのでしょうか。

そこで、今が旬のきのこレシピを紹介したいと思います。

きのこはたくさん食べても低カロリーで食物繊維も多く、ビタミン類などの栄養素も豊富に含んでいます。骨粗しょう症の予防、腸内環境の改善や血液をサラサラにするなど多くの効果が知られています。

### 《きのこのポタージュ（2人前）エネルギー 186kcal 塩分 1.3g》

#### 【材料】

マッシュルーム（缶詰）・・・60g      生しいたけ・・・40g  
 玉ねぎ・・・100g                      無塩バター・・・適宜  
 牛乳・・・1カップ

A: { 塩・・・適宜      レモン汁・・・小さじ 1/2  
 砂糖・・・小さじ 1/2      コンソメの素・・・小さじ 1/2  
 オリーブ油・・・小さじ 1/2 }

生クリーム・・・適宜                  パセリ・・・適宜



#### 【作り方】

- (1) マッシュルームと生しいたけ、みじん切りにした玉ねぎを、無塩バターで焦げないように炒める。
- (2) (1) と牛乳、生クリームを火にかけて、沸騰寸前に A の調味料を加える。  
ミキサーにかけてペースト状にし、もう一度火にかけて温める。
- (3) (2) をカップに注ぎ、パセリと生クリームを飾る。  
ポタージュにすることで、きのこを丸ごと食べることができ、  
またバターと生クリームで、のど越しもなめらかで食べやすくなっています。  
マッシュルームと生しいたけは、それほど匂いもないため、きのこの香りや食感が苦手という方にも食べやすいと思うので、ぜひ挑戦してみてくださいはいかがでしょうか。





## 外来担当医

		月	火	水	木	金	土
内科	午前	平澤		宇都宮	平澤	平澤	入田 淡野
	午後						
外科	午前	下田	下田	下田	加戸	影山 加戸 (予約のみ)	加戸または下田 (隔週)
	午後	下田 16:30~17:00	加戸 16:00~ (手術の時は変更)	加戸	下田	影山	
整形外科	午前	城戸 鴨川 (第1月曜) 完全予約制	柴田	城戸	城戸	城戸	柴田
	午後	城戸 16:00~	柴田 (予約のみ)				
脳神経外科	午後				穴戸		

※ 手術などのため、変更になる場合があります。

### 【診療代診のお知らせ】

11月~H26年1月まで、内科 宇都宮医師の診療は休診となります。

代診として内科 小泉医師が診療いたします。

なお、診療日は水曜日（午前）から金曜日（午後）に変更になります。

		月	火	水	木	金	土
内科	午前	平澤			平澤	平澤	入田 淡野
	午後					小泉	