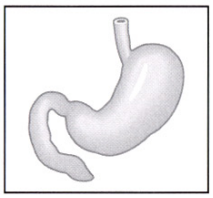
シリーズ 病気のお話し〈11〉

GERD（ガード：胃食道逆流症）

副院長　宮城島　拓人 先生

宮城島　拓人 先生

「虫酸（むしず）が走る」とは、吐き気がするほど不快でたまらないことのたとえですよね。でも、この虫酸とはなんだか解りますか？実は胸のむかむかした時に、口に逆流する酸っぱい胃液のことなんです。きっと昔の人もこの酸の逆流はとっても辛いものだったのでしょうね。さてこの酸が胃から食道へ逆流することによって引き起こされるいろんな症状や病態。実はこれがGERD（ガード）と言われている病気なんです。



逆流性食道炎ともいいます。食道と胃の間には巾着紐のような筋肉があって、モノを飲み込むときは緩みますが、胃に入ったらぎゅっと締まって胃の内容物を逆流しないようにしています。いろんな原因でこの巾着の紐が緩むと逆流がおこるのです。おもな症状は胸焼けや呑酸、吐き気、モノを飲み込むときの胸痛などですが、時には頑固な咳が続いて気管支喘息と間違えられたり、嗄声（声がれ）、耳痛、咽頭痛（のどの痛み）などにより耳鼻科の病気と勘違いすることもあるのです。昔は日本人には少なく、肉食で太った人の多い欧米で問題になっていた病気でしたが、最近の調査ではずいぶん日本人にも多いことが解ってきましたし、すごい逆流が医学的に証明されても全く症状のない人もいることが解ってきました。結局自覚症状の強弱が問題のようです。さて逆流を防ぐための生活の注意点をお話しましょう。まず、胸焼けを起こしやすい食べ物（脂っこいもの、甘いもの、刺激の強いものなど）を控えるようにすることと、食べ過ぎないこと、そして食べてすぐに横にならないなどの食習慣の改善があげられます。日常生活ではベルトや下着でお腹を締め付けない様にすること、肥満便秘に注意すること、寝るときに上体を高くする工夫も時に効果があるといわれています。薬物療法としては、胃潰瘍治療に使用する強力な制酸剤であるプロトンポンプインヒビターが効果的です。胃酸を抑えることによってたとえ逆流が起こっても症状を起こすような食道粘膜の障害をきたさないというのがそのしくみです。この薬の登場により、ずいぶんと不快な（それこそ虫酸の走るような）症状から解放される人が増えてきました。しかし、結局は元凶である逆流は存在するわけですから、薬をやめるとまた症状が出てくることも多く、また制酸剤にもまったく反応しないこともあります。そういう時は、手術によって逆流自体を防止するという方法もあります。このコラムを読んで、もしや自分も？と思ったあなた。是非怖がらずに内科の門をたたいてみてください。虫酸から解放されてみませんか？

独立行政法人としての労災病院の立場と将来

事務局次長
藤　原　辰　男

当院の設置母体である「労働福祉事業団」は、法律の改正により平成16年4月独立行政法人「労働者健康福祉機構」として新たなスタートを切りました。

労災病院は、労災疾病を中心として、予防から治療、リハビリテーション、早期職場復帰に至る一貫した高度、専門的医療及び地域医療の推進にあたってまいりました。同時にその擁する医療資源を活用し広く職場における勤労者の健康確保のための支援、即ち、勤労者医療を実践する政策的役割を担う病院として、独立行政法人という組織の中で労災病院の事業展開が改めて国から認められました。

労災病院の勤労者医療の中核的役割を担っていくために強化すべき機能は次のとおりとなっています。

①勤労者医療に関する効果的、効率的な研究・開発の推進
②一般診療を基盤とした労災疾病に関する高度・専門的医療の提供
③労災指定医療機関、産業医等に対する勤労者医療の地域支援
④事業場における産業保健活動への支援
⑤行政機関等への貢献

釧路労災病院においては今まで以上に労働者の健康と福祉の増進に寄与するために、今年4月より診療部門とは別に、勤労者医療総合センター（勤労者予防医療部、地域医療連携室、労災疾病研究室）を立ち上げました。具体的には、勤労者の過労死予防対策として対面による健康指導・栄養指導及び運動指導を行うとともに、メンタルヘルス不全予防対策として産業カウンセラーによる心の電話相談（無料）、心理士による対面式カウンセリング（無料）等を実施しております。

詳しくは医事課窓口でおたずねください。

釧路労災病院は、政策的役割である勤労者医療をさらに推進し、地域の拠点病院として国民に提供するサービスの向上に努めてまいります。

かわらばんと私

かわらばん
元編集長
吉田　眞子

1999年12月〈労災かわらばん〉創刊号が発行されました。2000年問題で世界中が何とも言われぬ不安に包まれていた時のころです。しかし新しいと言うことには不安とともに大きな希望もあります。新世紀に向け大きくは病院と患者さんとの間からも新しい関係が生まれてくる予感と期待がありました。すでにインフォームド・コンセント（よく説明されたうえで同意する）と言う考えが市民権を得ていましたが、実際の現場では治療を担当する側とこれを受ける側には大きな壁があることは事実です。そこで病院で今行われていること、診療を担当する医師の紹介、また色々な担当部署の働きを紹介することにより見晴らしが良くなりコミュニケーションの一助になりたいと考え〈労災かわらばん〉が出発しました。当初の目標はコミュニケーションですから発信と受信です。5年の歳月を過ぎ残念ながら今のところ発信するのみで読者からの返信はありません。今後は新編集長、津坂先生のもと編集子の面々はさらに新しい情報を皆様に伝え、いつかは読者の皆様との共同作業で〈労災かわらばん〉が出来ることを願います。そういう関係こそがより良いインフォームド・コンセントおよび情報開示に繋がってくるのではないかと考えます。

なお投稿・ご意見はなるべく氏名を書いてください。もちろん誌上で匿名を希望される方はその旨をお伝えください。ちなみに、〈かわらばん〉への投稿は正面玄関インフォメーションの意見箱をご利用ください。

新かわらばん局員

神経内科　津坂和文

この度、新編集長となりました津坂和文（神経内科）です。吉田編集長のあとを受け、かわらばんの発展に力を尽くしたいと思います。具体的には、こちらから病院の情報をのせるだけではなく、患者様の側からの御意見等を紙面に生かせるような、今はやりの「双方向性」の紙面にしていきたいと考えています。

皆様の御支援をよろしくお願い申し上げます。

放射線科　阿部匡史

今回よりかわらばんの編集委員としてお手伝いさせて頂くことになりました。少しでも皆様に楽しんでもらえる記事を集めたいと思っていますので、よろしくお願いします。今年はアテネ五輪の年。時差は6時間といいますが、寝不足には気をつけたいですね。最近は自分で体を動かすことよりスポーツ番組を観ていることの方が多くなってしまいました。なんとか改善せねば…。

編集後記

最近「ブラザーフット」という朝鮮戦争の映画を見た。私達は戦争を知らない世代ですが、戦争のリアルさから辛い気持ちになった。戦争の無い世界が来るのだろうかと深く考えさせられました。

5階西看護師　深瀬光枝

「労災かわらばん」創刊から編集後記には必ずコンサドーレ札幌へエールを送り続けてきました。メンバーが変わりましたが、このスタイルは変えません。

薬剤部　梶原　徹

今、アテネはオリンピックで、盛り上っております。注目は女子バスケットボールチーム。北海道で合宿も張りました。バスケットってスピード感あって競技人口多いのに扱いは低いですよね。面白いので皆さんも注目ですよ。

リハビリテーション科　田口暢秀

敷地内全面禁煙へ向け動き出しました。僕もタバコ吸いますが、規則はしっかり守りましょうね。思い切って禁煙しますか…。かわらばんメンバーがリフレッシュし内容も充実すべく努力していきます。これからもよろしくお願いいたします。

中央検査科　遊佐純教