

# マキノ病院ニュース

第103号

—平成30年8月1日発行—

## マキノ病院の三方よし

会長 笠松 美咲

西日本豪雨により、被災された皆様並びにそのご家族の皆様にご心配をお見舞い申し上げます。皆様の安全と、被災地の一日も早い復興を、心よりお祈り申し上げます。

日頃よりマキノ病院をご利用いただき誠にありがとうございます。スタッフが一同真心こめて日々の務めに当たらせていただいております。

この高島の地は、近江商人の中でも最も古くから活躍した高島商人の出身地という事もあり現代社会において医療と福祉を実践していく上で、近江商人の経営理念である「三方よし」（売り手よし、買い手よし、世間よし）は、実に明快に私達が行わなければならない

ないことを表しています。

「売り手よし」は、マキノ病院にとって良い事です。その一つは少しでもよい医療、介護を提供し皆様の心安いかかりつけ病院として幾世代にもわたってお付き合いたいだけ、嘘や不遜なく正しい仕事をし、「またここで診てもらいたい」と思っている病院になること。

そしてもう一つは「マキノ病院を潰さない」ということです。赤字経営から潰れてしまえば、結局は患者さんや利用者さんやご家族にご迷惑が掛かってしまうことになる為です。

「買い手よし」は、患者さん・利用者さんにとって良い事を指します。確かな医療・介護

の技術をご提供するために様々な研修に参加し、学習する事。医療法人は会社と違い医療法により、非営利性を損なわないように定められております。その中でいかに良いサービスを提供するかを日々追求する事。近江商人に倣い陰徳善事を心掛ける、仕事のモチベーションを維持する事。陰でひそかに良い事をしていけば、気持ちや価値観も変わります。つまり、前回より一つでも多く思いやりに笑顔添えてお声がけをする。また、入院中の患者さんに少しでも快適に過ごしていただけるよう、より丁寧に清拭をする。フロアにゴミが落ちていれば、通りがかりにひそかに捨てる。など小さな善事の積み重ねが大切であると思えます。

「世間よし」は地域の皆様の安心と、満足度にあると捉え、地域の他法人との連携を密にすることで救急受け入れ、退院支援、訪問看護、訪問・通所リハビリ、在宅介護など様々なサービスを提供できるよう努力する事です。

これらをマキノ病院の三方よしと捉え、これからの地域の皆様にも少しでも満足していただけるよう、皆様のお声を反映しつつ運営して参りたいと思っております。

このように大活躍の旧友Ⅱ腸内細菌ですが、食物繊維の少ない不適切な食生活をしていると、おなかを空かした腸内細菌が腸の粘膜を守るムチンという防壁を食べてしまったり、体にとってよくない細菌が増殖して、腸のみならず体が障害されてしまいます。



## ドクターコーナー



肛門疾患では排便を整えることがとても大切です。裂肛（切れ痔）の一部は、便の硬さを「硬くなく、柔らかくなく、ちょうど食べ頃のバナナの柔らかさ」に保つだけで治ってしまいます。でも、便の硬さをうまく調節することはとても難しいです。下剤を増やしたり減らしたりするだけでは、なかなか上手くいきません。

ところで、便の塊の60%は、腸内の細菌とその死骸からできています。近年、この腸内細菌についての研究が爆発的に進んでいて、われわれの体にとつて腸内細菌が果たす役割が極めて大きいことがわかってきました。

## 快便の秘訣

外科 藤田 益嗣

研究が爆発的に進んでいて、われわれの体にとつて腸内細菌が果たす役割が極めて大きいことがわかってきました。ヒトの腸の中には莫大な数の細菌が住んでいます。その数はおよそ100兆個！ヒトの体の細胞が60兆個ですから実に1・6倍です。細菌の重さはヒトの細胞に比べて軽いので

しか常在しません。これは人類の長い歴史のなかで選択され共に進化してきたためと考えられています。多種多様な食物からエネルギーを取り出すためには、たくさんの酵素（こうそ）が必要です。ところがヒトは進化の過程ですべての酵素を自分で獲得できませんでした。そこで必要な酵素を備えた細菌を腸内に

住まわせて利用するようになったと考えられています。酸素がある環境が苦手な細菌にとつても酸素が乏しいヒトの大腸のなかは絶対の棲み家でありました。われわれと腸内細菌は10億年以上にわたって共に進化をおこなってきた古い友人Ⅱ旧友

この旧友はエネルギーの摂取だけを上手にこなしているのではありません。腸管のホルモン産生にかかわり、腸の動きを制御しています。コマーシヤルでおなじみの乳酸桿菌やビフィズス菌は食物繊維やオリゴ糖を餌にして乳酸や酢酸を産生し、腸のなかの酸性・アルカリ性のバランスを保ち、有害な菌の増殖を抑えています。

また、私たちの免疫系は暴走すると私たち自身の体を損傷してしまいますが、そんな暴走を防ぐ制御性T細胞を腸内細菌は誘導しています。さらに、飛行機による旅行で問題になる『時差ぼけ』の研究から、朝に起きたり夜に寝たりする体のリズムに腸内細菌が影響を与えていることが示されています。発達障害（自閉スペクトラム症や注意欠如・多動症）の領域でも腸内細菌の影響が注目されていて、腸内細菌を変化させることで情緒や社会性行動を改善できる可能性が示唆されています。

お互いなくてはならない友人である腸内細菌と友好的な関係を築いて、快便と健康をめざしましょう。

診療科のご案内  
 内科・外科・肛門外科・小児科・整形外科・皮膚科  
 神経内科・泌尿器科・リハビリテーション科・リウマチ科・放射線科  
 【救急指定・労災指定】【人間ドック・各種健診】

— 診療受付時間 —  
 平日 8:30 ~ 12:00 16:40 ~ 19:00 土曜日 8:30 ~ 12:00  
 滋賀県高島市マキノ町新保 1097 TEL 0740-27-0099  
 ホームページ <http://www.makino-hosp.or.jp>