

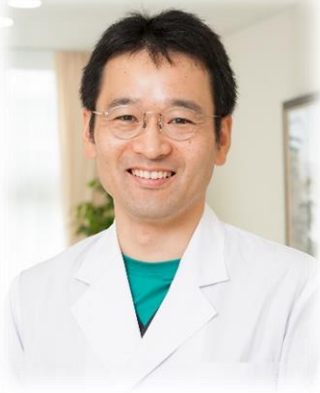


# ニコベい通信7月号

公益社団法人地域医療振興協会 東京ベイ・浦安市川医療センター

浦安市当代島3丁目4番32号 代表電話：047(351)3101 外来予約センター：047(351)3230  
(平日：8時30分～17時00分)

## 夏は“痛風”の季節！？



整形外科部長  
富澤 将司先生

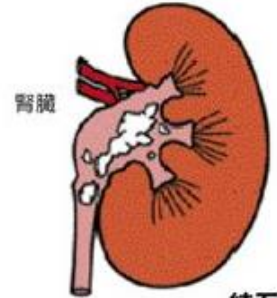
関東地方も梅雨入りし、ジメジメした嫌な日が続きますが、皆様いかがお過ごしでしょうか。暑くなると比較的多くの患者さんが受診する疾患の一つに“痛風発作”があります。今回は痛風についてご説明したいと思います。



痛風発作



痛風結節



結石

痛風は、血液中の尿酸の量が上昇し、溶けきらなくなると関節内に尿酸の結晶が生じ、この結晶を異物として排除しようとする動きのために起こる発作です。痛風の発作は足の指だけや足の甲、膝、手関節に起こります。尿酸値が高くて発作が起こらなければいいというわけではなく、慢性腎臓病や尿路結石、心臓疾患などの危険が高まり、死亡率も高まるという研究結果も報告されています。

尿酸はプリン体という物質が代謝される際に作られる老廃物で、尿酸値が高い方はプリン体を多く含むビール、肉類、干物などの過度な摂取を控え、激しい運動や脱水に気を付けてください。ストレスも痛風の原因として知られていますのでストレスを溜めないことも大切です。えっ、ビールを飲めないことがストレスですって？それでは飲みすぎない程度にしましょう。ただし、脱水予防のために水も一緒に摂るように心がけてください。

## !!! 脱水症にご注意 !!!

脱水症は、症状が進まないとなかなか気づきにくいもの。特に自分で気が付かない「かくれ脱水」には注意が必要です。

何より大切なのは、日ごろから「水分補給をしよう」と心がけておくこと。カラダの水分量が不足していないかどうか確認する習慣を持つと良いかもしれません。また、自分だとなかなかカラダの管理ができない方は、家族や周囲の人が気をつけてあげましょう。

脱水症は、気を付けていれば防げるものです。健康でいられるように、正しい知識と予防方法を身につけて、生活の中で生かしていただければと思います。



『高齢者はなりやすい？脱水症の原因と予防方法』より

## 患者様の権利

### 留置権の権利



医療は患者様と医療提供者との信頼関係で成り立っています。

当院は全ての患者様に次の権利があるものと考え、これらを尊重した医療を行います。

- 1) 良質で安全な医療を公平に受ける権利。
- 2) 医療提供者との相互の協力関係のもとで医療を受ける権利。
- 3) 理解しやすい言葉や方法で納得できる十分な説明を受ける権利。
- 4) 十分な説明と情報提供を受けたうえで、治療方法を自らの意思で選択する権利。
- 5) 他院の意見（セカンドオピニオン）を求める権利。
- 6) 自分の診療記録の開示を求める権利。
- 7) プライバシーは保護され、診療情報は厳重に管理される権利。
- 8) 臨床研究および臨床教育への協力要請を拒否する権利。

## 編集後記

ニコベい通信をお手に取っていただきましてありがとうございます。

皆様にも少しでも当院を身近に感じていただくために、着任医師のご紹介、運動など今後も皆様楽しんでいただける情報をご提供できればと考えています。季節の変わり目となりましたのでお体に気をつけてお過ごしください。