



秋葉原・胃と大腸肛門の  
内視鏡クリニック  
Akihabara  
Gastrointestinal  
Endoscopy Clinic



東京千住・胃と大腸の  
消化器内視鏡クリニック  
足立区院 Tokyo Senji Gastrointestinal  
Endoscopy Clinic

医療法人社団  
哲仁会

いのくち  
井口病院

08.2023



## 院長：末廣聡士医師

明るく優しい末廣医師は  
お越しいただいた患者様の  
緊張を和らげ、丁寧な診察と  
施術で多くのお喜びの声を  
いただいています



## 東京千住・胃と大腸の 消化器内視鏡クリニック

院長が末廣聡士医師に  
交代いたしました

## 末廣医師より 皆様へのご挨拶

私は、消化器内科(特に消化管)を  
専門に、第一線の総合病院で日々研  
鑽を積んでまいりました。通常の胃  
カメラや大腸カメラの検査をはじめ  
とし、早期消化器癌に対する内視鏡  
手術も含めて今まで3万件以上の内  
視鏡検査・手術に携わってきまし  
た。皆様にごできる限り安心・安全に  
検査を受けていただくために、合併  
症がなく・質の高い医療を提供する  
ように全力を尽くしております。

内視鏡検査と聞くと、辛い・苦し  
いというようなネガティブなイメ  
ジがまだまだ先行してしまっている  
と思います。そんな影響もあって内  
視鏡検査への抵抗を感じ、検査まで  
の時間がかかってしまい、病気の発  
見が遅れてしまうという悲しい場面  
もたくさんあるのが現状です。胃や  
大腸の病気は、早く発見することで  
治療が完結できる病気も多く、検査  
までスムーズにすすめる環境がある  
ことで、早期発見・早期治療へとつ  
なげられることができます。

当院は消化器内科医だけの内視鏡  
専門クリニックでしたが、現在では  
肛門外科の専門医が複数在籍してお  
り、肛門疾患専門外来を開設できた  
ことでたくさんのお患者様に来院して  
いただいております。お尻の腫れ、  
痛み、かゆみなど、周りから一見軽  
くみられがちな症状でも、日常生活  
に大きな支障をきたしてしまうとい  
うことはよくあるかと思えます。  
すぐに治療が必要な場合の当日処置  
から、関連病院での外来手術や入院  
手術にも対応させていただいており  
ます。曜日は限定させていただいてま  
すが、女性医師による専門外来もあ  
りますので、お尻のお悩みがある方  
ぜひ一度お気軽に当院へお越しく  
ださい。

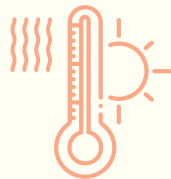
同じグループである秋葉原・胃と大  
腸肛門の内視鏡クリニックでも、2  
023年1月の開業から日々多くの  
患者様にご来院いただき、たくさん  
の嬉しい声もいただいております。  
尚視会グループでは、できるだけ  
苦しくなく・質の高い内視鏡検査を  
多くの方に提供できるように、日々  
体制を整えていておりますので、  
引き続き尚視会グループをどうぞよ  
ろしくお願いいたします。

# 今月のテーマ：熱中症

## 熱中症とは

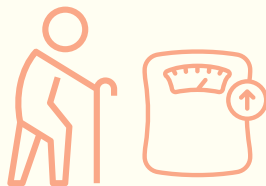
体温が上がり、体内の水分や塩分のバランスが崩れたり体温の調節機能が働かなくなるなどし、めまい・けいれん・頭痛などのさまざまな症状を起こす病気のことです。

## 熱中症の主な要因



### 環境

温度・湿度・風など



### からだ

高齢者・乳幼児  
肥満気味・低栄養状態など



### 行動

激しい運動  
・野外での作業など

## 熱中症と内臓の関係

体温が上昇すると、からだは発汗し熱を外に出すために、皮膚付近の血管を拡張し、血液が通る量を増やします。その分内臓への血液量が低下したり、脱水症状になることで、頭痛・けいれん・腹痛・便秘・嘔吐などさまざまな症状がでます。

## 熱中症にならないために

普段からバランスのよい食事をとること・こまめな水分補給が重要です。37.5度以上の体温は熱中症リスクが高まります。症状が出る前は手のひらを冷却することも効果的です。意識が薄れがちですが、家事の最中など屋内での熱中症や、睡眠時の熱中症も多いです。適度にエアコンや扇風機などを活用しましょう。



屋外ではこまめに  
休憩しましょう



喉が乾く前にこまめに  
水分・塩分補給をしましょう



涼しい服装  
日傘の活用など

## 熱中症になってしまったら

風通しのよい日陰に移動し、水分と塩分の補給をして安静にしましょう。飲み物は少しずつ飲むとよいです。身体を冷やすために衣服を脱ぐ、首・脇の下・脚の付け根などを冷却するなどしてください。意識がない・朦朧としている時は、すみやかに救急車を呼びましょう。



## 胃腸に優しく、熱中症対策にもなる簡単レシピ

患者様から多い質問が、「検査後は何を食べてらいいの？」です。  
うどんやお粥など、胃腸に優しいものをおすすめしていますが、暑いこの時期  
栄養不足で熱中症になってしまったら困りますよね。  
そこで今回は胃腸に優しく熱中症対策にもなる簡単レシピを紹介します！

### 材料

- A.水 約900cc
- A.鶏ガラスープの素・白だし 各大さじ1.5
- A.塩 小さじ1/3
- A.にんにくチューブ 2cm
- A.砂糖 ひとつまみ
- そうめん 2束
- 卵 2個
- カニカマ 6本
- ブロッコリースプラウト 適量

### 作り方

- ①鍋にAを入れ、中火にかける
- ②カニカマをほぐし入れ、煮立ってきたらそうめんを入れて1分加熱
- ③煮立っている状態で溶き卵を回し入れ、ふんわりしたらほぐす
- ④器に盛り、あればブロッコリースプラウトをのせる

大人気料理ブロガーあいさんのレシピ  
#あいのおうちごはん

### ポイント

使うそうめんによっては麺が水分を吸ってしまうことがあるので、  
水分量など調整してください！

ふんわりたまごのあったか塩そうめん



## 検査前は何を食べてらいいの？



胃や大腸など消化に関わる器官の検査前日は、  
消化しやすく体内に残りにくいようなものが  
おすすめです。（胃か大腸の検査で注意事項は  
少し異なりますので、詳しくはお問合せください）  
でも、検査のために食事を考えるのって少し面倒  
ですよね。内視鏡クリニックでは検査食（一箱3食分）  
を販売しています。ぜひお試しください。

初診の時から受付、看護師、医師の丁寧な説明と対応が素晴らしかったです。  
検査当日は院内で下剤を服用しましたが待ち時間も苦にならないよう  
プライムビデオが視聴できて患者思いを実感しました。  
鎮静剤ではじまったのも終わったのもわからない程で  
苦痛なく終わってビックリしました。

内視鏡って痛い？苦しい？  
検査を受けるのが億劫だと思いませんか？  
当院ではそんなイメージを払拭し、  
たくさんのお喜びの声をいただいています！

静脈内鎮静法をしていただいて、熟睡して全く分からないまま終わっていました。  
お薬が切れてくると、徐々に頭もスッキリしてきました。  
今まで静脈内鎮静法を選択できたことはなかったので、他は行けなくなりそうです。  
院内は広くはありませんが、きれいで清潔感があり、  
平日も結構混み合っていますが、予約制であまり待たされませんでした。



## 井口病院・健診センター移転のお知らせ

2023年11月開業予定

### 東京千住・尚視会クリニック健診プラザ（仮称）

北千住駅西口徒歩2分の白亜ビル4階

- ・ワンフロアで全ての検査が可能
- ・女性専用の検診スペースをご用意
- ・人間ドック・一部の健診はWebから予約可能
- ・5階に開設されるクリニックで二次精密検査の受け入れ可能
- ・検査結果はスマホアプリで閲覧可能
- ・土曜日・日曜日も営業



尚視会・理事長  
原田 英明

私たち法人は、内視鏡検査・治療を必要とされる皆様に医療を最短でお届けしたいという理念をもとに内視鏡クリニックを開設いたしました。患者様の中には様々な病気の方がいらっしゃる、重篤なご病気の場合には、入院施設のある病院へのご紹介が必要となりました。本来であれば私たちで対応すべき病気でも他の医療施設にお任せしていたということもありましたので、入院施設を完備した井口病院と2022年7月より連携して診療を行うようにしております。現在では井口にて対処可能な疾患に関しては治療を行っております。

尚視会は、今後予防を中心とした早期発見にも力を入れていきたいと考えています。新設移転の健診センターでは、デジタル機能を取り入れて皆様が快適にご利用できるようにする予定です。「尚視会だより」にてご紹介していきたいと思っております。

理事長より