

オアシスだより



オアシス第一病院 副院長 鳥島 竜太郎

当院での大腸内視鏡検査について

近年日本での大腸癌患者数は増加しています。

年間患者数はこの30年間で約5倍になっています。高齢者の増加、食生活やライフスタイルの欧米化、肥満、運動不足が要因と考えられています。

平成21年の厚生労働省の人口動態統計年報によると、大腸癌は悪性新生物総死亡の12.3%を占めていまして、肺癌、胃癌に次いで第3位の重要な死因となっています。

性別で見ると、男性では平成19年以降、肺、胃に続く3位で、女性では平成15年以降1位となっています。

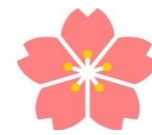
大腸癌に対する主たる根本的な治療法は切除術で、外科手術と内視鏡手術がありますが、いずれも多くの場合、他の臓器への転移がない場合が対象になります。

進行癌の状態であつても転移がなく手術できた場合は治癒が十分に期待できます。そのため早期発見し、早期治療を行うことが非常に大切になります。

大腸癌は早期の段階では自覚症状はなく、検診での便潜血検査を契機に発見されることが多い疾患です。しかし進行するにつれ、血便、腹痛、体重減少等の症状が出現します。

当院では検診での異常だけでなく、上記のような自覚症状のある方、希望者に大腸内視鏡検査を勧めて大腸癌の早期発見に努めています。

20年以上大腸内視鏡検査を専門にしてきた2人の内視鏡医が、できるだけ苦痛なく検査、治療を行っています。少しでも大腸に不安のある方は一度当院の外来を受診してご相談下さい。



第34号 平成29年5月1日

栄養コラム ～春～

萼（ニラ）

年中市場に出ているようなイメージがありますが、ニラの旬は3～5月。

大分市も滝尾地区で始まったニラの栽培も今では全国有数のニラの産地となっています。ニラの特徴として強い香りがあります。それは『アリシン』によるものです。アリシンにはビタミンB1の吸収を高めてくれる作用があり、スタミナアップに役立つといわれます。

また、緑の部分には抗酸化作用があるβカロテンが多く含まれています。βカロテンは油と一緒に取ると吸収が高まるので、ビタミンB1が多い豚肉と一緒に炒めると効果的です。

今回は、大分が発祥の地！？と言われている『ニラ豚』を紹介します。

【材料】2～3人分

【作り方】

豚肉（細ぎり） 200g

① 豚肉、キャベツ、ニラは各大きさに切る

キャベツ（千切り） 1/2玉～1玉

② ●の調味料を合わせる

ニラ（5cmの長さ）1束

③ フライパンを熱しごま油を入れ、生姜、ニンニクを入れ香りが出るまで炒める

☆ごま油 大さじ1

④ ③のフライパンに豚肉を入れ色が変わったら、キャベツを入れ炒める

☆生姜 ひとかけ

☆ニンニク 1片

※豆板醤（なくてもOK） 小さじ1/2～1

⑤ キャベツの色が鮮やかになったらニラを入れ、②を入れ炒め合わせる

●中華だしの素 小さじ1

●酒 大さじ1

●砂糖 大さじ1

●みりん 大さじ1

●醤油 大さじ2

●オイスターソース 大さじ2



お問い合わせ

医療法人善昭会 オアシス第一病院

〒870-0103 大分市東鶴崎3丁目3-19

電話 097-527-2211 Fax 097-522-0511