

健康と環境



特集

1. 「センター健康フェスタ」を開催しました!
2. 胃レントゲン検査
3. 最新の胃部X線デジタル検診車導入!
4. 病院担当医表

(岡山県南部健康づくりセンター)

「センター健康フェスタ」を開催しました!

日頃から健康づくりセンターをご利用いただいている皆様に感謝して、2月11日「センター健康フェスタ」を開催しました。

午前中には、血圧や血管年齢測定、健康相談などを行い、12時からはビンゴ大会で盛り上がりました。午後からは初めてのキッズダンス、親子料理教室といった運動や食事の教室のほか、リラックスを体験するためのアロマ&ストレッチポールなどの教室を開催し、多くの皆様に参加していただきました。

高齢となっても充実した暮らしができるよう、健康で過ごせる期間である健康寿命をできる限り伸ばしていくことが大切となってきます。そのためには、

毎日の生活の中で適切な運動、バランスのとれた食生活等に心がけた健康づくりに取り組み、体力を維持していく必要があります。

センターは今年創立20周年を迎えます。これからも、県民の皆様の健康づくりのお役に立てますよう、様々な企画をしていきますので、多くの皆様のセンター利用をお待ちしています。

岡山県南部健康づくりセンター
TEL. 086-246-6250

お問い合わせ先

受付時間
火～金/8:30～22:00
土・日・祝日/8:30～18:00
(月曜は休館日です)

胃レントゲン検査

胃レントゲン検査とは

胃レントゲン検査は、胃を発泡剤（炭酸ガス）で膨らませてひだを伸ばした状態でバリウムを胃の壁に付着させ、胃の中に「でっぱり」「へこみ」「変形」などが無いかを調べる検査です。受診するには比較的負担の少ない検査です。

この検査により早期胃がん、胃潰瘍、胃炎、ポリープなどの病気を見つけることができます。今回は胃検診車での検査を紹介します。



バリウム検査の流れ

- 検査前日 21:00以降絶食
 - 検査当日 朝食抜き、水分摂取禁止、禁煙
- ↓
- 検査開始
 - ① 発泡剤の服用
 - ② バリウムを飲む
 - ③ 撮影台に上がって動く
- ↓
- 検査終了後
 - ④ 下剤の服用
 - ⑤ 排便（バリウムをしっかり出し切ることが大切です）



ポイント1

- 発泡剤は舌先ではなく舌の奥に含んでから、バリウムで一気に飲み込んだほうがいいです。舌先に置いておくとブクブクと気体になって、吐いてしまいます。
- ゲップがでそうになったらツバを飲み込む、アゴを引くなどすると結構がまんできます。

ポイント2

- バリウムはむせ、誤嚥防止のため、あまりアゴをあげ過ぎずにゆっくりと飲みましょう。

撮影にかかる時間は

約3分～5分程度で検査は終了します。基準の撮影枚数は8枚です。



バリウム量について

飲んでもらうバリウム量は約120ml（牛乳瓶1本の約2/3）と少なく、以前に比べて大変飲み易くなっています。

量が分かりやすいようにバリウムを牛乳瓶に入れて比較してみました

バリウム
120ml



コーヒー牛乳
180ml

撮影台の上での主な動き

.....検査中の動きは下記の通りでおおよそ決まっています.....

ローリング

最初に体を1回転(360度)~2回転させて胃粘膜にまんべんなくバリウムを付着させます



● 台が水平になっていきます



● 水平になったら右まわりに回転してもらいます



● 腹ばいになって



● 反対側から元にもどる



● この回転をもう1回行います



ローリングの後

左右に向いたり、仰向け、真横、腹ばい、になつたりして胃の中をいろんな角度から撮影します



● 左右に向く



● 仰向け(頭低位)



● 右向き真横

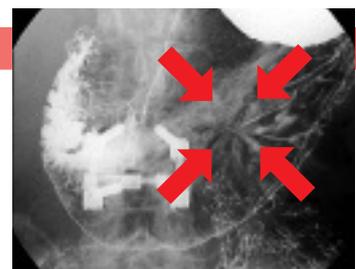
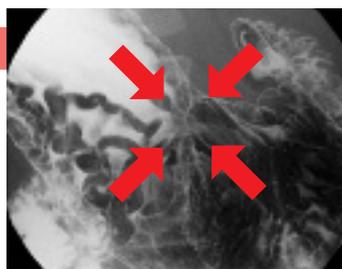


● 腹ばい(頭低位)

※自動肩当てが付いているので逆傾斜(頭低位)でも安全は確保されます

症例

検診で発見された早期胃がん



最新の胃部X線デジタル検診車導入!

この度、公益財団法人JKAの補助を受けて、最新のデジタル装置を搭載した胃部X線デジタル検診車を導入しました。装置のデジタル化により鮮明な画像を撮影でき、内部は高齢の受診者に配慮して段差の少ないフラットな構造になっています。当財団の胃部X線デジタル検診車は計5台となり、より精度の高い検診が提供できるようになりました。

今後も県民の皆様の健康づくりに貢献したいと考えています。



問い合わせ先 ● 保健部 TEL 086-246-6256 / FAX 086-246-6259 E-mail:hoken@okakenko.jp

附属病院外来診療担当表

[外来予約について]

当院では、外来予約制を実施しております。ご理解とご協力の程よろしくお申し上げます。
予約をされていない方も診察させていただきますのでご遠慮なくお申し出下さい。

	月 曜		火 曜		水 曜		木 曜		金 曜		土 曜
	午前	午後	午前								
診療1	院長	福田	小谷	玉置	院長	朝倉	院長	小谷	玉置	木畑	当番医
診療2	小谷		福田		福本		福田		守谷		
診療3 (精検専門)			朝倉		小比賀		佐々木		朝倉		

月～金曜日

受付時間 ● 午前8:30～午前11:30 午後1:00～午後4:30
診療時間 ● 午前9:00～正午 午後1:30～午後5:00

土曜日

受付時間 ● 午前8:30～午前11:30
診療時間 ● 午前9:00～正午 (当番医は、受付にご確認下さい)

2016年4月1日より

(公財)岡山県健康づくり財団附属病院 TEL.086-241-0880 FAX.086-241-9365

健康づくり財団附属病院・岡山大学病院・その他病院
どこの処方箋でも受け付けます!

岡 薬 局 田 中 店



〒700-0951 岡山市北区田中628-1
TEL.086-246-0020 FAX.086-246-0800

月～金 9:00～18:00
土 9:00～13:00
日・祭日/休み