

水分と尿

秋冬の意外な脱水

*ご自由におとりください



かくれ脱水 に「注意！」

秋冬は乾燥や気温の変化からトイレに関する悩みが増えてきます。あれ？と思ったら早めの受診が安心です。悩みも流してスッキリしましょう。



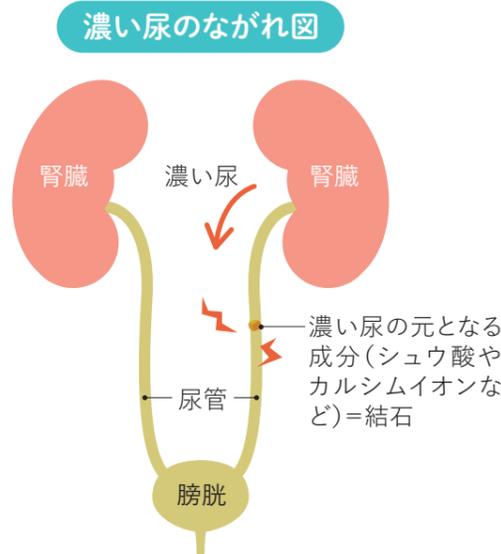
脱水はそっと…

小学生の頃、理科の実験で水に食塩を溶かしたことを覚えていますか。一定量以上の食塩は溶けずに残っていたと思います。脱水状態の腎臓でも同じことが起こります。尿は血液をろ過して作られますが、脱水時は濃い尿となります。この尿は結石の元となる成分が含まれ、溶けきれず、尿路結石となり、尿流をせき止めて強い痛みをもたらします。



…忍びよります

また、脱水状態では体に水分を保つために尿量が減少します。これにより、膀胱内の環境悪化(悪玉菌の増加)から膀胱炎になりやすい状態となります。流れの悪い川がにごりやすいのと同じです。気温低下から水分摂取量が減り、気づいたら「脱水」にならないよう、季節を問わずこまめに少量ずつ水分をとり、健康な体を維持しましょう。



秋冬に要チェック

尿路結石 痛いつ、えっ…血尿?

寒い→水分量が減る→結石化



気温が下がり、無意識のうちに水分摂取量が減り、脱水状態が続くと尿が濃くなります。腎臓、尿管、膀胱、尿道といった尿路に尿中の成分が結晶化して育ち、結石が生じてきます。症状は血尿と激しい痛みをともないます。軽症の場合はトイレの我慢はやめ、尿で膀胱内の細菌を洗い出すよう水分を多めにとります。重症の場合は手術で結石を除去します。



手術はレーザーで結石を割り、破片を取り出します。

🕒 約60~90分 🏠 3~5泊

膀胱炎 またトイレ…しかも痛いっ

- ・寒い→血流悪化→抵抗力低下
- ・寒い→トイレをがまん
- ・寒い→脱水→尿量低下



気温が下がり、体が冷えると血流悪化、膀胱、尿道の抵抗力低下などにより、細菌が繁殖しやすくなります。高齢による免疫力低下からも発症しやすくなります。頻尿、血尿排尿時に痛み(膀胱が伸縮する時の痛み)が生じます。軽症の場合はトイレの我慢はやめ、尿で膀胱内の細菌を洗い出すよう水分を多めにとります。

尿の病気

🕒 手術時間 🏠 入院期間

前立腺肥大症 出にくい…あれ?残ってる??

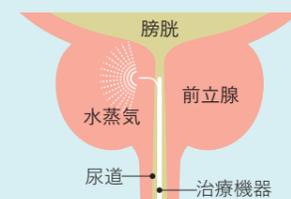
寒い→筋肉ちぢみ

前立腺(男性だけの臓器)は加齢とともに大きくなります。また、体が冷えると、前立腺への血流が悪くなり、炎症や肥大が悪化しやすくなります。主にトイレに行く回数が増える・尿のいきおいが弱い・残尿感がある・尿が出にくいなどの症状があります。50代から増加し、60~70代の6~12%の方が症状を持っているといわれています。*

※男性下部尿路症状・前立腺肥大症診療ガイドライン



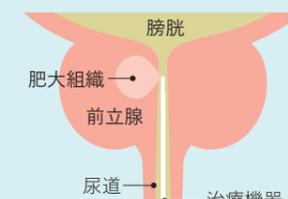
負担の少ない手術2種



経尿道的水蒸気治療 [WAVE]

高温の水蒸気をあてて、大きくなった前立腺の一部を壊し、小さくします。抗凝固薬内服中の方や長時間手術に耐えられない方などが適応です。

🕒 約15分 🏠 2泊



ホルミウムレーザー前立腺核出術 [HoLEP]

レーザーで前立腺組織を切り離し、細切・吸引しながら対外へ摘出します。前立腺肥大の元となる部位を全て除去するので再発がほとんどありません。

🕒 約2時間 🏠 5~6泊

おしえて!○○のこと

＼SNSで話題になった／ ボンタンアメで尿意をおさえられるってホント?

ボンタンアメはトイレ対策になるとSNS上で話題になりましたが、これはあくまで一時的な現象です。糖分を摂りすぎると、血糖値が上がり、体内で余分な糖を排出しようとし、逆に頻尿となる可能性があり、あまりおすすめできません。飲食で尿の病気予防といえばクランベリージュースがあります。成分であるキナ酸やプロアントシアニジンが細菌の付着を防ぎ、膀胱炎をはじめとする尿路感染症予防に役立つといわれています。



チェックは人間ドックで

当院の人間ドック(半日コース)に含まれている腹部超音波(エコー)検査は結石や前立腺肥大の確認もできます。お気軽にご相談ください。

人間ドックのご予約・お問合せ

健診課 予約直通 ☎047-457-9923
平日9:00~16:00 (土曜~11:30※祝日除く)

多くのスタッフが働く病院のウラ側は…? スタッフのリアルな1day

今回のお仕事は **臨床検査技師(MT:メディカルテクノロジスト)**

診療技術部
検査科

患者さんの状態を検査する医療技術職です。
血液や尿の分析、心電図や呼吸機能、超音波検査などを行い、
病気の予防や発見に貢献しています。

機械でいっぱい
の検査室♪



朝礼でスケジュールを共有します。



尿検査

採尿カップを回収します。
トイレの反対側では時には
会話してしまうことも



再チェックが必要な尿は
顕微鏡でチェックします。

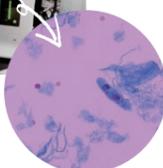
採った尿をスピッツに入れ、
検査を開始します。
尿糖、たんぱく、血液成分が
混ざってないかが明らかに…
データは自動でPCに送信
され、確認後登録します。



臨床検査技師って
どうやってなるの？

大学や専門学校で学び、国家試験に合格すると晴れて検査技師になれます。毎日、医師が診断や治療方針を決めるため「体内のデータ」を測っています。

*
キレイ *
でもこれは尿です



schedule

- 08:30 **1 ミーティング**
- 09:00~
- 2 採尿カップの回収**
- 3 尿検査**
- 4 尿の再検査**
- 5 採血**
- 6・7 血液検査**
- 16:30
- 夜勤担当に申し送り**

50ml
必要です!

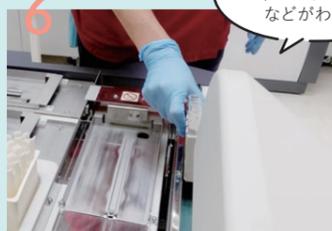
検尿量は少ないとだめ?

尿検査のひとつ、尿沈査(ちんさ=細胞などの有無や数を調べます)では尿量が少ないと数が減り、正確な結果が得られないそうです。なるほど、量も結果につながるんですね!

血液検査



採血します。皮膚に多数ある痛点にあたるのが痛みの原因のひとつだそうです。



血液の
コレステロール、
クレアチニン値
などがわかる!



前立腺PSA値は
この装置で!

検査項目	検査結果	単位	参考値	検査日時	検査者
尿糖	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿たんぱく	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿潜血	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿pH	5.0		5.0-8.0	08:30	山田
尿比重	1.020		1.000-1.030	08:30	山田
尿蛋白	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿潜血	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿pH	5.0		5.0-8.0	08:30	山田
尿比重	1.020		1.000-1.030	08:30	山田
尿蛋白	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿潜血	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿pH	5.0		5.0-8.0	08:30	山田
尿比重	1.020		1.000-1.030	08:30	山田
尿蛋白	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿潜血	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿pH	5.0		5.0-8.0	08:30	山田
尿比重	1.020		1.000-1.030	08:30	山田
尿蛋白	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿潜血	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿pH	5.0		5.0-8.0	08:30	山田
尿比重	1.020		1.000-1.030	08:30	山田
尿蛋白	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿潜血	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿pH	5.0		5.0-8.0	08:30	山田
尿比重	1.020		1.000-1.030	08:30	山田
尿蛋白	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿潜血	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿pH	5.0		5.0-8.0	08:30	山田
尿比重	1.020		1.000-1.030	08:30	山田
尿蛋白	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿潜血	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿pH	5.0		5.0-8.0	08:30	山田
尿比重	1.020		1.000-1.030	08:30	山田
尿蛋白	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿潜血	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿pH	5.0		5.0-8.0	08:30	山田
尿比重	1.020		1.000-1.030	08:30	山田
尿蛋白	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿潜血	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿pH	5.0		5.0-8.0	08:30	山田
尿比重	1.020		1.000-1.030	08:30	山田
尿蛋白	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿潜血	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿pH	5.0		5.0-8.0	08:30	山田
尿比重	1.020		1.000-1.030	08:30	山田
尿蛋白	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿潜血	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿pH	5.0		5.0-8.0	08:30	山田
尿比重	1.020		1.000-1.030	08:30	山田
尿蛋白	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿潜血	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿pH	5.0		5.0-8.0	08:30	山田
尿比重	1.020		1.000-1.030	08:30	山田
尿蛋白	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿潜血	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿pH	5.0		5.0-8.0	08:30	山田
尿比重	1.020		1.000-1.030	08:30	山田
尿蛋白	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿潜血	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿pH	5.0		5.0-8.0	08:30	山田
尿比重	1.020		1.000-1.030	08:30	山田
尿蛋白	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿潜血	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿pH	5.0		5.0-8.0	08:30	山田
尿比重	1.020		1.000-1.030	08:30	山田
尿蛋白	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿潜血	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿pH	5.0		5.0-8.0	08:30	山田
尿比重	1.020		1.000-1.030	08:30	山田
尿蛋白	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿潜血	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿pH	5.0		5.0-8.0	08:30	山田
尿比重	1.020		1.000-1.030	08:30	山田
尿蛋白	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿潜血	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿pH	5.0		5.0-8.0	08:30	山田
尿比重	1.020		1.000-1.030	08:30	山田
尿蛋白	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿潜血	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿pH	5.0		5.0-8.0	08:30	山田
尿比重	1.020		1.000-1.030	08:30	山田
尿蛋白	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿潜血	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿pH	5.0		5.0-8.0	08:30	山田
尿比重	1.020		1.000-1.030	08:30	山田
尿蛋白	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿潜血	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿pH	5.0		5.0-8.0	08:30	山田
尿比重	1.020		1.000-1.030	08:30	山田
尿蛋白	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿潜血	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿pH	5.0		5.0-8.0	08:30	山田
尿比重	1.020		1.000-1.030	08:30	山田
尿蛋白	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿潜血	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿pH	5.0		5.0-8.0	08:30	山田
尿比重	1.020		1.000-1.030	08:30	山田
尿蛋白	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿潜血	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿pH	5.0		5.0-8.0	08:30	山田
尿比重	1.020		1.000-1.030	08:30	山田
尿蛋白	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿潜血	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿pH	5.0		5.0-8.0	08:30	山田
尿比重	1.020		1.000-1.030	08:30	山田
尿蛋白	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿潜血	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿pH	5.0		5.0-8.0	08:30	山田
尿比重	1.020		1.000-1.030	08:30	山田
尿蛋白	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿潜血	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿pH	5.0		5.0-8.0	08:30	山田
尿比重	1.020		1.000-1.030	08:30	山田
尿蛋白	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿潜血	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿pH	5.0		5.0-8.0	08:30	山田
尿比重	1.020		1.000-1.030	08:30	山田
尿蛋白	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿潜血	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿pH	5.0		5.0-8.0	08:30	山田
尿比重	1.020		1.000-1.030	08:30	山田
尿蛋白	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿潜血	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿pH	5.0		5.0-8.0	08:30	山田
尿比重	1.020		1.000-1.030	08:30	山田
尿蛋白	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿潜血	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿pH	5.0		5.0-8.0	08:30	山田
尿比重	1.020		1.000-1.030	08:30	山田
尿蛋白	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿潜血	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿pH	5.0		5.0-8.0	08:30	山田
尿比重	1.020		1.000-1.030	08:30	山田
尿蛋白	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿潜血	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿pH	5.0		5.0-8.0	08:30	山田
尿比重	1.020		1.000-1.030	08:30	山田
尿蛋白	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿潜血	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿pH	5.0		5.0-8.0	08:30	山田
尿比重	1.020		1.000-1.030	08:30	山田
尿蛋白	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿潜血	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿pH	5.0		5.0-8.0	08:30	山田
尿比重	1.020		1.000-1.030	08:30	山田
尿蛋白	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿潜血	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿pH	5.0		5.0-8.0	08:30	山田
尿比重	1.020		1.000-1.030	08:30	山田
尿蛋白	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿潜血	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿pH	5.0		5.0-8.0	08:30	山田
尿比重	1.020		1.000-1.030	08:30	山田
尿蛋白	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿潜血	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿pH	5.0		5.0-8.0	08:30	山田
尿比重	1.020		1.000-1.030	08:30	山田
尿蛋白	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿潜血	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿pH	5.0		5.0-8.0	08:30	山田
尿比重	1.020		1.000-1.030	08:30	山田
尿蛋白	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿潜血	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿pH	5.0		5.0-8.0	08:30	山田
尿比重	1.020		1.000-1.030	08:30	山田
尿蛋白	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田
尿潜血	0.0	g/dl	0.0	08:30	山田



リハビリテーション部主催

無料

歩行年齢は？筋力は？ セコメいきいき健幸作り教室

毎回キャンセル待ちで大好評の健幸作り教室。歩行年齢・筋力チェック(予約不要)に加え、ご希望の方は予約制で脳機能検査・体成分分析・医師による健康相談もお選びいただけます。その他、介護予防体操、ちょっとした食事の悩みも管理栄養士に相談できます。お気軽にご参加ください♪

- 日時／2025年10月11日(土)14:00～16:00
- 場所／セコメディック病院1Fロビー
- 対象／当院周辺在住の中老年の方
- 申込／脳機能検査・体成分分析・健康相談のみ要申込

お申込み・お問合せ

リハビリテーション部
☎047-457-8729

糖尿病教室が 開催されました 運動と検査のポイント



2025年5月12日に糖尿病教室が開催されました。今回は「効果的な運動って?」「検査結果の見方は?」をテーマに日常生活に役立つポイントを紹介しました。また、血糖値についてはクイズも交え、楽しい学びの時間となりました。次回の開催日程は、決まり次第ホームページでお知らせいたします。

予約制 带状疱疹ワクチン 市外の方も受付中!

50歳から
増えてきます!



加齢とともにリスクが高まる带状疱疹。夜も眠れないほど激しい場合があり、痛みが残るともいわれ、80歳までに約3人に1人が発症する可能性があります。*ワクチンは免疫力を高め、病気の発症や重症化を防ぎます。お気軽にお問い合わせください。

※国立感染症研究所・带状疱疹ワクチンファクトシート2017年2月10日

*助成がある場合がありますのでお住いの自治体にご確認ください。

ご予約・お問合せ

健診課 ☎047-457-9900
[平日9:00～16:00 土曜9:00～11:30]

関根麻里さん来院! 業務改善発表会 が開催されました



2025年4月26日、当院にてTQM*発表会を開催いたしました。各部署が日頃取り組んでいる業務改善について発表し、新入職員たちも真剣な表情で耳を傾けていました。

途中のブレイクタイムでは特別ゲストとしてタレントの関根麻里さんをお迎えしました。クイズは有名企業の業務改善事例をもとに構成されており、関根さんも挑戦。トークが明るく、会場が一気に華やかに盛り上がり、笑いあいの楽しい発表会となりました。

※TQMはTotal Quality Managementの略で業務改善を目的とした活動です。

新しい先生です \よろしくおねがいします /



脳神経外科
千葉ガンマナイフ
センター長
河合 秀哉
かわい・ひでや
1993年福井大卒

【専門】ガンマナイフ治療
【資格】日本脳神経外科学会専門医



内科
朝野 俊一
あさの・しゅんいち

【専門】内科一般

笑顔でつながる医療のために

迷惑行為となるペイシエントハラスメントが発生している現状をふまえ、患者さんと職員がお互いに思いやりのある関係づくりにご協力をお願いいたします。

セコメエリアにはイイところがいっぱい! てくてくクリニック&さんぽ



ていねい・分かりやすい どんなことでもご相談を

京成松戸線の高根木戸駅・高根公園駅から徒歩6分の泌尿器科を中心としたクリニックです。排尿障害、悪性腫瘍、尿路感染症、尿路結石症などの泌尿器科全般の疾患に対応可能です。手術や入院の必要があれば速やかに紹介が出来るよう近隣の総合病院との連携を密にし、予約優先制で診療を行っております。病気について丁寧に分かりやすい説明を心がけ、納得して頂ける医療を提供することで地域の皆様のお役に立ちたいと思っております。どうぞお気軽にご相談下さい。

藤田クリニック

泌尿器科
船橋市新高根6-38-8福住ビル2F
☎047-463-1311
🕒 木・土PM・日・祝日
📄 完備

WEB



診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00-12:00	●	●	●	-	●	●	-
14:00-17:00	●	●	●	-	●	-	-

受付時間 / (新患・再診[予約のない方]) 8:30-11:30 / 13:40-16:40

モチモチ麺で 自然とほっとひと息

自然に囲まれたスープパスタ&PIZZA専門店です。パスタやピザ、その他メニューも豊富。テイクアウトもOK、半個室もありプライベートな空間でお食事を楽しめます。やさしい店長と木のぬくもりあるあたたかい店内でゆったりとしたひとときを。



明太子パスタ
1,580円



キトリ

東京オーリーブ 八千代店

八千代市島田台735-8
☎047-455-3427
🕒 月～木 10:30～15:00/17:00～21:30
(金・祝前日 ~22:30)
土 10:30～22:30(祝日 ~21:30)

📄 完備

Instagram



PRESENT

SALAD & DRINK

利用条件 他券・サービス・キャンペーン商品併用不可/480円(税込)以上ご注文の方/東京オーリーブ八千代店のみ10:00～14:30の間/本券1枚で4名様までサラダ・お飲み物無料/ご注文前にご提示ください
有効期限 2025年12月末日まで

東京オーリーブ 八千代店



Instagram

病院の日常、病気・治療、採用、病院のウラ側などの情報をお届けしています。みなさまからのフォローやいいね♥をお待ちしております♪



病院



研修医



リハビリテーション部



ご意見・ご感想をお寄せください

SECOMEDIC+NEWSへの声を大切に、さらに医療を身近に感じていただける広報誌を目指してまいります。下記アンケートフォームよりお気軽にご回答ください♪



Editor's note

本誌が病院広報アワード2025(CB news主催)広報誌部門で「優秀賞」を受賞しました。100%院内で作成し、地域の方々に向けて病院のコンセプトに沿った内容が高く評価されました。これからも地域を笑顔にする病院として歩み続けてまいります。



SECOMEDIC+NEWS

2025 / 09 (年3回発行)

医療法人社団 誠馨会

セコメディック病院 広報企画室

〒274-0053

千葉県船橋市豊富町696-1

TEL 047-457-9900(代)

FAX 047-457-9901(代)

