



南東北グループ  
医療法人財団 健真会  
総合東京病院広報誌

医療連携支援センター  
地域連携室  
TEL: 03-3387-5444

Letter 2023.6  
vol.15



編集・発行／総合東京病院  
印刷／石井電算印刷株式会社

## 特集 | 舌の痛み ～ 舌痛症

最近、舌のヒリヒリ、ピリピリした痛みを訴える方が増えています。歯科、耳鼻科や内科などを受診しても、「異常ないので心配ない」とか「気のせい」などと言われ、痛みがなくならないまま悩んでいる方が多いようです。

舌の表面に異常がないのに舌に痛みがある場合に、舌痛症と診断されます。中高年の女性に多いのが特徴です。従来はホルモンバランスの不調、自律神経の失調、心理的要因などが原因と考えられていましたが、最近では脳内の神経回路での信号の伝達異常が原因で、「特殊な神経痛」に近い病気と考えられるようになってきました（一次性舌痛症）。その他、「特殊な神経痛」でない二次性舌痛症もあります。

一次性舌痛症では、食事や会話時には痛みはなく、なにもしていない時に舌の先端や側縁に痛みを感じます。痛みは午後や夕方、夜にかけて強くなることが多いのが特徴です。口の乾きや味覚障害を伴うこともあります。一方、二次性舌痛症では食事や会話時に痛みが増強します。二次性のものには口腔内のカンジダ菌が原因となったり、体にとって不可欠な鉄や亜鉛などの微量元素やビタミンB12の欠乏により、舌の表面が荒れやすくなり、痛みが生じます。カンジダ症は細菌検査で、微量元素やビタミンの欠乏は血液検査で診断可能です。

一次性舌痛症に対しては、不安の除去や趣味や仕事への注

力などを促し、抗うつ薬などを投与しますが、改善するまでには長期間を要します。なお、カンジダ症と診断されれば抗真菌薬でのうがいや、微量元素やビタミン不足の場合にはそれらを薬で補充する治療を行います。



口腔がんセンター長  
小村 健

### ■ 舌痛症のチェックリスト

- ✓ 舌がヒリヒリ、ピリピリする
  - ✓ 味がおかしい
  - ✓ 口が渇く、ネバネバ、ベトベトする
  - ✓ 食事や何かに集中している時は痛まない
  - ✓ 夕方から夜に痛みが強くなる
- 上記の症状に当てはまる方は一度ご相談下さい。

歯科口腔外科  
のHPIはこちら



外来の予約はこちら

▶一般の方：0570-00-3387（予約・相談ダイヤル）

▶医療機関の方：03-3387-5444（地域連携室）

## ★今月のキラリスタッフ紹介★



左：患者サービス課メッセンジャー  
佐藤 和可子

右：患者サービス課外来医事及び  
メッセンジャー 大堀 千久沙

今回、このような場で、話をさせて頂くことになりましたメッセンジャーの佐藤と申します。メッセンジャーと聞くと聞きなじみのない方もいると思いますので少し説明させて頂きます。私は、いろいろな病棟や各部署を回り、預かった書類等を各部署へ届けたり、薬剤科から預かった薬を届けたり病棟の返品薬を薬剤科へ返したり、病棟や各部署で預かった検体を検査科へ届けたり...他にもいろいろと病棟や各部署へと届けて回る仕事をしています。その他、院内のディスペンサータイプの手の消毒液を取りかえて回ったり業務は多岐に渡ります。

こう見て頂くと大変そうと思う方もいると思いますが、忙しい分とてもやりがいのある仕事だと私は思います。今は週3日、仕事を一緒にやってくれる方がきてくれるのでとても助かっています。その方には、感謝しています。



メッセンジャー業務の1シーン

## イ・チ・オ・シ 街のドクター



とくでんクリニック 院長  
島谷 慎二 先生

## とくでんクリニック

大学病院では呼吸器・循環器疾患を専門として研鑽を積み、その後一般内科診療に加えて在宅診療にも従事していました。市中には呼吸器を専門とするクリニックが少なく、少しでもお役に立てればと思い開設しました。

診察時に大事にしていることは、診察の最後に「あとは大丈夫?聞いておくことない?」と声をかけるようにしていることです。患者さんは医師には聞き辛いか、受付事務さんや看護師さんに色々質問していることが多いようです。遠慮なく主治医に質問してください。

趣味は食べ歩き、非日常を楽しむべく、おいしい料理とお酒を頂くことに幸せを感じます!

総合東京病院さんには検査のみの依頼から救急の診察依頼、先端医療まで、多岐にわたりお受け頂いており、大変感謝しています。今後ともよろしくお願いたします。



とくでんクリニック  
(最寄り、京王バス中92徳田バス停下車すぐ)  
〒176-0014  
東京都練馬区豊玉南1-10-1  
TEL: 03-3991-1971  
診療科: 内科(呼吸器、循環器、消化器など) 外科

ホームページはこちら↓



診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~13:00	●	●	休	●	●	●
15:00~18:00	●	●	休	●	●	休
休診日:	水曜、土曜午後、日曜、祝日					

## イ・チ・オ・シ 街のドクター

歯科編



しみず歯科医院 院長  
清水 敏弘 先生

## しみず歯科医院

富士見台で開業して丸25年になりました。地域の皆様のお口の健康を守るという使命感を持ち、最近少しはお役に立てているかなあとと思うようになりました。当院はドクターだけではなく、歯科衛生士も患者様のお口の中の定期管理を目的として頑張っています。そのために患者様に歯の大切さを理解してもらったり、歯に興味をもって頂く為にイラストや口腔内カメラ等を駆使して時間をかけて説明しております。

総合東京病院には、10年以上前からリスクを伴う難しい親知らずの抜歯や悪性を疑う病変の診断や治療のお願いをしております。紹介した患者さんからもとても評判がいいので安心して紹介させて頂いております。宜しくお願致します。



しみず歯科医院 (富士見台駅 徒歩2分)  
〒165-0031  
東京都中野区上鷲宮 3-17-10  
ライフヴィア上鷲宮1階  
TEL: 03-3990-0103

ホームページはこちら→



診療時間	月	火	水	木	金	土
9:30-13:30	●	●	●	休	●	●
15:00-18:00	●	●	●	休	●	●
休診日:	木曜、日曜、祝日					
※日曜日はしばらくの間休診とさせていただきます。						

## 市民公開講座のご案内

たばこ病~COPD(慢性閉塞性肺疾患)について知ろう!!~  
呼吸器疾患センター長の桑平一郎医師が、たばこ病について紹介します。  
B棟3FのSTRホールで集合型の市民公開講座を開催します。



日時 2023年6月26日(月)  
開演 13:30(開場 13:00)  
TEL: 080-4464-0398  
(市民公開講座担当 杉田)

■講師: 呼吸器疾患センター長  
桑平一郎 医師

過去の講演動画はこちら↓



## TOPICS

### 骨盤底筋体操 (女性のためのからだケア教室)

尿漏れや頻尿、軽度の臓器脱でお困りの方はご相談下さい。



お問合せ先  
リハビリテーション科  
080-4739-2777  
担当: 理学療法士 杉山

7月8月のスケジュールはこちらをご覧ください→



## 編集後記



新緑が深まり緑が眩い季節になりましたね 🌿🌸 育つ緑と消えゆく残雪を楽しむべく木曾駒ヶ岳 (日本百名山 2956m) に登ってきました。急登のカーブは残雪が豊富で12本アイゼンが雪を噛むあの独特な感覚がとても心地よく、周囲を見渡すと這松の新芽なのか、青々とした山肌と残雪のコントラストが非常に美しい景色が広がっていました。新年度から忙しさが少し疲れ気味でしたが、この景色で心底感動しスッキリしました 🍀 日頃のストレスを一気にクリアしてくれる景色.... あなたにはありますか?? by きなこ 🐦