

らひふ

No. 7
秋号

L I F E

パナソニック健康保険組合
■松下記念病院
〒570-8540 大阪府守口市外島町5番55号



CONTENTS

- 診療科紹介
こちら、外科です。
- 医療機器管理室の紹介
- 集中治療室の紹介
- 脱メタボシリーズ 第4弾・最終回
「お菓子・飲み物」にひと工夫! ストップ禁煙! でメタボ予防
- よくわかる検査シリーズ ②
肝臓病と検査のお話



根治性を保ちつつ、機能温存に努める。
つまり、術後のQOL (生活の質) 向上をもっとも重視した
医療を実践しています。



岡野 谷 生駒 清水 伊藤
廣中 山口 野口部長 泉谷

診療方針

当科では、胃がん、大腸がん、肝・胆・膵がんなどの消化器がんや近年急増している乳がんの治療を主に行っています。進行度(ステージ)に応じ、ガイドラインに則った標準的手術を行い、根治性を損なうことなく、できるだけ機能温存を目指します。低侵襲(手術等に伴う痛みが少ない)である腹腔鏡手術は胃がん、大腸がんに対して積極的に導入しています。進行、再発症例に対する化学療法は患者さまのQOLを重視しできるだけ外来で行っ

ています。一方、標準的治療のみならず、患者さまと十分なインフォームドコンセント(説明と同意)の上、個々の患者さまの病状に応じたきめ細かいオーダーメイド医療の実践も心がけています。スタッフの多くは学会の専門医、指導医資格を取得しており、常に最先端の技術と知識を習得して診療にあたっています。患者さまを中心に置いたチーム医療を通して常に術後のQOL向上を見据えた治療を行うのが私たちのモットーです。

治療方針

- 胃がん・大腸がん … 進行度に応じた合理的な手術を行い、進行、再発症例には拡大手術、化学療法を行います。
- 直腸がん … 神経・肛門機能温存に心がけています。
- 食道がん … 手術だけでなく、放射線・化学療法という選択枝も提示し患者さまの希望も踏まえて治療方針を決定します。
- 肝・胆・膵がん … 機能温存を重視しつつ積極的に切除します。
- 乳がん … センチネルリンパ節生検を併用した乳房温存術を基本に、進行、再発症例には化学療法、分子標的治療を行っています。
- 胆石症 … 腹腔鏡下胆嚢摘出術を中心にを行います。
- ヘルニア … 緊張がなく、再発が少ないメッシュを用いた修復術を行っています

2008年度実績

●胃がん60例、大腸がん85例、肝・胆・膵がん38例、乳がん94例、胆石症77例、ヘルニア106例

スタッフ紹介

野口明則(のぐち あきのり) 外科部長

外科学会専門医/指導医、
消化器外科学会専門医/指導医

外科はまさにチーム医療で成り立っています。個々のモチベーションを保ち、力量を向上させ、それがチームとして有機的に作用して大きな力になるような環境づくりを心がけています。

岡野晋治(おかの しんじ) 消化器外科担当部長

外科学会専門医/指導医、
消化器外科学会専門医/指導医

手術はいくつ例数を重ねても、その患者さまに対して行う手術は、すべてはじめての手術となります。初心を忘れることなく、安全な手術を心がけています。

山口正秀(やまぐち まさひで) 乳腺内分泌外科担当部長

外科学会専門医/指導医、乳癌学会専門医、
マンモグラフィー読影認定医、がん治療認定医

乳房に異常を感じたらすぐ病院を受診してください。症状がなくとも、毎月の乳房自己検診と1-2年毎の会社や市町村などの乳癌検診を受けましょう。

谷 直樹(たに なおき)

外科学会専門医、消化器外科学会専門医、
マンモグラフィー読影認定医

他の医療スタッフとの連携のもと、常に良質な医療が提供できるように心がけています。

伊藤忠雄(いとう ただお)

外科学会専門医、消化器外科学会専門医、
がん治療認定医

肝・胆・膵がんを主に担当しています。肝臓がんは消化器科と連携して治療していますが、手術は外科で行い、カテーテル治療など内科的治療を消化器科で行っています。

清水 健(しみず たけし)

外科学会専門医、がん治療認定医、
マンモグラフィー読影認定医

消化器・一般外科を中心に診療しております。外科手術は、心身ともに患者さまの負担も大きいですが、少しでも尽力できればと考えております。

生駒大登(いこま だいと)

外科学会専門医、がん治療認定医

日々忙しい診療が続きますが、丁寧な医療を心がけて精進を続けていきたいと考えております。

廣中 愛(ひろなか あい)

マンモグラフィー読影認定医

乳腺を中心に治療に携わっています。わかりやすく、やさしい治療をモットーにしておりますので、ご病気のことでわからないことがあれば、ご相談ください。

泉谷康仁(いずみや やすひと)

新しい環境にも慣れつつあり、日々の診療の中で技術と知識の向上にいそしんでおります。手術を受けられる患者さまは、多かれ少なかれ皆不安を抱いておられます。その不安を可能な限り受け止め、また手術やその他の治療に関して不明なことがないように患者さまと密に接していきたいと考えております。

■ 専門外来

- 乳腺外来 … 毎週 月・火・水曜日
女性医師の診察をご希望される方は、ご相談ください。
- 呼吸器外科外来 … 毎週 木曜日
【肺癌、縦隔腫瘍、気胸等】
- ストーマ外来 … 毎週 木曜日(完全予約制)
【人工肛門、人工膀胱を造設された方の専門外来】

医療機器管理室の紹介

医療機器を安全で確実に使用できるように管理することで チーム医療に貢献しています。

※
病院では、治療や手術などに生命維持装置をはじめ、多種多様な医療機器を使用しています。また、近年は、医療技術の進歩に伴い、医療機器が高度化かつ複雑化しています。医療機器は正常に作動しなければ、大きな事故につながり、生命に大きな影響を与えかねません。このため、当院では2003年に医療機器安全管理室（現：医療機器管理室）を設置し、医療の安全確保に努めています。

医師の指示のもと、これらの機器の操作・点検などを行い管理しているのが“臨床工学技士”（国家資格）です。当院では、現在3名が医療機器管理室に在籍し、年々増加する医療機器の安全管理を行い、医師や看護師などと連携を図りながら、生命維持管理装置の操作・保守管理を行っています。

※生命維持装置とは、呼吸（肺）、循環（心臓）、代謝（腎臓）の機能の一部を代替する装置です。人工呼吸器や人工透析装置（腎機能が低下した患者さまの血液中の老廃物や余分な水分を除去する）、血液浄化装置などが含まれます。



（人工透析装置を点検しています）



～臨床工学技士の主な仕事～

1. 臨床業務
 - ・さまざま血液浄化療法（詳細は下記を参照）
 - ・人工呼吸器装着患者さまのラウンド・保守管理
2. 医療機器管理業務
 - ・常に安全に使用できる状況を維持するため、保守点検を実施（15種約500台を管理）
 - ・高価な医療機器を効率的に使用するため、病院全体の医療機器を管理
3. スタッフ教育
 - ・機器の正しい使用方法を指導
 - ・AEDや医療ガス、医療機器の研修会を実施

〈スタッフの声〉

安心して治療を受けていただけるように、医療機器取り扱いによる医療事故を未然に防ぐことに全力を尽くしています。

主な臨床業務

【血液浄化療法の仕事】…腎不全科の依頼によりさまざまな治療に対応できるよう取り組んでいます。

- 血液透析・血液濾過・血液透析濾過→急性・慢性腎不全の患者の治療に実施する治療（持続血液濾過透析にも対応）
- 血漿交換療法・血漿吸着→急性肝不全・劇症肝炎・血栓性血小板減少性紫斑病など治療や家族性コレステロール症・閉塞性動脈硬化症・巣状性糸球体硬化症などの吸着療法も行っています。
- 血液吸着→薬物中毒・エンドトキシンショックなどの吸着療法。
- 末梢血幹細胞採集→血液科・小児科の依頼により血液疾患の末梢血の幹細胞採取・顆粒球採取。
- 血球成分除去療法→潰瘍性大腸炎・リウマチによる血球成分除去療法

【心臓カテーテル・ペースメーカー・人工呼吸器の仕事】

- 心臓の血管造影・血管形成術の介助
- 植込み型ペースメーカー手術による設定・変更
- ペースメーカー外来でのペースメーカーチェックなど
- 補助循環装置の操作・保守 PCPS（経皮的心肺補助装置）・IABP（大動脈内バルーンパンピング）など

集中治療室 (Intensive Care Unit以下ICU)の紹介

『患者さま、ご家族に笑顔を！』を目標に、
心を込めた質の高い看護をめざしています。

24時間
連続監視
充実した看護体制
(2:1看護)

ICUとは、通常の医療設備では十分管理できない重篤な急性機能不全の患者さまを対象として、24時間連続監視のもとに、必要に応じて迅速な救急処置を講じるように設けられた高度医療を提供する病院内施設の一区域です。独立した組織で診療科を問わず患者さまを受け入れます。また、急性期を脱した患者さまは、一般病棟に移る前に、隣接するHCU(高度治療室) ハイケアユニットで経過を観察する場合があります。

ICUの環境は一般病棟と大きく異なり、患者さまの状態変化をいち早く把握できるように、オープンスペースになっています。多くの医療機器に囲まれ、身体には点滴など治療上必要なチューブ類が装着され安静を必要としますので、心身ともにストレスが生じやすくなります。これらのストレスを最小限にし、不安の軽減に繋がるよう、患者さまとご家族の身体・精神面に配慮しながら診療の補助および看護ケアを行っています。



(観察が行き届くようにオープンになっています)



(毎朝、医師・看護師などを交えて情報交換を行っています)

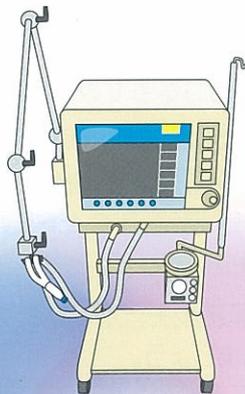
ICUの概要

- 【ベッド数】 4床(個室1室)
- 【専属スタッフ】 看護師12名
- 【入室状況】 平均入室患者数91名/月
(2008年度)
(救急入院9名/月)
- 【主要診療科】 外科、整形外科、脳外科、
血液内科、呼吸器科など

〈スタッフの声〉

ICUの入室期間は短いため、ICUでのことを覚えておられる方は少ないのですが、中には元気になった姿を見せてくださり、心から患者さまの回復を喜び合える時があります。

回復に向かう姿が私たちの喜びとなり、糧となり、支えとなります。今後もより質の高い信頼される看護を提供していきたいと思っています。



ICUの入室状況(2009年1月~6月)

●大手術の術後

外科	70件(胃癌 大腸癌 肝癌 膵臓癌 食道癌等)
脳外科	4件(くも膜下出血 脳腫瘍等)
整形外科	55件(脊椎手術 人工関節等)
泌尿器科	20件(膀胱癌 腎臓癌等)
耳鼻科	3件(咽頭・食道癌 舌癌等)
産婦人科	6件(子宮悪性腫瘍 前置胎盤等)

- 急性心筋梗塞(AMI) 14名
- 心不全 6名
- 呼吸不全・肺炎 7名
- 代謝異常・腎不全 6名
- ショック 3名

- くも膜下出血・脳出血・脳梗塞(内科的治療)13名
- 特殊治療:延べ人数(実質人数)
人工呼吸器管理:213名(26名)

脱メタボシリーズ・最終回

第4弾 「お菓子・飲み物」にひと工夫!

ストップ禁煙!でメタボ予防



<脱メタボシリーズ>もいよいよ今回が最終回。これまで「食事」「運動」「お酒」をテーマに『1日マイナス240kcal』のノウハウを紹介してきました。今回のテーマは「間食」と「喫煙」です。「間食」では「食事」同様、どのようにエネルギーダウンしながら楽しむかがポイント。「喫煙」ではメタボと関連のある動脈硬化との影響を知り、禁煙のきっかけにしてみましょう。



あなたはメタボ? 【診断基準】でチェック!

STEP 1

- おへそ周り(腹囲)
- 男性: 85cm以上
 - 女性: 90cm以上



体重 kg

腹囲 cm

STEP 2

- 血圧: 収縮期血圧 130mmHg 以上または拡張期血圧 85mmHg 以上
- 血中脂質: 中性脂肪 150mg/dl 以上または HDL コレステロール 40mg/dl 未満
- 血糖値: 空腹時血糖 110mg/dl 以上



STEP1に当てはまり、STEP2のうち2つ以上当てはまったら、「メタボリックシンドローム」です! 1つなら予備群です!

間食

※糖尿病などで食事制限が必要な方には「間食」をおすすめできません。医師の指示に従ってください。

お菓子やジュースなどの「間食」には糖分や脂肪分の多いものも多く、エネルギーが高いわりには他の栄養素の摂取が期待できません。しかし、「間食」には気分転換やストレス解消につながるメリットがあります。上手に選んで楽しい「間食」を考えてみましょう。

■ お菓子はこのように選んでエネルギーダウン!

お菓子には、ほんの少しと以为しても意外にエネルギーがあります。小分けにするなど量を決めて食べたり、お茶やコーヒーなどと一緒にゆっくり楽しみながら食べましょう。

<p>チーズケーキ1個(60g) 305kcal</p>	<p>ドーナツ1個(50g) 194kcal</p>	<p>バタークッキー2枚(20g) 104kcal</p>	<p>揚げせんべい1枚(12g) 56kcal</p>
<p>シュークリーム1個(60g) 147kcal</p>	<p>もなか1個(50g) 143kcal</p>	<p>ビスケット2枚(20g) 86kcal</p>	<p>醤油せんべい1枚(12g) 46kcal</p>
158kcalダウン!	51kcalダウン!	18kcalダウン!	10kcalダウン!

■ 甘い飲み物を選ぶときのひと工夫！

間食のときやのどが渇いたときにどのようなものを飲みますか？市販の甘い飲み物には、分量の約 1 割の砂糖が含まれていますので、飲みすぎに気をつけましょう。



ブラックコーヒー等、糖分が入っていないものがおすすめ！



炭酸飲料やジュースよりミネラルウォーターやお茶を！



スポーツドリンクは水で薄める！

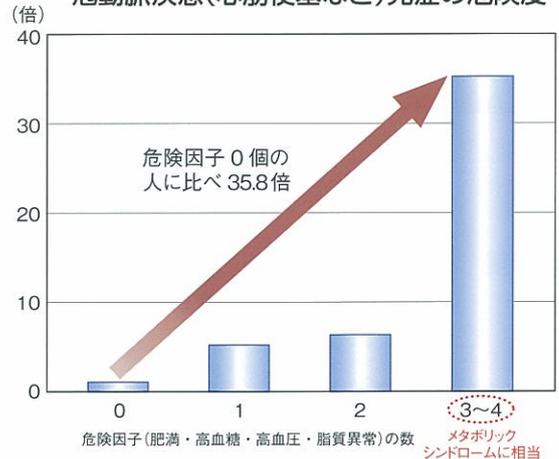
喫煙

■ メタボと喫煙の関係・・・動脈硬化の促進

メタボリックシンドロームとは、「内臓脂肪型肥満」を含む「高血糖」「高血圧」「脂質異常」といった危険因子を3つ以上有している状態をいいます。メタボリックシンドロームは、早期の場合、ほとんど自覚症状はありませんが、そのまま放置しておけば、動脈硬化を引き起こし、心筋梗塞や脳梗塞などの生命に関わる病気につながる危険性が高いことが知られています。(図1)

また、喫煙習慣がある方では、その危険性はさらに高まることが知られています。中でもタバコの煙に含まれる「ニコチン」「一酸化炭素」などの有害物質は、血圧の上昇、血液のドロドロ化が進み、動脈硬化を促すとされています。

冠動脈疾患(心筋梗塞など)発症の危険度



(図1) 労働省作業関連疾患総合対策研究班の調査より

■ 禁煙への第1歩を踏み出そう！

どんなに喫煙歴が長くても、高齢でも禁煙するのに遅すぎることはありません。タバコを止めると早ければ1ヵ月以内に咳や痰などの呼吸器症状が改善され、1年後には心筋梗塞や狭心症などのリスクが半減するという報告もあります。禁煙を成功させるには、本人の決意と周りのサポートが必要になってきますが、各地での禁煙外来の開設、ニコチンパッチやニコチンガム等の禁煙グッズ、禁煙支援サイトなど、以前よりは禁煙を取り巻く環境が整ってきています。

最後に禁煙のメリットをご紹介します。禁煙を決意するきっかけにしてみてくださいはいかがでしょうか。

味覚が鋭くなり、
食事がおいしく感じる



タバコを吸うための
ストレスから解放される



肌や歯ぐき、髪の毛などに
艶やハリが出る



タバコ代が浮くなどの経済効果が出る



家族から「臭い」と言われなくなり、
喜ばれる



「メタボ予防」は
食生活の改善から！

<脱メタボシリーズ>

いかがでしたか？

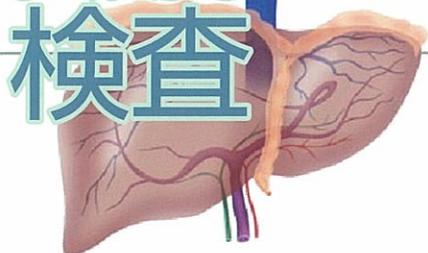
ちょっとした心がけでできる予防策は
意外とたくさんあります。

●運動 ●食事 ●禁煙…3つのキーワード:

毎日の生活習慣を見直し、できることから始めていきましょう！

よくわかるシリーズ② 検査

肝臓病と検査のお話



肝臓の主な病気

肝臓には大きく分けて3つの働きがあります。

- ①栄養の代謝と貯蔵 食べた物をエネルギーに変えて、利用したり蓄えたりする。
 - ②胆汁の生成と分泌 脂肪吸収を助ける胆汁をつくる。
 - ③解毒作用 身体にとって有害な物質を分解して無毒化する。
- 肝臓が悪くなると、これらの働きに障害が起こり、関連する血液成分が増減します。

1 肝 炎： ウィルスや薬剤・アルコールなどによって肝臓に炎症が起こった状態です。

- ①急性肝炎：炎症により急激に肝細胞が破壊された場合。
肝細胞内にあるAST、ALT、LDHなどの酵素が血液中に急増します。
- ②慢性肝炎：長い間(6ヶ月以上)肝臓内に炎症が続いた場合。
肝臓の働きが悪くなり、肝臓でつくられる蛋白やコレステロールが減少したり、解毒する力が低下し血液中のアンモニアやビリルビンが増加します。

こんな症状はありませんか？



症状を感じないことや、なんとなく疲れやすい、食欲がないなど軽い症状の場合もあります

2 肝硬変： 肝炎によって長い間肝細胞の破壊と再生が繰り返されると再生能力が落ち、肝臓の中に線維が増えて肝臓が硬くなった状態です。肝臓内部の血流も悪くなり、肝臓の働きが果たせなくなります。

この状態が長く続くと・・・



ゴツゴツした硬い肝臓に・・・

3 脂肪肝： 肝臓を構成している肝細胞に、脂肪がたまった状態です。

原因として、肥満・糖尿病・アルコールの飲み過ぎなどがあります。脂肪は食事の油からだけでなく、糖質やアルコールからも合成されて肝臓にたまります。

肝臓の働きをみる主な検査項目

検査項目	当院基準値	病気との関係
AST	男~35/ 女~30 IU/l	肝細胞の破壊によって増加 脂肪肝で軽度~中等度増加*
ALT	男~40/ 女~30 IU/l	
総たんぱく	6.7~8.8 g/dl	肝臓の合成力が低下すると減少 (延長)
プロトロンビン時間	11~14 秒	
総ビリルビン	~1.2 mg/dl	肝臓の解毒能力が低下すると増加
アンモニア	~65 μg/dl	
血小板	15~42 万/μl	肝硬変が進むと減少
ヒアルロン酸	~50 ng/ml	肝硬変が進むと増加
ALP	1~340 IU/l	胆道系の疾患で増加
γ-GTP	男~90/ 女~40 IU/l	アルコール性脂肪肝で特に増加
総コレステロール	150~219 mg/dl	脂肪肝で増加
中性脂肪	~150 mg/dl	

*: 過栄養による脂肪肝では、AST<ALT、アルコールによる脂肪肝ではAST>ALTの傾向があります。

生活改善アドバイス

- 適正カロリーを心がけ、肥満を防止する
- アルコールの飲み過ぎに注意する
- 適度な運動をする

疲れやすい、だるいなどの体からのサインを素早くキャッチし、早めに専門医を受診しましょう！

お問い合わせ・ご意見等ございましたら、下記までご連絡ください。



発行 松下記念病院 広報委員会 〒570-8540 大阪府守口市外島町5番55号 TEL:06-6992-1231 FAX:06-6992-5808
<http://www.mhio.panasonic.co.jp/kinen/kinen.htm>