

ら い ふ

松 下 記 念 病 院

vol. 11
2010
秋号



診療科
見学note

呼吸器科部

Closeup
お仕事

マンモグラフィ認定技師の紹介

特 集

セレクトメニュー

～入院中の食事メニューが増えました！～

- MATSUSHITA REPORT
退院前のご自宅訪問
- 医学カンタン講座
貧血のお話
- 体に優しい美味しい献立
かぼちゃのヘルシースープ

幅広い呼吸器疾患にチーム医療で対応します

スタッフ紹介



竹村 角谷 笠松 (美宏) 笠松 (悠)

部長 かさまつ よしひろ
笠松 美宏

日本内科学会専門医・指導医
日本呼吸器学会専門医・指導医
日本呼吸器内視鏡学会専門医・指導医

主任 かどや まさとし
角谷 昌俊

日本内科学会認定医

医師 かさまつ ゆう
笠松 悠

日本内科学会認定医
日本医師会認定産業医

非常勤 たけむら よしずみ
竹村 佳純

日本内科学会認定医
日本呼吸器学会専門医
日本呼吸器内視鏡学会専門医

診療方針

呼吸器科で扱う病気は肺炎や気管支喘息、いろいろな疾患に伴う急性の呼吸不全など急性期の疾患から慢性閉塞性肺疾患（肺気腫や慢性気管支炎）、肺癌などの慢性疾患のほか睡眠時無呼吸症候群やニコチン依存症（禁煙指導）など幅広い分野に渡ります。また原因不明の間質性肺炎など特殊な疾患もあります。さらに新型インフルエンザや中皮腫などの最近話題になっている疾患などもあります。これらに可能な限り最善の治療をチーム医療で迅速・安全に提供するのが私たちの役割です。

代表的な疾患と治療方針

■ 肺癌 —最新式の放射線治療から緩和ケアまで—

- 2008年の日本における肺癌による死亡者は男性48,610人、女性18,239人で全ての癌による死亡の19.5%を占め、**男性は癌による死亡原因の第1位、女性は第2位**になっています。肺癌は症状の乏しいまま進行することが多く、発見されたときには既に手術ができないことも多い疾患です。しかし最近では、肺癌に対する化学療法や放射線療法の発達が目覚しく、通院しながら治療できる場合も多くなっています。
- 当院では最新式の**放射線治療装置ノバリスTx**が導入され、これまでより安全で強力な放射線治療を行うことが可能になりました。また外来化学療法室が整備され、通院しながら抗がん剤の治療を行うこともできます。さらに肺癌に対する治療と同時に症状緩和のための治療も大切と考え、早期から緩和ケアを導入することにも積極的に取り組んでいます。

慢性閉塞性肺疾患 —増加している疾患—

- **慢性閉塞性肺疾患 (COPD)**には肺気腫や慢性気管支炎などが含まれます。どちらも喘息とは原因が異なり、気管支拡張剤を使ってもなかなか呼吸困難が良くならないために、このように呼ばれるようになりました。肺気腫と慢性気管支炎は、長期の喫煙や大気汚染と関係が深いと言われています。日本ではまだまだ喫煙率が高く、こういった患者様が見過ごされていることも多いと考えられます。
- 当科では、慢性的に咳、痰、息切れなどを訴えて受診された患者様には喘息のほかにこのCOPDなども考えて、呼吸訓練や在宅酸素療法の導入などを行うとともに喫煙者には禁煙指導を行います。

睡眠時無呼吸症候群 —隠れた病気—

- 睡眠中いびきをかき、呼吸が止まっていると指摘されたことがある方や、夜間寝苦しく熟睡感が無く、日中がまんできないほど眠気がある方は、**睡眠時無呼吸症候群**の疑いがあります。この病気では日中の眠気のために交通事故、労働災害、学業・作業能率の低下、抑うつ状態などが生じる可能性があります。また睡眠時無呼吸症候群は高血圧や不整脈、虚血性心疾患、突然死などとの関係があるといわれています。
- 当科では、外来で**パルスオキシメーター**（経皮的に血中酸素飽和度を測定する器械）をお渡しし、ご自宅で睡眠中に指に装着し血液への酸素供給が正常に行われているか測定します。後日結果を解析し、適応があれば入院のうえ**睡眠ポリグラフ検査 (PSG)**を受けていただきます。PSGによる検査で、睡眠時無呼吸症候群の診断がつけば、**鼻マスク持続気道陽圧呼吸法 (CPAP)**を中心に治療を行っています。



▲ パルスオキシメーター



◀ 鼻マスクの様子

主な入院診療実績 (2009年)

病名	患者数
肺癌	137人
肺炎	70人
気管支喘息	16人
間質性肺炎	31人
睡眠時無呼吸症候群	57人

主な検査実績 (2009年)

検査名	件数
気管支鏡検査	159件
外来化学療法	延べ345件

認定施設

- 日本呼吸器学会認定施設
- 日本呼吸器内視鏡学会認定施設
- 日本臨床腫瘍学会認定施設

検査機器



▲ 点検風景

Closeup お仕事

マンモグラフィ認定技師の紹介

放射線科は最新のフラットパネルマンモグラフィ撮影装置を導入し、女性技師3名を含む6名のマンモグラフィ認定技師が検査時間の短縮と被曝線量の低減に努めています。



木村
安達

大西
古野

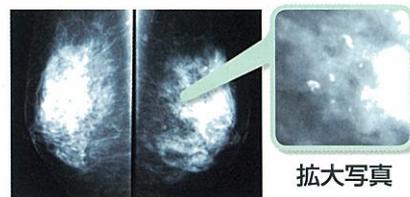
松元
魚津

マンモグラフィと乳がんについて

日本での乳がんは年々増え、30～64歳女性の死亡原因1位になっています。乳がんを早期に発見する方法として、マンモグラフィという乳房のX線（レントゲン）撮影が有効です。

マンモグラフィでは、乳房撮影専用X線装置を用いて、**早期乳がんの目安である微細な石灰化像**を映し出せるのが大きな特徴です。石灰化の形や分布、また腫瘍の大きさや形、辺縁や周囲の様子などから、病変を区別し判断していきます。

検査は乳房をはさみ、圧迫しながら撮影するため、多少の痛みを伴います。生理前の乳房の張った時期は避けるとよいでしょう。



(石灰化像)



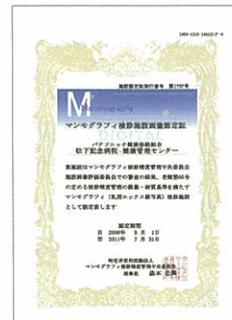
(マンモグラフィ装置)

* マンモグラフィにかかわる専門資格を取得

当院でマンモグラフィの撮影および読影にかかわるスタッフは、マンモグラフィ検診精度管理中央委員会の講習及び試験を受けて認定される「**読影専門医**」および「**撮影専門技師**」の資格を取得しています。

* マンモグラフィ検診施設画像評価認定を取得

精度基準を満たす高性能の装置を導入し、精度管理中央委員会によるマンモグラフィ検診施設画像評価試験において、最高位の**デジタルA評価認定**を取得しています。



(デジタルA評価認定)

ステレオガイド下マンモトーム生検

マンモグラフィで発見された小さな石灰化病変が良性か悪性かを鑑別する必要がある場合の検査方法として、ステレオガイド下マンモトーム生検が普及してきました。この検査はマンモグラフィのX線撮影装置を使って石灰化部分の正確な位置を確認し、乳房にわずかに約4ミリの切開を行い、生検針を挿入して、石灰化部分を含めて乳腺の一部の組織を吸い取ってくる検査法です。

切開部は縫合の必要はなく、生検後乳房の変形もなく、外来で40分程度で終了し入院の必要もありません。

検査中は、患者さまにリラックスして受けていただけるようにBGMを流し、専用ベッドでより楽な姿勢で検査を行います。



(マンモトーム生検の様子)

最後に

厚生労働省は、乳がん検診において40～49歳の方は2方向、50歳以上の方は1方向のマンモグラフィ撮影を推奨しています。乳がんの早期発見のため、マンモグラフィ検査を受けましょう。

～入院中の食事メニューが増えました！～

患者さまの声

レストランメニューや
〇〇定食が
食べたいなあ～



入院中の患者さまにとって食事は楽しみのひとつです。
選んでいただけるメニューを増やすことで
患者さまの声にお応えしました。

一般食（糖尿病食除く）に、セレクトメニュー6セットが増え、昼食は2種類（基本食・選択食）から選択、夕食は4種類（基本食・選択食・セレクトメニューの2セット）から選べるようになりました。しかも、1週間の内3日間だったのが、毎日選択可能になりました。

糖尿病食についても毎日、昼食・夕食は2種類（基本食・選択食）から選べます。

● セレクトメニュー

洋食・中華・麺メニュー等を提供いたします。
オムライス、チャーハンと餃子、うどん、カレーライスなど毎夕食に日替わりのセット食として加わります。



オムライスセット



餃子セット



あげうどんセット



冷やしうどんセット



カレーセット



天津飯セット

● 産婦人科食

ご出産をお祝いする「祝い膳」が新しくなりました。

スープ、サラダ、オードブル6種盛り合わせ、蟹グラタン、メインディッシュ、ご飯もの、デザートフルコースをお楽しみいただけます。和風コースと洋風コースをご用意しておりますので、好きな方をお選びください。



祝い膳・洋風コース



祝い膳・和風コース

※内容は一部変更となる場合がございます。

退院前のご自宅訪問

退院後も安心して自宅療養生活を送っていただける事を願い支援しています

- 療養生活は、入院生活よりもむしろ自宅で過ごされる時間のほうが長いものです。元気な時には問題とならなかった家の構造や援助方法など、退院後の生活に不安を覚えられる方も少なくありません。そのため、病状が安定されれば、癌の終末期の方も含め、退院後の生活について早期から患者さまやご家族の方と相談の上、安心して療養生活を送っていただけるように調整を行っています。
- 退院後の調整には、医師・看護師だけでなく、作業療法士・医療ソーシャルワーカーをはじめ地域医療機関の方々やケアマネジャー・訪問看護師の方とも連携をとります。当院では訪問看護を行っていませんが、自宅療養生活に向け、家屋の調整などを必要とする場合は、実際にご自宅を訪問させていただいたりしています。



退院に向けて
カンファレンス
しています。

実際にご自宅を訪問している様子



当院の作業療法士と看護師が訪問し、住宅改修について話し合っています。



患者さまとご家族の方からいろいろとお話をうかがっています。

看護部からのメッセージ

高齢者・慢性疾患を持ち自宅での生活に援助の必要な方はもちろん、癌の終末期の方にも、できるだけ患者さまやご家族の希望に沿うような調整を行い、「家に帰れてよかった」と喜んでいただけることを励みにがんばっています。



患者さまの声

皆さんのお力を借りて何とかやれています。家に帰れてよかった。



訪問看護師から頂いた手紙

退院されてからご家族とたくさんお話をされ、ほのぼのと温かいご家庭で最後を迎えることができました。



貧血のお話

貧血とは赤血球数や赤血球中のヘモグロビン(血色素)濃度が減少している状態をいいます。貧血になると、動悸や息切れ、頭痛、めまい、顔色不良、爪の異常(さじ状爪)などの症状が現れます。



脳貧血(起立性貧血)は貧血という言葉が入っていますが本来の貧血とはまったく異なり、長時間の起立などにより一時的に脳への血液供給が不足し、めまい、顔面蒼白、冷汗などが起きることをいいます。

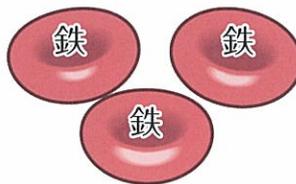
【当院の基準値】

基準参考値	単位	男性	女性
赤血球	$\times 10^4/\mu\text{l}$	400~550	370~520
ヘモグロビン(Hb)	g/dl	13.0~18.0	11.5~16.5
血清鉄(Fe)	$\mu\text{g}/\text{dl}$	90~150	80~120

注: 当院の基準値は多数の健常者を測定した結果から計算して得られた値です。範囲外であれば、即、病気ということではありません。また、世界保健機関(WHO)では貧血の基準を「ヘモグロビン濃度が男性13.0g/dl未満、女性12.0g/dl未満」としています。

赤血球とヘモグロビン

全身の組織は酸素を利用してエネルギーを作り出し、二酸化炭素を排出します。赤血球はこの大切な酸素を全身へ運び、老廃物の二酸化炭素を肺へ運ぶという重要な働きを担っています。赤血球の中にはヘモグロビンが詰まっています。ヘモグロビンは内部に**鉄原子**を持ち、酸素や二酸化炭素が出入りしやすい構造になっていて、赤血球内に取り込んだ酸素や二酸化炭素をつかまえて運びます。



貧血の分類

貧血は①出血による喪失、②赤血球の破壊亢進、③赤血球の産生不良に大別されます。②には自己抗体による**溶血性貧血**、③には赤血球の原料の鉄が不足する**鉄欠乏性貧血**、赤血球の産生過程に必要な葉酸やビタミンが不足する**巨赤芽球性貧血**、骨髄で血球を作れない**再生不良性貧血**などがあります。

多くみられる貧血『鉄欠乏性貧血』

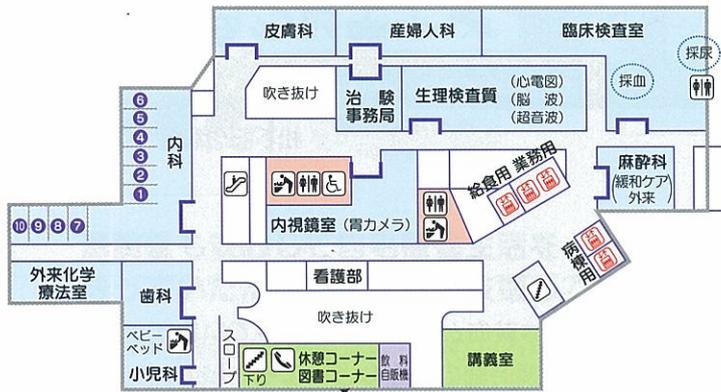
鉄が不足するとヘモグロビンは作れません。体内に蓄えておいた鉄も底をつくとも鉄欠乏性貧血になります。ヒトは1日1mgの鉄が必要ですが、腸管は食事からの鉄を10%しか吸収できないので、毎日10mgの鉄を摂取しなければなりません。鉄欠乏は食事からの鉄摂取不足、消化器疾患による鉄吸収不良、慢性出血、また妊娠時には胎児への血液需要の増加などでおこります。原因の改善と鉄補給が必要ですが、食事からの摂取だけでは足りず、鉄剤を服用するときは、必ず医師の指導を受けてください。



年に1度は健康診断を

ゆっくり進行する貧血は自覚症状を伴わないことがあります。また、貧血の陰に大きな病気が隠れている場合もあります。年に1度の健康診断と必要に応じて医師の診察を受けるようにしましょう。

2階

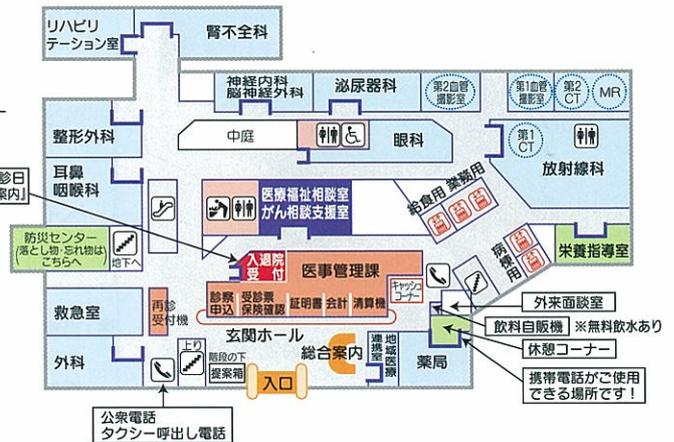


- 内科
- 小児科
- 産婦人科
- 皮膚科
- 麻酔科
- 歯科
- 生理検査室
- 臨床検査室
- 内視鏡室
- 外来化学療法室
- 治験事務局

トイレ
 エレベーター
 エスカレーター
 ベビーベッド
 電話
 食堂
 階段

1階

- 外科
- 脳神経外科
- 神経内科
- 整形外科
- 泌尿器科
- 眼科
- 耳鼻咽喉科
- 放射線科
- 腎不全科
- 総合案内
- リハビリテーション室
- 栄養指導室
- 入退院受付
- 薬局
- 医療福祉相談室
- がん相談支援室
- 地域医療連携室



体に優しい
美味しい献立



「かぼちゃのヘルシースープ」

かぼちゃの甘みを生かしたシンプルなスープです。豆乳を使ってエネルギーを控えめに仕上げています。



ひとりあたりのエネルギー量
114kcal [たんぱく質5.7g 脂質2.6g 炭水化物17.9g 塩分0.3g]

【材料・3人分】

- かぼちゃ…200g
- 玉ねぎ…100g
- 塩…0.5g
- 豆乳…200ml
- 水…100ml
- 塩・こしょう…少々
- ドライパセリ…適量

【作り方】

- ① かぼちゃは種と皮をとり、5mmの薄切りにして耐熱皿に並べて塩をふり、ラップをかけて電子レンジ(500W)で3分程加熱する。玉ねぎは皮をむき、粗いみじん切りにする。
- ② 鍋に豆乳と水、①を入れて火にかける。沸騰したら弱火にし、木杓子などでかぼちゃをつぶしながら混ぜ、10分程煮詰める。塩・こしょうで味をととのえる。
- ③ 粗熱がとれたら、②をミキサーにかける(ミキサーがなければ、裏ごしでもよい)。
- ④ ③を再び鍋に入れて温め、器に盛り付ける。
- ⑤ ドライパセリをトッピングする。



ビタミン豊富なかぼちゃは、免疫力強化や美肌に効果があります。今回のレシピで、ビタミンAを440μg(1日に必要な量の半分以上)摂ることができます。