



vol. **64**

Spring 2024

らいふ
Life



パナソニック健康保険組合

松下記念病院

Matsushita Memorial Hospital

発見・治療が難しい

膵がん



消化器外科 部長
石井 博道

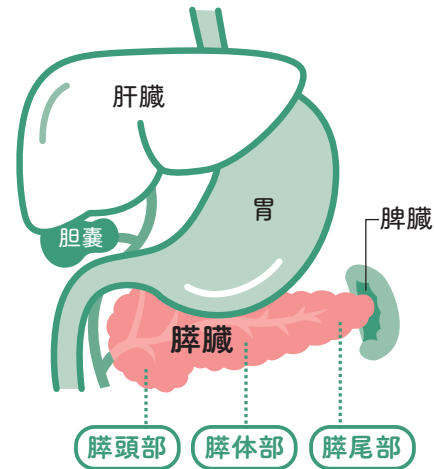
5大がんの中でも、とりわけ予後の悪い膵がんは、
早期発見が難しいがんとも言われています。

膵臓ってどんな臓器？

胃の裏側にあり、長さが約15～20cmの細長い臓器です。
体の右側から **膵頭部** **膵体部** **膵尾部** と分けられます。

膵臓の役割は主に2つ

- タンパク質や炭水化物、脂肪などを分解する消化液「**膵液**」を分泌
- 糖の調節に必要な「**インスリン**」等のホルモンを分泌し血糖値をコントロール



代表的ながんの種類は以下のように分類されます。

しんじゅんせいすいかん
浸潤性膵管がん

すいかんないゅうとうねんえきせいしゅう
膵管内乳頭粘液性腫瘍

ねんえきせいゆうほうしゅう
粘液性嚢胞腫瘍

しゅうえきせいしゅう
漿液性腫瘍

神経内分泌腫瘍

これらのうち、浸潤性膵管がんが最も多く、一般的に膵がんといえばこの**浸潤性膵管がん**を指します。

膵がんの危険因子

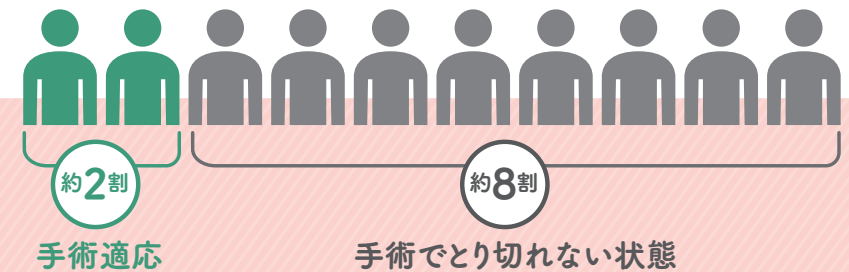
- ✓ 家族歴（膵がん家族歴、家族性膵がん、その他膵疾患）
- ✓ 遺伝性膵がん症候群（特定の原因遺伝子によって家系内で膵がんが多発する疾患）
- ✓ 慢性膵炎などの膵疾患
- ✓ 糖尿病
- ✓ 肥満
- ✓ 過度のアルコール摂取
- ✓ 喫煙

膵がんの症状

腹痛 **腹部膨満感** **黄疸** **体重減少** **背部痛** **糖尿病増悪** などがあります。
しかし、膵がんは特徴的な症状に乏しく、これらの症状は進行した状態での出現となり、一般的に症状は早期発見の指標となりにくいと言われています。

ほとんどの方は上記のような症状が出てから医療機関を受診されていますが、初診患者さんの**約2割**しか**手術適応**になりません。つまり**約8割**はすでに**遠隔転移**（肝臓、肺、腹膜播種、リンパ節、骨などへの転移）などで手術では取り切れない状態で見つかっています。

初診患者

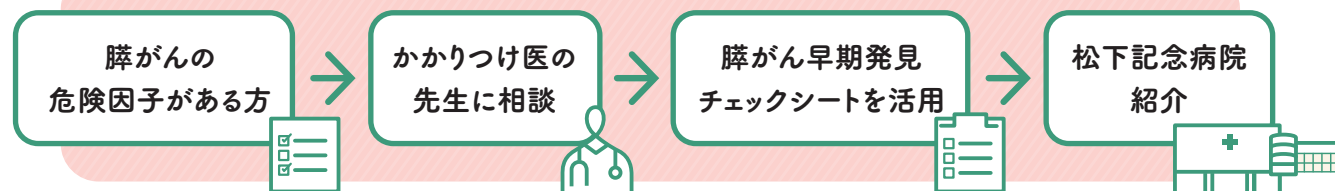


強い症状が出る前に、できる限り**手術ができる状態**で膵がんを発見することが重要となります。



膵がん早期診断プロジェクト

できる限り早期に膵がんを発見するため、当院では近隣医療機関の先生方と協力し**膵がん早期診断プロジェクト**を行っています。



紹介していただいたその日のうちに**血液検査（腫瘍マーカーを含む）、腹部超音波検査、MRI（MRCP）**を行います。異常があればさらに精密検査を進めます。

異常がなくても今後の定期検査の予定をくみます。

膵がんの**危険因子**を持っている方を定期的に検査することで、万が一膵がんができて**手遅れにならない状態で発見**できるように取り組んでいます。

ご自身でチェックしてみて、1つでもチェックがあれば、かかりつけの先生にご相談ください。

CHECK

膵がん早期発見チェックシート

- ☐ 症状がある
（腹痛、膨満感、食欲不振、背部痛、体重減少、黄疸）
- ☐ 新規発症の糖尿病がある
- ☐ 血糖コントロールの急激な悪化がある
- ☐ CA19-9が高値である
- ☐ アミラーゼが高値である
- ☐ 腹部エコー・CT・MRIで以下の所見がある
（☐ 膵嚢胞 ☐ 膵管拡張 ☐ 膵腫瘍）
- ☐ 家族に膵がんにかかった人がいる
- ☐ その他



膵がんの診断



超音波検査
（エコー）



CT検査



MRI検査



内視鏡超音波検査
（EUS）



細胞診や組織診

などがあります。

検査によって、**腫瘍の有無や大きさ、がんの進行度**を確認します。



膵がんの治療

主な治療法としては、



手術治療



薬物治療



放射線治療

があり、**がんの進行度**と患者さんの**全身状態**を考慮して、決定します。

当院には、これらの治療に精通した外科医、内科医、放射線科医などが在籍しており、安全で有効な治療ができるように取り組んでいます。





とっさの時の心肺蘇生

大切な家族や友人、同僚が心停止になったとき、
自分に何ができるのか考えたことがありますか？



救急看護認定看護師
國原 宏文

心臓突然死は 交通事故死の30倍以上

心臓が原因で突然心停止となる人は、1年間で約8.2万人。一日に約200人、7分に1人が心臓突然死で亡くなっています。

心臓突然死の原因の多くは 「心室細動」という重篤な不整脈

心室細動になると心臓は血液を送り出せなくなり、数分で脳をはじめとした全身の細胞が死んでしまいます。救命には迅速な心肺蘇生と電気ショックが必要です。

突然の心停止を救うことができるのは、 その場に居合わせた「あなた」だけ

電気ショックが1分遅れるごとに救命率は10%ずつ低下します。119番通報をしてから救急車が到着するまでの平均時間は約9分。救急隊や医師を待っているだけでは命を救うことはできません。

AED を用いた救命処置の流れ

STEP 1

119番通報と AED要請

倒れるのを目撃したり、
倒れている人を発見したら、
反応を確認し、119番通報と
AEDを要請します。

STEP 2

胸骨圧迫 (心臓マッサージ)

呼吸がない場合は心停止です。
胸骨圧迫をすぐに開始します。判断に迷った
ときも、胸骨圧迫を実施しましょう。

STEP 3

AEDの使用

AEDが到着したらまず電源を入れます。
あとはAEDの指示に従い、安全を確認して
電気ショックボタンを押します。

STEP 2

胸骨圧迫の方法



胸骨圧迫は、止まった心臓の代わりに脳と心臓に血液を送る唯一の方法です。
ポイントは「強く、速く、絶え間なく」押すことです。

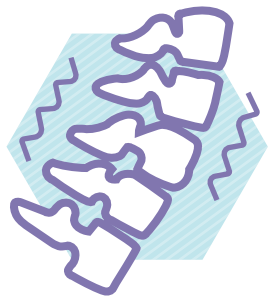
STEP 3

AEDの使い方

AEDは音声指示や絵によって命を救う手助けをしてくれます。



心停止の多くは心室細動、いわゆる心臓のけいれんが原因です。そのけいれんを止めてくれる医療機器がAEDです。**電源を入れればあとはAEDが音声指示を出すので、それに従えば誰でも使えます。**
指示に従ってパッドを絵の通りに素肌に貼ると、AEDは電気ショックが必要な状態かどうかを判断します。その後、指示があれば周囲の安全を確認してショックボタンを押して下さい。※AEDは、必要のない場合には電気ショックを行わないようになっています。



子どもの “せぼね”大丈夫？



脊椎外科部長
日本脊椎脊髄病学会
脊椎脊髄外科専門医・指導医
高取 良太

お子さんやお孫さんと一緒にお風呂やプールに入っていて、

後ろ姿に違和感を覚えたことはありませんか？

または、スカートやズボンの丈が左右で違っているなど**日常生活の中で発見される違和感**からお子さんの脊椎疾患が見つかるケースも多いです。

もちろん、**痛みがある場合も、早めに整形外科への受診**をおすすめします。

子どもの脊椎疾患で多いのは…



せき つい ぶん り しょう 脊椎分離症

スポーツを活発におこなっている、**10歳代前半の成長期に生じる腰痛の原因として多く、**腰椎の疲労骨折が有力とされています。



お家でできる チェックポイント

- ☐ 運動時に腰が痛い
- ☐ 腰を反らすと痛い



お家でできる チェックポイント

- ☐ 首が傾いて動かせない
- ☐ 無理に動かすと非常に痛い



かん じく つい かい せん い こ てい 環軸椎回旋位固定

就学期前後で発症することが多く、頸椎の一番頭側にある環軸関節での亜脱臼によって生じます。転倒などの外傷に限らず、**軽微な外力で起こることや発熱の後に起こる**場合があります。



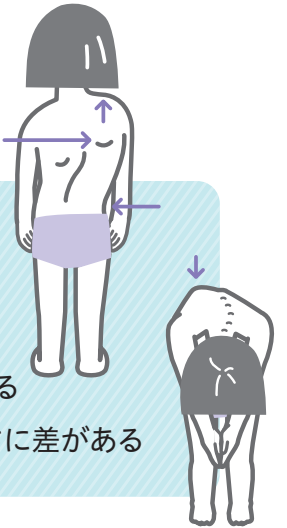
し しゅん き とく はつ せい そく わん しょう 思春期特発性側弯症

小学校高学年から中学生にかけて**発症する原因不明の脊椎疾患**です。早期には自覚症状はほとんどなく、大きく変形するまで**本人やご家族が外見上の異常に気付かない場合が多い**です。そのため、学校検診項目の一つにされています。



お家でできる チェックポイント

- ☐ 肩の高さに左右差がある
- ☐ 片側の肩甲骨が突出している
- ☐ ウエストラインが非対称である
- ☐ 前屈した際に背中や腰の高さに差がある



5/25(土)
10:00
～16:00



松下記念病院 **わくわくフェスタ**で
『こども側弯症検診』を実施します。

着衣のままで体表面3D写真を1枚撮影して評価します。LINEでわくわくフェスタに事前登録いただき、検診に参加してください。

LINE



脊椎外科外来

お悩みの方は、ぜひかかりつけの先生にご相談いただき、患者支援連携センターをご利用の上、**当院整形外科 脊椎外科外来**にお越しください。

毎週水曜日（9:00～12:00）

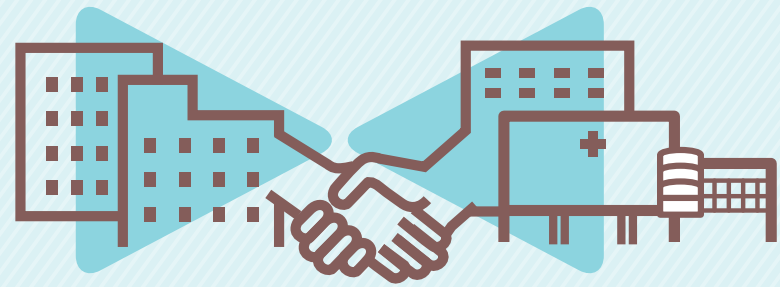
※かかりつけ医からの予約が必要です



脊椎疾患についてもっと詳しく知りたい方は当院ホームページをご覧ください。



企業コラボ企画



色々な企業とコラボして地域の皆さんに役立つ楽しい企画を開催しています。



子ども紫外線セミナー「色であそぶ」 紫外線ビーズでミサンガ作り

2023年のわくわくフェスタで実施しました。
紫外線が肌に及ぼす影響を知り、日焼け止めの正しい塗り方など紫外線から適切に肌を守る方法を親子で学びました。
また、紫外線に反応して色が変わるビーズを使ったミサンガも作りました。少しの紫外線でもビーズが反応し、目に見えない紫外線を感じることができました。



キレイ！

松下記念病院

資生堂ジャパン(株)



松下記念病院
パナソニック
ホールディングス(株)

みんなでAKARIアクション

パナソニックが取り組む、無電化地域の未来を照らすプロジェクトの一環です。使い終えた本、CD・DVDなどをリサイクルして、その寄付をソーラーランタンに換え、電気のない暮らしをしている地域の方々に届ける応援プログラムです。
皆さんから寄付してもらった本などが、どのように“あかり”として届けられるのか、またその“あかり”がもたらした変化も教えてもらいました。

※AKARIアクションの寄付は、現在、
市民公開講座時のみ受け付けています。



Googleレンズで
花の名前を調べてみよう！



スマホ初心者講座

よく耳にはするけど、難しい専門用語をわかりやすく説明してもらい、Wi-Fiの設定方法などを教えてもらうスマホ教室を実施しました。
「そう言うことだったのか！」と参加された皆さん、目からうろこの様子でした。



ソフトバンク(株)
松下記念病院



がん患者さんの 就労支援について



認定がん専門相談員
小林 佳央里

がん相談支援室では、両立支援コーディネーターの基礎研修を受けた担当者等が、患者さんの「治療をしながら働きたい」、「経済面で不安がある」等の思いを伺い、就労支援を行っています。

例えば…

病気(がん)になったことを、
会社、同僚にどう伝えればよいか

治療をしながら働くことに、
会社の理解がえられるのかな



治療の副作用で今まで通りの
働き方ができそうにない

仕事はやめたくないけれど、今の体力
では仕事に自信がもてない。迷惑を
かけてしまうのではないかと心配

がんと診断された時や、がんの治療している時、人は体調の変化に応じて気持ちや悩みも変化します。



がん相談支援室

一人で抱え込まず、気がかりなことがあれば、

がん相談支援室(電話:06-6992-1231代表)に

お気軽にご相談下さい。

必要に応じて、社会保険労務士、産業医等へ連携を図ります。



市民公開講座

2024年(4月～6月)開催案内

日	時間	テーマ	担当	内容	場所
4/20 (土)	14:00～	頭痛	脳神経内科医師	人生を変える頭痛のはなし2024	松下記念病院 講義室
			薬剤師	あなたの頭痛にあう薬	
			理学療法士	実践 やってみよう! 頭痛解消エクササイズ	
5/20 (月)	14:00～	熱中症	救急科医師	外に何分いたら熱中症になるか知ってる?	松下記念病院 講義室
			(地独)大阪府立環境農林水産総合研究所 おおさか気候変動適応センター	気候変動とその影響について(仮)	
			救急看護認定看護師	気温が高くなくても熱中症!? ～日頃からできることと、 いざという時の対処法～	
5/29 (水)	14:00～	食中毒	消化器内科医師	食中毒ってこんな症状	松下記念病院 講義室
			感染管理認定看護師	食中毒予防のポイント	
			管理栄養士	「腸活」で腸を健やかに	
6/4 (火)	14:00～	逆流性食道炎 せき	消化器内科医師	逆流性食道炎の話	松下記念病院 講義室
			呼吸器内科医師	せきの話	
6/10 (月)	14:00～	肝臓がん	肝臓内科医師 医療職多数	肝臓がんについて	松下記念病院 講義室
6/27 (木)	14:00～	脊椎疾患	脊椎外科医師	意外と知らない腰痛のハナシ	松下記念病院 講義室
			臨床検査技師	脊髄の検査について～モニタリング 検査で安心安全な手術を～	
			薬剤師	手術の痛みは怖くない! ～「術後疼痛管理チーム」 ただいま活動中!!～	

※受付開始は各時間の30分前です

参加費 無料

病気や気になる症状についてわかりやすく説明しますので、お気軽にご参加ください。

参加ご希望の方はLINEで登録、または**松下記念病院(06-6992-1231:代表)**までお電話ください。

LINEからも予約できます



「ドック健診センター」



2024年4月より「予防医療センター」

皆さまの健康寿命の延伸に貢献していくため、
予防医療に力をいれていきたいという思いで名称変更します



予防医療センター センター長
池原 瑞樹

予防医療センターの運営方針

MISSION

一人ひとりの人生に寄り添い、健康と幸福に貢献し続ける

最高の体験価値を提供し続けます

一人ひとりの人生に寄り添うために、その時のニーズを捉え、年1回の健康診断を中心に、年間通じて継続したフォローアップを行い、「最高の体験価値」を提供し続けます。

VISION

健康づくりのきっかけを創り、健康寿命の延伸に貢献し続けます

生活習慣の改善につながる支援、重大な疾患を早期発見して早期治療につなげるために、エビデンスに基づいた質の高い健診サービスを提供し続けます。

健全な事業運営で、社会の変化に対応し続けます

社会や時代が変化し、健診事業に求められるニーズも大きく変化していく中で、効率的で健全な経営を行い、健診サービスを永続的に提供し続けます。

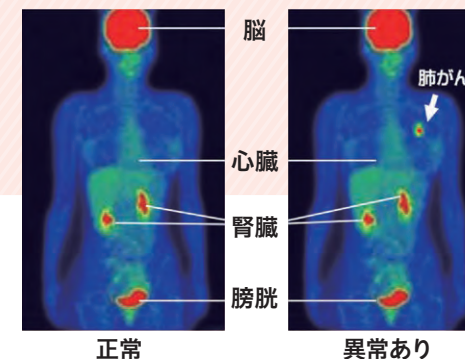


がんを調べるPET検査

がんの有無や広がり調べたり、脳や心臓の活動や病気を調べるなど、様々な目的で行われます。
静脈から体内に放射能を出す薬を注射し、特殊なカメラで体の中を撮影します。

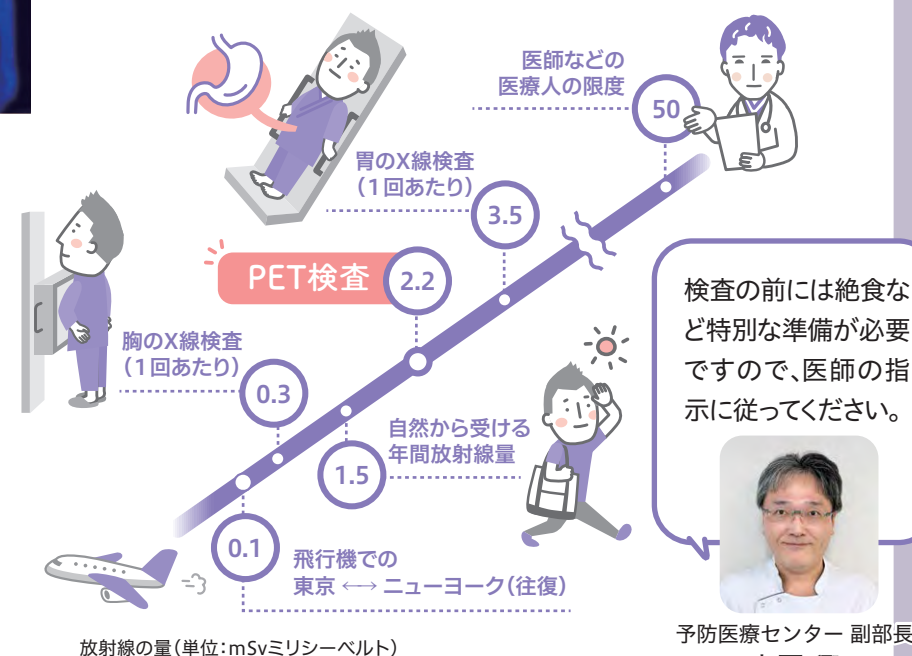
例えば

がん細胞は通常の細胞よりも活動が激しいので、この薬はがん細胞が多く集まっている場所に集まります。そのためPET検査ではがん細胞が集まっている場所を見つけることができます。



PET検査は、一度にほぼ全身の撮影ができるという特徴があります。またPET検査は、CT検査やMRI検査と組み合わせて行うこともあります。

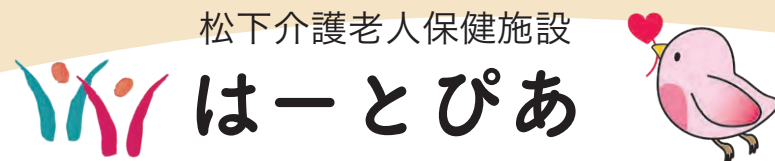
PET検査による被ばくが心配されることがありますが、通常の成人の健康に影響することが確認されている放射線の1回量に対して、PET検査で用いる放射性物質から出る放射線量はその数分の1以下です。ただし、赤ちゃんは放射線の感受性が強いので、妊娠中や授乳中の人は受けられません。



検査の前には絶食など特別な準備が必要です。医師の指示に従ってください。



予防医療センター 副部長
山平 興



松下介護老人保健施設

はーとぴあで活躍中の「ボランティア」さん ご紹介!! 第2弾

はーとぴあでは、地域に開かれた施設を目指し、
地域の方とのつながりを大切にしています。
その取り組みの中で、地域の方にボランティアとして、
様々な活動に参加いただいています。



「ハンドマッサージ」

月2回（火曜日と土曜日）に開催

本格的なマッサージを施術いただいている杉本さんと浮田さんです。ご利用者から「いい匂いがする」「気持ちいい」と好評でみなさん癒されています。

私たちは高校の同級生です。両親が入所していたこともあり、何か恩返しができればと思ったのがきっかけです。「ソーシャルアロマセラピスト」の資格を持っているので来ることになりました。
優しい香りの100%天然オイルを使用しています。ゆったり深呼吸しながらソフトなタッチングでオキシトシン効果をお届けしています。
ボランティアを通じてご利用者に喜んでいただけることが嬉しさとともにやりがいになっています。



「メイクボランティア」

月2～3回開催

乳がん患者さんのメイク講座の経験もある、公文^{くもん}さん。通所リハビリからの帰り際に、「見て～!! 化粧してもらってん!」とご利用者に喜んでもらっています。

顔と心はつながっているという考えのもと、自分自身の顔のコンプレックスがメイクによって改善された経験があり、メイクで気持ちが和らいだり前向きになっていただけたらと思っています。
引きこもりがちだったご利用者が、メイクをすることで自らが家族のもとへ外出できるようになったというエピソードを聞き、私もやりがいを感じています。



「喫茶コーナー」

第2・4月曜日に開催

前回は喫茶コーナーをご紹介しましたが、曜日を変えて来てくださっている清水さん、鳥飼さん、武田さんです。喫茶コーナーには、コーヒーのいい香りが漂っており、まるで喫茶店の雰囲気です。



母が通所リハビリを利用していたこともあり「喫茶ボランティア」の張り紙を見て、従姉とお友達を誘いました。自宅で両親を介護しているので、ボランティア活動は唯一自宅から出れる(介護から離れることができる)時間でもあり、気晴らしになっています。ご利用者に喫茶店の雰囲気を楽しんでもらえればと思っています。

習字やピアノが弾けるボランティアを募集中です。ボランティア活動に興味がある方は、ぜひご連絡ください。



ボランティア担当 泉 または 居村

連絡先

06-6992-8131

松下看護専門学校



看護師を目指す学生たちの学び



実習の学び発表会

松下看護専門学校では3年間の臨地実習終了後に、3学年合同で「実習の学び発表会」を行っています。学生が司会・進行を行い、実習での学びや実施した看護について発表します。

例えば…

余命宣告をうけられた在宅療養中の方を受け持った学生

『残された時間を自分らしく過ごしてほしいと願い、**自分ができることがあるのかと自問自答**しながら、患者さんが好きな自然をベッドの中でも感じられるよう花や風景を撮影した動画を作成し、笑顔を引き出すことができた』と発表してくれました。



3年生の発表を聞き、下級生も看護とは何かを考える1日となりました。

松下看護専門学校
Instagram
始めました!

学生のリアルなキャンパスライフをお伝えできるようにInstagramを開設しました。学生による発表会や、オープンキャンパス、運動会などの行事を中心にUPLしています。チェックしてみてください。



OPEN
CAMPUS
2024



オープンキャンパス 2024

松看のオープンキャンパスは学生がメインとなり運営しています。学生と直接交流し、学生生活をいろいろ体験できます。

2024年度の日程

オープンキャンパス

5月18日(土)

7月27日(土)

8月24日(土)

9月14日(土)



放課後 オープンキャンパス

6月14日(金)

7月12日(金)

詳細、お申し込みは
ホームページから



松下看護専門学校

わくわくフェスタ開催

5/25(土)

10:00
~16:00



来て! 見て! 体験! 松下記念病院

わくわくフェスタ 2024

開催します



日頃見ることのできない医療の現場を見学、体験してみませんか?

昨年4年ぶりに開催し、大盛況となった『わくフェス』を今年も開催します。わくわくするプログラムをたくさん企画しています。ご期待ください。



腹腔鏡手術の体験

開催方法や、プログラム情報など詳細は随時アップデートしていきます。ホームページでご確認ください。



LINEでの事前登録
お願いします!





カフェ ラドゥーノ

2023年12月、松下記念病院近くに、朝からカフェタイムまで幅広く活用できるカフェがオープン。イチオシの「ラドゥーノランチ」(限定10食/1,000円・コーヒーor紅茶付)は、日替わりメインを中心に、和洋折衷でさまざまな料理をバランスよく楽しめると好評です。そのほか、7種類のモーニングメニュー、カフェタイムやテイクアウトでも楽しめるふわふわもちもちの米粉シフォンケーキも人気です。



おしゃれなドアと窓が目印の外観

パナソニック
健康保険組合スタッフ
からのオススメ!

ラドゥーノは健康志向で、心地よい雰囲気のお店です。モーニングメニューも充実し、量・質ともに満足いただけると思います。

私も利用していますが、とっても美味しいですよ!



パナソニック健康保険組合
常務理事 鎌田 文裕

病院正面玄関出て右へ200m



守口市日光町5-1 サンアベニュー井門1F/
TEL:090-6054-6363/
8:00~17:00/日・祝休
<https://www.instagram.com/raduno.cafe/>

松下記念病院
大阪府守口市外島町5-55
TEL:06-6992-1231(代表)



松下介護老人保健施設
はーとぴあ
大阪府守口市外島町5-55
TEL:06-6992-8131



松下看護専門学校
大阪府守口市早苗町7-10
TEL:06-6991-0331



SIAA
ISO 22196
抗菌加工

無機抗菌剤・印刷
印刷面
JP0122427A0001U
SIAAマークはISO22196法により評価された結果に基づき、抗菌製品技術協議会ガイドラインで品質管理・情報公開された製品に表示されています。