



みな みな ぬっと

発行:社会医療法人 将道会 総合南東北病院



総合南東北病院
消化器外科科長 三井一浩

大腸がんの話

大腸は“うんち”を作る消化管最終消化工場で約2mの腸です。結腸・直腸・肛門で構成されます。結腸は盲腸——上行結腸——横行結腸——下行結腸——S状結腸と部位により名称を変え、体の右から左に便を運び直腸——肛門に達します。

さて、この大腸に発生する癌が大腸がんです。日本人はS状結腸と直腸にがんができるやすいと言われています。近年、大腸がんの罹患率は上昇傾向にあります。食物の欧米化などが原因とされ、2011年のがん罹患率をみると大腸がんは男性4位、女性2位であり、2015年のがん統計予測では、大腸がんの年間罹患数は13.5万人(第1位)になると言われています。

大腸がんにはポリープや腺腫といった良性腫瘍ががん化する場合と大腸粘膜から直接発生する場合があります。がんは確実に成長し、進行して大きな腫瘍となり、さらにリンパ節や肝臓・肺などの別の臓器に転移していきます。

大腸がんの発見には健診等による便潜血検査が有用で早期に発見できれば内視鏡治療だけでも完全に治す(根治)ことも可能です。大腸がんによる症状としては、血便や下血、排便異常、便が細くなった、お腹が張る、貧血や体重減少などがあります。血便を“痔かな？”と片付けてしまうのは危険なことがあります。気になることが

あれば、当院の消化器科か外科を受診して下さい。

大腸がんの治療の原則は完全切除です。大腸がんは根治が可能ながんでもあります。当院では、大腸がんの大半の患者さんは腹腔鏡手術で根治切除をしています。お腹に4-5カ所の5~12mm程度の穴をあけて手術を行っています。腹腔鏡手術は術後の回復が早く、お腹にも体にも優しい治療法です。現在腹腔鏡手術は大腸がんの標準的治療の一つとなっています。

進行がんの場合、根治切除ができても運悪く、再発することがあります。しかし、10年前から進行・再発大腸がんに対して非常に制がん効果の高い抗がん剤が作られました。これにより大腸がんの生存率は飛躍的に向上し、予後が改善されました。最近は抗がん剤に分子標的治療※薬を組み併せて、さらなる予後改善が得られています。

“がん”は治す時代から“治る”時代になってきました。まずは皆さん、健診を受けましょう。何か心配なことがあれば、いつでも我々のところに来て下さい。遠慮はいりません。健康で長生きをするために。

※分子標的治療：癌に関与する遺伝子や遺伝子産物を標的とした新しい薬剤による治療法。



第35回健康医学セミナー —神経変性疾患について—

第35回健康医学セミナーが8月1日(土)午後2時から、当院2階講堂で開かれました。今回は加藤 昌昭神経内科医長が「神経変性疾患について」と題して講演し、71名の方が参加しました。

加藤先生はアルツハイマー病、パーキンソン病、A L S、多系統萎縮症などの神経変性疾患について、病気の原因や病態についての様々な知見を交えながら解説しました。また、「神経内科って何する科?」と題して、神経内科が扱う疾患・症状や、名前が類似する診療科(神経科・心療内科など)との違いについてもわかりやすく説明しました。参加者の皆さんには、資料にメモを取りながら熱心に話を聞いていました。セミナー終了後は多くの質問や相談が寄せられ、加藤先生は丁寧に回答していました。

終了後のアンケートでは、多くの方が「また参加したい」「参考になった」と回答し、今回のセミナーに満足して頂けたようでした。「健康医学セミナー」は今後も開催する予定ですので、たくさんの方の参加をお待ちしております。(※ホームページや病院内掲示等で随時お知らせ致します。)



日本DMAT隊員誕生!

日本DMAT^{*}隊員養成研修が平成27年8月3日～8月5日の3日間、東京都立川市の独立行政法人国立病院機構 災害医療センターで開かれ、当院チームは全課程を修了しました。

当院チームは、平野 孝幸 脳神経外科科長・鎌田 貴幸(救急看護認定看護師)・渡部 光弘(看護師)・小林 正人(薬剤師)・古山 優(事務職員)の5人。

5人は宮城県災害医療技能研修を修了し、地域での活動のため準備・訓練をしてきましたが、今回の日本DMAT隊員養成研修でヘリコプターや自衛隊機での傷病者・資器材等の搬送・輸送方法等を習得し、日本全国での災害現場で活動できるようになりました。

現在日本では、東京首都直下大地震・南海トラフ大地震が近年中に発生すると懸念されています。また、近隣での局所災害もいつ発生するか予測することは困難であるため、今回の研修で習得した内容を迅速かつ適切に実行できるよう、日々の準備・訓練を行い、万が一の災害に備えます。



***DMAT:** 医師、看護師、業務調整員(薬剤師、事務職員等)の4～5名で構成される災害派遣医療チーム。災害発生後48時間以内に活動できるよう専門の訓練を受け、地域の救急医療体制だけでは対応できないほどの大規模災害や事故などの現場に急行し医療的支援を行う。



7月の救急車搬入件数

岩沼	72 (75) 台	仙南	20 (11) 台
名取	66 (69) 台	その他	3 (6) 台
亘理	72 (50) 台	合計	233 (211) 台

※()内は平成26年7月の件数

フォローアップ研修会が開かれました

当院教育研修委員会主催 フォローアップ研修会が8月20日(木)午後1時30分より2階講堂で行われました。2年目職員(平成26年度新入職員)23名の参加があり、対話型・体験型の研修を受けました。

この研修会は、新卒入社2年目職員を対象としたもので、医療人福祉人としての基本姿勢や仕事の意味の再確認、仕事に対する不安・悩みの解消と自信の強化、同期とのつながりの再認識等を目的としています。

研修会では、同期に知らせたい近況報告を交えた1人1分間自己紹介、コミュニケーションゲーム「カップビルディング」、そして「1年間を振り返っての感想」「チーム医療・チーム連携について」等のグループディスカッションを行いました。

カップビルディングとは、目隠し状態の職員に指示を出し、時間内に多く・高く紙コップを積み上げるというゲームで、チーム対抗で競い合いました。職員は、指示出し・指示受けの難しさを痛感し、ゲームでの反省を普段の仕事に置き換えて考え、日頃の患者さんとの接し方や職員とのコミュニケーションの取り方を振り返りました。

終了後のアンケートでは、「自分目線ではなく、相手の立場に立ち分かりやすく伝えたい」「他職種と話し合いができる、これからはもっと視野を広げて病院全体のことや患者さんとの繋がりを考えていきたい」「同期との繋がりを大切にしていきたい」と回答がありました。参加職員は今後の仕事に活かせる気づきや学びを得られたようです。



病院探検ツアー～健診センター・PETセンター～

7月23日(木)、ミニ健康講話「病院探検ツアー」が行われ、小学校3年生から6年生の合計7名の参加がありました。

今回は、「病院探検ツアー～病院のお仕事パート6～」と題して、健診センターとPETセンターを探検しました。まず健診センターで自分の身長、体重等を計測しました。水野 紀子看護師長の説明で、計測した結果と「横断的標準成長曲線」という表を照らし合わせ、自身の肥満度をチェックしました。お子さんたちは肥満ではないとわかると安心していましたが、水野看護師長から「宮城県の子どもが最も肥満率が高い」と聞き一様に驚いていました。また、健康に関する簡単なクイズを行い、皆さん真剣に考えていました。中でも「1日に摂取したい野菜の量は350gである」と聞いて、350gもどうしたら食べられるか考えているお子さんもいました。



大きくなったかな?
身長・体重測定



健康クイズ 真剣に考え中



全員集合!記念にパチリ

次に健診事業部 大畠 健臨床検査技師が実際にPET検査で行われる超音波検査装置を使い、豆腐、トマト、生卵で簡単な実験を行いました。生卵を箱に入れ超音波をあてると黄身の中の胚まで映り、大畠臨床検査技師から「この胚がひよこになります」と聞くと皆、興味深く画面に見入っていました。

参加した皆さんには普段見ることない健診センター、PETセンターを見学することで、健康を維持する大切さについて学ぶことができたようです。



〈超音波検査装置〉
このように映ります



興味津々でお話を聞く皆さん

アレルギーについて② ～新しいスギ花粉の治療薬～

薬局 薬剤師 早坂和也

スギ花粉の治療法として減感作療法があります。今回は、この治療法と新しい治療薬について紹介したいと思います。

●減感作療法（アレルゲン免疫療法）について

減感作療法とは、アレルギー疾患の原因となるアレルゲンを、低濃度・少量から投与し、徐々に增量・高濃度へ移行させ、アレルゲンに対する過敏性を減少させる治療法です。

特徴

- ・アレルギー症状を軽減したり、長期にわたり症状をおさえる可能性のある治療法
- ・治療前に、症状がスギ花粉症である確定診断が必要
- ・治療は長期間（3~5年）かかる

●最新の治療薬シダトレント[®]について

従来のスギ花粉の治療は、皮下注射による減感作療法でした。シダトレント[®]は国内で初めて承認された、舌下に投与する減感作療法薬であり、注射による痛みもなく自宅で治療できるのが特徴です（舌下減感作療法）。舌下減感作療法は、患者さんが自宅で毎日服薬を続ける治療です。

治療開始時期はスギ花粉の飛散していない時期となります。飛散している時期は治療開始出来ない為、注意が必要です。

※すべての患者さんに効果が期待できるわけではありません。効果には個人差があります。



PET 検査ってなあに？

看護部 看護師 小丸康子

PET とは Positron Emission Tomography の略で「ペット」と発音します。

Positron は「陽電子」、Emission は「放射、又は放射物」、Tomography は「断層撮影」を意味します。

この検査は、ポジトロン（陽電子）という放射線を出す物質を含んだくすりを注射し、そこから出る放射線を PET 装置で画像化して病気を診断する検査法です。PET はがんの早期発見に大変役立ちます。PET で見つかるがんもあれば、見つけにくいがんもあります。PET 検査は全身の広い範囲を 1 回の楽な検査で、しかも多くの種類のがんを検査できることが最大の特徴です。特定の種類のがんを早期発見するのであれば、超音波検査や X 線 CT、内視鏡などの検査法の方が優れている場合があるので、PET 検査とその他の検査法を組み合わせることが重要です。日本人の三人に一人はがんになっています。よりよい検査を受け早期発見に努めましょう。詳しくは院内にあります、「PET 検査 Q&A」のパンフレットをご参照ください。



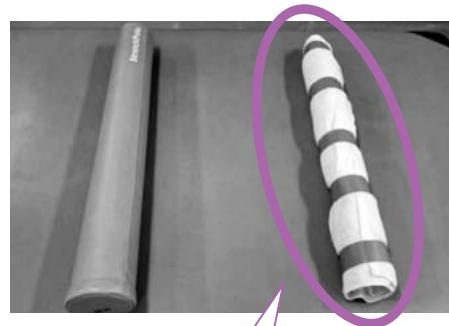
ワンポイント リハビリ



体幹のストレッチ part2

リハビリテーション科 作業療法士 赤石美郷

腰痛や肩こりは背中にある筋が硬くなっているものですが、筋が硬くなる原因の1つとして加齢に伴う姿勢の変化（背中が丸くなる等）が挙げられます。ストレッチポール（LPN社）を使った姿勢改善の方法がありますが、これは背中の筋だけでなく、姿勢に影響を与える胸・肩関節周囲の柔軟性改善にも効果的と言われています。今回は自宅で行えるストレッチ方法をお伝えしたいと思います。



左側がストレッチポール、右側が厚手のバスタオルやタオルケットを巻き、ガムテープで巻いた代用品です。

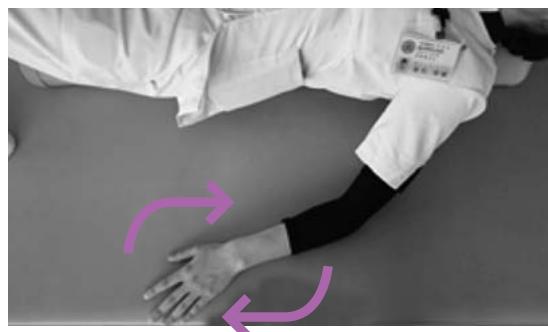
ストレッチポールの上に寝る

背中を沿わせるようにしてゆっくり仰向けに寝ます。
頭～お尻を乗せ、両手は少し広げて床につき、膝は立てます。
まずは3～4回ゆっくり深呼吸をしましょう。



▼腕を動かすことで、胸・肩のストレッチに繋がります。

床みがき運動



両ひじと手首を床につけたまま小さく円を描くようにクルクルと回します。

回数：10回程

“Z”を作る



両ひじをつけたまま、写真のように手で“Z”の形を作ります。この時、わきの下は軽く開けるようにし、出来る限り胸を張るようにしましょう。この姿勢を10秒間保持したら腕を逆向きにします。

注意点

息苦しさや痛みがある場合は無理をしないようにしましょう。

南東北夏まつりが開催されました

第9回 南東北夏まつりが、7月25日(土)午前10時30分から総合南東北病院北側駐車場で開催されました。連日降り続いていた雨が止み、快晴に恵まれて延べ1,400人の来場者で賑わいました。

開会セレモニーでは、松島忠夫 院長の挨拶に続いて、菊地啓夫 岩沼市長、吉崎純一 里の杜2丁目町内会長が挨拶しました。その後、岩沼さくら幼稚園

園児の皆さんによるよさこい演舞、ベガルタチアリーダーズの演技、仮面ライダーウィザードの握手・撮影会、民謡歌手 佐藤登喜雄さんの歌謡ショー等、次々と催し物が行われました。みちのく仙台ORI☆姫隊＆ゆるキャラのライブイベント・じゃんけん大会は子供から大人まで大勢が集い、参加者全員に景品がプレゼントされました。また、松島院長写真展や看護救護コーナー、職員による屋台等では、地域の方々と職員が和やかな雰囲気で交流し、笑顔が見られました。

毎年盛り上がるよさこい競演では、今年も各チームから個性豊かな演舞が披露され、当院の職員で結成したよさこいチーム「team 踊踊」も若さ溢れる力強い踊りで会場を盛り上げました。「team 踊踊」リーダーの小林さんは、終了後の取材に対し「来場して頂いた皆さんのお陰で、今年も楽しく気持ちよく踊ることが出来ました。来年もよさこいの披露を予定しておりますので、ぜひいらしてください」と話しました。

夏まつり開催に際しては、多方面の皆さんから多大なご協力を賜り、心より御礼申し上げます。



開会セレモニー
菊地啓夫 岩沼市長より
挨拶を頂きました



当院職員「team 踊踊」の
よさこい演舞 後ろ姿もバッチリ



松島院長の写真展
写真について語り合う皆さん



どこへ行っても大人気！
左から順に(角田市)ガブリくん・
ひかりちゃん(岩沼市)コンタ君



佐藤 登喜雄さんの歌謡ショー



みちのく仙台ORI☆姫隊の皆さんとのじゃんけん大会の一場面



受付では色とりどりの
うちわを配りました



医師紹介

平成27年7月1日付で、当院に着任した医師を紹介します。

- ①診療科 ②専門分野 ③ひとこと



●南條 光晴 (なんじょう みつはる)

- ①内科・救急科
②循環器全般
③内科一般から専門領域まで幅広く
貢献できるよう努力致します。



●江島 健一 (えじま けんいち)

- 研修医
③1日でも早く地域の皆様に貢献
できる一人前の医師になるべく
日々精進してまいります。

個人情報保護法施行により、紙面に掲載されている写真はご本人の承諾を得て掲載しております。