



まちだ市民病院

クォーターリー (季刊)

スポーツ健康局 2013

9.28. 開幕!

「ごあ、いよいよ! 町田で国体、初開催!」

Dr's message

古屋 優 脳神経外科部長にきく 生活習慣の改善が脳疾患のリスクを減らす

Q 先生が脳神経外科を選ばれた理由は何ですか?
A 医師になったのだから、メスを握りたいと思っていました。中でも「脳」はブラックボックス的なところがあって、いろいろと勉強になると思いました。

Q 実際に医師になってみてどうですか?
A 職業人としては、やりがいのある仕事をさせてもらっています。：が、家庭人としては最悪です。家族にはあまり期待されていません(苦笑)。

Q 休日や夜でも緊急呼出などで活躍されていますが、息抜きはどうしていますか。
A 我々の感覚ではもっと呼んでもらって構いません。呼び出しに備

え、お酒を飲むことは諦めていますので…。時間がある時は自宅の庭で燻製作りをしています。ボーツとしている時間がいいですね。

Q 町田市民病院の印象は?
A 大学病院と比べ規模が小さい分、働きやすいです。待ち時間が長くないように、看護師などのスタッフがいろいろとやってくれます。救急外来の脳卒中患者の対応は非常にスムーズになっています。

Q 脳神経外科は開業医の数が少なく敷居が高いように感じます。
A 初診は頭痛、特に肩こり頭痛が多く問診だけで終わります。突発的な頭痛、慢性的な頭痛でも段階的に増悪する頭痛、麻痺などの神経症状を伴う頭痛があるときは、

脳神経外科を受診してもらったほうがいいですね。まずはかかりつけ医に相談してみてもどうでしょうか。

Q 脳梗塞や脳卒中は遺伝するのでしょうか?
A 脳梗塞や脳卒中は生活習慣病の一つです。脳神経外科の疾患は食生活などの環境要因による後天的なものが多いです。家族は同じような生活をしているので、遺伝しているように感じるのではないのでしょうか。

Q 脳梗塞にはt-PA治療(血栓溶解療法)が効果的だと聞いたことがありますが。
A t-PA治療により元通り社会復帰できる率が39%と1.5倍になりましたが、逆に言えばt-PA治療によっても、まだ60%以上の人に何らかの後遺症が残っていることとなります。

Q 脳卒中での入院はどのくらいになりますか?
A 軽症だと2週間程度、重症だと1ヶ月を超えます。症状が落ち着くと「脳卒中地域連携パス」により、リハビリ施設等へ転院する仕組みができています。

Q 最後にありますが、何か病院に残したいことはありませんか?
A 最近では外科治療が縮小ぎみで、リスクを背負わない治療に流れています。患者さんに不利益になることは言語道断ですが、技術を研鑽し何にでも踏み込んでいくスピリッツを持った脳外科医を育てたいと思っています。



Dr. Yuu Furuya

町田市民病院
脳神経外科部長
古屋 優 (ふるや ゆう)

Profile
聖マリアンナ医科大学卒
2011年4月から町田市民病院勤務
2012年4月から現職

病気ガイド その頭痛、心配? 心配ない? 脳神経外科部長 古屋 優

頭痛という症状は皆さんも経験したことがあると思います。二日酔い、寝不足、冷たいものを食べた時など。しかし、いつの間にか治まっていませんか? それはこの頭痛が生体反応として起こっているからで、その要因がなくなれば消失します。その他の頭痛は大きく慢性頭痛と症候性頭痛に分類されます。

慢性頭痛とはいわゆる頭痛もこの頭痛のことです。この中には片頭痛、緊張型頭痛といったものが含まれます。片頭痛は前兆(目のちらつき、生あくびなど)の後に、脈拍と一致した拍動性頭痛が起こります。緊張性頭痛は疲労のピークに合わせ、肩首のこり・張りとともに後頭部からこめかみに締め付けられるような頭重感を長時間自覚するものです。これら慢性頭痛は日常生活習慣の改善や予防薬の服用、発作時の鎮痛剤などで対処でき、心配ない頭痛です。

一方、症候性頭痛は、何らかの病気が原因となって起こる頭痛です。特に見逃してはならない頭痛は脳腫瘍や脳血管障害などによる頭痛の初期は慢性頭痛と間違えられることがありますが、起床時に頭痛のピークがあることが特徴です。脳出血による頭痛は突然起こり、急速に痛みがピークを迎えることが特徴です。こも膜下出血の場合、頭痛はまさに瞬間的に起こり、今までは経験したことがないほどと形容される痛みです。嘔吐を高率に伴い、さらに麻痺、失語、意識障害などの脳症状が同時に認められます。このような頭痛を認められた際は緊急で専門医の診察が必要となります。

町田市民病院からの

お知らせ

夏休み子ども病院見学会を開催しました

2013年8月10日(土)、町田市在住の小学4〜6年生24名が実際の手術室に入り、超音波・電気メスや内視鏡・腹腔鏡シミュレーターといった医療機器を体験しました。薬剤科・リハビリテーション科では調剤や車椅子等の体験をし、栄養士お手製の病院食のおやつも味わいました。見学会終了後には羽生副院長から全員に修了証が渡されました。今回の体験が病院で働く職員に興味を持つきっかけとなれば幸いです。



手術室における体験



薬剤科における体験

ボランティアコンサートを開催しました

6月19日(水)、中尾音楽学院のご協力で「紫陽花コンサート」を1階エントランスで開催しました。患者さんやお見舞いの方など約150人が演奏や歌に聴き入りっていました。今年はベトナムの民族楽器トロン(竹製打楽器)のプロ奏者による演奏もありました。

7月17日(水)には町田市合唱連盟の方々による「サマリーコンサート」がありました。参加されていた入院患者さん



サマリーコンサート



紫陽花コンサート

の中には一緒に口ずさむ方もおり、楽しいひと時を過ごされました。

町田市病院事業運営評価委員会を開催しました

7月10日(水)に運営評価委員会を開催しました。これは、町田市民病院の運営状況について、有識者4名、地域住民代表2名、計



6名の委員に
適正かつ公正
な評価をして
いただき、医療及びサービスの質
の向上を図るために設置している
ものです。

当院からは、2012年度の決算、中期経営計画の成果などについて報告しました。委員からは「患者満足度調査については数値だけを追うのではなく、定性的なコメントをひとつずつ潰していくことが大事である」等のご意見・ご提案をいただきました。



新任医師紹介

- ① 診療科
- ② 趣味
- ③ 自己PR

ス 輔
大 大
森 大
金 大



- ① 外科
- ② ドライブ、釣り
- ③ 少しでも皆様のお役に立てるよう精進致します。

三 征
北 征
澤 征



- ① 外科
- ② スポーツ観戦
- ③ 何か困った事があれば相談して下さい。

ト 俊
徳 俊
山 俊
善 俊



- ① 泌尿器科
- ② 読書
- ③ 誠心誠意をもって診療にあたらうと思います。

サトル 悟
口 悟
川 悟



- ① 心臓血管外科
- ② アウトドア
- ③ 市民の皆様へ安心安全な医療を提供できるよう精進致します。

サオリ 織
部 織
谷田部 織



- ① 外科
- ② 野外活動
- ③ 最善を尽くします。

ヒコ 彦
喜 彦
野 彦
蝶 彦



- ① 外科
- ② 当直
- ③ よろしくお願致します。

ケン 二
健 二
互 二



- ① 神経科(精神科)
- ② 音楽鑑賞
- ③ より良い医療を提供できる様に頑張ります。

南8階病棟は48床の内科病棟で、特に糖尿病や腎臓疾患の患者さんが入院されるのが、特徴となっています。生活習慣病といわれる2型糖尿病(※1)は、血糖値が上がり高血糖が続くとの中に様々な合併症(腎不全、網膜症、神経障害、脳梗塞、心筋梗塞等)を起こす原因となる病気です。現在はテレビや雑誌でも多く取り上げられ、みなさんも一度は聞いたことがある病気だと思えますが、実際に自分が糖尿病になると「ど

もし糖尿病に なったら？



糖尿病教育入院プログラム

内 容	担 当
1 糖尿病とは？	医師
2 自分で測る血糖測定の練習	看護師
3 食事の工夫や栄養についての考え方	管理栄養士
4 効果的な運動の仕方	理学療法士
5 糖尿病の薬はどのように効くのか	薬剤師
6 検査値の読み方	臨床検査技師
7 歯の手入れをしよう	歯科衛生士
8 ストレスとの付き合い方	臨床心理士



うして良いかわからない」「何に気をつければ良いかわからない」という方が多いのが現実です。このような状況を踏まえ、南8階病棟では、10日間の「糖尿病教

育入院」を行なっています。本プログラムは、糖尿病について学んだり、考えたり、患者さん同士で自分の経験を語ったりする機会となっています。「自分の血糖値がどうなっているのか初めてわかった」という患者さんも多くいらっしやいます。そして患者さんその人ができる自分なりの方法を見つけて退院されています。看護師は、講義のあとに患者さんから質問を受けたり、相談を受けています。生活の中で患者さんが体を良い状態に保つためにどうしたらいいのかを一緒に考え、具体的な方法を提案します。日本糖尿病療養指導士という資格を持っている看護師が4人、糖尿病看護認定看護師が1人いて、より専門的な指導ができるよう日々勉強しています。

治療を継続するために 看護師にできること

また最近では、C型慢性肝炎や肝臓疾患の方にネクサパール錠(※2)内服治療、腎不全の方に血液透析治療など、専門的な治療が必要な方も入院されます。入院中は治療の副作用などの対応をしながら、退院後の生活をどうした

ら良いかを一緒に考えています。「そばにいてくれるだけで安心した」「具体的に治療のイメージができたから、治療する決心がついた」という患者さんの言葉に、「もっと勉強してお役に立てるよう頑張ろう」と思います。



「※1」インスリンの出る量が少なくなつて起こるものと、肝臓や筋肉などの細胞がブドウ糖をうまく取り入れられなくなつて起こるものがある。食事や運動などの生活習慣が関係している場合が多い。わが国の糖尿病の95%以上はこのタイプ。

「※2」「分子標的治療薬」と呼ばれる新しいタイプの薬。細胞内の特定の分子(タンパク質)を狙い撃ちして効果を発揮する。

昨日、前立腺がんは進行速度が非常に遅く、放置してもよいという意見や記事が散見されますが、ひとくちに前立腺がんといっても多様であり、組織の悪性度等により進行速度は異なります。依然として発見される前立腺がんの約30%は主に骨への転移を伴っており、現在も多くの臨床的に重要ながんが進行するまで見逃されています。実際、前立腺がんによる死亡数も増加傾向にあり2008年には9985人と推計され、2020年には21062人に増加するとの予測もあります。最近でも、俳優の小沢昭一さんや将棋棋士の米長邦雄さんが前立腺がんでお亡くなりになられたのは記憶に新しいことです。

前立腺がんの治療は、手術療法、放射線療法、内分泌療法などありますが、その適応はがんの進行度や組織の悪性度により異なり、それぞれ治療を組み合わせる集学的治療も行われています。がんの性質がおとなしいと予測される早期がんでは放置するのではなく、PSA監視療法(診断後即時に治療するのではなく、PSAの推移を見守りながら手遅れにならないタイミングで根治的な治療を開始する)も重要な選択肢です。いずれにしても患者さん個々のライフスタイルも考慮した治療選択が大切です。

前立腺がんについて

泌尿器科医長 菅谷 真 吾

日本において、前立腺がんは急増しており、2020年には肺がんや大腸がんと並んで頻度の高い男性がんになると予測されています。現在前立腺がんは、採血による前立腺特異抗原(PSA)の測定で、症状のない早期の段階でその多くが発見可能であり、岡田市でもPSA測定による検診が行われています。

よくわかる心臓・血管の手術 狭心症・弁膜症・大動脈瘤・ 下肢静脈瘤



心臓血管外科
担当医長
宮城 直人

狭心症・心筋梗塞

心臓を栄養している冠動脈が動脈硬化により狭くなり血液が十分に流れなくなった状態を狭心症、冠動脈が完全に詰まってしまった状態を心筋梗塞と言います。心筋梗塞に陥った心筋は回復しないばかりか、心臓が痙攣したり、場合によっては心臓が停止してしまう可能性があります。治療は大きく分けて2種類あり、狭くなった冠動脈を拡げるカテーテル治療、もう一つは冠動脈バイパス手術です。バイパス手術は、狭くなった血管の先に、体の他の部位の血管をつなげ、新たに血液が流れる道を作る手術です。当院ではほとんどの症例で心拍動下冠動脈バイパス手術を選択しています。この術式は、患者さんのお体への負担が少ないと考えられています。

弁膜症

心臓の中には、血液を一方通行させるために弁が4つ存在します。大動脈弁・僧帽弁・三尖弁・肺動脈弁です。これらが狭く

なってしまうたり(狭窄症)、逆流を起してしまったり(閉鎖不全症)すると、心臓に負担がかかり、重篤な不整脈や心不全の原因となります。治療はご自分の弁を残したまま行う弁形成術、もしくは人工弁に取り換える弁置換術が行われます。当院でも特に僧帽弁閉鎖不全症に対しては、ほとんどの場合弁形成術を行っています。

大動脈瘤

大動脈が主に動脈硬化によって脆くなったことにより、徐々に膨れてしまうのが大動脈瘤です。最終的には膨れた大動脈が血管を支えきれなくなり、破裂して致命的になってしまふ怖い病気です。大動脈瘤の治療は、手術により悪くなった血管を人工血管に取り換える、もしくは動脈瘤の中にステントという管を入れて補強する治療が行



講座当日は大盛況でした!

町田市民病院 心臓血管外科で扱う疾患

- 虚血性心疾患 冠動脈バイパス術 虚血性僧帽弁閉鎖不全症 左心室瘤 心室中隔穿孔
- 弁膜症 大動脈弁 僧帽弁 三尖弁 感染性心内膜炎
- 成人先天性心疾患 心房中隔欠損症 動脈管開存症
- 心臓腫瘍
- 大動脈疾患 大動脈瘤 大動脈解離
- その他心臓 心房細動 収縮性心膜炎 心筋症
- 末梢血管 腹部大動脈瘤 閉塞性動脈硬化症 下肢静脈瘤 透析用シャント作成

下肢静脈瘤

静脈は全身からの血液が戻ってくる血管で、一方通行で心臓へ向かうために弁がついています。特に下肢では、重力により弁により大きな負荷がかかり、弁の逆流が生じやすく、血液がうっ滞し静脈が怒張してきます。これが下肢静脈瘤です。だるさ、むくみ、痛み、皮膚潰瘍などの症状をおこします。治療は弾性ストッキングをはく、レーザーや硬化剤によって血管を固めてしまふ、もしくは手術により静脈を抜去することになります。気になる症状がありましたら、お気軽に外来にお越しください。

トースターで簡単★旬の素材で… 鮭とキノコのホイル焼き



ご飯150g 鮭とキノコのホイル焼き 小松菜のごま和え(小松菜80g ごま2g しょう油、砂糖各小さじ1/2) けんちん汁(油揚げ1/4枚、里芋1個、大根30g、人参10g、長ネギ10g、しょう油小さじ1、だし汁100ml) エネルギー500Kcal 塩分2.2g 野菜120g (1日必要量の1/3量)

鮭とキノコのホイル焼き <<材料(1人分)>>
◎生鮭 1切れ ◎塩コショウ 少々 ◎生しいたけ 1個 ◎しめじ 1/4パック
◎えのき 1/4パック ◎人参 10g ◎バター 小さじ1 ◎あさつき 適量 ◎ボン酢 小さじ1
《作り方》
①生鮭は塩コショウする。
②生しいたけは石づきを取り、半分にする。しめじ、えのきは根元を切り、小房に分ける。人参は薄い輪切りにする。
③アルミホイルを広げ、鮭、きのこ類、人参、バターをのせ、アルミホイルを閉じる。
④オーブントースターで15分蒸し焼きにする。
⑤仕上げにあさつきを散らし、ボン酢をかけて出来上がり!

★ワンポイントアドバイス★
☆ムニエル用の生鮭を使います。
☆玉葱などお好みの野菜をプラスしても美味しくいただけます。
☆ボン酢をレモンに変えると、さらに塩分控えめに♪
☆野菜・きのこ類がしっかりと摂れるおかずです。



1人分144kcal・塩分0.8g
町田市民病院栄養科：杉山