医療と地域をつなぐコミュニケーションマガジン

町田市民病院クォータリー　vol.58

町田市民病院 クォータリー

vol.58
2024年 冬号

放射線科のメンバー

放射線科について ご紹介します！

トピックス

- ●特集「健診で指摘される肝障害 ～脂肪肝のはなし～」
- ●特集「放射線科」
- ●病院と専門職をささえるスタッフ 「医師を支える医師事務作業補助者」
- ●冬に気を付けたい 「ノロウイルスによる食中毒」

http://machida-city-hospital-tokyo.jp/

健診で指摘される肝障害

脂肪肝のはなし

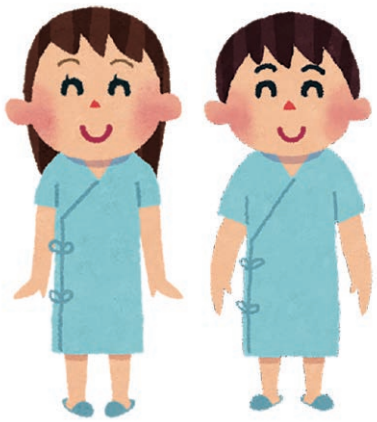
消化器内科　医師　谷　田　恵美子

健康診断で「肝機能異常」を指摘されたことはありませんか？

■ 肝機能異常の原因

ウイルス性肝炎、薬剤性肝障害、自己免疫性疾患、アルコール性肝障害、胆道や膵臓の病気…などがありますが、最近、脂肪肝が増えています。

文字通り肝細胞内に脂肪が溜まった状態で、アルコール性と非アルコール性の大きく２つに分かれます。



■ 脂肪肝になるとどうなるの？

脂肪が溜まった細胞は壊されて肝炎が起きます。壊れたところは硬い線維に変わり、進むと肝硬変になります。肝硬変になると、肝臓が十分に機能できず、肝不全になります。むくみや倦怠感、腹水、黄疸、食道や胃の静脈瘤からの出血といった症状がでたり、肝臓がんができたりすることがあります。肝臓がんの原因としても脂肪肝の割合が増えています。

■ 脂肪肝の診断は？

腹部超音波検査で肝臓が腎臓よりも白く輝いて見えます。CT検査で肝臓が脾臓と同じかそれ以上に暗く見えます。血液検査でAST、ALT、γGTPが上がることがありますが、血液検査ではわからないこともあります。脂肪肝以外の病気がないかを調べる事はとても大切なので、肝機能異常を指摘されたら必ず病院を受診しましょう。

■ アルコール性脂肪肝

脂肪肝と診断され、男性では1日60g以上、女性では１日40g以上のアルコールを毎日飲んでいる場合はアルコール性脂肪肝です。

脂肪肝になりにくいアルコール摂取量は、晩酌では男性1日20g以下、女性1日16g以下です。アルコール20gが、実際の飲料のどれくらいにあたるのかは、図１をご覧ください。

図１　アルコール20gはこれくらいです。

■ 非アルコール性脂肪肝

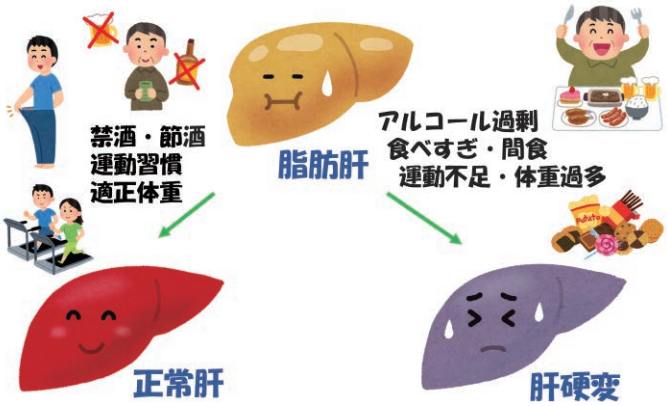
アルコールは少量、または飲んでいない場合の脂肪肝ですが、肥満・高脂血症・糖尿病などの生活習慣病が原因です。痩せていても、スナック菓子やファストフードを食べることが多いと脂肪肝の原因になります。

■ 脂肪肝の治療

肝硬変になると肝臓は元には戻りません。脂肪肝や肝炎のうちは元に戻れますが、これを飲めば治る！という治療薬はありません。生活習慣の改善が治療になります。

アルコールの量を減らす、禁酒する、食べ過ぎない、間食は控える、運動習慣を身につける、といったことがとても重要です。体重を適正に保つことはわかりやすい目標になります。

図２　脂肪肝の治療は生活習慣の改善です。今の行動で将来の肝臓の運命が決まります！



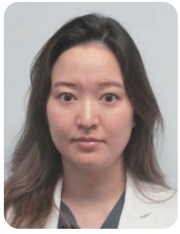
糖尿病や高脂血症の治療をしっかりとすることも大切です。皆さんの今の行動で、将来の肝臓の運命が決まるのです。

着任医師紹介

新しく仲間になりました常勤医師をご紹介します。
これからどうぞよろしくお願いいたします。
①出身大学・卒年　②趣味　③メッセージ

脳神経外科 医長
吉田　泰之
（よしだ　やすゆき）
①聖マリアンナ医科大学
1999年卒
②スポーツ観戦・音楽鑑賞
③患者様、市民の皆様の健康の一助になれるよう頑張ります。

眼科
三戸岡　真吾
（みとおか　しんご）
①埼玉医科大学
2020年卒
②映画・スポーツ観戦
③的確な医療を皆様に提供できるように日々精進してまいります。



産婦人科
福井　麻由
（ふくい　まゆ）
①埼玉医科大学
2020年卒
②―
③精一杯頑張りますので、よろしくお願いいたします。

特集　放射線科

町田市民病院放射線科は常勤医師３名、診療放射線技師22名、看護師３名、医師事務１名、受付事務３名が勤務しています。放射線科は病院地下１階に位置し、放射線科受付、各種検査室、読影室が配置されています。検査は院内の各診療科からの依頼のほか、高度医療機器の共同利用として近隣医療施設からも依頼を受けています。１階の救急外来にも撮影エリアを展開しています。

診療放射線技師の業務紹介

診療放射線技師は様々な画像診断装置を扱い、現在の医療には欠かすことができない画像情報を提供しています。代表的な検査として、一般撮影、CT、MRI、消化管造影などの各種透視造影検査、血管撮影検査、核医学検査などがあり、患者さんの年齢や体格に応じてよりよい画像作成のための調整、さらに放射線被ばくを最小限に抑えるよう努めています。それでは放射線科の代表的な検査についていくつかご紹介します。

■ 一般撮影

一般撮影は、胸部や腹部をはじめ、頭部や四肢骨などに対してＸ線を利用して撮影をする検査のことで、昔はレントゲン撮影とも言われていました。

マンモグラフィ、骨密度測定や歯科の撮影なども一般撮影になります。

撮影室にはＸ線を発生させる装置と、Ｘ線から画像を作る装置があり、市民病院ではこれらを順次最新の装置に入れ替え、より検査時間が短く、少ないＸ線量で高精細な画像が作成できるよう努めています。

一　般　撮　影　室

■ CT

CTとはComputed Tomographyの略でコンピューター断層撮影と言われ、X線を利用して体内の断面像を描出する装置です。

CTでは、短時間で広い範囲の検査を行う事ができ、造影剤という薬を使用することにより、血管の走行や病変をより詳しく描出することができます。撮影時には、医師・看護師・放射線技師が協力し、安全に検査できる体制をとっています。

当院では2021年にCT装置の更新を行い、これまでよりも高精細な画像を、より短時間、低被ばくで撮影することができるようになりました。

C　T

■ MRI

MRIはMagnetic Resonance Imaging（磁気共鳴画像）の略で、強力な磁石と電磁波を使って体の内部を画像化する装置です。そのため放射線による被ばくはなく、画像のコントラスト（濃淡）が豊かで、造影剤を使用しなくても血管を描出できるなどのメリットがあります。

一方、ペースメーカーや精密機械が体の中にある患者さんは検査ができず、またCTと比べて検査時間が長いなどのデメリットもあります。そのためMRIとCTはお互いの特徴を活かして、検査部位や病気の種類などによって使い分けられています。

M　R　I

■ 核医学（ラジオアイソトープ、RI）

アイソトープ室では、核医学（ラジオアイソトープ、RI）と言われる検査、治療を行っています。放射性医薬品を主に静脈注射し、体から放出された放射線をガンマカメラという装置で検出、その体内分布を画像（シンチグラフィ）化します。

他の検査が主に形を調べる検査であるのに対し、核医学では血流や代謝など機能についての画像も得られるところが特徴です。脳血流や心筋血流など検査は多岐にわたり、さらに放射線治療である放射性医薬品内用療法も行っています。

R　I

一方、使用する放射性医薬品は微量の放射線を放出することから、取扱いには厳しい法的規制があり、管理も重要な業務の一つです。

放射線科読影室の業務紹介

読影室では作成された画像を専門に判読する放射線診断専門医の資格を有する放射線科医師が読影を行っています。

読影依頼のある各種検査の診断、読影レポート作成が主たる業務で、対象も全身にわたります。

緊急性のある症例についてはすぐに担当医に電話連絡をします。予期せず見つかった悪性腫瘍の症例は担当医に確実に伝わるよう、徹底した対応を行っています。

読影室の様子
放射線科　栗原部長（写真中央）

その他、医師事務１名と共に、各診療科のCTやMRI検査依頼が適切な検査内容か、造影剤使用や高磁場検査に対し危険性がないかなどを事前に確認しています。また、近隣医療施設からの検査依頼に対しては適切な検査方法のアドバイスを行っています。

医療放射線被ばく・放射線検査の相談について

放射線は目に見えないので「恐ろしいもの」「がんになるのでは」と不安に思う方が多いのではないでしょうか。放射線科ではそのような不安に対する相談を受け付けています。まず、患者さんが心配されていることを伺います。そして、資料を使って具体的な数値とその意味を説明、検査によるメリット、デメリットを理解していただき、安心して検査を受けてもらえるよう心掛けています。お気軽に放射線科受付（被ばく説明担当）までお問合せください。

病院と専門職を支えるスタッフ ―Vol.2―

医師を支える 医師事務作業補助者

病院には医師、看護師、薬剤師、栄養士など様々な専門職が、通院する方や入院する方、そしてそのご家族を支えるために働いています。そして、そんな専門職とともに働き、支えてくれている職員もたくさんいます。このシリーズではそんな病院を支えている職種の方々を紹介していきます。第２回は医師事務作業補助者です。

医師事務作業補助者とは…？

医師の負担軽減のために創設された職種です。診断書等の文書作成補助や診療記録（カルテ）への代行入力、診療に関するデータ処理、統計・調査、臨床研修のカンファレンスの準備などの業務を行っています。市民病院には約40名の医師事務作業補助者が、病棟や外来など各部署にて勤務しています。2024年度から施行が予定されている「医師の働き方改革（労働時間の上限規制）」の推進に向けて、より一層の医師事務作業補助者への業務移管（タスクシフト）が期待されています。市民病院では、新しく医師事務作業補助者として入職した職員には、早く院内で活躍できるように研修を実施しています。

職員インタビュー

主に医事課の文書作成担当として働いている潮さん、主に病棟・外科外来で働いている杉山さんのお二人にお話を聞いてみました。

Q. 町田市民病院で働くきっかけは？

潮：人の命を救う仕事をしている人の手伝いがしたいと思っていたところ、医師事務作業補助者が創設され、市民病院での募集があったため、「これだ！」と思い応募しました。

杉山：市民病院で出産し、その後も受診したことがあったので、ここで働けたらと思いました。１日６時間という勤務時間も自分に合っていました。

Q. 仕事をしていて大変なこと

潮：医療業界での勤務経験がなかったため、医療用語を覚えるのが大変でした。

杉山：病棟では入院患者さんの医師回診に毎日同行し、診療内容をカルテに代行入力しています。医療用語を調べ、正しく入力することが大変です。

Q. 仕事をしていて楽しいこと、よかったこと、嬉しかったこと

潮：スタッフや医師から感謝された時や、知人などから市民病院を褒められた時には、うれしく、誇りに思います。

杉山：医師・看護師をはじめ、医療に関わる様々な職種の人たちと働くことができ、医療に関する知識を増やすことができました。医師から仕事を依頼される時はやりがいを感じます。

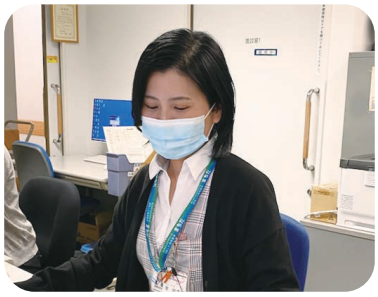
Q. 仕事をする上で大切にしていること

潮：カルテをきちんと読み取って正しい文書作成をすることはもちろん、自主自学で専門性を高めていくように心がけています。

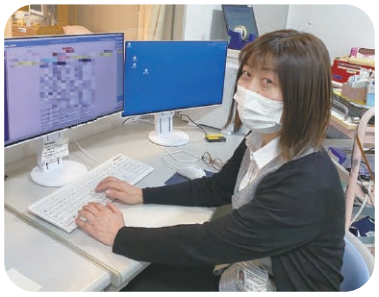
杉山：入院・退院に必要な書類などを、早く正確に準備するよう心がけています。また、わからないことや疑問に思うことは必ず医師に確認し、自分だけで判断しないことが大切だと思っています。周りに医療に携わる専門職が多くいるので、不明なことは確認するようにしています。

Q. 患者さんにひとこと！

潮&杉山：受診してよかったと思える病院にしたいと思っています。



潮さん



杉山さん

冬に気を付けたい「ノロウイルスによる食中毒」

食中毒は夏場だけではありません。ノロウイルスによる食中毒が、冬に多く発生しています。ご家庭でもできる、食中毒予防のポイントをご紹介します。

食品の加熱処理

ノロウイルスの汚染の恐れがある二枚貝などの食品は、**中心部80℃～90℃で、90秒以上加熱**する

手洗い

①調理を行う前
②食事の前
③トイレに行った後
④下痢等の患者の汚物処理やおむつ交換を行った後

調理器具の消毒

①洗剤などで十分に洗浄
②塩素濃度200ppmの次亜塩素酸ナトリウムで浸しながら拭く
※熱湯で加熱する方法も有効

ノロウイルスの感染経路

＜食品からの感染＞
●感染した人が調理などをして汚染された食品
●ウイルスの蓄積した、加熱不十分な二枚貝など

＜人からの感染＞
●患者のふん便やおう吐物からの二次感染
●家庭や施設内などでの飛沫などによる感染

厚生労働省のホームページにも詳しい情報が掲載されています。
詳しくはこちらもご参照ください。（厚生労働省ホームページへのリンク）

とっておきの産後食

～ イベントメニュー「和食の日」～

11月のイベントメニューは、11月24日「和食の日」に合わせ“イワシのかば焼き”をメインに和を感じていただけるメニューを提供しました。イワシはビタミンB群や鉄分が多く、産後の体力回復にぴったりな食材です。

お品書き
ご飯
イワシのかば焼き野菜添え
塩肉じゃが
大根のさっぱり和え
豆乳寄せ小豆ソース
すまし汁

♥町田市民病院では、妊娠から出産後の育児まで、お母さんと赤ちゃんのサポートを行っています。詳しくは、町田市民病院・産科特設ページをご覧ください。

町田市民病院・産科特設ページ
http://machida-city-hospital-tokyo.jp/department/obstetrics/

日本医療機能評価機構 認定第 JC1452 号
スマートフォンサイトはこちらへ
編集・発行：町田市民病院
〒194-0023 東京都町田市旭町2-15-41
TEL：042-722-2230（代）
http://machida-city-hospital-tokyo.jp/