



yorisou



2015年7月発行

Vol.01

特集

01 消化器内科 見る診る・内視鏡

特集

02 歯科・口腔外科／口腔がんセンター 治りにくい口内炎？



栄養管理室から、こんにちは
Information / 最先端「yorisou」

ち
ちいきに
yorisou
地域包括ケアシステム
大村病院

か
かそくに
yorisou
食中毒の予防
手洗い、できていますか？

01 消化器内科

見る診る・内視鏡

お腹の病気は身近なもの。時として、詳しい検査が必要な場合もあります。当院の消化器内科は、高精度内視鏡を装備。安心・安全な検査と治療を実践しています。

消化器内科のおはなし



医師
岸川 浩

お腹の病気を探る 内視鏡検査が普及

子どもも大人も男性も女性も、だれもが経験している「腹痛」。私たちの生活と腹痛は切っても切れない関係といえます。歴史上の人物では、西郷隆盛や石田三成も、慢性的腹痛や下痢に悩まされていたようです。そんな腹痛において、消化器官に問題があるかどうかを探るために開発された「内視鏡」。

病気を詳しく診察するには、直接目で見て確認する方がいいですよね。お腹の病気も例外ではありません。そのようなときに内視鏡を利用します。細長いチューブの先にカメラなどがついていて、消化器の中を

詳細に観察できるこの機械。検査において「胃カメラ」や「大腸カメラ」として経験された方も多いのではないのでしょうか。

当科では年間7000件以上の内視鏡検査・治療を行っています。内視鏡を希望される方は年々増加しており、2015年には内視鏡室を拡充する予定もあります。この便利な内視鏡は、胃や大腸などの検査だけでなく手術にも用いられています。処置内視鏡といい、とくに早期の胃がんにおいては手術で切開する範囲を大幅に縮小することができるので、患者さんの体への負担が少なくなります。早期胃がんを例に挙げると、65件（2014年実績）行いました。また、近年増加傾向にある大腸ポリープ、大腸がんなどでもこの方法を行っ



ています。胃かいようや十二指腸かいようからの出血も、内視鏡で止めることができます。当科では迅速に対応できる体制が整っています。夏目漱石も出血性胃かいようで亡くなったといわれていますが、内視鏡があれば命を救えたかもしれませんね。

さらに小さなカプセルで 小腸も検査可能に！

□ から十二指腸までを、おしりから大腸を内視鏡で検査しても不調の原因や出血場所が特定できない場合は、小腸を検査する必要があります。以前は小腸を内視鏡で検査することはできませんでしたが、現在では「カプセル内視鏡」という飲



む内視鏡で検査ができるようになりました。カプセル内視鏡は2cmほどの大きさのカプセル型をしていて、薬を飲むように検査します。胃を通過し小腸を経て最後は排泄され、今まで見えなかった部位を見ることが可能になりました。この内視鏡について、当科は千葉県内で4つしかない指導施設の1つに認定されています。「最先端」を積極的に採り入れつつ、皆さんに安心して検査・治療を受けていただく体制を整えています。

胆道や膵疾患も 対応します

「胆汁(たんじゅう)」は、肝臓で作られる消化液で胆のうに溜められています(うんちが黄色いのは、この胆汁によるものです)。胆のうや胆管など、胆汁の通り道(胆道)や膵臓にできる病気を胆膵疾患といいます。赤ちゃんの眼や皮膚が一時的に黄色くなる「黄疸(おうだん)」も胆汁が原因の有名な症状ですが、この場合は生理的黄疸といって問題ではありません。しかし大人でこの症状が出たら疾患の可能性がありますので、すぐに受診してください。

また胆石も有名な疾患であり、ほかには急性膵炎、膵がんなどもあります。当科ではこれらの診断や治療を行うために内視鏡的逆行性胆管膵管造影(ERCP)を行っており、施行件数も東葛地区で最多となっています。体調変化の際、軽い症状と思っても重大な病気が隠れていることもあります。自己判断せずお気軽に受診ください。



消化器内科 DATA

- 施設認定: 日本内科学会認定教育施設、日本消化器病学会認定施設、日本消化器内視鏡学会認定施設
- 平均外来患者数(日): 約140名
- 平均入院患者数(日): 41名
- 医師数: 7名
- 主な対象疾患: 消化管、肝胆道系疾患、膵疾患全般。とくに早期がんなど内視鏡治療の適応疾患

治りにくい口内炎？

歯科大学附属病院のメリットを活かして、
歯科だけでなく他の診療科とも連携した治療を行っています。
今回は口腔がんや医療連携についてご紹介します。

歯科のおはなし



歯科医師
高野伸夫



歯科医師
野村武史

痛みはあまり無いけれど、
口内炎かな？

ほんの小さなおできなのに痛みが強く、
会話をしたり食事をしたりするのも
気になる口内炎。痛む場所を見てみると、
赤くただれていたり、白っぽくなっているこ
とがありますよね。でも同じような見え方
でも痛みが無い。そんなときは他の病気、
例えば「口腔がん」の疑いもあります。

「がん」は怖い病気ですが、最近では検査
の精度や治療の進歩が目覚ましく、がんに
よる死亡率は年々低下傾向にあり、今では、
がんは治る病気、あるいはともに歩む病気
といえるようになりました。しかし、口腔
がんは例外。我が国の口腔がんの罹患率・

死亡率は、先進国のなかで唯一増加傾向に
あります。口腔がんの要因に、喫煙や飲酒
が挙げられていますが、それらの習慣がない
高齢の女性の発病が増えています。増加傾
向には高齢化社会という背景もあるよう
ですが、死亡率が高い二因は、「早期発見」が少
ないことにもあるのです。

増加する口腔がんを
早期発見で食い止めよう！

がん治療において、「一番大切なことは「早期
発見、早期治療」。でも口腔がんでは、早期発
見が少ないのはなぜでしょう。理由のひとつ
は、初期状態において痛みなどの自覚症状が
乏しいこと、そして「口内炎かな？」と思っ
しばらく放置されることが多いことです。
普段から自分でも見られる場所だけに、見





て、確認して、症状が無いからと安心してしまふ患者さんも多いようです。しかしその安心感こそが、発見を遅らせる一因となっているのです。

そこで市川市では、当院と歯科医師会が連携した「市川市口腔がん早期発見システム」を構築しています。日ごろ患者さんの口のなかを見る機会が多い歯科医が、口腔がんから患者さんを守るため、検査・診断・治療の相互連携をはかり、異常を発見しただけで対応できるシステムです。舌や歯ぐき、頬の内側に異常を感じたときは、まずはお近くの歯科医院を受診してください

い。さらに、当院は日本初の口腔がんに特化した口腔がんセンターを2006年より運営。総合病院のメリットを活かし、形成外科医や言語聴覚士、理学療法士といった専門家など、様々なスタッフの連携によるチーム医療を実践しています。

早期退院を目指した口腔ケアを

のなかに限らず、当院にはさまざまな部位のがん患者さんがいらつしやいます。その方々の手術前・後に口のなかの清掃やトレーニング(総称して「口腔ケア」といいます)を行うと、術後の合併症の予防にすることがわかってきました。つまり、早期の回復につながるということです。最近では、地域の歯科医院と病院が連携して、この口腔ケアを行う動きも始まりつつあります。「地域がん診療連携拠点病院」でもある当院では、以前から術後合併症の予防と早期退院を目的とした口腔ケアチームを立ち上げ、入院患者さんに対する口腔ケアを実践していました。それは「口の健康は全身につながっていく」という考え(オーラルメディスン)を常に実践してきた結果であること

もに、患者さんの生活全体を豊かにするという思いが見知に込められています。



歯科・口腔外科/口腔がんセンター DATA

- 施設認定:日本口腔外科学会認定研修施設、日本口腔診断学会認定医制度研修施設、日本老年歯科医学会認定研修施設、日本歯科麻酔学会認定病院、一般社団法人日本顎顔面インプラント学会認定研修施設、日本歯科人間ドック学会認定施設
- 平均外来患者数(日): 歯科・口腔外科約150名、口腔がんセンター約16名
- 平均入院患者数(日): 歯科・口腔外科約8名、口腔がんセンター12名
- 歯科医師数: 歯科・口腔外科30名、口腔がんセンター3名
- 主な対象疾患:【歯科・口腔外科】口腔外科全般、オーラルメディスン、特殊な管理を要する方の歯科一般、顎変形症、デンタルインプラント、顎顔面補綴、摂食・嚥下機能障害、睡眠時無呼吸症候群【口腔がんセンター】口腔がん全般、顎頸部がんによる放射線性骨髄炎・口内炎の他、悪性腫瘍術後の口腔顎咬合再建



かぞくに
yorisou

手洗いでできていますか？

食中毒の予防

梅雨や夏季は食中毒のリスクが増える季節。リスクを下げるために家庭でできること。それは、手洗いです。また手洗いはさまざまな感染症の予防にも役立ちます。ぜひ正しい手の洗い方を実践して家庭の健康管理に役立てましょう。

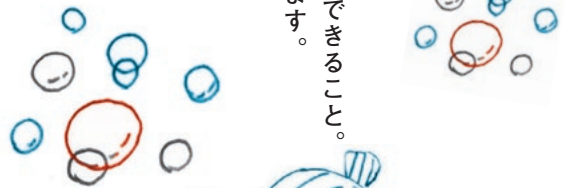


手洗い
プラスアルファ
+α
のコツ

腕時計や
アクセサリは
外して！

つめは
常に短く！

タオルは
個人用で
使い分け！



正しい手洗い 6ステップ★

1 手のひら



流水でよく手をぬらしたあと、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。

2 手の甲



手の甲をのぼすようにこすります。

3 指先・つめ



指先・つめのあいだを念入りにこすります。

手は働き者
きれいに見えても汚れている
人はさまざまなシーンで手指を使います。その分汚れも多くつきやすい。目に見える汚れは落ちるまできれいにしますが、菌やウイルスは目に見えないところがクセモノ。それらが残った手で、食べ物や口元をさわると知らないうちに体の中に入りこみ、感染症を引き起こします。正しい手洗いは感染症の予防に役立つのです。



洗い残しに要注意!

きちんと洗えたように見えても、指のあいだや親指、手のひらのシワ、手首などは、案外洗い残しが多いもの。念入りに洗いましょう。



時間の目安は30秒!

15秒の手洗いで菌は10分の1に減り、30秒では100分の1に減少するとか。30秒は長いと感じるかもしれませんが、童謡「ぞうさん」を2番まで歌うとだいたい30秒。これなら気楽にがんばれそうですね。

自分だけの「手洗いソング」を決めたら、さあみんな実践! 手洗い6ステップ★

手洗いで減らす! 菌・ウイルス3人衆



黄色ブドウ球菌

顕微鏡で見るとブドウの房のように集まって見える。手のひらや傷口にひそんでいる。



ノロウイルス

小腸粘膜で増殖するウイルス。冬季を中心に胃腸炎を起こす原因菌。



大腸菌

腸内環境を整える種類もいれば毒素を出す種類も。悪い菌は手洗いで減らそう!

4 指のあいだ



指のあいだを洗います。

5 親指・手のひら



親指と手のひらをねじり洗います。

6 手首



手首も忘れずに洗います。



感染管理認定看護師
渡部昌幸 監修



ま一度意識しましょう。

きちんと手を洗う重要性をい

ますよね。

誰かがさわったドアノブをさわっ

たとしたら、ウイルスは手につき

ますよ。

なつもりでも、手を洗っていない

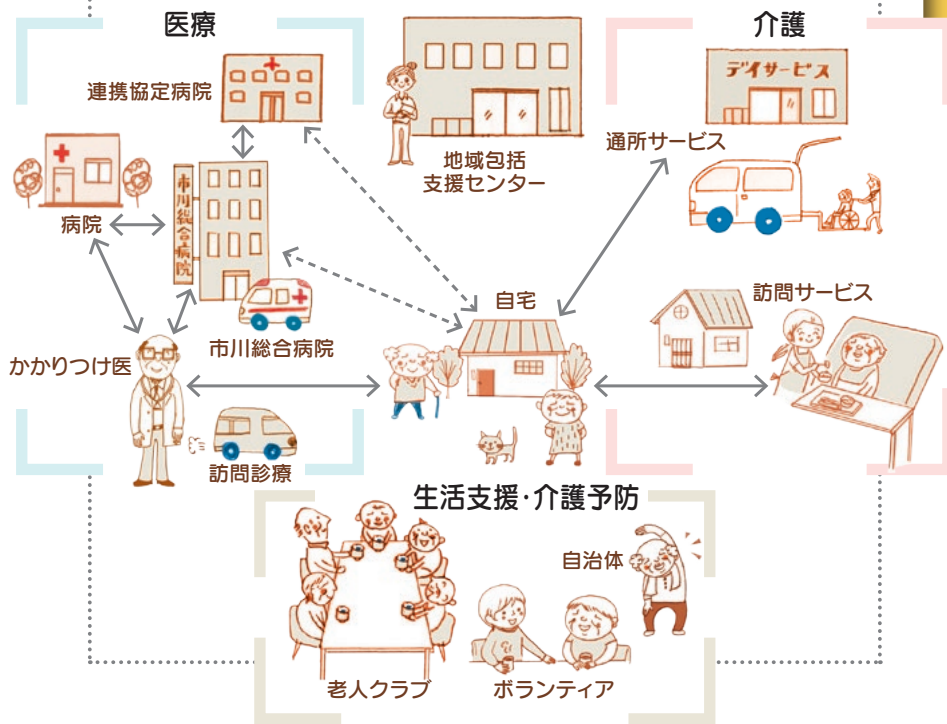
ただでなく、手に触れるものを介

して、菌やウイルスをばらまくな

う。自分が感染する恐れを高める

手洗いを怠ると・・・

地域包括ケアシステム



「住み慣れた地域で暮らす」を支える

可能な限り自分の住み慣れた地域で

地 域包括ケアシステムとは
一体どのようなものでし
よう。生活圏内で必要なサービ
スを総合的に提供できる体制と
いう意味で、可能な限り自分の
住み慣れた地域で自分らしい暮
らしを続けられるように国が
構築を進めているシステムのこ
とです。生活圏で必要なサービ
スには、「住まい」「医療」「介護」
「生活支援・介護予防」がありま
す。これらが一体となって、利用
者を取り巻きながら横断的かつ
持続的にケアできる社会をつ
くろうとしているのです。

例えば、脳梗塞などの急性で
重度の病気にかった場合、か
かりつけ医院ではなく救急病
院へ入院することがあります。

その後、退院して住み慣れた自
宅で医療が受けられるよう医
療機関同士が必要な方法（訪問
診療など）を検討したり、リハビ
リ施設を紹介したり、自宅生活
で困ったときはヘルパーなどの
介護サービスを利用したりでき
ます。さらには病氣予防と、病
氣になってもすぐに誰かが気が
つくように、地域の人とのつな
がりを活かしたボランティアサ
ービスを利用したり…。一人ひ
とりの健康を守るために地域に
あるサービスをそれぞれに活用
できるかたちこそ、「地域包括ケ
アシステム」なのです。

それでは医療分野で当院と
協力関係にある病院を紹介し
ます。

医療連携協定締結病院

医療法人社団平静会

大村病院

医療人の育成に励み、
地域社会と患者さんから
安心・信頼される
医療を目指します。

当院は地域密着型の病院です。標榜は内科、小児科。さらに糖尿病内科や小児アレルギーの専門外来なども設置しています。当院スタッフが一番大切にしていることは、患者さんによ



りそうコミュニケーション。患者さんに接する機会の多い看護師は、患者さんの現状の生活を思いやり、いつも近くで見守りながら「心の声」を聞くようにしています。また、厚生労働省が定める施設基準以上のスタッフを配置したり、医療安全委員会などを設けて、患者さん中心の看護を実践する体制を整えています。入院中のお食事は、管理栄養士4人を含む栄養科スタッフのオリジナルメニュー。患者さんから「おいなりさんを食いたい」というご要望があれば、個別に対応しています。一人ひとりの要望を叶えることは大きな病院では難しいかもしれませんが、自前で食事を提供している当院であれば可能です。一方、在宅診療をご希望される患者さんのために「在宅医療部」も発足しています。定

期的な通院が困難であったり、自宅での生活を望まれる患者さんによりそう医療が評価され、2014年4月には機能強化型在宅療養支援病院に認定されました。

「健診センター」では、最新マンモグラフィ装置の導入や女性スタッフを充実させたことで、多くの女性から支持を得ています。異常が見つかった場合は連携関係にある市川総合病院に連絡し、スムーズな診療ができるよう調整しています。

相談しやすいかかりつけ病院として、地域の健康に貢献していきます。



医療法人社団平静会 大村病院

<http://www.o-heiseikai.com/>

所在地 千葉県市川市南八幡4丁目14番2号

電話 047-377-3111

標榜科目 内科、小児科

外来者数 1日平均180名

併設部署 健診センター、在宅医療部

交通 JR総武線・都営新宿線「本八幡」より徒歩3分、京成線「八幡」より徒歩6分



患者さんを
孤独にさせないことに
努めています。

看護部長
牛嶋紀美江さん

各機関と連携して
地域医療の充実を
目指しています。

院長
大村和子先生

自前でご提供する
院内食に
こだわっています。

統括本部長
大村史郎さん



栄養管理室から、こんにちは

入院患者さんの回復において大切な「静養」と「栄養」。その「栄養」を管理しているのが、栄養管理室です。ここには管理栄養士が常駐し、入院患者さん一人ひとりの病状と向き合い、必要なカロリー、栄養素などから食事内容を考えたり、一口で食べられる大きさなどの食事形態を検討したり…。

患者さんの「いただきます」から「ごちそうさま」によりそいながら、退院までしっかりとサポートしています。



また、医師、歯科医師、看護師、薬剤師、臨床検査技師、言語聴覚士などのさまざまな職種のスタッフとともに「NST (Nutrition Support Team : 栄養サポートチーム)」をつくり、食事から十分な栄養がとれるようにするにはどうしたら良いのかを日夜検討しています。

そんな「栄養」を管理する私たちから、夏が旬で、栄養満点の食材をご紹介します。

鮮魚売り場で目が合ったら、そしてあなたが塩焼きの夢を見るのであれば、迷わず連れて帰ると良い。

養価の高い魚である。

には目や粘膜を正常に保つために必要とされるビタミンAが豊富であり、非常にバランスが良く、栄養価の高い魚である。

さてこの鮎。塩焼きにしてよし、雑炊にしてもよし、天ぷら、佃煮、干物も言うまでもなく、さらには内臓(うるか)も珍味と称され、さまざまな調理法が可能。そんな万能選手は、ビタミンB₁₂が豊富。一尾で、成人一日あたりの必要摂取量を補えるほど。また、カルシウム、ミネラルに加え内臓

程で海に下っている。川でふ化した稚魚が海で8cm程度になるまで生活し、その後生まれた川へと遡上するのである。この移動は「両側回遊」という。

夏を告げる魚の代表格。香りが高く「香魚」と呼ばれることもある。その独特な香りから「キユウリウオ」と名付けられた魚と同じ科に属している。瑞々しいキユウリウオながらの香りは、うだるような夏の暑さから解放してくれるようでもある(ちなみにキユウリの旬も夏)。

魚 鮎

あゆ

Plecoglossus altivelis



※おすすめの調理法：塩焼き。変化球で寿司もいける。

information

■地域がん診療連携拠点病院の再指定(更新)を受けました

平成27年4月1日付けで地域がん診療連携拠点病院の再指定を受けました。これは、国民すべてが質の高いがん医療を受けられることを目的に地域の診療の中核となる病院として、国から指定されるものです。この再指定を機に、いままで以上に質の高いがん医療を提供してまいります。



■腎臓移植施設資格基準を満たしました

腎臓移植施設の資格基準を満たしたことにより、平成27年3月18日付けで、日本臓器移植ネットワークより腎臓移植施設認定を受けまし

た。当院泌尿器科は、日本泌尿器学会専門医および指導医6名を常勤医としており、高度な移植手術に対応してまいります。



■患者サロンを開催しています

がんと診断された患者さんやご家族の方を対象にサロンを開催しています。眠れなかったり、食欲がなかったり、気持ちが落ち込むことはありませんか？ 同じような経験をお持ちの方々と一緒に交流してみませんか。参加ご希望の方はソーシャルワーカーまでご一報ください。

開催日時
毎月第三土曜日 14~16時
開催場所
市川総合病院内2F 第一会議室

■退院調整看護師が増員されました

入院患者さんを対象に、入院時から退院後の生活を見据えて、患者さんご家族とともに考え支援していく体制が充実しました。退院後も安心して生活が送れるように、入院中からさまざまな職種と連携して支援できる体制を整えています。



オモテのひと 2015年春、看護部新入職員

このたび、新しく市川総合病院広報誌「yorisou(よりそう)」が誕生しました。患者さんによりそう、地域の皆さんによりそう。そんな私たちの想いを名前に託しました。病院で働く「人」の顔が見え、そして自分の住む「地域」が見えると、きっと「安心」が生まれます。皆さんの安心のためのお手伝いができるよう、わかり

やすい誌面づくりを心がけていきますので、ぜひこれからもご期待ください。

表紙の写真は、春に入職した看護師です。新しい環境で皆さんのお役に立てるようがんばっています。顔を見かけたら、心の中で応援してくださいね。



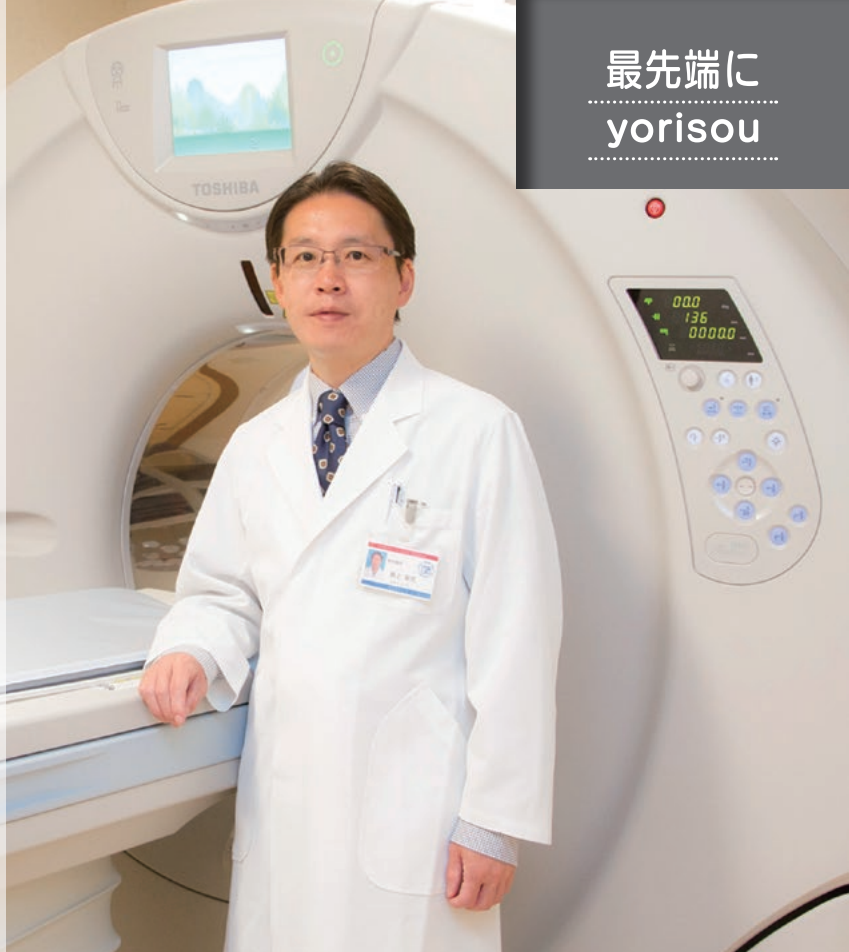
最新型CT装置で、 より負担のない検査を実現

当院では、2015年5月に東芝メディカルシステムズ社製の最新型CT装置(320列CT: Aquilion ONE/ VISION Edition)を導入しました。この装置は、世界最先端・最新技術が搭載されており、動いている心臓を1回転のスキャンで瞬時に撮影することが可能です。また連続回転でスキャンすることで、血管の動画撮影も可能になります。

撮影時間の短縮、被曝線量の低減、造影剤使用量の低減も図り、患者さんにより優しい検査を実現します。日常検査の適応範囲拡大、心臓CT検査、救急などの様々なシーンでのアクセス性や操作性を向上させ、より精密で迅速な検査を実施していきます。

いままで以上の 安心・安全を。

放射線科医師
最上拓児



ウラのひと



病院運営企画室 室長
笠原 薫

暑さに負けない 健康管理を

梅雨の合間、紫陽花の鮮やかな色彩に心が和まされます。四季のある日本に生まれてよかったと思う瞬間です。しかし、この時期は、食欲がなくなったり、体が重くなったり、はたまた湿疹ができていたりして何かと悩まされる季節でもありますので、日々の健康管理には十分注意してお過ごしください。

さて、本誌は市川総合病院の情報を地域の皆さんへわかりやすくお伝えする広報誌として作成しております。今後も皆さんにYorisou内容の有益な情報を提供してまいりたいと考えておりますので、どうぞよろしくお願いたします。

アクセスのご案内

- JR総武線「市川駅」から、北口2番停留所より京成バス「市川学園」行乗車、「市川総合病院」下車
- JR総武線「本八幡駅」から、北口1番停留所より京成バス「市川駅」行乗車、「市川総合病院」下車
- 京成電鉄「市川真間駅」から、「市川真間駅」停留所より「市川学園」行乗車、「市川総合病院」下車

※JR総武線「市川駅」からタクシーで約10分。700円～1000円程度。

※病院駐車場の台数には限りがあり、入場までに1時間程度要する場合もございますので、ご来院の際はなるべく公共交通機関をご利用願います。



市川総合病院

〒272-8513 千葉県市川市菅野5-11-13
TEL 047-322-0151(代表)

<http://www.tdc.ac.jp/hospital/igh/index.html>