

きらきら星

市立旭川病院だより



旭川冬まつり 撮影：看護部 難波 幸一

目次	診療科の紹介「外科」	2
	各種ドックのご案内	3
	腎移植を知ろう!!	4
	こどもの便秘はなおしましょう	6
	がん患者さんのための就労支援	7
	大腸ポリープのガイドラインについての解説 第7回	8

きらきら星について

市立病院があるのは金星町。
金星はヴィーナス（美の女神）です。皆さんに
きらきら輝いてほしいとの願いを込めました。

○特徴

外科といえば手術をイメージされると思いますが、市立旭川病院の外科でも年間600件前後の手術を実施しています。

近年は腹腔鏡や胸腔鏡を使用した鏡視下手術が多くなりました。これは体に数か所つけた小さな傷から小型カメラや手術道具を挿入して行う手術です。鏡視下手術では、傷が小さいだけでなくカメラによる拡大視効果で正確な手術を行い、合併症や出血の少ない手術を心がけています。

肺を切除する手術では、開胸での傷は少なからず痛みを伴いますが、胸腔鏡下手術では大きな開胸を伴わないため痛みが比較的少なく、痛みで痰が出せないことによる肺炎などの合併症も軽減されます。

外科では毎朝カンファレンスを開いて、患者さんの疾病の見逃しがなくエックス線写真・CT・MRI等をスタッフ全員でチェックしています。個々の治療方針は関係する科と緊密に連携し、患者さんにとって最適・最善の治療を提供できるよう検討しています。

癌の治療について、3つの柱となる手術・化学療法・放射線治療を当院内で行うことができますが、外科では手術のほかに胃癌・大腸癌・乳癌・肺癌の化学療法も行っています。内科や放射線治療科との連携体制のもとで、診断から治療まで一貫した対応が可能です。



▲ 朝のカンファレンス ▶

○診療している疾患

乳腺疾患・消化器疾患（食道・胃十二指腸・大腸肛門・肝胆膵疾患・ヘルニア等）、呼吸器疾患、体表疾患（リンパ節腫大、皮下腫瘤等）ほか

○入院期間

合併症を発生しない場合の標準的な術後の入院期間は、胃癌・大腸癌では約7～10日間、虫垂炎（いわゆる盲腸）・胆石では3日間、肺癌では14日間、鼠径ヘルニア（いわゆる脱腸）では翌日より退院が可能で早期社会復帰も可能となります。

○乳腺外来

週3回（月・水・金）乳腺外来を行っています。マンモグラフィーや超音波（エコー）検査のほかMRIによる非侵襲的検査で早期乳癌の発見に努めています。

また、乳癌手術においては乳房温存手術やセンチネルリンパ節生検などできるだけ患者様の希望に添った対応をさせていただいています。

マンモグラフィ装置（左）と4月から道北で初めて導入する3D乳腺エコー装置（右）
検査は女性技師が担当します。【中央放射線科】



各種ドックのご案内

病気は、症状が出てからの受診ではかなり進行していることが多く、「自分の健康は自分で守る」という点からも病気の発症そのものを予防する1次予防や早期発見がこれからはますます重要になります。

たとえがんなどの病気があっても早期に発見できれば確実に完治可能となりますが、そのためには症状がなくても健診を受け、定期的に健康のチェックをすることが必須となります。

当院では多様なドックメニューをご用意し、皆様の健康チェックのお手伝いをさせていただいております。

各ドックの内容と料金

★ 1泊2日型人間ドック

- | | |
|-----------|--|
| スタンダードコース | 検査項目を充実させた2日間の宿泊型人間ドックの基本コースとなります。
料金 60,000円 |
| プレミアムコース | スタンダードコースにさらに検査項目を加えて充実させ、幅広い検査を受けていただく特別なコースです。
料金 100,000円 |

★ 日帰り人間ドック

- | | |
|---------|--|
| 総合コース | 広い範囲の検査が受けられるように検査項目をセットした最も一般的なコースです。
料金 35,000円
※冬期間(12月1日～3月31日)は割引料金30,000円となります。 |
| 動脈硬化コース | 総合コースから重要な検査項目だけを厳選し、これに動脈硬化検査を加えた簡易型のコースです。
料金 27,000円 |
| がんコース | 動脈硬化コースと同じく簡易型としたコースに、腫瘍マーカーを加えてがんの検査に重きを置いたコースです。
料金 27,000円 |

★ 目的別ドック

- | | |
|--------------|---|
| 大腸がんドック | 大腸内視鏡により大腸の病変を重点的に探し出すドックです。
料金 12,920円 |
| 胃・胆・膵・肝がんドック | 胃・十二指腸内視鏡と腹部超音波を組み合わせ、上部消化管と胆のう・すい臓・肝臓の病変を重点的に探し出すドックです。
料金 13,570円 |
| 血管ドック | 血管内皮機能検査、脈波図と胸腹部MRIの組み合わせで動脈硬化などの血管の健康状態のチェックと動静脈瘤などの病変を探し出すドックです。
料金 14,920円 |
| 脳ドック | MRI、MRAにより、脳動脈瘤などの文字通り脳の病変を探し出すドックです。
料金 21,000円 |

人間ドックには、女性がん検診などのオプションや他の検診と組み合わせで受けていただけるものもございますので、お気軽にご相談ください。

市立旭川病院 健診センター

☎0166-24-3181 (内線2365, 2015)
予約受付時間 8:30~16:45

腎移植を知ろう!!

当院は、道北唯一の腎移植施設です。今回は、あまり知られていない腎不全と腎移植について紹介させていただきたいと思えます。



【腎臓って大事】

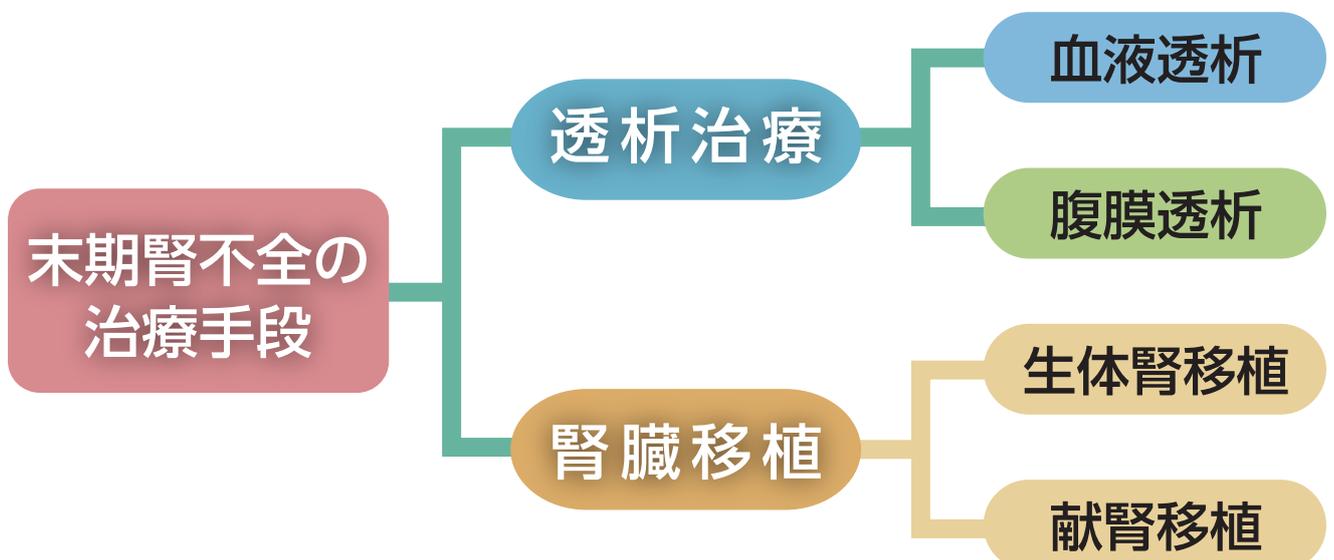
腎臓は、腰より頭側に背骨を中心として対照的に位置しており、心臓から送りだされた血液を濾しだし、老廃物や余分な水分を尿として体の外に排出する役割を果たします。さらに、血圧を調整するホルモンや骨を作るホルモンを分泌している重要な臓器です。

腎臓が外傷や病気など何らかの原因で徐々に

機能が低下し、全く機能しなくなった状態を腎不全と言います。腎不全になると老廃物が体内に蓄積し尿が排出できないため体がむくみ、心臓、肺など臓器にも影響を及ぼし、腎臓の代わりとなる治療（腎代替療法）を行わなければいけません。

病期ステージ	ステージ1	ステージ2	ステージ3	ステージ4	ステージ5
eGFR値	90以上	60~89	30~59	15~29	15未満
腎臓病の程度	 正常				 腎不全
治療法		生活改善・食事療法・薬物療法			透析療法・腎臓移植

腎臓の代わりになる治療は「血液透析」「腹膜透析」「生体腎移植」「献腎移植」の4つあり個人の生活に合った治療を選んでいただけます。



血液透析

血管の手術をして、2～3回/週 透析施設に通って3～4時間程度機械で血液を浄化する治療

腹膜透析

おなかに特殊なチューブを埋め込む手術を行い、毎日透析液をお腹に出し入れし体液を浄化する治療

**生体腎移植**

生きている人間から腎臓を提供してもらい移植する治療

献腎移植

亡くなった方から腎臓を提供してもらい移植する治療

【腎移植って何?!】

腎移植医療は必ず提供者（ドナー）が必要で、提供者がいないと成り立たない医療です。腎臓をもらう腎不全患者さんは受腎者（レシピエント）と言われ、腎移植医療を受けられる患者さんには下記のような条件があります。

～レシピエント～

- 1、末期腎不全である
- 2、感染症が無い
- 3、癌が無い
- 4、活動的な肝炎ウイルスが体内にいない

**～ドナー～**

- 1、糖尿病が無い
- 2、肥満が無い
- 3、感染症が無い
- 4、癌が無い
- 5、腎機能が良好である

上記の条件を満たし、さらに精査を行い移植適応か判断させていただきます。

生体腎移植は2, 3カ月準備を行い、レシピエントの入院期間は1カ月程度、ドナーは10日程度となります。献腎移植は、移植ネットワークに登録し平均15年程の待機期間がありますので、その間は透析治療を行うこととなります。治療費ですが、ドナーの医療費はレシピエントに請求され、合計すると生体腎移植、献腎移植共に600万円程度となります。しかし、移植後は「更生医療」が適用となりますので、医療費の限度額に応じて自己負担は10万円程度となります。

腎移植は、腎不全の根治的治療になりますが、現代の透析療法も進化を遂げています。個人の生活に合った治療方法を選択することをお勧めします。

【泌尿器科・腎移植チームから】

腎不全・透析医療・腎移植のご相談はお気軽にどうぞ。移植専門看護師が常勤しており、薬剤師、栄養士など様々な職種が一丸となってサポートさせていただきます。不明な点などがございましたら、いつでも泌尿器科外来にお問い合わせください。



設定レシピエント移植コーディネーター 安藤 伸 泌尿器科 外来スタッフ一同

便秘は、おとなだけでなく、こどもでも多い病気です。便がなかなか出なかったり、便が出る時におしりが痛くて、つらい思いをしているお子さんも少なくありません。また、便秘をほおっておくと、どんどん悪化してしまうこともありますので、注意が必要です。

1. 便秘とは

便の回数が少ない、便が出にくい状態を便秘と言います。便の回数が週に3回より少ないときや、便が出るときに痛みや出血がある場合です。また、便がたまりすぎた結果、少しの便がもれたりすることもあります。便秘が1ヵ月以上続いて、治療が必要な状態を便秘症と言います。

2. 便秘の原因は？

便秘のほとんどは、はっきりした原因が見つからない、体質的なものです（「機能的便秘症」といいます）。

これに対して、生まれてすぐからの便秘や、強い腹痛・嘔吐がある、体重が増えないなどの症状を伴った便秘や、治療をしてもまったく良くなるような便秘では、腸や肛門に病気があったり、ホルモンや神経の病気が原因でおきる便秘の可能性があります。こういった症状があるときには、くわしい検査が必要になることがあります。

3. 便秘の悪循環

便が腸の中に長くとどまっていると、便の水分が吸収されて硬くなってしまいます。こうなると、便が出る時におしりがひどく痛んだり、切れたりしてしまい、便をがまんするようになってしまいます。便をがまんしてしまうと、ますます便が硬くなる悪循環にはいってしまいます。それに加えて、腸も便がたまっていることに慣れてしまうので、ますます便秘がなおりにくくなってしまいます。

そういった悪循環になる前に治療をはじめることが大事です。多くの場合、お子さんが快適に排便できる状態が続けば、便秘はだんだん良くなっていくことが多いです。

4. 生活習慣を見直しましょう

便秘の治療では、クスリなど病院からの治療も大事ですが、生活習慣や食事なども大事になってきます。

① トイレの習慣をつけましょう

- トイレに行きたくなったら、がまんせずに行くようにしましょう。
- ゆとりのある時間にトイレにすわる習慣をつけましょう。
- トイレトレーニングが便秘症の原因になることもあります。便秘がなおってから、無理せずはじめましょう。

② 規則正しい生活をしましょう

- 朝食の後に、腸の動きがいちばん活発になります。早寝早起きをし、ゆっくりした朝食をとれるようにしましょう。

③ 食事にも注意をしましょう

- おとなの便秘と同じく、食物繊維をとることも大事です。野菜・豆類・イモ類・海藻・果物などを多くとるように心がけましょう。

5. こんなときは受診してください

5日以上便が出ないときや、ふんばっても便が出てこない、または、コロコロの便が少し出るだけ、というようなときには、たまっている便を出してあげる必要があります。早めに小児科を受診してください。

便秘の治療が順調にすすめば、1～2ヵ月で便がスムーズに出るようになることが多いです。

お子さんの便秘でお困りの場合は、ぜひ小児科で相談してみてください。



がん患者さんのための就労支援

～ハローワーク旭川による出張就職支援のご案内～

- ◆ 通院の必要はあるが、働きたい。
- ◆ 自分の病状、体力にあった仕事を見つけたい。
- ◆ 治療と仕事の両立の仕方について教えてほしい。
- ◆ しばらくぶりに仕事に戻ることに不安を解消したい。
- ◆ 就職活動で、企業に病気のことを伝えるべきか迷っている。
- ◆ 仕事復帰に際して、どんなスキルが必要か知りたい。

こんな悩み・不安をハローワーク旭川が解消します

ハローワーク旭川では、キャリア・コンサルティングの資格や人事労務管理の経験がある、専門の就職支援担当者「就職支援ナビゲーター」を配置。マンツーマンであなたの就職を支援します。能力や適性、病状、治療状況などを考慮して、あなたにぴったりの仕事をご紹介します。

- 症状、通院状況に配慮した求人を探します。
- 仕事復帰の不安解消のための相談に応じます。
- 応募書類の作成や面接の受け方についてアドバイスします。
- 職業訓練や就職支援セミナーなどをご紹介します。

ハローワーク旭川の就職支援ナビゲーターが
市立旭川病院 がん相談支援センターで皆さまの相談に応じます。予約制ですので、ご希望される方はぜひ、ご連絡ください。

【受付方法】

市立旭川病院「がん相談支援センター」（正面玄関横）へお申し込みください。

電話 24-3181 内線5372



市立旭川病院



北海道労働局 ハローワーク旭川

近年、日本人の大腸がんは急速に増加しており、がん死亡において大腸がんは男性で第3位、女性では1位を占めています。大腸がんによる死亡を減少させるためには、大腸がんとはどのようなものか、大腸がんの「もと」とされている大腸ポリープについての理解が重要です。

2014年に日本消化器病学会から、大腸ポリープガイドラインが刊行されましたが、大腸ポリープガイドラインについてわかりやすく解説したいと考えます。お読み頂き、大腸がん、ポリープの理解を深め、消化器内科医師と一緒に大腸がん、ポリープを克服しましょう。今回はその第7回目です。

**Q7 大腸ポリープの内視鏡切除後はどうしたら良いですか？
偶発症についても教えてもらえますか？**

内視鏡でポリープを摘出した場合、顕微鏡で検査を行い、その結果と切除したポリープの個数や大きさなどに基づいて、その後の方針や経過観察の方法（次回の検査時期）を決定します。

また、大変まれではありますが、内視鏡治療の際に多くの電流が流れたり、深く切除されたりすることで大腸に穴が開いてしまう場合（穿孔）や、切除した部分から出血する場合があります（穿孔の頻度は約0.2%、出血の頻度は約0.4%）。これらの偶発症は、多くは治療の際に発生しますが、出血は治療後数日たってから起こることもあります。いずれもほとんどの場合、クリップで穴をふさいだり、止血することが可能です（下図）。ただし、穿孔は手術が必要となる場合もあります。

文責：消化器内科 齊藤裕輔

内視鏡的ポリープ切除

