



## はじめまして

### 荒川さま

おとうさん  
浩樹さま  
おかあさん  
あかねさま  
赤ちゃん  
幸希(こうき)ちゃん  
平成22年4月10日生  
3,106g 男の子



駐在先である中東・アブダビにて妻からのメールで無事に子供が生まれたことを知りました。結婚9年目でやっと授かった子であり、大いに喜びました。

帰国後、初めて我が子を抱いたときに見た我が子の何とも言えない頼りなげな瞳が忘れられません。この子を命掛けて守り育てていく、そう強く思いました。その後、担当の先生から出産当日の帝王切開に踏み切る決断がもう少し遅かったらこの子の命は危なかったと聞き、この子の出産に携わって頂いた全ての方への感謝の気持ちでいっぱいになりました。本当にありがとうございました。

## 私の好きな風景



大学の眼下より海が間近に見られ、天気の良い日には能登半島の一部を確認できる。お盆の頃、能登有料道路内瀬料金所付近は、観光客や帰省客の車で長蛇の列となる。真青な海に釣り船が行き交い、海岸線の上空をモーターパラグライダーが気持ちよさそうに飛んでいる風景を眺めていると気持ちが安らぎストレス解消となる。

(撮影:中谷 渉)

## 編集後記

本年度より、病院ニュース編集委員のメンバーになりました。編集委員長、委員の皆さまと共に、医療と健康に関する情報を患者さまへ届けさせていただきたいと思っております。

私事ではありますが、健康増進のため、6月からフィットネスクラブに通い始めました。運動する習慣が全くなかった私にとっては革命的なことです。心身の健康を保ちながら、日々の業務に携わらせていただきたいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。

浦川 亜矢

院内にご意見箱を設置しております。みなさまの「声」をお聞かせください。



## 病院運営の基本方針

1. 患者さま中心の病院運営を行います。
2. 安全で信頼される医療の提供に最善を尽くします。
3. 患者さま・ご家族への“説明と同意”を徹底します。
4. 高度先進医療、質の高いチーム医療を推進します。
5. 地域の中核医療機関として地域医療連携・支援を推進します。
6. 良医の育成と医療人の教育・研修を推進します。
7. 働き甲斐のある健全で活力ある病院づくりに努めます。

## 患者さまの権利

当院は、医療の中心は患者さまであると認識し、患者さまには次のような権利があることを宣言します。

- 安全で良質な医療を公平に受けることができます。
- 病気や治療内容について、分かりやすい言葉で説明を受け、ご自分の希望や意見を述べるすることができます。
- ご自分の意思で治療方法や医療機関を選択することができます。
- 診療記録の開示を求めることができます。
- 他の医療機関に受診することを希望される場合は、必要な情報提供を受けることができます。
- プライバシーは尊重され、個人情報には厳重に保護されます。
- 臨床研究に関して十分な説明を受けたうえで、その研究に参加するかご自分の意思で決定できます。また、いつでも参加を取り消すことができます。

## 患者さまへのお願い

当院は、大学病院としての社会的使命を果たすため、様々な医療を提供しています。患者さまには、次のことをご理解いただき適切な医療を行うためご協力くださいますようお願いいたします。

- 健康状態、その他必要なことを可能な限り正確にお話してください。
- 説明を受けてもよく理解できない場合は納得できるまでお聞きください。
- 治療を受ける場合は、医療スタッフの指示に基づき療養してください。
- 病院のルールを守り、他の患者さまの迷惑にならないようご配慮ください。
- 当院は教育・研修施設として医学生・看護学生等の臨床教育実習を行っておりますので、ご理解とご協力をお願い申し上げます。

モットー **いつでも 誰でも 安心してかかれる病院**

あなたに贈る健康へのメッセージ—— 知ってください病院のこと、身体のこと

# 医科大どおり

2010  
夏

第16巻  
第2号

医科大どおり

【夏】2010 季刊誌第16巻第2号 発行/金沢医科大学病院

編集/金沢医科大学病院二コーズ編集委員会



獅子吼高原のパラグライダー (イメージ)



金沢医科大学病院

## 病院の理念

私たちは「生命への畏敬」を医療活動の原点として次のような病院を目指します

- 患者さま中心の安全で質の高い医療を提供します。
- 人間性豊かで有能な医療人を育成します。
- 新しい医療の研究・開発を推進します。
- 地域の医療機関と協力し地域の医療福祉の向上に貢献します。

最新 Topics

# 子宮頸癌を防止する ヒトパピローマウイルス 感染予防ワクチン



産科婦人科  
教授 牧野田 知

最近、20~30歳代の若い女性の子宮頸癌が増加しています。子宮頸癌の原因はヒトパピローマウイルス(HPV)です。このウイルスは性行為によって感染しますが、子宮頸部クラミジア感染の4倍も多く発生しています。HPV感染は、ほとんどの女性が一生に一度はかかるとされており、ほとんどは3年以内に自然消失します。持続感染化すると子宮頸部上皮内新生物(CIN)と呼ばれる前がん状態となり、さらに10年以上を経て子宮頸癌になります(図1)。HPV感染者1,000人に1人ぐらいの頻度で癌が発生します。進行癌になるまで全く症状がないので、がん検診で見つける必要があります。

子宮頸癌を減らす目的で、HPVワクチンが開発されました。このワクチンはHPVと同じような構造を有しますが、HPV遺伝子を含まない空粒子(virus-like particles: VLP)です。感染性が全くないため、安全なワクチンです(図2)。このワクチン接種によって、最も悪性のHPV16、18型の感染を100%防ぐことができますが、すでに感染している人には無効です。したがって、性交経験のない女性に接種するのが最適です。

初回、1ヶ月後、6カ月後の3回の筋肉内接種が必要であり、当院では約4万円で接種できます。性交未経験女子全員に接種すれば、将来、子宮頸癌は7割以上減るとされています。特に20歳代に発生する頸癌は10分の1に減る可能性があります。我々は国や自治体に呼びかけて、小中学生女子に対してHPVワクチンの公的補助をお願いしています。学会は45歳まで接種を認めていますが、接種する意義(費用対効果)があるのはせいぜい30歳代ぐらいまででしょう。

子宮頸癌は誰でもかかりうる癌であること、その一方で、簡単に予防できる癌でもあるということを知ってください。そして、「未成年の娘にはHPVワクチン、成人やお母さんは子宮頸癌定期検診を受ける」ことを心がけてください。検診は、性行為経験して3年後から開始し、続けて3回正常であれば3年毎でもいいとされています。またHPV-DNA検査併用検診で陰性であれば5年間は安心とされています。

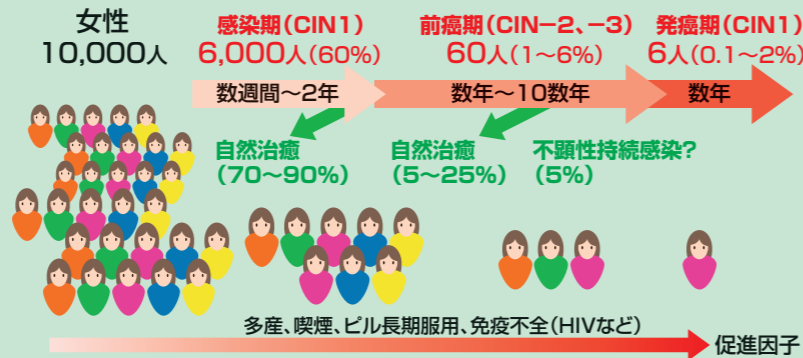
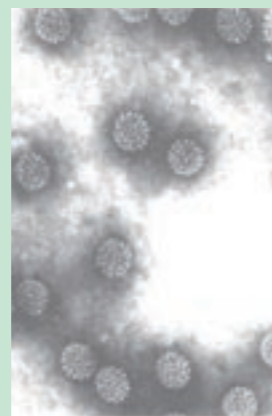
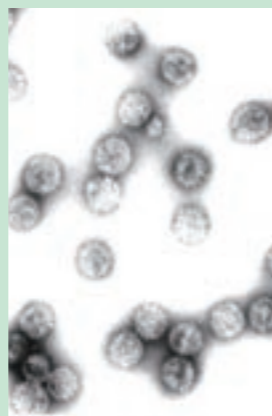


図1. HPV感染から発癌までの自然史と HPV 以外の関連因子



HPV1 型粒子  
(Finchi 博士より寄贈)



HPV16 型様粒子  
(笹川が作成)

図2. 自然の HPV 粒子と HPV 様粒子 (virus-like particle: VLP)



【記】産科婦人科  
准教授 笹川 寿之

## アンチエイジング⑥

健康情報のコーナーでは、アンチエイジング(老化防止)をテーマにシリーズで紹介しています。今回は、腸の老化防止に役立つ栄養素である食物繊維についてお話いたします。

### ■食物繊維とは！

食物繊維は人の消化酵素では消化できない成分で、腸内環境を改善し、糖尿病や脂質異常症などの生活習慣病予防が期待されています。さらに、食物繊維は水に溶けない不溶性食物繊維と、水に溶ける水溶性食物繊維に分類され、それぞれ生理作用に特徴があります。

※脂質異常症とは、血液中の中性脂肪やLDL(悪玉)コレステロールが過剰な状態、またはHDL(善玉)コレステロールが少ない状態をいいます。

### ■食物繊維の働きと多く含まれる食品！

不溶性食物繊維と水溶性食物繊維のそれぞれの働きと、多く含まれる食品は以下の通りです。食物繊維は、種類によって働きが異なりますので、多種類の食品を組み合わせるとることが大切です。

●不溶性食物繊維の働き	便秘や痔の予防、大腸がんの予防、食べ過ぎの防止、あごの強化、虫歯の予防
◆不溶性食物繊維が多い食品	米や麦など穀類、芋類、豆類、野菜、未熟な果物、きのこ、かにやえびの殻 など
●水溶性食物繊維の働き	腸内環境の改善、血糖上昇の抑制(糖尿病の予防)、脂質異常症の予防、高血圧の予防
◆水溶性食物繊維が多い食品	野菜、熟した果物、海草、こんにやく など

### ■食物繊維を上手に摂るには？

食物繊維は意識してとらないと、不足しがちといわれています。そのため、野菜や豆類、海草などを使用した料理、例えば、日本の伝統食である金平ごぼうや五目豆、ひじきの煮物などのお惣菜を食卓に並べると、上手に食物繊維を摂ることが出来ます。

#### ★食物繊維を上手にとるコツ

- 野菜は1日350g以上とりましょう。そのためには、野菜料理を5皿以上摂りましょう。(※きのこや海草の料理でもよいです。)
- 野菜料理をとる場合は、生野菜にこだわらず、煮物やおひたしなど、茹でた野菜の料理を取り入れましょう。火を通したほうがかさが減って、たっぷり食べられます。
- ご飯に玄米や麦を加える、食パンは全粒パンやライ麦パンを選択すると食物繊維が増えます。



日本の伝統料理

(記：栄養部 管理栄養士 木村 律子)

感染症特集②

# はやり目について

はやり目は、昨年話題になった新型インフルエンザと同様のウイルス感染症で、アデノウイルスというウイルスが原因となります。結膜に感染し、結膜炎を発症します。結膜とは黒目(角膜)の周囲からまぶた(眼瞼)の裏まで連続して覆っている粘膜の一種で、外界から眼球を保護する役割があります。結膜には外部からの刺激によるさまざまな炎症が起きます。花粉によるアレルギー性結膜炎や細菌による細菌性結膜炎などがそれにあたります。

はやり目は眼科領域の感染症の中でもっとも伝染しやすい疾患として注意が必要です。一人の患者さまから、家族内や学級内に伝染して広がり、学級閉鎖となることもあります。学校伝染病に指定されている感染症であり、もし発症したら職場や幼稚園、学校をお休みして、伝染予防に努めなくてははいけません。

それではどのような症状がある時にははやり目を疑ったらいのでしょうか？  
臨床症状から、流行性角結膜炎と咽頭結膜熱の2つのタイプがあります。

## 流行性角結膜炎

流行性角結膜炎では、涙が出て、目がコロコロするとともに、まぶたが腫れ、めやにが出てきます。充血(白目やまぶたの裏が赤くなる)、まぶたの裏のプツプツ(濾胞)も認められ、また耳の前のリンパ節が腫れることもあります。両眼に発症しますが、片眼の発症が遅れると、その目の症状は軽く経過することが多いようです。角膜に炎症を生じることもあり、その場合には角膜が混濁し視力が軽度低下してきます。

## 咽頭結膜熱

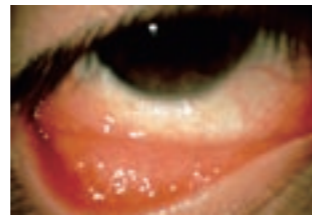
咽頭結膜熱では流行性角結膜炎に比べて結膜炎症状は軽度であり、上気道炎や発熱などの感冒様症状を伴うことが多く、小児の夏風邪として流行することもあります(プール熱)。

潜伏期は、流行性角結膜炎では7~14日、咽頭結膜熱では5~7日と長く、その間に接した人に伝染させている危険があります。接触により感染しますので、手洗いをしっかり行うとともに、タオルや洗面用具などは家族と別にする必要があります。治療までには10日から2週間程度かかりますが、炎症が軽快してくれば、眼科医の判断により登校が許可されます。

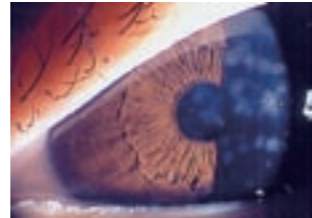
はやり目の診断は上に述べたような目の症状が参考となり、また家族に同様の症状があれば、まず確実と考えていいでしょう。眼科外来では、アデノウイルスの抗体を用いた診断キットで確定診断を行います。

治療ですが、アデノウイルスに有効な薬はまだ開発されておりません。細菌との混合感染を予防するために抗生物質の点眼を行い、炎症を抑える目的で抗炎症薬の点眼を併用します。角膜炎にたいしてはステロイド薬の点眼が有効です。

【おことわり】エンテロウイルスによる急性出血性結膜炎も、アデノウイルス結膜炎と同様に伝染力の強いはやり目ですが、石川県地方ではとてもまれであり、ここでの解説は割愛しました。



**流行性角結膜炎**  
結膜の充血と濾胞(まぶたの裏のプツプツ)がみられます。



**流行性角結膜炎の角膜混濁**  
角膜内に多数の円形混濁がみられます。



**アデノウイルス結膜炎の症状**



**感染予防対策** (Copyright: Santen Pharmaceutical Co., Ltd)

(記：眼科 教授 北川 和子)

## 部位別がんの克服シリーズ②

# 前立腺癌 密封小線源療法



泌尿器科 教授 鈴木 孝治

## 1 悪性リンパ腫とは

前立腺癌は生活・食事の欧米化、人口の高齢化、検診や人間ドックでの血液検査 (PSA検査) などによりわが国でも発生が急増しています。厚生労働省は10年後 (2020年)には肺癌に次いで多く発生する癌と予測しています。

## 2 前立腺癌の治療法

前立腺癌の治療は内分泌療法、手術、放射線療法が三本柱です。

早期前立腺癌の治療はこれまで手術が中心でしたが欧米で密封小線源療法という新しい治療法が開発され、金沢医科大学病院でも2007年3月から100名以上の患者さまに治療を行ってきています。治療から日にちの浅い患者さまもおいでますが、すべての患者さまが治療後の再発を生じることなく過ごされています。

## 2 前立腺密封小線源療法とは?

弱い放射線を出す小さなチタンカプセルを前立腺内に50~100個ほど埋め込んで癌を治す治療法です。

この治療の利点は、①短期間(3泊4日)の入院で治療できること。②手術ができない高齢の方にもできること。③性機能の温存が良好であること。④尿失禁の合併症が少ないことなどです。ごく稀に直腸や尿道などに合併症が起こることもありますが、多くの患者さまで日常生活の高い質が保たれます。当院で治療された患者さまの半数程度に治療後半年間ほど頻尿や排尿困難などの副作用を認めましたが一年後には治療前と同じように回復しています。また、再手術を必要とするような大きな合併症は一人も認めていません。このように治療効果が良好で身体への負担が少ないことがこの治療の特徴です。

ただし、癌が前立腺内に存在していること(早期癌)がこの治療の条件になります。

治療費は保険の適応になります。また、高額療養費の申請を行えば一定金額以上は還付されます。

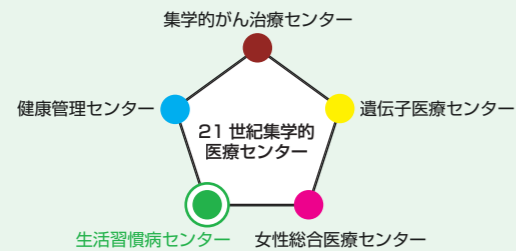
火曜日13~15時に宮澤准教授が前立腺外来を行っていますので密封小線源療法に限らず前立腺癌に関するご質問・ご相談がございましたらお気軽にお問い合わせください。



【記】泌尿器科 准教授 宮澤 克人

21世紀集学的医療センター特集 ②

# 生活習慣病センター



生活習慣病センター  
教授 松井 忍

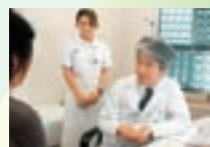
生活習慣病といえば、肥満(特に内臓脂肪蓄積)、高血圧、脂質代謝異常、糖代謝異常を併せ持つことにより動脈硬化の促進ならびに心血管疾患の発症が高くなることが言われているメタボリックシンドロームという言葉が一番初めに思い浮かぶでしょう。しかし、生活習慣病はそれだけではありません。ここに平成18年人口動態統計より10大死因を示します。1位は悪性新生物、2位は心疾患、3位は脳血管疾患、4位は肺炎、5位は不慮の事故、6位は自殺、7位は老衰、8位は腎不全、9位は肝疾患、10位は慢性閉塞性肺疾患です。10大死因のうち1位から4位と10位は、喫煙が大変強い危険因子です。この他アルコールにより脂肪肝が発症したり、ストレス等により睡眠障害やさらには鬱状態に発展するケースもあります。

つまり、生活習慣病は、動脈硬化性疾患だけでなく、日々の生活習慣から引き起こされる体調の変化や多くの疾病も含んでいるのです。

このような病態に対する基本的な治療法は、原因となっている生活習慣を変えることですが、実際はなかなか困難です。けれども、生活習慣病から脱出する一歩は、少しずつでも改善のための習慣を早く身につけることです。

当センターでは、外来診察に加え、よりきめ細やかな食生活の指導や心肺負荷検査をもとにした運動指導、禁煙外来での禁煙指導、睡眠外来などの専門の医師、看護師、栄養士、保健師がお互いに連携をとりながらその人に応じたアドバイスや指導が出来るような環境を整えています。

## 生活習慣病センター



診察・包括指導



禁煙指導



食事指導



運動処方・指導



【記】生活習慣病センター  
講師 上西 博章

## 私の健康法を紹介します

### 私の健康法①

総合医学研究所 所長 (教授) 竹上 勉



**何** と言っても一番は「ビール」!ではなく、「汗」をかくことでしょう。ビールも汗をたっぷりかいた後での話。汗をかく手段としては、つい最近まではテニス、このところは山辺でのちょっとした運動。継続しているのは「気まま」ジョギング(4.5km)です。今年に入ってから以前より回数が減り、月1、2回という状況になっていますが、ジョギングする上での基本は天気と「気分が良い時」が前提条件です。いずれの運動も「楽しみながら」が大事です。必要以上に身体のことを考えるのではなく、楽しむことを先ず考えたいものです。『病は気から』という表現は普遍的でしょう。ただしあまり無理せず、痛む時は病院へ、も基本です。



### 私の健康法②

脳神経外科 教授 赤井 卓也



**私** は脳神経外科医ですので、「脳卒中」にならないためにはどうしたら良いですか。」といった質問をよく受けます。そのときは、①夏に限らず、冬も室内は乾燥しますから脱水に注意が必要で喉が渇いたら水分を摂るように、②気温差が激しいところ(暖かいリビングと寒い廊下やトイレ)の出入りは要注意でできるだけ温度差は少なく、③禁煙し、漬物、佃煮、干物、味噌汁などの高塩分食は控えるように、④できるだけ規則的な生活をするように、などお話しています。さて、「私の健康法」という課題をいただいて、自分を振りかえってみるとどうでしょうか。最近、外来で「お大事に」と言うと、「先生もお大事に」と声をかけられることがあります。少し危なそうな気配が私にあるのかもしれませんが。先にあげた①から③は実践しているのですが---。その他には、寝る直前まで食べたり飲んだりしないこと、意識して野菜を多く食べること。ストレスがたまると運動して汗をかくことでしょうか。運動をしていると仕事のあれこれを忘れてたり、逆にふと良いアイデアが浮かんだりします。時々、運動過剰になることがあり、ずっと続けられるようにほどほどの運動にしないと、と反省しています。



## お知らせ

### 感染症科が開設されました

#### 感染症科の役割

臨床感染症学講座の設置とともに、感染症科が開設されました。院内では毎日のように多くの感染症が発生しています。当科スタッフである感染症専門医が治療の難しい症例を中心に診療支援を行います。また院内感染対策においても中心的な役割を担います。

#### 診療対象

主治医からの依頼に基づき、院内で発生した様々な感染症の診療支援を感染症専門医が担当し行います。また、重症感染症例については、依頼の有無にかかわらず診療支援を行い、予後の改善を目指します。

※現在外来診療は行っておりません。

(記: 感染症科 教授 飯沼 由嗣)