

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

2009

秋

第15巻

第3号

医科大どおり



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

耳鼻咽喉科



耳鼻咽喉科
教授 三輪高喜

感覚器の時代

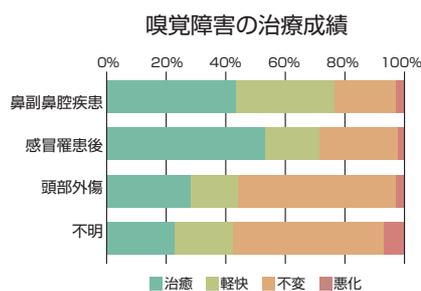
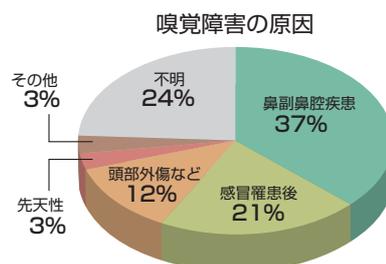
21世紀は感覚器の世紀と呼ばれています。人々の暮らしが豊かになり、病気の治癒率も高まったため、次に求められるものが生活の質の向上であるためです。ご存知の方も多いでしょうが、いわゆる人間の五感とは「視覚」、「聴覚」、「嗅覚」、「味覚」、「触覚」です。この中で視覚と聴覚が生きていく上で重要であることは間違いありません。それに対して嗅覚と味覚はあまり重要視されることはありません。しかし、嗅覚が障害されると、「食べ物が腐っていてもわかりにくい」、「ガス漏れや煙に気付かない」という困ったことが起こりますし、「食べ物がおいしくなくなる」、「花やお香の匂いがわからない」など、日常生活の潤いが失われてしまいます。

嗅覚障害

においがわからない、においが弱くなったなどの嗅覚障害で悩んでいる方は決して少なくありません。嗅覚障害の原因として最も多いのは、副鼻腔炎(蓄膿症)によるもので、次いで感冒罹患後、外傷性と続きます。また、原因がわからない嗅覚障害も24%と少なくありません。最近では、パーキンソン病やアルツハイマー病による脳の症状が出る前に嗅覚障害が現れることがわかりました。嗅覚障害がこれらの病気の早期発見につながる可能性があります。

それでは嗅覚障害はどれくらい治るのでしょうか?かつては治らないと思われていましたが、私たちの治療により、原因が副鼻腔炎や感冒によるものでは、7割以上の方が良くなっていることがわかりました。

治療方法としましては、副鼻腔炎の場合は内服薬と点鼻薬による治療を行い、良くならない方には、内視鏡を使った手術を行います。感冒罹患後の方には漢方薬による治療を行っています。時間はかかりますが、苦痛の少ない治療で良い結果を得ることができています。



嗅覚・味覚外来

耳鼻咽喉科では従来の耳鳴りや難聴に対する難聴外来、めまいに対するめまい外来に加えて、嗅覚・味覚外来を設けました。嗅覚障害の原因や程度を正しく知ることは案外難しく、検査の煩雑さや設備の問題から嗅覚外来がある病院は国内外を見渡してもほとんどありません。的確な診断と治療を目指して、ひとりでも多くの患者さまに潤いのあるより豊かな暮らしを提供することを目指しています。



嗅覚検査装置

がん克服シリーズ③

体にやさしい大腸がん手術 —腹腔鏡手術—



一般・消化器外科
教授 小坂健夫

1 大腸の働きと大腸がん

大腸は消化吸収された残りの食物をため、水分を吸収しながら大便にするところです。約2mの長さがあり、結腸と直腸に分けられます。大腸粘膜のあるところではどこからでもがんができますが、日本人ではS状結腸と直腸が大腸がんのしやすい部位といわれています。

2 大腸がんの治療法は？

大腸がんの治療は病巣の切除が基本です。早い時期に発見すれば内視鏡的切除や外科療法(手術)により完全に治すことができます。外科療法では大腸の切除とともにリンパ節郭清(かくせい)と呼ばれるリンパ節の切除も行われます。しかし発見が遅れば、肺、肝臓、リンパ節や腹膜などに切除困難な転移がおり、外科療法だけで直すことは困難になります。こうした時期では、外科療法に加え放射線療法や化学療法(抗がん剤治療)が行われます。

3 大腸がんに対する腹腔鏡手術

最近、大腸がんに対する新しい手術方法、腹腔鏡手術が注目されています。この腹腔鏡手術は、従来の開腹手術と比べると小さな傷口で切除が可能ですので、術後の疼痛も少なく、術後10～14日で退院できるなど患者さまの負担の少ない、体にやさしい手術方法です。炭酸ガスで腹部を膨らませて、腹腔鏡を腹部の中に入れてその画像をモニターで見ながら小さな孔から細い手術器具(腹腔鏡鉗子など)を入れて手術を行います。切除したがんを摘出するために1ヶ所、4～5cmくらいの傷が必要です。

腹腔鏡手術は近年開発された手術方法であり、特殊な技術・トレーニングを必要とし、外科医のだれもが安全に施行できるわけではありません。それゆえ、大腸がんに対する腹腔鏡手術を導入していない施設も数多くあります。一般・消化器外科では昨年より、この腹腔鏡手術を導入し、大腸がん患者さまの手術侵襲の軽減、QOL(生活の質)の向上や早期社会復帰に貢献しています。詳しくは当科外来(専門医)にご相談ください。

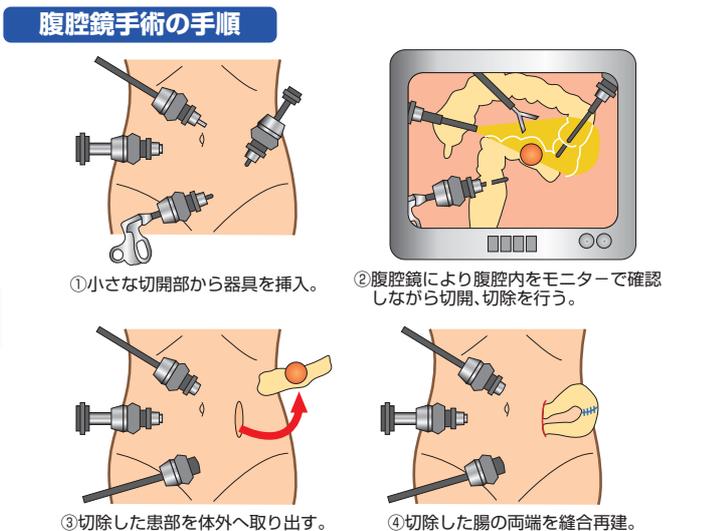
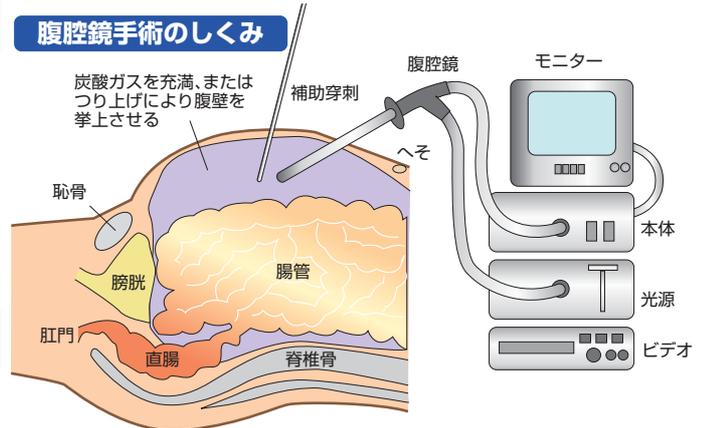


図1 大腸がんに対する腹腔鏡手術



図2 術中風景

(記:一般・消化器外科 准教授 表和彦)

性差医療

更年期から考える「セカンドライフ」のヘルスケアプラン

～閉経後の30年間・人生の約1/3をどうすごしますか?～大切なパートナーのために

今回は、女性ばかりではなく大切なパートナーのためにぜひとも男性によんでいただきたいです。

女性が誰しも通る道で、閉経後につづくセカンドライフをどううまく乗り切るか、つまり、更年期といかに上手に付き合うかの知恵が産科婦人科や女性総合医療センターにあります。

閉経とは・・・

閉経平均年齢は50歳前後で、卵巣機能が急激に低下して月経がとまり、1年間月経がないことを確認して閉経となります。

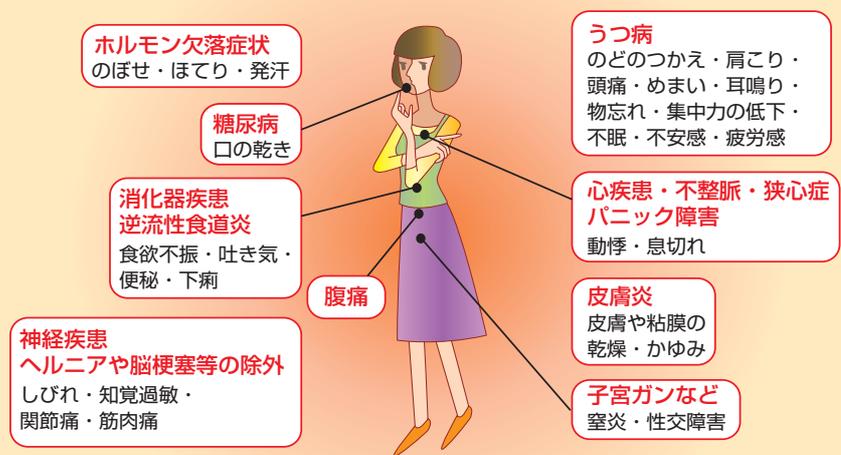
女性の体に大切なホルモン・・・

女性の身体は一生を通じて、卵胞ホルモンであるエストロゲン、黄体ホルモンであるプロゲステロンに影響を受けています。特にエストロゲンは女性のライフステージによって分泌量が大きく変化します。

エストロゲンが欠乏することで起こる様々な不調には次のようなものがあります。

このような様々な症状はその個人が置かれている環境や社会的地位、心理状態にも関係するため、感じ方や症状の種類、症状を感じる年齢が一人ひとり異なります。

更年期障害のさまざまな症状



これらの症状を感じたら、女性総合医療センターに相談してみましょう。

更年期といかにうまく付き合うか・・・

症状が一人ひとり違うにもかかわらず、自己判断で何か悪い病気ではと思い込み、様々な診療科を受診した結果、問題がないと言われると、かえって不安が募る事もあります。自分一人で考え込まず、「もしかして私は・・・」「もしかして妻は・・・」と思われたら産科婦人科もしくは女性総合医療センターの受診をお勧めいたします。

女性総合医療センターでは、診断・治療だけではなく予防的な医学知識の普及、各診療科の専門医へご紹介をしております。

更年期との上手な付き合い方をアドバイスし、年齢を重ねてもなお輝きを増せるようお手伝いしたいと考えております。

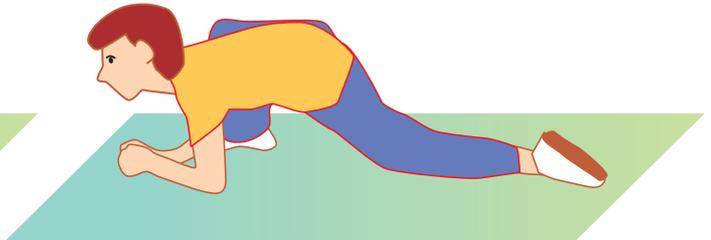
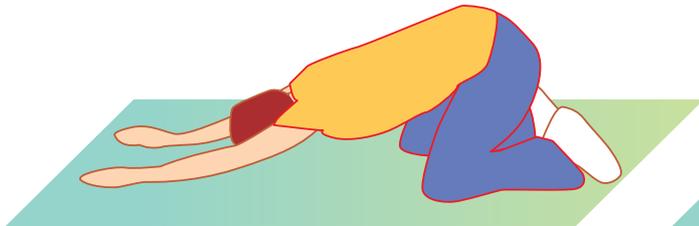
(記 : 21世紀集学的医療センター生活習慣病・女性総合医療センター 赤澤純代)

家庭でできるストレッチ

スポーツを楽しむためのストレッチ

スポーツの秋です。町内や学校の運動会などに参加する機会も多いことでしょう。

今回は怪我を予防し、スポーツを楽しむためのストレッチングです



- 四つんばいの姿勢から、ゆっくりとお尻を後方に引き、肩を引き伸ばすようにしながら、さらに胸を床につけるようにする。この姿勢で10数える。

注意 お尻を後方に引くような感じで、背筋を伸ばす。

効果 肩関節、上背部の筋、臀筋、胸筋を伸ばす。

- 前脚のかかとを基準にして、後ろ脚を後方へ伸ばす。この姿勢で10数える。

注意 後ろ脚は曲げない。上体は、前脚にそって下方へおろす。左右とも行う。

効果 股関節、背筋、大腿部前側の筋、ふくらはぎ、アキレス腱を伸ばす。

(記:体育学 田村暢熙)

運動教室
のご案内

開催日 ■月に2回(土曜日)
時間 ■午前11時(約40分)
場所 ■病院新館12階大会議室
参加費 ■無料
参加資格 ■どなたでも(運動できる服装でお越しください。)

当院では、一般の方を対象とした運動教室を開催しています。お問い合わせは21世紀集学的医療センター事務課(内線番号5234)まで。

お知らせ

中央臨床検査部「ISO15189認定を取得」

当院の中央臨床検査部は、2009年3月23日付でISO15189認定を取得しました。ISO15189とは、品質マネジメントのISO9001と試験所品質システムのISO/IEC17025をベースにして2003年に制定された臨床検査室の品質と能力に関する国際規格です。日本では、第三者機関である財団法人日本適合性認定協会が臨床検査室の能力や検査精度の管理を多方面にわたって審査し、保証された検査結果を報告する検査室であることを国際的に認定します。300余りの厳しい要求事項をクリアする必要があり、大学病院としては、北海道大学、九州大学、熊本大学、東京大学等が取得していますが、私立大学では当院が初めて取得しました。石川県内でのISO15189認定機関はまだ当院のみですが、全国的には徐々に増えてきています。病院機能評価認定とともに、今後とも患者さまに質の高い医療サービスを提供するための活動を推進していきます。



新型インフルエンザについて

2009年6月、世界保健機関(WHO)により豚由来インフルエンザA/H1N1ウイルス感染症の世界的大流行(パンデミック)が宣言されました。我が国を含む世界は、新型インフルエンザのパンデミックが近々起こることを想定し、以前より準備を進めてきましたが、想定されたものと実際に出現したパンデミック株ウイルスとは大きく異なっていました。それまで第一候補と考えられていたのは鳥インフルエンザA/H1N1由来のウイルスですが、実際に流行したのは豚由来のA/H1N1でした。今回の新型インフルエンザの臨床像は、季節性インフルエンザと概ね類似していますが、未知の部分も多く、エビデンスも不十分です。しかし本疾患はすでに一般の人々が日常的に接する疾患になりつつあり、その感染対策をどうするかは極めて現実的な問題です。ただし、インフルエンザの感染制御は容易ではなく、また主に社会生活のなかで伝播するため、医療機関を中心とした感染制御には限界があります。

これだけのことが本当に大切!!

【2009～2010インフルエンザシーズン用基本情報セット】

1. 手っ取り早く適切な行動を知りたい

- 1) かからないための手洗い励行
- 2) うつさないための咳エチケット[※]と外出の自粛

2. 新型インフルエンザについて最低限理解したい

- 1) ほとんどの人が軽症で回復していること
- 2) ただし、妊婦や基礎疾患をもつ人は重症化する可能性があること

3. 少し客観的に事態を受け止めたい

- 1) 季節性並みといってもインフルエンザの罹患者は毎年1千万人ほど
- 2) 超過死亡による推計では1万人ほどの死亡例
- 3) 新型インフルエンザの罹患者数が増えれば、単純にそれだけで重症化例や死亡例の絶対数は増加の可能性があること



【2009～2010インフルエンザシーズン用基本メッセージ要素】

- 積極的な予防行動が感染のリスクを下げます
- 感染のリスクは自分の行動しだいで増減します
- 感染予防は個人・家庭・企業のメリットになります
- 誰もが同じ感染のリスクを負っています
- 妊婦や慢性疾患をもつ人などが要注意です

※咳エチケットとは：人に向かって咳をしない、マスクの装着など

アンチエイジング③

アンチエイジング特集の前号では、栄養面からのアンチエイジング(老化防止)をテーマに、活性酸素の害から体を守る抗酸化物質の存在についてお話ししました。今回はビタミン以外で、抗酸化作用がある機能性成分についてお話ししたいと思います。

■抗酸化作用のあるフィトケミカルとは？

ビタミン以外にも、抗酸化作用のある機能性成分が注目を集めています。これらは、総称してフィトケミカルと呼ばれ、植物の色素や香り、アクなどの成分で、野菜や豆類、芋、海草などの植物性食品に含まれます。代表的なフィトケミカルには、ポリフェノール類、カロテノイド類、イオウ化合物などがあります。

■フィトケミカルの働きとは？

植物は紫外線の害から身を守るために色素やアクなどの成分を作り出していると考えられており、そういった成分は人にとっても有効です。ほとんどのフィトケミカルには抗酸化作用があり、老化防止に働きます。また、フィトケミカルは一つの成分でとるよりも、さまざまな成分を組み合わせるとるほうが効果的です。

■フィトケミカルを含む食品とは？

ここでは、代表的なフィトケミカルの一部をご紹介します。ポリフェノールの一種であるフラボノイドやカロテノイドは数千種類以上もあることが知られています。抗酸化成分をとるには、特定の食品をたくさん食べるのではなく、多種類の食品を組み合わせるとることが大切です。

●フラボノイド

ポリフェノールの一種で、ほとんどの植物性食品に含まれる色素成分です。

<食品例>野菜、かんきつ類(みかん、レモンなど)、いちご、ぶどう、ブルーベリー、大豆、緑茶、カカオ、そば など

●カロテノイド

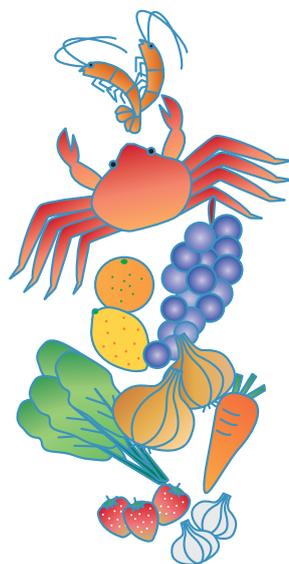
赤、黄、緑などの色の濃い野菜や魚介類、果物などに含まれる色素成分です。

<食品例>緑黄色野菜(ほうれん草、にんじんなど)、赤色の魚介類(えび、かに、さけなど)、赤や黄色の果物(みかん、マンゴー、すいかなど)、海草 など

●イオウ化合物

にんにくなど香りの成分で、香りの強い野菜類に多く含まれます。

<食品例>にんにく、にら、ねぎ、たまねぎ、らっきょう など



(記：栄養部 木村律子)

はじめまして

道原さん

おとうさん
健二さん
おかあさん
智美さん
赤ちゃん
夏向(かなた)ちゃん
平成21年8月3日生
3,450g 男の子



妊娠判明と同時に、卵巣のう腫が見つかり、初めての妊娠なので不安でいっぱいでした。出産の際、赤ちゃんが出るのに、その腫瘍があると危険だと言われ、妊娠4ヶ月頃、赤ちゃんの安全のために、腫瘍切除の手術をしました。その後、赤ちゃんも大きく順調に育ってくれました。ところが、今度は逆子だと診断され、またまた不安な日々を送ることに...先生からは「大丈夫、治りますよ」と言われたので、先生を信頼し、安心して過ごしていました。そして、気がつくともう臨月に入り、逆子は結局治っていないまま、帝王切開することを決断。不安を抱えたままの出産になってしまったけれど、産声を聞いた時は、嬉しくて声になりませんでした。腫瘍、逆子、帝王切開と色々乗り越えての出産でしたが、無事、産まれてきてくれて本当にありがとう。私を産んでくれた母親の気持ちが、初めて分かった気がします。これから、夏向と共に、成長していきたいと思います。

私の好きな風景



秋が深まるにつれて日の暮れるのが早くなり、車のライトが点灯される時刻も早まってライトの光跡を撮影できる時間帯も早くなります。画面上で車のヘッドライトは白っぽく、テールランプは赤く写ります。道路を走る車の量、スピードによりいろいろな光跡を見させてくれます。

(撮影:中谷 渉)

編集後記

県内は猛暑日がなく、身体に優しい涼夏でした。夏の風物詩のひとつに高校野球があります。昨秋、当院で怪我を治して頂いた長男は毎日リハビリを続けながら県大会一勝を目指して白球を追い、コールド負けながら最終回代打でセンター前ヒットを放ちました。また、球史に残る甲子園での決勝戦など改めて日々の努力の大切さを球児達に教えられました。患者さまの夢と希望に貢献できるようコツコツと医療に励んで行きたいと思います。

(記:宮澤克人)

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。
- 他の医療機関を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どう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。
- 病院的ルールを守り、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。