

あまほ

日本海総合病院
酒田医療センター

● 広 報 誌

2015年
冬
vol.28

ご自由にお持ち
ください。

特集

乳がんのはなし

～早期発見が女性の命を救います～

○栄養サポートチーム 栄養サポートチーム (NST) の取り組み

●伊藤園との協定 災害救援型自動販売機を設置しました

●部門紹介 こんにちは。地域医療室です。

●私の仕事 日本海総合病院 診療放射線技師

○医師異動、サークル紹介 医師の異動／野球部活動中です！

●病院からのお知らせ クリスマス音楽会を開催します／乳がん検診を受けるには？
年末年始の外来休診のお知らせ



病院前で元気いっぱいにはジャンプしているのは
今年度入職した看護師です。
自分の目指す看護師像に向かって
毎日ひたむきに頑張っています！

特集

乳がんのはなし

「早期発見が女性の命を救います」

増えている乳がん

大変残念なことですが、日本人女性の中で、乳がんの患者さんは年々増えつづけています。年齢調整罹患率では平成6年に胃がんを抜いて第1位になり、現在では日本人女性の13人に1人が生涯のうちに乳がんを経験すると言われていています。日本人の乳がんの特徴として、40〜60歳代の、いわゆる『働き盛り』の患者さんが多いことが挙げ

られます（図1）。みなさんのご家族・友人など、親しい方が乳がんの治療を受けられた経験をお持ちの方も少なくないのではないでしょうか？

乳がんを予防するには？

乳がんにならないようにする『一次予防』は、残念ながら今のところ日本では確立されていません。（アメリカでは、アンジェリーナ・ジョリーさんが予防的な手術を受けて話題になりましたが…）それでは、どのようにして自分の身を守ればいいのかでしょうか。一つの答えは、乳がんがまだ小さいうちに発見して早期に治療を受けることです。このことを『二次予防』といいます。そしてそのためには精度が高く有効性の証明された乳がん検診を受けることが大切です。

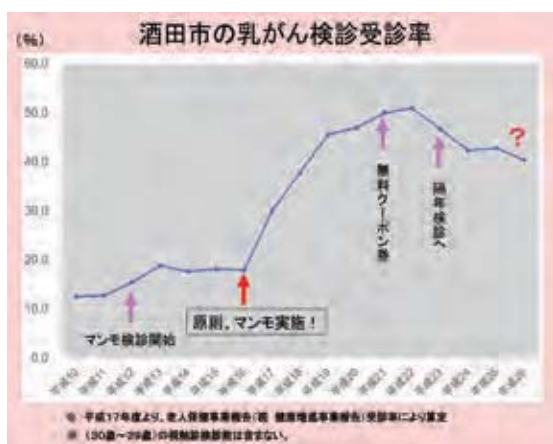
乳がん検診

最近の乳がん検診ではマンモグラフィ（乳房をはさんで撮影するX線検査）が導入され、触るだけではわから

ない小さな（早期の）乳がんがたくさん見つかるようになってきました。このマンモグラフィ検診は世界的にも有効性が証明されている検診方法です。欧米では、40歳以上の女性の約70%がマンモグラフィ検診を受けており、その結果『乳がん死亡率が低下する』という成果を上げています。一方、日本では、まだ約34%の女性しか受けておらず、検診受診率の高い山形県でも48%程度にとどまっています。多くの女性が精度の高い乳がん検診を受けることが大切で、その結果早期で見つかる患者さんが増え、多くの女性の命を救うことができるかと期待されているのです。

酒田の乳がん検診

のではないかと、と危惧しています。みなさん自身の健康・生命を守るため、40歳以上のかたは一年おきのマンモグラフィ検診をきちんと受けるようにし



(図2)



診療部長(兼)乳腺外科部長
天野 吾郎 医師

ましよう。ご家族や友人など、大切な周りの方にも呼びかけてください！

乳がんの症状

検診で発見される乳がんが増える一方で、自分自身でしこりを発見して来院される方も多数いらつしやいます。

それでは、一体乳がんはどのように触れるのでしょうか。一口に乳がんといっても、誰が触ってもわかる硬い「しこり」として触れるもの、「何となく硬いな」という程度のもので、また時に脂肪のようにやわらかく触れることもあります。しこりの部分の皮膚がえくぼのように引っ込んだり、皮膚が炎症を起こしたように赤くなるのは要注意です。乳頭から血液などの異常分泌液



が出る場合も要注意です。一方で『痛み』は乳がんとは直接関係無いことが多いのですが、いずれにしてもしこりと判断は禁物で、何か気になる時は病院を受診することが大切です。

診断

病院では、触診とマンモグラフィ・超音波検査を行い、異常が疑われれば、(昔は手術をして切り取って調べることも多かったのですが)最近針を刺す検査(針生検)を行うことで、乳がんかどうか診断します。つまり、大きなキズがつくようなことはほとんどありません。

治療

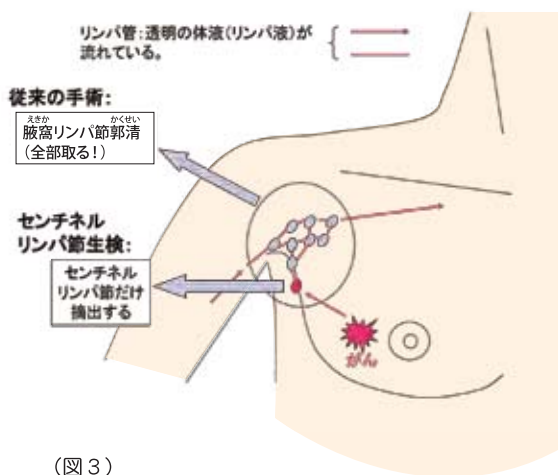
乳がんの診断がつけば、20〜25くらい前まではどんなに小さな乳がんでも乳房を全部切除する手術が行なわれていました。しかし欧米で行なわれた臨床試験により、乳房を全部とつてもしこりの周りだけ部分切除しても、治療成績に差が無いことが明らかとなりました。一般的には、しこりが3cm以下の大きさで、かつ多発していない場合、乳房を残す手術の適応となります。最近では、しこりが大きい場合でも、術前薬物療法(抗がん剤やホルモン剤の治療)を行って、しこりを小さくし

てから温存療法を行う方法もあります。ちなみに当院での乳房温存率は、約70%です。

温存手術のあとは、原則として温存した乳房に放射線照射をおこないます。また必要に応じて、内分泌療法(ホルモン剤の内服)や化学療法(抗がん剤の点滴)を行います。このように、乳がんの治療においては、手術だけでなく、薬物を用いた全身治療が再発予防のためにとても大切です。

最新の治療

乳がんの手術の際は、わきの下のリンパ節も摘出しますが、以前のように全部切り取らなくても、わきの下の入り口にあるリンパ節だけを取ってきて



(図3)

調べる方法が普及してきました(センチネルリンパ節生検:図3)。腕からのリンパの流れを温存することができ、術後に腕のむくみで苦しむことが多かった従来の手術法に比べ、患者さんにやさしい治療法と言えます。

また、2年前から、乳房を全摘したあとに人工物を詰めて、乳房を再建する手術が保険適応になりました。全摘するすべての患者さんが適応というわけではなく、たとえばしこりが大きく進行した例や術後に放射線治療を行う予定がある場合などは慎重に考えるべきです。しかし、これまで早期乳がんであるにもかかわらずがんの存在範囲が広いという理由で全摘をしなければならなかった人など、この手術で恩恵を受けるかたがいらつしやいます。当院でも、形成外科専門医と連携して取り組んでおり、2014年には7例の患者さんと同時再建を行いました。

このように乳がんを取り巻く世界は日進月歩で、次々に新しい診断法・治療法・お薬が開発されています。乳房に関し何か心配事がありましたら、いつでも乳腺外科にご相談ください。最後に、症状の何もない元気なあなたご自身のために、またご家族のためにも、ぜひ乳がん検診を受けてください。

栄養サポートチーム（NST）の取り組み



「NST」はNutrition Support Team（ニュートリションサポートチーム）の頭文字をとったもので、栄養サポートチームといいます。医師・看護師・管理栄養士・薬剤師・言語聴覚士などの多職種が連携し、それぞれの知識や技術を持ち合い最良の方法で患者さんの栄養支援を行うチームのことです。チーム医療の一環として栄養管理することで、治療効率を高めます。当院の栄養サポートチーム（NST）は平成十六年から活動し、今年十二年目を迎えました。

栄養療法の選択

栄養療法選択の基本的な考え方

①経口摂取

経鼻（けいび）

②経腸栄養

胃瘻（いろう）

③静脈栄養

腸瘻（ちようろう）

【どこから？】

栄養サポートチーム（NST）で患者さんの栄養を考えるとき、まず始めに「からだのどこから」栄養補給ができるか考えます。

栄養補給の方法は図のように3つあります。

①口から食べる（経口摂取）。

②チューブを介して腸から直接栄養を摂る（経腸栄養）。

③点滴で血管から直接栄養を摂る（静脈栄養）。

例えば……病気や加齢などで、口から食べたり飲み込んだりすることが難しくなる患者さんが最近増えていきます。このように口から栄養がとれなくなってしまう患者さんの場合、「腸」を使った栄養補給ができるか考えます。腸には自分のからだを守るバリア機能（自己免疫能）がありますが、食べ物や食べない期間が長くなると腸管を使わなくなりバリア機能が低下してしまいます。そのため、なるべく腸を使った栄養補給を考え、治療効果が高まるようにしています。この腸を使った栄養補給には、胃に口のかわりとなる「胃瘻ボタン」を造設し栄養剤を投与する方法があります。最近、この栄養補給方法が医療現場で普及してきました。しかしこの胃瘻ボタンを造設する前には

●しっかりと嚥下機能の評価をすること

●造った後も再び口から安全に食事が食べられるように訓練すること

など、回復が見込める患者さんの食べるためのサポートが重要視されるようになりました。当院NSTでは、再び口から食べる機能を回復させる支援「摂食機能療法」にも積極的に取り組んでいます。

組んでいます。

【どのように？】

このように、栄養補給方法を考えた次に、栄養が「どのくらい必要か」考えます。昨年から、からだの水分量や筋肉量などをベッドに横になったまま測定し、基礎代謝量（安静にした状態で生命維持のために最低限必要なエネルギー量のこと）を算出できる体成分分析機「Drobo」を導入しました。ペースメーカーが植込されている場合は測定できませんが、体重測定が可能な患者さんには積極的に活用しています。また、エネルギー量以外にも栄養改善に欠かせない「たんぱく質」や「脂質」の量も患者さんの病状に応じて調節します。特に、褥瘡（床ずれ）のある患者さんや低栄養状態の患者さんには、食事量や傷の状態、採血結果などをモニタリングしながらエネルギーだけではなくたんぱく質も強化した栄養管理を行っています。

これからも患者さんに合った最良の方法で、さらには、口から食べる喜びを取り戻せるような栄養支援を行っていきたいと考えています。

災害救援型 自動販売機を 設置しました。

【伊藤園と協定締結】



この表示が
目印です!!



日本海総合病院は、平成27年10月1日に株式会社伊藤園と「災害時における飲料水の供給に関する協定」を締結しました。

この協定により地震等の大規模災害が発生した場合、株式会社伊藤園から飲料水等の供給を受けることが可能になります。

これに伴い「災害救援型自動販売機」を院内に2台設置しました。設置場所は1階 PETセンター入口付近と、北側出入口付近です。

この自動販売機は普段は通常の自動販売機ですが、災害等で停電になった場合、非常用電源へ切り替えることで、最大で約500本の飲料水を無償で取り出すことができますというものです。

大規模災害が発生した場合の円滑な災害医療の提供と、災害時の病院機能の早期安定に役立てればと思います。

こんにちは。 地域医療室です。

地域医療室では看護師6名で退院支援・介護相談を、緩和ケア認定看護師が緩和に関わる相談を担当しています。またがんに関する相談・セカンドオピニオンに関する相談も行っています。

退院支援としては、退院後にどのような医療や介護が必要かを一緒に考えます。自宅に戻られてから必要なベッドや車いすなどの日用物品から、吸引器・人工呼吸器などの医療機器の準備のお手伝いをさせていただきます。また自宅での血圧測定や服薬管理、リハビリの必要性、食事の準備や買い物、お風呂はどうするのか等の生活上の問題を踏まえ、訪問看護・訪問介護の必要性を考えていきます。また転院が必要な方には病状に合わせた病院の相談と転院先との日程調整を行います。

介護支援としては、地域包括支援センターの紹介や介護保険に関する相談を行っています。退院が決まると往診医や介護支援専門員・訪問看護師と一緒に今後のことを話しあう場にも参加します。

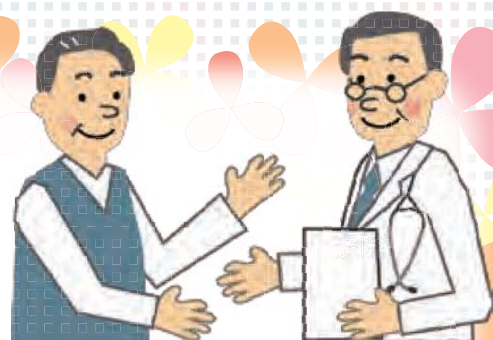
ご家族の方とお会いし、ご家族の希望や介護する方の状況も踏まえて、一番良いと思われる方法を一緒に考えていきます。

またがん治療の副作用や病気に対する不安についても専門知識を持った看護師が相談に応じています。患者サロンやウィッグ・補正下着の相談会も行っています。経済的な面は社会福祉士と連携をとり対応していきます。

病気になっても、自宅で生活ができるように色々な制度や援助についての相談をお受けしています。

入院中の方は病棟看護師・外来通院中の方は外来看護師に声をかけていただければ、いつでもお話を伺います。

地域医療室は日本海総合病院2階、日本海文庫前にありますので、お気軽にご相談ください。



私の仕事

紹介リレー

●日本海総合病院 放射線部

診療放射線技師 五十嵐郁美



【自己紹介】

日本海総合病院診療放射線技師5年目の五十嵐郁美です。私は山辺町出身で山形西高校を卒業し、新潟大学に入学しました。母の実家が羽黒町なので、庄内には親しみがありました。慣れない場所での生活に戸惑うこともありましたが、味噌味の芋煮を食べたりと充実した日々を送っています。

【放射線部の紹介】

放射線部には、現在29名の診療放射線技師が在籍しています。主な業務内



容は、一般撮影、マンモグラフィ、透視検査、血管造影、CT、MRI、核医学、PET、放射線治療です。医療において、病気の診断・治療方針の決定など、画像診断はなくてはならないものになっています。より正確な画像情報を得るため、目的に応じた検査を行っています。

【私の担当業務】

現在、一般撮影、マンモグラフィ、CT検査、放射線治療を主に担当しています。

【マンモグラフィについて】

今回はマンモグラフィについて紹介したいと思います。私は日本乳がん検診精度管理中央機構の定める検診マンモグラフィ撮影認定診療放射線技師の資格を取得しました。マンモグラフィの基礎、撮影技術、品質管理、撮影装置について筆記と読影の試験があり、一定の基準をクリアすると認定技師と認められます。

マンモグラフィといえば、乳房を無理やり押しつぶすためとても痛い！というイメージがあると思います。なぜ乳房を圧迫するのか？それは、乳房が

乳腺・脂肪・血管などの組織が重なり合う構造をしているからです。圧迫せずに撮影すると、組織の重なりで、実際に病変があっても映し出されないことがあります。乳腺は画像上で白く映りますが、腫瘍や石灰化も同じように白く映ります。できるだけ乳房を薄く延ばして撮影した方が、組織の重なりが少なくなり、乳腺内にできた腫瘍や石灰化が濃淡の差として描出されやすくなります。基本的に上から（CC：頭尾方向）と斜め向きから（MLO：内斜位方向）撮影します。2方向撮影することによって、リンパ節のある脇の辺りから乳房下部の範囲までもれがないよう画像におさめます。痛みを少なくするためには、緊張せずに検査を受けることが大切です。緊張すると体がこわばり、筋肉が硬くなります。そうすると、乳房を撮影範囲内におさめにくくなり、余計に乳房を引っ張ることになります。痛いという先入観から、緊張している方がたくさんいらっしゃいますが、担当の技師に何でも聞いて、リラクセスして検査を受けてください。圧迫にはある程度基準があります。痛みには個人差があるので、我慢せず技師に伝えてください。マンモグ

ラフィ撮影は女性技師が担当しています。私は患者さんと会った時の第一印象を大切にしています。撮影の時は技師と患者さんの距離が近いいため、事前に検査の説明を行い、安心感を持っていただけるようにしています。検査中は声を掛け、患者さんとコミュニケーションを取りながら撮影を進めていくように気をつけています。また当院は、マンモグラフィ検診施設画像認定を取得しています。これは、適切な線量および画質基準を満たしている施設に与えられます。精度・品質を維持するため、撮影装置や付属機器の点検を定期的に行っています。

【今後の展望】

検診マンモグラフィ撮影認定診療放射線技師は、5年に1回更新の試験があるため、前回よりも上の結果を出せるようにしたいと思っています。ひとりひとりの患者さんと接する時間は短いですが、その中で、安全に安心して検査を受けて頂けるように努めていきたいです。

※次回は酒田市立酒田看護専門学校の看護教員を紹介します。

医師異動のお知らせ

日本海総合病院

転入者

27.10.1

- ① 前任地
- ② 趣味・特技



消化器内科
二宮 淳

- ① 市立四日市病院
- ② 釣り、草野球、フットサル、麻雀



精神科
松本 祥彦

- ① 山形大学医学部附属病院
- ② 海外サッカー観戦



整形外科
岡田 宗一郎

- ① 公立置賜総合病院
- ② ピアノ



耳鼻咽喉科
松井 祐興

- ① 山形大学医学部附属病院
- ② 自転車、土いじり(野菜)



麻酔科
中村 直久

- ① 鶴岡市立荘内病院
- ② 読書



研修医(2年次)
藤井 隆

- ① 山形大学医学部附属病院
- ② 野球



研修医(2年次)
渡邊 敏治

- ① 山形大学医学部附属病院
- ② バレーボール

日本海総合病院

転出者

27.9.30

- ① 新任地

- | | | |
|-------|-------|---------------|
| 精神科 | 三浦 裕介 | ① 聖路加国際病院 |
| 整形外科 | 武居 功 | ① 聖マリアンナ医科大学 |
| 耳鼻咽喉科 | 千田 邦明 | ① 埼玉県立がんセンター |
| 麻酔科 | 栗原 一貴 | ① 山形大学医学部附属病院 |

野球部 活動中です!



野球部は今年で創部22年目をむかえた歴史あるサークルです。日本海総合病院の医師、看護師、コメディカルスタッフなど様々な職種が集まり、現在の部員は約30名、マネージャーが4名在籍しています。野球経験者だけでなく未経験者も多数所属しており、誰でも気軽に野球を楽しむことができます。

主な活動内容として、年2回開催される病院対抗の野球大会に参加しています。試合の勝敗よりも笑顔で野球を楽しむことを大切にしており、チーム一丸となって戦う充実感や達成感を味わうことができます。

大会終了後には他病院と合同で反省会を行い、年末には野球部での忘年会も行っています。野球を通して、普段会話することのない病院スタッフとも和やかに交流を深めています。

今年は2戦とも接戦の末に敗退してしまいましたが、全員が笑顔で和気あいあいとプレイでき、とても有意義な時間を過ごすことができました。

来年は勝利できるよう、時間を見つけて練習も頑張りたいと思います。

日本海総合病院 野球部 理学療法士 荒川 悠太

病院からの



お知らせ

今年もクリスマス★音楽会を開催します。

入院患者さんや地域の皆さんへクリスマスの音色をお届けします。

小さなお子さんにはクリスマスプレゼントもありますので、皆さまお誘い合わせのうえ、お気軽にご来院ください！



日時 12月19日(土) 9:30~11:30

場所 日本海総合病院1階
エントランスホール

出演団体・酒田マリーングジュニア合唱団
・酒田光陵高校音楽部 管弦楽班
・酒田西高校音楽部 弦楽班
・日本海総合病院ハンドベルサークル
ティンカー・ベル

乳がん検診を受けるには？

乳がん検診・乳がん二次検診は予約制です。

〈乳がん検診〉

…市町村で実施している基本検診

◎月～金の午前中のみ受けることができます。

〈乳がん二次検診〉

…乳がん検診で「要精密検査」と判定された方が対象です。

当院の乳がん検診を受けた方をはじめ、他の検診機関で判定された方も当院で検診を受けることができます。

◎月曜・水曜の午前(8:00~11:00)、火曜の午後(13:00~15:00)に受けることができます。

検診をご希望の方は、

日本海総合病院 エントランスホール
『検診』カウンターで予約していただくか、日本海総合病院0234-26-2001(代表)までお問い合わせください。

※検診以外の目的で乳腺外科を受診されたい方は、月曜・水曜の午前(8:00~11:00)、火曜の午後(13:00~15:00)に受診して下さるようお願いいたします。



年末年始の外来休診のお知らせ

日本海総合病院の年末年始の外来休診は右表のとおりです。緊急の場合は救命救急センター、または酒田市休日診療所をご利用ください。

ご不便をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

《酒田市休日診療所 受付時間》

日中／ 午前8時30分～11時30分
午後1時～4時30分

夜間／ 午後5時30分～8時30分

※小児科医による診察は日中のみにあります。

月	日	日本海総合病院	酒田市休日診療所
12月	28日(月)	診療日	休診
	29日(火)	休診	
	30日(水)		
	31日(木)		
1月	1日(金)	診療日	診療日
	2日(土)		
	3日(日)		
	4日(月)	診療日	

編集後記

2015年も残りわずかとなり、この時期になると1年が経つのは本当にあっという間だと感じてしまいます。

この記事は10月に書いておりますが、最近は朝夕めっきり寒さを感じられるようになってきました。気象庁によると、今年の冬は「暖冬」となる予報が発表され、雪国に住む私たちにとっては少しだけ温かいニュースになりそうです。

毎年、大雪情報を聞くとつい顔をしかめてしまいますが、今年の冬はウィンタースポーツをしたり、温泉に入ったりと外に出る機会も増えそうですね。こたつの中でぬくぬく過ごす冬も良いですが、今年は思い切って外に出て季節の変化を楽しみたいと思います。それでは、来年も皆さんにとってよい年が訪れますように。

(医事課 今野)

広報誌「あきほ」第28号

平成27年12月(季刊) 発行部数:2,700部

編集発行◆地方独立行政法人 山形県・酒田市病院機構
広報企画委員会(事務局:経営企画室)
〒998-8501 山形県酒田市あきほ町30番地
TEL:0234-26-2001(代表)
FAX:0234-26-5114
URL: <http://www.nihonkai-hos.jp/>
E-mail: kikaku@nihonkai-hos.jp

印刷◆朝日印刷株式会社