

潤うるおい

2008年
4月1日発行

No.
32



(財)潤和リハビリテーション振興財団

潤和会記念病院

病院長 呉屋 朝和

〒880-2112 宮崎市大字小松1119番地

TEL0985-47-5555 FAX0985-47-8558

<http://www.junwakai.com>

変革の成否は地域連携

潤和会記念病院 事務長 伊藤 薫



私は、平成20年度は潤和会記念病院にとって大きな変革の年となると考えています。

まず第1は、4月1日より急性期病棟がこれまでの出来高払いからDPC（診断群分類別包括評価）へ移行します。「これからは急性期病院ではDPC対象病院でなければ生き残れない。」といわれていますが、このことは決して経済的効果を意味しているわけではありません。

DPCへの移行で要求されるのは急性期医療の質の高さであります。DPC対象病院に移行して、我々がなさなければならないことは多々ありますが、その根幹は職員の「意識改革」であります。例えば、クリティカルパス等による診療の標準化の推進や標準化する過程でのコスト意識の高揚や創意工夫、急性期病棟の平均在院日数の短縮化のための療養病棟や回復期リハ病棟との連携の強化、退院促進のための他施設との連携、更には急性期病床稼働率の高率維持や外来診療の効率化のための病診連携の推進などが結果的に病院経営にも好結果をもたらすと考えられます。目的はあくまでも急性期医療の質の向上です。

DPC移行を機に組織全体で連携を密にして課題に取り組むということが我々の大きな課題であると思います。

第2に、県内で最初の最新鋭のがん放射線治療装置（バリアン社のTrilogy）を導入、4月1日よりがんの放射線治療を開始して、本格的ながん治療への取り組みを行います。がん治療を強化することで、日本人の主な死亡原因である3大疾病の内、従来から地域をリードしてきた脳卒中治療に加え、がん治療においても地域の中核病院となるためのスタ

ートを切ることとなります。

がん治療には手術、化学療法、放射線治療の組み合わせが効果的といわれていますが、外来化学療法も4月より本格的にスタートさせ、従来からの手術を加えた集学的治療体制が整うこととなります。加えて宮崎県では大学、県病院を除いて初めて病理診断医を招聘できたことは、今後がん治療を病院の柱の一つとしていく上での環境が整ったといえます。今後は実績の積み重ねと、更なる診療体制の充実が急務となります。

最新鋭の放射線治療装置の導入は医療圏内のがん患者の方々が遠隔地で治療を受けるという不便さを解消すると信じています。しかしながら、この記念病院の体制を実効性のあるものにするためには、他医療機関の先生方の記念病院の診療体制のご理解と信頼関係の構築が必要です。その上で始めて他医療機関との連携がスムーズに図っていけると考えています。

記念病院は従来より地域連携室を設置し、地域の医療機関との連携窓口として力を入れてまいりました。しかしながら従来は主に回復期リハ病棟の窓口的役割でした。平成20年度は、DPC対象病院への移行やがん放射線治療装置の導入とそれに伴うがん治療の本格稼働を機に急性期医療の病診連携を強化し、他医療機関からの紹介患者の増加及び退院後のフォローを地域の医療機関へお願いするといった信頼関係の構築に取り組んでまいります。

そのため、地域連携室を質量共に増強し、地域医療機関との連携強化に取り組まねばならないと考えています。

切らずに治す食道がん治療—化学放射線療法—

消化器科 宮崎 貴浩

現在日本人の死因の第1位はがんですが、がんのなかでも食道癌は、肺癌・胃癌・大腸癌・肝癌・膵癌に続いて、第6位を占め、日本で年間約1万人の方が食道癌で亡くなっています。食道はのどと胃の間のおよそ25cmの管ですので、ここに癌ができて、ある程度進行してくると食べたものが胸でつかえる感じや胸の違和感を感じるようになりますが、早期のうちはまったく症状はありません。

食道癌になるのはお酒をよく飲んだり、タバコをよく吸う人が大部分で、1日に飲んだり吸ったりする量と、その年数が多くなるほど食道癌になる危険性が高くなると言われています。そのため食道癌の85%は男性で、特に50歳以上の高齢者が多くを占めています。また熱い物を好んで飲んだり食べたりする人も食道癌になりやすいので注意が必要です。

ある程度大きくなった食道癌はバリウムを飲む検査でも診断できますが、早期の食道癌を見つけるためにはやはり内視鏡検査（いわゆる胃カメラ検査）が必要です。内視鏡で食道にコードという特殊な薬をかけると、非常に早期の食道癌も発見することが可能です。50歳以上で、毎日のお酒やタバコをたしなむ方は一度内視鏡検査を受けられることをぜひお勧めします。

さて食道癌の治療法ですが、リンパ節転移のない早期の食道癌については内視鏡の粘膜切除術といって胃カメラを使って比較的簡単に切除することが可能です。それに対して、より進行した食道癌はこれまでは外科手術で切ってしまうなければ完全に治すのは難しいと考えられてきました。ところが最近では放射線治療と抗癌剤をうまく組み合わせた治療（これを化学放射線療法と言います）により手術と同じくらいの治療効果が得られてきています。具体的な方法は施設によって多少異なりますが、抗癌剤の点滴と同時に、放射線を1日1回、月曜から金曜まで週5回を3週間あてます。それから2週間休んだ後に、もう1回同じように抗癌剤と同時に放射線治療を3週間行います。化学放射線療法は、手術のように体にメスを入れて食道を切除するわけではありませんので、体に対する負担が手術に比べ格段に軽く、治療により癌が消えてしまえば健康な頃とほとんど同じように食事や生活をする事ができるという大きな利点があります。逆に欠点は、治療期間が2ヶ月以上と長いこと、副作用で食欲が一時的に落ちたり、血液中の白血球が減少したり、放射線によって食道や肺に炎症をおこすことがあることなどです。しかし食道を残せるという利点はこれらの欠点を補って余りあるものです。これまでは手術しかなかった食道癌に対して、より負担の少ない化学放射線療法という新しい選択肢が増えたことは患者さんにとって大変大きなメリットと思われます。最近ではインターネットなどでこの化学放射線療法のことを知り、自らこの治療を希望して来られる患者様も増えてきています。

さらに放射線治療はコンピューター技術の発達や高精度な放射線照射装置の開発によって、ここ5年くらいの間に大きな進歩を遂げました。具体的には、定位放射線治療、強度変調放射線治療(IMRT)などの高精度放射線治療といわれる照射法により、照射すべき部位だけに放射線を照射し、それ以外の部位にはなるべく放射線を照射しないことが可能となりました。当院でも2008年4月

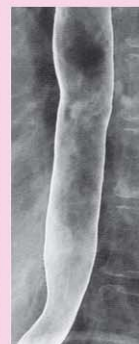
から念願であったこの高精度な放射線治療機の稼働が始まりました。食道癌に対してもこの装置を用いて化学放射線療法を行うことにより、さらなる治療成績の向上や副作用の軽減が期待できると考えています。



治療前の食道がん



化学放射線療法により消失



気になる肥満・体脂肪について



○肥満は内臓脂肪型肥満と皮下脂肪型肥満に分類されます

内臓脂肪型肥満はりんご型肥満とも言われ、お腹周りに脂肪がつきやすく男性に多く見られます。皮下脂肪型肥満は洋ナシ型肥満とも言われ、お尻や下腹部の下半身に脂肪がつきやすい体型です。

内臓脂肪型肥満は生活習慣病との関わりが強く様々な危険因子を持ち、特に糖尿病・高脂血症等の疾病につながります。

○どうして体脂肪が増えてしまうのか？

食べ物から摂取したエネルギーを毎日の生活の中で消費していますが、この摂取エネルギーと消費エネルギーのバランスが重要で、摂取エネルギーが消費エネルギーを上回ると、消費されなかった分の摂取エネルギーが脂肪となり体内に蓄積されてしまいます。

○体脂肪を蓄積させないためには…

自分の体重を常に把握しておくことが大切です。

自分の標準体重は、標準体重 (Kg) = 身長 (m) × 身長 (m) × 22 (BMI標準値) の式で計算できます。また、適正エネルギー = 標準体重kg × 身体活動量で1日の摂取エネルギーが計算できます。1日の摂取エネルギーは年齢、性別、体格、運動・活動量によって違います。

身体活動量の目安：軽労作（デスクワークが主）25～30kcal 普通労作（立ち仕事が多い）30～35kcal 重い労作（力仕事が多い）35kcal～となっています。

標準体重より自分の体重が重い方は、ふだんから食事のエネルギーに留意し、標準体重に近づけるようにしましょう。

食品のパッケージに表示されているエネルギーなど参考にしてみるのも一つの方法です。

お菓子等の間食はなるべく控えるようにしましょう。代表的なもののカロリーをあげてみました。

| | | | | | |
|---------|-----------|---------|---------|----------|---------|
| 例：お饅頭 | 1個 (35g) | 90kcal | あんぱん | 1個 (60g) | 170kcal |
| ショートケーキ | 1個 (150g) | 390kcal | シュークリーム | 1個 (90g) | 210kcal |
| メロンパン | 1個 (120g) | 460kcal | | | |

なお、食物繊維にはコレステロールの吸収を抑える働きがあるので、食物繊維の多い野菜・海藻・きのこ類を積極的に食事に取り入れましょう。

食べ方にも注意が必要です。早食いは満腹感を得られず過食傾向になりますのでゆっくり時間をかけて食べるようにしましょう。また、朝食を抜くと食事回数が減るため体脂肪がより合成されやすくなります。朝食はもともとエネルギーが消費しやすくなっているのでできるだけ食べるようにしましょう。

○調理方法にも一工夫を

まずは食材選びから…魚は脂の多いマグロ、ぶり等に比べ低脂肪な白身魚カレイ、タラなどにする。肉も魚と同じく脂分の少ない部位を選んだほうがエネルギー減になります。

食品100gあたりのエネルギーは、マグロ脂身生344kcal ぶり257kcal カレイ95kcal たら79kcal 豚バラ肉386kcal 鶏もも肉(皮つき)200kcal 豚ヒレ肉115kcal 鶏もも肉(皮なし)116kcalとなっています。

揚げ物はフライパンを使い少量の油で炒め物にすることでエネルギーを減らすことができます。

スープ・味噌汁の具材はボリュームがでるように少し大きめにカットすることで食べすぎ防止になります。

以上、日頃から簡単に心がけられる肥満対策を挙げてみました。ご参考になさってください。

みなさんこんにちは！

新しく来られた先生の紹介をいたします。

米 山 匠 (よねやま たくみ) 40才

【担 当 科】脳神経外科

【出身大学】宮崎医科大学

【趣味・特技】読書

【自己PR】6年ぶりに戻ってきました。また、頑張りますので
宜しくお願いします。



記念病院 理念 「人間愛」

記念病院 基本方針

1. 患者様の人権と意思を尊重し、患者様の立場に立った医療を提供します。
2. 地域の中核的病院として、専門的且つ高度な医療を実践します。
3. チーム医療を推進し、より良い医療を目指します。
4. 豊かな人間性を兼ね備えた医療人を育成します。
5. 職員が意欲を持って働ける職場環境を作ります。

作っていきましよう！

まず、自分の今の生活を見直してみよう。きつと簡単に毎日できる事や変えられる事が見つかるはず。その一例として、買い物にはエコバッグを持参するなど、小さいけれど一人一人が確実に実行できるエコ対策が浸透しつつあります。地球のため、自分のため、家族のため環境にやさしい社会を作

ではないでしょうか？

しかし、ただ黙ってみているだけでは変化はありません。何もかもエコに徹するのではなく、まずは、自分の今の生活を見直してみよう。きつと簡単に毎日できる事や変えられる事が見つかるはず。その一例として、買い物にはエコバッグを持参するなど、小さいけれど一人一人が確実に実行できるエコ対策が浸透しつつあります。地球のため、自分のため、家族のため環境にやさしい社会を作

ん。

10年ひと昔という言葉がありますが、現代社会は情報、技術、ライフスタイル、すべてがあつという間に変わっていきます。携帯もインターネットもあつという間に広がり、新しいもの、便利なものももてはやされ、使い捨ての大量消費時代になってしまいました。

