

患者さんを家族のように愛する・いい医療をより多くの患者さんへ

奈良県西和医療センター情報誌

ファミリー

～みむる～

復刊
第7号
平成30年
2月



ご挨拶

新着情報

診療科紹介: 消化器がん低侵襲治療センター

病気の話: 胃がん

各部門情報: 栄養サポートチーム (NST) の

活動について

適塩生活のススメ

西和医療センター便り

公開講座案内



地方独立行政法人 奈良県立病院機構

奈良県西和医療センター

Nara Prefectural Seiwa Medical Center



地方独立行政法人
奈良県立病院機構
奈良県西和医療センター
院長 横山和弘

奈良県西和医療センター情報誌「ファミリー～みむろ～」第7号をお届けします。まず、平成29年10月28日（土）にふれあい祭りが盛大に行われましたことを御報告させていただきます。とくにロビーコンサートとして息の合ったハンドベル「ピアチューレ」、独特な音色の大和ハーブ（井藤和美さん）、さらにはやわらぎウィンドハーモニー木管五重奏は文字通り聴衆者の心をなごませていただき有難うございました。その他いくつかのイベントに地域住民の皆さん、患者さんやその御家族の方々とのふれあいを深めるとともに、健康に対する意識の向上があったものと思います。

さて今回の診療科紹介は、2017年7月に開設された消化器がん低侵襲治療

センターです。当院が技術面で誇る消化器内科医6人、消化器外科医6人が協力し、消化器がんの低侵襲治療を目指し、内視鏡手術（内科的手術）、腹腔鏡手術（外科的手術）を駆使しているのが最大の特徴です。そして病気の話はこれに関連した胃がんがテーマです。胃がんの原因、症状・予防に関しわかりやすく説明されています。そして患者さんの病態に合わせ、低侵襲治療が多く行われるようになってきています。そのあと栄養サポートチーム（NST）の活動、適塩生活のススメ、DMAT（災害派遣医療チーム）の活動が報告されています。

このファミリー～みむろ～の情報が少しでも地域住民の皆様方の健康に貢献できればと願っております。

ふれあい祭りを開催しました。

10月28日（土）にふれあい祭りを開催しました。今年のロビーコンサートは、地域の皆さんに出演していただくことができました。

また小雨が降る中、子どもコーナーにも多くの子どもたちが参加してくれました。綿あめやスーパーボールすくいなどで楽しんでもらえたと思います。バザーやリラクゼーションなどとともに、次回も病院を身近に感じてもらえる楽しいイベントを企画できるように頑張ります！



消化器がん低侵襲治療センター

<消化器がん低侵襲治療センターについて>

2017年7月から消化器がん低侵襲治療センターが開設されました。従来の内科・外科といった枠組みにとらわれることなく、消化器がんに対し可能な限り低侵襲かつ最高レベルの治療を受けていただけるように、消化器内科医、消化器外科医の各専門医が協力していくことが開設の目的です。

<低侵襲治療とは>

“ていしんしゅう”治療とは、患者さんの体にかかる負担を最小限に抑える治療のことです。内科医が内視鏡技術を駆使して行う「体に傷をつくらない治療」と、われわれ外科医が技術を駆使する「体の傷を小さくする手術」を意味しています。

<消化器外科の役割>

早期のがんに対しては、まず内視鏡治療ができないか考慮しますが、たとえ早期であっても内視鏡治療ができない場合があります。そのような時に外科手術が必要となりますが、患者さんの体にかかる負担を最小限に抑えるというセンターの理念を全うすべく、「体の傷を小さくする手術」である腹腔鏡手術を行っております。また、早期ではないがんに対しては最初から外科手術を考慮しなければなりません。より多くの患者さんに受けていただけるよう技術向上に努めてまいりましたので、早期ではなくとも腹腔鏡手術を行うことが多いです。

消化器内科・消化器外科いずれもセンターの窓口となっておりますので、消化器がんが心配な方、消化器がんと診断された方は受診してください。



病気の話

胃がん

・胃がんの原因

とかく喫煙は悪者扱いされますが、残念ながら胃がんの発生についても例外ではありません。喫煙者は非喫煙者の2倍ほど胃がんになりやすいことが指摘されています。いろいろ行われた研究で、関連性が特に強いと思われるのが塩分の過剰摂取とピロリ菌の感染です。

・胃がんの症状

胃がんの症状は何かと問われれば、その答えは無症状です。たまたま、胃炎など別の症状がきっかけで発見されることもあります。たいていは気づかないうちに大きくなっていきます。痛みや不快感が現われるのは、がんの症状ではなく、進行したがんのせいで胃が正常に働けなくなるからです。



・胃がんの予防

現時点では完全に予防することは無理ですが、塩分の取り過ぎに注意して野菜や果物が不足しないように心掛けるなど食生活への配慮、ピロリ菌の除菌、(喫煙者では)禁煙などが推奨されます。日本人の胃がんの98%がピロリ菌感染によるものであるとの指摘もありますので、気になる方、心配な方はどうぞ当センターを受診してください。

・胃がんの治癒率

進行の程度によって異なりますが、早期がんなら90%以上の確率で治せます。



**早期発見のためにも、症状のないうちに当センターを受診してください。
そして発見されたなら、当センターでの低侵襲治療で早く元気になりましょう。**

栄養サポートチーム (NST) の活動について

NSTとは？

医師、歯科医師、看護師、薬剤師、管理栄養士、臨床検査技師、歯科衛生士、言語聴覚士といった様々な医療スタッフがチームを組んで、患者様に最もふさわしい栄養管理を行うことを目的とするチームのことです。

対象となる患者様は？

主に栄養不良の患者様が対象です。やせているかどうか、食事はうまく摂れているか、栄養を著しく消耗するような病気はないか、血液検査による栄養状態の指標（アルブミンなど）が悪化していないか、などを主治医が総合的に判断し、栄養改善をNSTに依頼した患者様を対象とさせていただいております。また、主治医以外の医療スタッフが栄養不良と思われる患者様をNSTに依頼することを提案することもあります。

具体的にはこんなことをしています。

NST委員会では次のようなことを行っています。

① 栄養評価

身体計測・血液検査・臨床検査・食事摂取状況などをさらに詳しく調べ、必要な栄養量が供給できているかチェックします。

② 食事・輸液・検査などの栄養管理に関する様々な提案

栄養不良に陥っておられる患者様は通常のお食事を召し上がれないことが多くみられます。そんな際には食べやすくするために食事の内容や形態を工夫したり、様々な種類がある栄養剤の中からその患者様に適したものを選んだり、口からの摂取が困難な場合には輸液（点滴）や胃ろうなどによる栄養補給を提案することもあります。また、栄養状態を知るために必要な検査を依頼したり、食事介助や口腔ケアのことなど栄養管理に関わるあらゆることを多方面から考えていきます。



西和医療センターNSTに関するご意見・ご質問がございましたら、
栄養管理部内 NST 事務局までお問い合わせ下さい。

適塩生活のススメ



厚生労働省が実施した平成28年国民健康・栄養調査によると、日本人の平均食塩摂取量は1日あたり男性9.9g、女性9.2gでした。この10年間で減少傾向にあるものの、同省策定の日本人の食事摂取基準2015年版の食塩摂取目標量である成人男性8g未満、成人女性7g未満にはまだ届きません。塩分の摂り過ぎはガン、高血圧症、循環器系疾患、腎臓病など様々な病気のリスクになることで知られています。まずは次の塩分チェックシートで適塩度をチェックしてみませんか？

〈塩分チェックシート〉

チェック項目	3点	2点	1点	0点	合計
みそ汁やスープ類の頻度	1日2杯以上	1日1杯程度	週2～3回	あまり食べない	
漬物、梅干しなどの頻度	1日2回以上	1日1回程度	週2～3回	あまり食べない	
あじの開き、みりん干し、塩鮭などの塩干物の頻度		よく食べる	週2～3回	あまり食べない	
うどん、ラーメンなどの麺類の頻度	ほぼ毎日	週2～3回	週1回以下	あまり食べない	
しょうゆやソースなどをかける頻度	ほぼ毎食かける	1日1回はかける	時々かける	あまりかけない	
家庭の味付けは外食と比べて濃いですか？	濃い	同じ		薄い	
食事の量は多いですか？	人より多め		普通	人より少なめ	
麺類の汁を飲みますか？	全て飲む	半分ほど飲む	少し飲む	ほぼ飲まない	
外食やコンビニ弁当の頻度	ほぼ毎日	週3回程度	週1回程度	ほぼ利用しない	
お惣菜やインスタント食品の頻度	ほぼ毎日	週3回程度	週1回程度	ほぼ利用しない	
ちくわ、かまぼこなどの練り製品を食べる頻度		よく食べる	週2～3回	あまり食べない	
ハム・ソーセージを食べる頻度		よく食べる	週2～3回	あまり食べない	
せんべい、おかき、ポテトチップスなどを食べる頻度		よく食べる	週2～3回	あまり食べない	
※参考：(医) 製鉄記念八幡病院副院長 土橋卓也先生作成の簡易食事調査票					

14点以上

もっとがんばりましょう



9～13点

もう少しがんばりましょう



0～8点

たいへんよくできました



いかがでしたか？“敵に塩を送る”という言葉が今日にも残るくらい、塩は私たちの生命や暮らしには欠かせないものです。しかし、摂り過ぎにはご用心。“良い塩梅”で適塩生活を楽しみましょう！

●西和医療センター便り●

DMAT (ディーマツト) とはDisaster Medical Assistance Team の略語で、災害派遣医療チーム (さいがいほけんいりょうチーム) のことで、主に地震などの災害急性期 (発生後48時間以内) に迅速に展開し、応急治療・搬送・トリアージなどの災害時医療をはじめ、被災地内の病院支援などの活動を行える専門的な訓練を受けた医師、看護師、業務調整員 (薬剤師・診療放射線技師・臨床工学技士・臨床検査技師・コメディカルスタッフ・医療事務員など) で構成される医療チームのことをいいます。当センターでは現在、8名が登録されており、日頃から訓練

や研修に参加し、有事の際に備えて、今日も活動しています。

2016年の熊本地震では、当センターから1チームのDMATが派遣され、市役所が倒壊した宇土市役所の支援と、石垣が崩れた熊本城と同じ敷地内にある国立熊本医療センターでの医療支援を行いました。

近年、想定される南海トラフ地震では急性期の医療支援と患者の広域搬送、それらの総合調整の役割を担うため、全国のチームとともに訓練や研修を重ねています。有事の際、被災者の方々の希望となれるようにこれからも研鑽を積んで参ります。

奈良県西和医療センターDMAT、活動中です!



被災地からの搬送



防災ヘリによる搬送 (熊本)



熊本医療センターにて

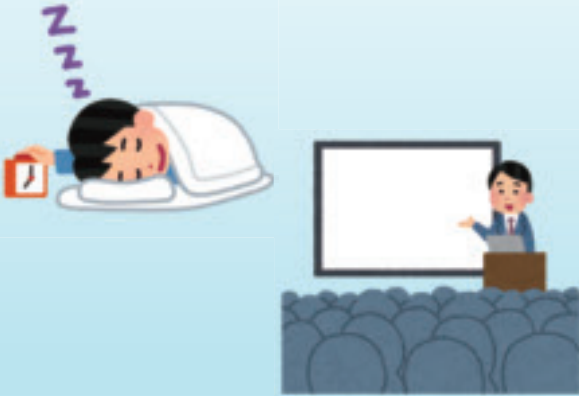


院内防災訓練風景 (H29.11 開催)

●公開講座案内●

地域の方対象 公開講座

地域の方を対象にした公開講座の開催につきましては、次号5月号でお知らせ致します。
しばらくお待ち下さい。



医療職の方 対象の講座

地域医療連携講座(当院にて)

2月15日(木)

産婦人科医師

子宮内膜症

3月22日(木)

皮膚科医師

伝染性疾患の診断

4月以降未定

*変更の可能性もあります。
詳細はお問い合わせ下さい。



<当院へのアクセス>



地域医療支援病院として、地域と力を合わせて、これまで以上に地域包括ケア・在宅医療の推進にも力をいれて取り組んでいきたいと思っています。

「ファミリー」は年に4回の発刊を予定しています。地域の皆様の健康に役立ち、親しまれ愛される紙面作りをめざしていきます。

住民の皆様役に役立つ情報・当院との連携についてなど、地域の登録医の先生方の投稿をお待ちしています。詳細は地域医療連携室へお問い合わせください。

発行・編集

奈良県西和医療センター情報誌

発行日 平成30年2月1日

編集者 地方独立行政法人奈良県立病院機構

奈良県西和医療センター 患者支援センター

〒636-0802 生駒郡三郷町三室1-14-16

TEL:0745-32-0505(代表) FAX:0745-31-1354



表紙作画 山口雅世