

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～

第13号

令和元年
8月



ごあいさつ

新任医師紹介

新副院長からの挨拶

診療科案内:耳鼻咽喉科

病気の話:①良性発作性頭位めまい症

各部門情報:看護部

診療科案内:皮膚科

病気の話:②乾癬

各部門情報:薬剤部

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

ごあいさつ



患者支援センター長
土肥直文

皆さん、こんにちは！ 今年の夏の大ニュースは、奈良県総合医療センターで中央手術部部長として大腸肛門領域のトップとして仕事をされ、数多くの大腸癌などの外科治療に携わってこられた石川博文先生を当院の副院長としてお迎えできたことです。

石川先生が当院に来られたことで、当院大腸肛門病の治療レベルが大きくレベルアップすると期待しています（右ページの石川博文先生のご挨拶を是非読んでください）。

さて、ファミリーユミむろ8月号の特集は、耳鼻咽喉科の「めまい」のお話と、皮膚科の「乾癬かんせん」のお話です。どちらもみなさんの興味をひく内容ですので、どうぞゆっくりお読みになってください。次号は、石川博文新副院長の大腸・肛門の特集の予定です。

新任医師紹介 令和元年7月1日付け

整形外科医員



ふじい しゅうへい
藤井 修平

専門医・専門分野

- ・日本肩関節学会
- ・日本骨折治療学会
- ・一般整形外科、四肢外傷、肩関節

外科・消化器外科医員



ふじもと こうすけ
藤本 浩輔

専門医・専門分野

- ・日本外科学会会員
- ・日本消化器内視鏡学会会員
- ・日本臨床外科学会会員
- ・消化器外科

外科・消化器外科専攻医



どい しゅんすけ
土井 駿介

専門医・専門分野

- ・日本外科学会会員
- ・日本消化器外科学会会員
- ・日本消化器内視鏡学会会員
- ・消化器外科

臨床研修医



しばた ようすけ
芝田 洋輔

新副院長からご挨拶



奈良県西和医療センター
副院長 外科 石川博文

専門医

日本外科学会 指導医・専門医
日本消化器外科学会 指導医・専門医
日本がん治療認定医機構 暫定教育医・認定医
日本大腸肛門病学会 施設代表・評議員・指導医・専門医
日本消化器内視鏡学会 指導医・専門医
大腸癌研究会施設代表
英国消化器病学会 International member

専門分野

消化器外科全般
腹腔鏡手術
進行／再発癌に対する集学的治療
大腸早期癌に対する内視鏡的治療
炎症性腸疾患
肛門疾患
ソケイヘルニア(クーゲル法)

このたび、令和元年5月1日という吉上の日に、奈良県西和医療センター 副院長に就任いたしました石川博文です。私は外科医を志し、昭和61年に母校奈良県立医科大学の第一外科に入局しました。大学院、そして1999年1月から2年間の英国セントマークス病院の留学を経て、2002年7月から奈良県総合医療センター（旧県立奈良病院）で大腸疾患の治療に携わってまいりました。

私は西和医療センターでの最初の大腸肛門の専門医となります。日本人の約1/3には痔核（いぼ痔）があると言われておりますので、誰でも一度や二度便に血液が混じったことがあると思います。当院では痔核の専門的な治療もできますし、何より大腸癌が隠れていることがありますので、血便の時にはためらわずに受診していただきたく思います。大腸癌の治療の原則は「限局している病変は切除する」、これに尽きると考えています。たとえ切除が困難な大腸癌に対しても、あらゆる治療（手術、化学療法、放射線療法等）を用いてできれば切除する、というあきらめない治療が私のモットーです。早期に近い癌に対しては、消化器がん低侵襲治療センターで、腹腔鏡下手術という身体に優しい手術と、消化器内科と共同で粘膜下層剥離術というさらに優しい内視鏡治療(ESDと言います)も積極的に行っています。また体表の疾患であるそけいヘルニア(脱腸)についても、身体に優しい腹腔鏡下修復術と、習得が難しいものの短時間でできて理にかなっているクーゲル法も出来ます。スタッフはベテラン揃いですので、安心して受診してください。この地域で良い医療を確立することが私に与えられた大きな役目だと思っています。

西和医療センターの診療理念「いい医療をより多くの患者さんへ」の実現に向けて今後も一同で努力してまいります。皆様のご指導とご鞭撻をよろしくお願い申し上げます。

耳鼻咽喉科

【耳鼻咽喉科とは】

耳・鼻・のど・頸部に発生する病気全般を治療する診療科で、耳が原因するめまい症状の治療や頸部腫瘍の治療も行います。当院では常勤医2名が協力して奈良県西和地区の基幹病院として診療し、必要な場合には手術加療も行います。耳鼻咽喉科領域の病気でお困りの方は、お気軽に受診して下さい。



【当センター耳鼻咽喉科の特徴】



私達は耳鼻咽喉科領域の全ての病気に対応できるように、必要な検査機器を準備し正確な診断ができるよう努めています。特に鼻の病気についてはお困りの患者さまも多く、内服治療で十分な効果の得られない副鼻腔炎に対して、侵襲の少ない内視鏡を用いた手術加療を行なっています。

<外来診療担当表>

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
一診	金田	金田	金田	金田	
二診	吉波	吉波	吉波		吉波

病気の話①

良性発作性頭位めまい症

●どのような病気ですか？

めまいは脳や心臓、内耳など数多くの原因で起きる症状ですが、その中で一番頻度の高い病気です。内耳には生物にとって重要な加速度や重力を感じるために、カルシウム成分で構成された耳石と言われる石があります。それが加齢的变化やストレス、脱水、頭部外傷などにより内耳の壁から脱落し、体のバランスを調整する三半規管の中に迷入することで発症します。



●特徴的な症状は？

症状はお布団から起きる時や寝る時、寝返りをした時、洗濯物を干すために上を向いた時、靴を履くときに下を向いた時などにぐるぐる回るめまい症状を自覚します。また、頭を動かさずにじっとしていると1分以内にめまい症状は消失し、再び体を動かすと症状が再燃する特徴があります。

●診断は？

めまい症状を自覚する時には必ず眼振と言われる現象が出現します。眼振とは自分の意識に反して勝手に眼球が動く運動で、それにより周囲の景色が回りめまい症状となります。眼球が回る現象が「めまい」の語源となっていることも理解できると思います。この現象を利用してめまいの診断を行うのが耳鼻咽喉科の専門で、眼振パターンにより診断を確定します。



●治療は？

三半規管の中に入ってしまった耳石はリンパ液内に浮遊しますので、重力を利用した耳石置換療法と言われる体操で追い出すことができます。うまくいけば1回の体操でめまい症状は消失しますが、耳石の数が多い場合には数ヶ月間を要します。また、症状の程度に合わせて内服治療も行います。



緩和ケアチーム

奈良県西和医療センターでは、苦痛を抱える患者さんやその家族に緩和ケアを提供できるように『緩和チーム』を立ち上げました。現在は、入院患者さんへの介入をはじめたばかりですが、今後、少しずつ活動を拡げていけるように取り組んでまいります。



〈緩和ケアについてお話しします〉

がんは、日本人の死因で最も多い病気です。現在、2人に1人が生涯でがんにかかり、3人に1人はがんで亡くなっています。このように身近な病気になった、がん。あなたの大切な方も、がんで悩んでいるかもしれません。

『緩和ケア』と聞くとどのようなイメージがありますか？

がん自体の治療ができなくなった人や末期の人が受けるものとイメージされている人が多いかもしれませんが。実は緩和ケアはそのような人だけを対象にしているわけではありません。また、もっと早い時期から行うものなのです。

なぜなら、がん患者さんは、がん自体の症状のほかに、痛み、倦怠感などのさまざまな身体的な症状や落ち込み、悲しみなどの精神的な苦痛を経験します。また、治療費や経済的な不安、仕事、生活上の心配などさまざまな気掛かりがあります。更には、なぜ自分がこんな病気になってしまったのか、どうしてこんな辛い思いをしないといけないのかなどの気持ちになってしまいます。これらは、がんと診断されたときから生じてくる苦痛です。

『緩和ケア』は、重い病を抱える患者さんやそのご家族一人一人の身体や心などのさまざまな苦痛を和らげ、より豊かな人生を送ることができるよう支えていくケアです。そのためにも、診断された早い時期から行っていくことが大切です。

最近では、がん患者さんだけでなく重い病を抱えた患者さんにも緩和ケアを提供するようになってきています。



〈緩和ケアチームの構成職種〉

医師・心療内科医師・緩和ケア認定看護師・
がん化学療法看護認定看護師・慢性心不全
看護認定看護師・看護師・薬剤師・理学療法士・
管理栄養士・社会福祉士

皮膚科形成外科

身体を覆う皮膚は外界からの影響を絶えず受け、様々な皮膚疾患が生じます。また、内臓疾患に伴い皮膚症状が生じることもあります。当科では、皮膚科疾患全般にわたり診療を行っております。

また、形成外科専門医と連携して、皮膚腫瘍などの外科治療を行っております。形成外科とは、変形したり失われた皮膚組織を、機能の回復だけでなく形も正常に近い状態に再建し、社会生活の質（QOL）の向上に貢献する専門外科です。

気になる皮膚症状やできものございましたら、お気軽に皮膚科形成外科を受診して下さい。

<外来診療担当表>

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
一診	横井	横井	横井	前田(午前)	横井
二診	前田(午前)	葛城(午前)	青木	青木	青木(午後)
三診	青木	青木(午前)			
形成外科	竹内(午後)				萬木(午後)
フットケア	担当(午後)		担当(午後)		担当(午後)

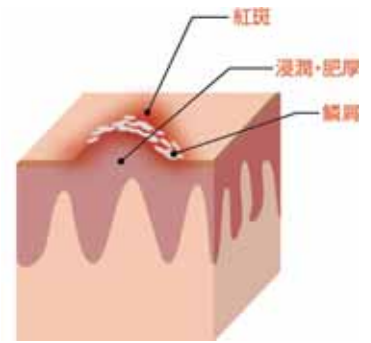


病気の話②

乾癬(かんせん)

●乾癬とは？

「乾癬」は、慢性の炎症性の皮膚の病気です。皮膚の細胞が異常に増殖することで、様々な症状がでてきます。現在、日本には約40～50万人の乾癬の患者さんがいますが、食生活の欧米化などにより、増加傾向にあります。約2:1の割合で男性に多いこと、思春期以降または中年以降の発症が多いことが特徴です。



乾癬の皮膚症状

●どんな症状？

はじめは、にきびのような赤い発疹や大量のフケで気づく人が多いようです。しかし、症状が進むと皮疹の数が増え、いくつかの皮疹が一緒になったり、ときに全身に及んだりすることもあります。



男女比

丸いやや盛り上がった赤い皮疹を紅斑といい、尋常性乾癬では特徴的です。



ひじやひざなど、物理的刺激を受けやすい部位で乾癬の皮疹がよくみられます。



全身に拡大してしまうこともあります。



乾癬患者さんの2割程度に爪の病変がみられます。



●どうしたらいいの？

皮膚の乾燥を防ぐ

皮膚の乾燥は、乾癬の症状を悪化させます。加湿器や保湿剤などを利用して、乾燥しないように注意しましょう。



喫煙は控える

たばこは乾癬の症状を悪化させるといわれています。禁煙するように努めましょう。



趣味やスポーツで気分転換

ストレスは乾癬を悪化させる要因となります。趣味やスポーツなど、自分なりの気分転換・ストレス発散の方法を見つけるとよいでしょう。



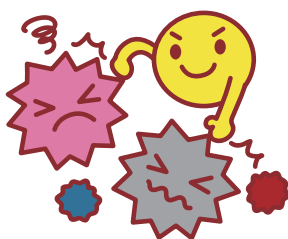
毎日入浴し、体を清潔に保つ

日々の入浴は、皮膚を清潔に保つだけでなく、皮膚の保湿や心身のリラックスにも有効です。「ぬるめのお湯につかる」「ナイロントオルよりも手でやさしく洗う」「洗髪は爪を立てず指の腹で洗う」事を心がけましょう。



感染症に注意

細菌やウイルスが体の中に入ると、乾癬の症状が悪化することがあります。こまめに手洗い・うがいを行い、予防を心がけましょう。



適度な日光浴はお勧め

太陽光線に含まれる紫外線を浴びることは推奨されますが、急激な日焼けや発汗で発疹やかゆみが悪化する場合があるので注意しましょう。



薬剤部

《乾癬のお薬について》

乾癬の治療薬は症状やライフスタイル等を考慮して個々に合った治療法が選択されます。自己判断で勝手にお薬の量を増やしたり、使用を中止したりせず、医師の指示を守って継続して治療を続けましょう。



外用薬(塗り薬)

皮疹に直接塗ることで治療効果を発揮するお薬です。

- ・ステロイド外用薬：免疫の働きを抑えて炎症を抑えるお薬
 - ・ビタミンD₃外用薬：皮膚の細胞に働きかけて異常な増殖を抑えるお薬
- また、2種類の外用薬を合わせたお薬もあります。



【塗り薬の塗り方】

<塗る量の目安>

大人の手のひら2枚分の面積に塗る量の目安は、軟膏やクリームでは、大人の人差し指の先端から第一関節まで出した量、ローションでは、1円玉大の量とされています。(右図参照)

<塗り方のポイント>

毎日規則正しく塗りましょう。適切な量を決められた回数塗ることが大切です。
入浴後など、塗るタイミングを決めておくと、忘れずに塗ることができます。



内服薬(飲み薬)

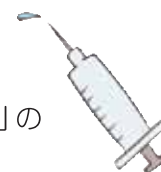
中等症から重症の比較的症狀が重い乾癬に用いられます。

- ・レチノイド製剤：角質細胞の異常な増殖を抑えるお薬
- ・免疫抑制薬：免疫の過剰な働きを抑えるお薬
- ・PDE4阻害薬：免疫バランスの乱れを正常化し炎症を抑えるお薬



注射薬

- ・生物学的製剤による治療：免疫細胞の情報伝達に用いられる「サイトカイン」の働きを弱めることで炎症を抑え、皮膚の新陳代謝を調整します。



生物学的製剤は数種類あり、投与方法や間隔、自己注射できる製剤など、患者さんのライフスタイルにあわせて薬剤を選択できるようになっています。

●西和医療センター便り●

かかりつけ医からの紹介状をお持ちの方は、事前の予約をお勧めしています。

地域医療連携室では、診察の待ち時間を短縮するために事前予約を受け付けています。

紹介状をお持ちの方は、患者さん個人からの電話予約を受け付けておりますのでご利用下さい。



予約専用
電話

奈良県西和医療センター 地域医療連携室

TEL : 0745-32-0531 (直通)

月～金曜日(8:30～20:00) 土曜日(9:00～13:00)

西和メディケア・フォーラムを開催しました。

西和メディケア・フォーラムは、奈良県西和地域7町の地域包括ケアを円滑に行うために、行政を含む多職種の情報共有と知識向上を目的として平成26年に発足しました。今回で、7回目の開催になります。



地域の医療、介護、福祉、行政の関係者が集まり地域の住民の皆様が安心して生活できる、医療と介護のあり方を考えています。

地域住民公開講座を開催しました。

令和元年5月30日(木) 王寺リーベルで開催しました。

今回は「緑内障と上手につきあう」話、「腎臓を守るために出来ること」のお話でした。

106名の方にお集まり頂き、ありがとうございました。



●公開講座案内●

地域の方対象 公開講座

地域住民公開講座

令和元年10月23日(水)

14:00~15:30

会場:広陵町ふるさと会館グリーンパレス
(広陵町大字笠168番地)

講演テーマ・講師

高血圧専門医がやさしく解説する
「血圧のはなし」

西和医療センター循環器内科
副院長 土肥 直文

心臓血管外科専門医がわかりやすく解説する
「心臓病と足の血管病のはなし」

西和医療センター心臓血管外科
部長 田村 大和



医療職の方 対象の講座

地域医療連携講座(当院にて)

令和元年8月22日(木)

消化器内科 森岡部長
「大腸癌内視鏡治療」

腎臓内科 森本部長
「脱水症の診かた、考えかた」

令和元年9月19日(木)

脳神経外科 弘中部長
「出血性脳卒中の外科治療」

令和元年10月17日(木)

心臓血管外科 田村部長
「タイトル未定」



*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 令和元年8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 ファミリー編集委員会

〒636-0802 生駒郡三郷町三室1-14-16

TEL:0745-32-0505(代表) FAX:0745-31-1354

