

2020.春
NO.94

広報

病院 だより

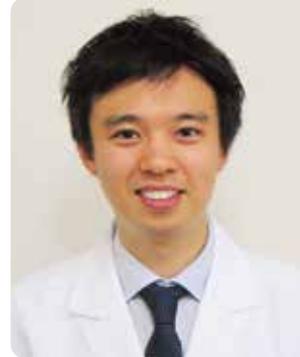
CONTENTS.

- 02 ● 特集「大腸がんの抗がん剤治療」
- 04 ● こどものアレルギー性鼻炎
「アレルギー舌下免疫療法」
- 07 ● 新入職員紹介
- 12 ● 読者プレゼント企画



令和2年度 新入職員

大腸がんの 抗がん剤治療

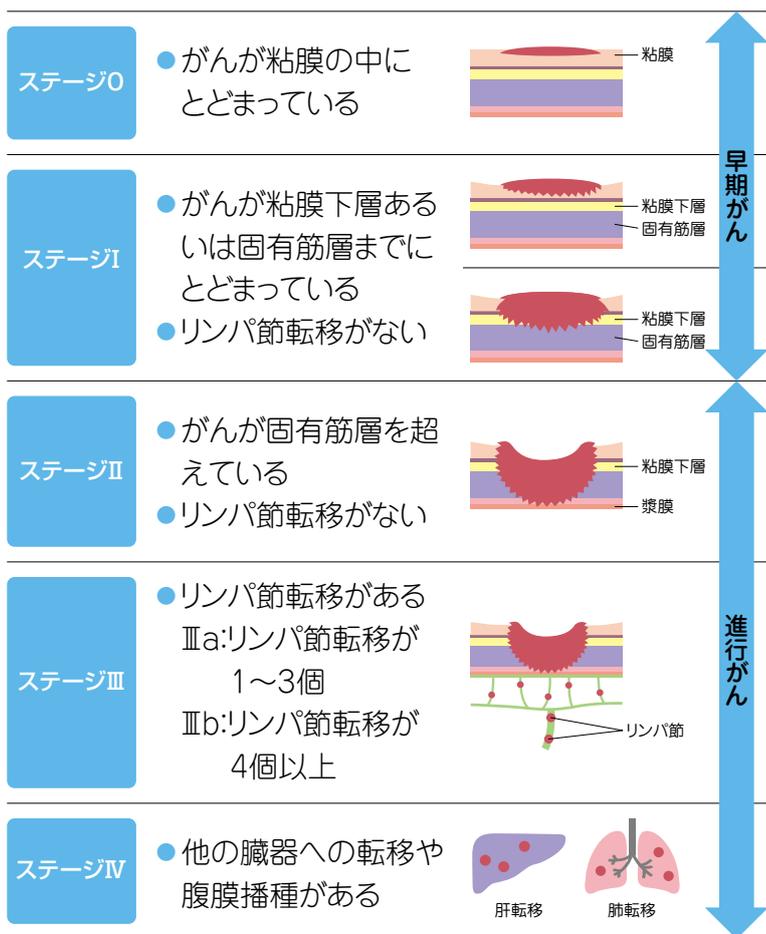


【外科】
飯塚 彬光

内視鏡や手術でがんを取り除くことが重要ですが、薬物治療、つまり抗がん剤での治療も大切な治療のひとつです。手術と抗がん剤、両者が手を取り合って、がん治療に立ち向かっていく必要があるのです。今回、大腸がんに対する、抗がん剤治療のことを皆さんに知っていただければ幸いです。

大腸がんのステージ

がんの重症度を表す指標となるステージ、それぞれのステージでの治療の流れは、図のようにして決まります。



術後補助化学療法

進行がんの場合、手術でがんの病巣を切除したとしても、がん細胞が体内に残っており、再発転移を起こすことが、一定の確率であり得ます。その残っているかもしれないがん細胞に対抗する抗がん剤治療です。対象となるのは、ステージⅢの患者さま、ステージⅡのうちがんの大きさが大きかったり、深かったりする患者さまです。術後1から2か月の間に開始して、6か月間、期間を決めて抗がん剤治療をおこないます。再発率を数%から10%程度下げられると言われています。

進行再発化学療法

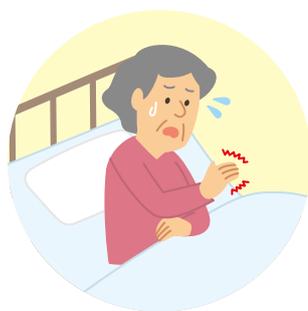
ステージⅣのうち、手術では取り切れない場合におこなう抗がん剤治療をさします。がんの進行を抑えて、延命を目指すことが目的となります。メインとなる抗がん剤と分子標的薬を組み合わせて、抗がん剤の種類を選択します。がんの進行の程度や副作用の程度に応じて、抗がん剤の種類を変更したり、抗がん剤の量を減らしたり、投与間隔を空けたりして、できるだけ治療を継続していくことを目標とします。

抗がん剤の副作用

単なる痛み止めや整腸剤を内服するのは違い、抗がん剤には、なにかしらの副作用が起こります。よく起きるけれど、軽い副作用には、症状をおさえるお薬で対応します。まれですが、重症化や入院を要することもあります。

抗がん剤投与日の診察では、患者さまの自覚症状を伺い、採血検査で投与にあたって、安全基準を満たしているか

確認することが一般的です。基準を満たしていないときは、抗がん剤投与を延期したり、抗がん剤の量を減らしたりして対応します。重症のときは、使用している抗がん剤を中止し、内容を変更することがあります。

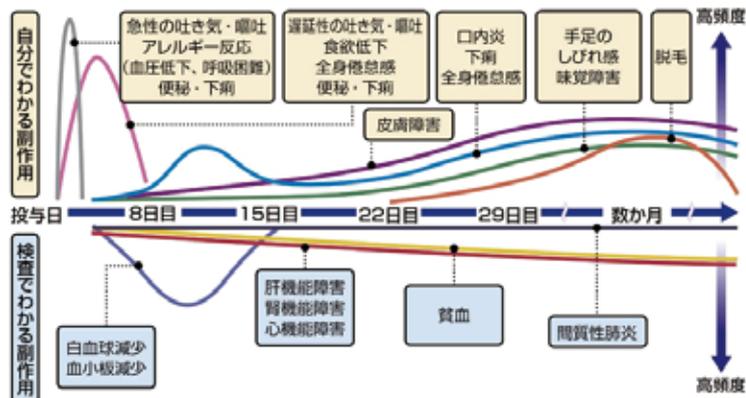


抗がん剤の選択

抗がん剤の種類によって、起こりやすい副作用があったり、投与の周期が異なったりします。

適応となる抗がん剤の中から、患者さまの生活スタイルや年齢、持病などを考慮して、患者さまと相談しながら抗がん剤の選択をします。がんの遺伝子検査をおこない、使用できる抗がん剤の種類を決めることがあります。

医師のみならず、看護師、薬剤師など、チーム医療で、抗がん剤治療に取り組んでいます。



図表引用元：もっと知ってほしい大腸がんのこと NPO法人キャンサーネットジャパン



こどものアレルギー性鼻炎 アレルゲン舌下免疫療法



小児科部長 ● 村田医師

くしゃみ、鼻水、鼻づまりが続いている、よく鼻をこするといった場合、アレルギー性鼻炎による症状かもしれません。アレルギー性鼻炎とは、ハウスダストや花粉などで鼻粘膜が刺激されて起こる鼻炎です。最近では、アレルギー性鼻炎を発症する年齢が徐々に低くなってきており、子どものアレルギー性鼻炎も珍しくありません。鼻がつまって眠れない、授業に集中できないなど、日常生活に影響を及ぼすため、ぜひ治療が必要です。アレルギー性鼻炎の治療は、周囲のアレルゲンを減らす環境整備、抗ヒスタミン剤内服（痒みや鼻水を減らす薬）やステロイド点鼻薬などの薬物療法が中心でしたが、最近では、「アレルゲン舌下免疫療法」も行われています。周囲からアレルゲンを全て排除することは困難で、薬物療法によりあくまで出た症状をおさえる「対症療法」に対し、アレルゲンに体を慣らして症状を和らげる「免疫療法」の効果が期待されています。

「アレルゲン舌下免疫療法」とは

毎日、舌の裏側にアレルゲンのエキスの入った舌下錠を入れ、そのまま粘膜から吸収させることで、アレルゲンに対し徐々に体を慣らしていき、鼻炎症状を和らげる治療法です。舌下免疫療法では、これまでの注射での治療と違って、痛みがない、強いアレルギー反応（副作用）が少ない、自宅でも毎日実施できる、など大きなメリットがあります。

現在、「スギ花粉」、「ダニ」の舌下免疫療法が可能です。鼻炎症状に加え、血液検査や皮膚検査にて、スギ花粉症、ダニによるアレルギー性鼻炎との診断がしっかりされていれば、おおよそ「5歳以上」で治療可能です。

舌下錠の有効率は80%程度（完治20%、改善60%）と言われております。開始1年ほどで、治療効果がみられてきますが、効果を持続させるために、3～5年の治療の継続が勧められています。



ダニおよびスギの舌下療法は当院小児科で治療可能です。実際の治療の方法、開始時期、副作用などについては、外来にてお話をさせていただきます。

小児科の休日・夜間診療体制について

常勤医の減少により当院における時間外の小児科対応は、下記のとおりとさせていただきます。ご迷惑をお掛けしますが、ご理解のほど、よろしくお願いします。

対象 ● 急病の方

日時 ● 月・火・金 / 17時00分～18時30分

※受診をご希望の場合は、あらかじめ電話でご連絡をお願いします。※月・火・金の18時30分以降、水・木・土及び祝休日は時間外対応を行っていません。※ケガなど、外科系の症状は上記の時間以外でも対応可能な場合があります。お電話にてお問い合わせください。

【愛知県小児救急電話相談】

休日や夜間に子どもの急な発病で受診したほうがよいか判断に迷う場合は、看護師・小児科医による相談が受けられます。

短縮番号 ● #8000

短縮番号が使えない場合 ● TEL:052-962-9900 (対応日時 / 毎日:19:00～翌8:00)

理学療法士が教える

かんたんにできる!腰痛改善体操

厚生労働省の発表によれば、腰痛を持つ人は全国で2,770万人もいるといわれています。まさに国民病といっても過言ではない腰痛ですが、その原因の多くは腰周辺を支えている筋肉の衰えや柔軟性の低下によるものです。

今回は、短時間で手軽にできる、腰回りの筋肉を鍛える体操を3つ紹介します。

1日3セットを目標に、無理のない範囲で行ってみてください。

体操A



キープ時間5秒×10回

仰向けになり、両膝を立て、息を吐きながらお尻を持ち上げる。

ポイント お尻に力が入っていることを意識しましょう

体操B



キープ時間20秒×5回

仰向けになり、両膝を抱え、頭と膝をおへそに近付ける。

ポイント 息を止めないように注意し、お尻や腰が伸びていることを意識しましょう

体操C



繰り返し10回

四つん這いになり、以下の①と②を繰り返す。

- ① 息を吸いながら、背中を丸め、お腹をのぞき込む
- ② 息を吐きながら、背中を反らし、できるだけ上を向く

ポイント 腰はあまり動かさずに胸をしっかり動かすように意識しましょう

※痛みやしびれが強くなる場合は、体操を中止してください。

Doctor

あつみでがんばります



内科

とく だ こう た ろ う
徳田 晃太郎

出身地 ▶ 豊田市

前勤務地 ▶ 公立陶生病院 趣味 ▶ テニス、旅行

▶患者さまへの一言

皆さんの健康を少しでもサポートできるように頑張ります。よろしくお願いします。



外科

た な か かつ ひ と
田中 克仁

出身地 ▶ 静岡県浜松市

前勤務地 ▶ 名古屋大学附属病院 趣味 ▶ お酒、ラーメン、釣り

▶患者さまへの一言

3年ぶりに田原市へ戻ってまいりました。地域、患者さまに寄り添った診療を行っていきたいと思いますので、よろしくお願いします。



整形外科

くわ はら ゆう た ろ う
桑原 悠太郎

出身地 ▶ 名古屋市

前勤務地 ▶ 豊橋市民病院 趣味 ▶ ラグビー

▶患者さまへの一言

本年度から渥美病院で勤務させていただくことになりました。地域の皆さまに今まで培ってきた技術を還元できるように努力します。よろしくお願いします。



病院モニター会議より報告

開催日 ▶ 2月1日(土) モニター17名参加

今回のモニター会議では、講演と意見交換を行いました。講演では、「介護保険」、「あんしん登録システム」の2つのテーマについてお話させていただきました。あんしん登録システムとは、ご自宅や施設で療養されている患者さまやご家族に安心していただけるように、連携医療機関と渥美病院があらかじめ情報を共有しておくことで、状態が悪化した時に、スムーズに受診(必要に応じて入院)できる仕組みで、現在たくさんのご登録をいただいております。モニターの皆さまにも興味を持っていただけたようで、多くのご質問をいただきました。

●意見交換の内容(一部抜粋)

モニター委員からのご質問

血液検査の結果が出るには、どのくらいの時間が掛かるのでしょうか?

病院職員の回答

検査項目によります。10~15分程と短時間で分かる項目、1~2時間程掛かる項目、1日以上掛かる項目と、様々です。

新入職員紹介

この春から渥美病院で働く職員をご紹介します！



看護師 加藤 瑞稀

看護師として 頑張りたいこと

4月より渥美病院で働かせて頂ける事をとても嬉しく思います。私は、実習を通して、看護を提供させて頂く上でやりがいや喜びを多く感じる事ができました。その反面、看護の難しさや自分の未熟さを痛感しました。至らない点が多いとは思いますが、より良い看護が提供できるよう頑張りたいと思います。また、理想とする看護師像である笑顔を大切に、患者様やご家族の方に寄り添う事のできる看護師に少しでも近づけるよう努力していきます。ご指導の程よろしくお願ひします。



看護師 川口 琴葉

看護師として

4月から地元である渥美病院で働かせていただきます。3年間の学生生活から看護職の魅力をさらに学ぶことができ馴染みの地で働けることに喜びを感じています。その反面、命の尊さや責任の重さから不安な気持ちも多くあります。これからは看護師として日々学びの姿勢、感謝の気持ちを忘れず患者さまや同期、先輩方、他職種の方との関わりの中で沢山のことを吸収し心身ともに成長していきたいと思ひます。至らない点も多くありますが精一杯頑張りますのでご指導の程よろしくお願ひ致します。



事務一般職 土井 優果

医療事務として

目標としていた医療に携わる仕事ができること、そして、馴染みのある渥美病院で働けることを大変嬉しく思っております。医療に携わる一員として、少しでも安心を与えられるよう、笑顔と明るさを忘れずに取り組んでいきたいです。初めてのことが多く、不安ではありますが、信頼される人材となれるよう、学び続ける姿勢を大切に、少しでも貢献できるよう頑張ります。支えてくれた方々への感謝の気持ちを忘れず、精一杯頑張りますので、ご指導の程よろしくお願ひいたします。



介護福祉士 福井 勇人

憧れの仕事

福祉専門学校で2年間学び、憧れの介護福祉士として地元の施設であるあつみの郷で働かせて頂く事となり、とても嬉しく思ひます。私は中学生の時の福祉体験で介護福祉士という仕事に興味を持ち、専門学校で介護について学んでいくうち、人と関わり、人の生活を支える事のできるこの仕事への憧れが強くなっていきました。その憧れを叶えていくのは就職したこれからのなので、一人前の介護福祉士を目指してあつみの郷で日々精進していきたいと思ひますので、宜しくお願ひします。



発信あつみの郷

家族さま意見交換会の中止と にぎり寿司バイキング

あつみの郷介護老人保険施設(老健)では、より良い介護サービスの提供のため、直接ご家族さまからご要望やご意見を伺い、また施設の方針や介護保険に関する情報の提供等をお伝えする機会として平成23年度より意見交換会を開催しています。8回目となる昨年度も3月10日(火)の開催を計画し準備していましたが、新型コロナウイルスの感染予防対策を優先し意見交換会の開催は中止とさせていただきました。意見交換会はあつみの郷をより良くするための取り組みの一つであり、ご要望やご意見を直接お伺いできる貴重な機会ですので、今年度も引き続き計画をしていきたいと思っています。



意見交換会は中止となりましたが、同日開催の『にぎり寿司バイキング』は利用者さまのみの参加で開催をさせていただきました。普段の施設内生活においては、にぎり寿司が食事メニューになることはないため、にぎり寿司のカウンターを準備している段階から何を食べようか利用者さま同士でお話するなど期待が高まっている様子が見受けられました。にぎり寿司のメニューは12品ですが、食事形態は利用者さまによって違いがあり個々の利用者さまに合わせたにぎり寿司を提供しました。普段は食事が少なめな方も好きなお寿司はお代わりをするほど沢山めしあがり、食事中や食後の素敵な笑顔が印象的でした。

雑祭り会

3月3日はひな祭り会を開催しました。各フロアーにはひな人形が飾っており、ひな人形の前でひな祭りの話やひな祭りの歌を歌いました。また、おやつにはひな祭りのケーキを用意しました。利用者さまからは家で飾っていた人形の話や懐かしそうに話される方もいて、季節を感じる貴重な時間を過ごすことができました。



野菜たっぷり コンソメスープ

エネルギー **69kcal**

白菜	20g	固形コンソメ	3g
玉ねぎ	20g	水	150cc
人参	10g	塩	少々
ベーコン	5g	こしょう	少々

- 白菜と玉ねぎは2cmほどの角切りに、人参は薄くいちよう切りに、ベーコンは1cm幅に切る。
- 鍋に水を入れ沸騰させ、固形コンソメを加える。
- ①を加え、煮る。
- 塩こしょうで味を調える。

豆乳プリン はちみつソース

エネルギー **80kcal**

豆乳	80cc	【ソース】	
ラカント	3g	はちみつ	小さじ1
粉ゼラチン	2g	レモン果汁	小さじ1弱
水	8cc	① ラカント	1g
レモン	少々	おろし生姜	お好みで
		水	大さじ1弱

- ゼラチンを水でふやかす。
- 鍋に豆乳とラカントを入れ火にかけ、①も加えてよく溶かし、お好みの型に流し入れる。冷蔵庫で約1時間冷やし固める。
- ②の材料を火にかけて一度沸かし、冷ましておく。
- ③のソースが冷めたらゼリーにかけて、スライスしたレモンをトッピングする。



肥満対策 の基本

- 「標準体重」から「1日に必要なエネルギー量」を求めます。
- 標準体重(kg).....身長(m)×身長(m)×22
 - 1日に必要なエネルギー(kcal).....標準体重×25~30

今回の メニュー

エネルギー **585kcal**



レシピは1人前の分量です

- 健康のために
- ①食物繊維を多く含む食品を十分にとりましょう。
 - ②脂質のとりすぎには十分注意しましょう。
 - ③1日350g以上の野菜をとりましょう。
- これらを意識して、適正エネルギーでバランスのよい食事をとりましょう。

春野菜と ちりめんじゃこのパスタ

エネルギー **342kcal**

スパゲティ	60g	オリーブオイル	6g
菜の花	20g	にんにく	2g
たけのこ水煮	15g	塩	少々
キャベツ	20g	こしょう	少々
ミニトマト	20g	粉チーズ	小さじ1
ちりめんじゃこ	10g		

- ① たけのこを薄めのいちよう切り、キャベツは3cm角、ミニトマトは半分に切る。
- ② 菜の花はさつと茹で、一口大に切る。
- ③ 鍋に湯を沸かし、スパゲティを袋の表示通りに茹で、ざるにあけて湯を切る。
- ④ フライパンにオリーブオイルを熱し、みじん切りにしたにんにくを炒める。香りが立ったら、たけのこ、ミニトマト、キャベツ、菜の花の順に入れて炒める。
- ⑤ キャベツがしんなりしたら、ちりめんじゃこを加える。
- ⑥ ⑤にスパゲティを加えてよく混ぜ、塩こしょうで味を調える。
- ⑦ 皿に盛り、お好みで粉チーズをかける。

大根と水菜の 梅ドレサラダ

エネルギー **94kcal**

大根	40g	練り梅	5g
水菜	10g	フレンチドレッシング	15g
鶏ささみ	20g		

- ① 大根は細めの千切りに、水菜は3cmの長さに切る。
- ② 鶏ささみは熱湯で7~8分茹でてほぐす。
- ③ フレンチドレッシングに練り梅を加えて混ぜ、①②と和える。

車椅子 操作方法

ケガや病気で歩くことが困難な方の移動に必要不可欠な車椅子ですが、使い方を間違えると転倒や転落の危険性があります。標準的な車椅子を例に、正しい使い方のポイントをご紹介します。

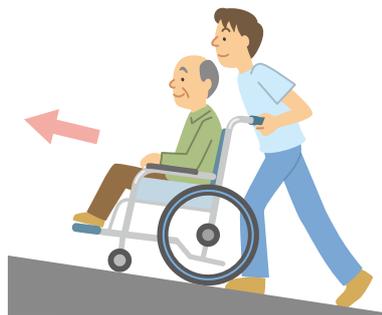
基本姿勢

- 座面に深く、左右への傾き無くまっすぐ座ります。
- 手はアームレスト(肘置き)にのせるか、足の上に置きます。外に出しておくとも車輪に巻き込まれる危険があります。
- 足はフットレスト(足置き)にのせます。



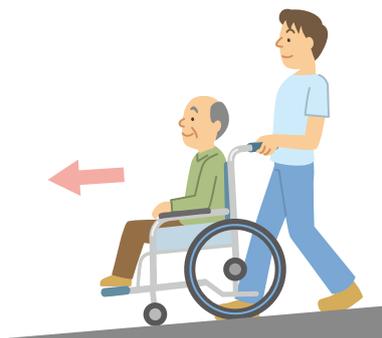
上り坂

- ① 要介助者に上り坂を走行することを伝えます。
- ② 介助者は車椅子が下がらないように、しっかりと押します。このとき、脇をしっかりと締めて、歩幅を広げ、車椅子にもたれかかるようにすると押しやすくなります。



緩やかな下り坂

- ① 要介助者に下り坂を走行することを伝えます。
- ② 下り坂に対して前向きのままで、介助者はグリップをしっかりと握り、手前に引くような感じでゆっくりと進みます。



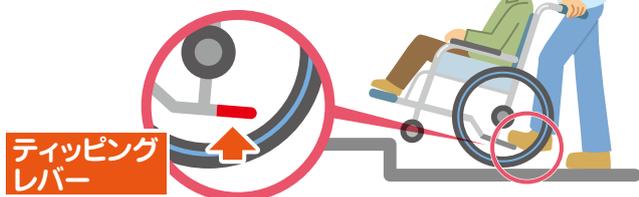
急な下り坂

- ① 要介助者に下り坂を後ろ向きで走行することを伝えます。
- ② 車椅子を後ろ向きにし、ゆっくり進みます。介助者は歩幅を広げ、足元・後方に十分注意しましょう。



段差を上がる時

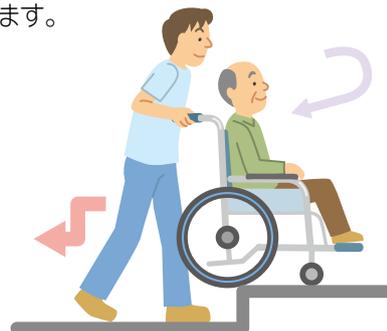
- ① 段差に対し、車椅子をまっすぐ正面につけ、要介助者に段差を越えることを伝えます。
- ② グリップを下に押し下げながら、ティッピングレバーを踏み、前輪を上げます。
- ③ 前輪を上げた状態で車椅子をゆっくり前に進めます。
- ④ 前輪を段にゆっくり乗せます。
- ⑤ 後輪を持ち上げます。この時、後輪を段差に押しつけながら持ち上げると楽にできます。



ティッピングレバー

段差を降りる時

- ① 車椅子を後ろ向きにして、要介助者に段差を降りることを伝えます。
- ② 段差に添うように、ゆっくり後輪を下ろします。
- ③ 前輪を上げ、車椅子をゆっくり後方に引きます。
- ④ 前輪を静かに下ろします。



▶ 職種紹介

病院を支える こんな職種

メディカルソーシャルワーカー

「メディカルソーシャルワーカーってどんな職業？」



Q **メディカルソーシャルワーカーとは**

A 入院・外来問わず、患者さま、ご家族の抱える経済的・心理的・社会的な悩みを伺い、問題解決のお手伝いや調整を行っています。

Q **どんな仕事をするの**

A 病気がきっかけで生じた、退院や介護についての問題や生活上の課題の解決をするために、本人やご家族との相談や、関係機関との連絡・調整、医師・看護師・リハビリスタッフ等の院内スタッフと共に情報共有して解決策の検討をしたり、社会福祉制度のご紹介を行っています。

Q **メディカルソーシャルワーカーになるには**

A 一般的には、四年制福祉大学等で社会福祉を学び、『社会福祉士』という国家資格を取得することが必要です。国家資格を受験するためには、指定科目を履修して、指定された日数の実習を経験することなどの養成課程を経る必要があります。

Q **メディカルソーシャルワーカーを目指したきっかけ**

A 大学の講義で、病気のため、今後の生活に悩んでいる患者さまが、メディカルソーシャルワーカーと相談したこと、共に考え、将来の方向性について様々な選択肢を示してくれたことで、前向きに考えられるようになった話を聞き、この仕事を目指そうと思いました。

Q **これからメディカルソーシャルワーカーを目指すとしての方へのメッセージ**

A 様々な患者さん、ご家族、周囲の支援者と関わる中で、多様な人生や生き方に触れる機会が多い、魅力的な仕事です。

人と関わることが好きな方はこの仕事に向いていると思います。

時には、似たような相談もありますが、生活背景や家庭事情等は、患者さま一人ひとりで異なっています。常に相談者がどのような状況に置かれているのか、どんな支援が問題を解決するために必要なのか、根拠を持って関わる必要があります。奥深く、達成感も大きい仕事です。



4年目 ● 小座間

次回も
病院を支えている
職種をご紹介します。

楽しみにしていて
くださいね♪



読者プレゼント企画

アンケートに答えると抽選で図書カード1万円分が1名様に当たる!

より良い広報誌の発行、病院運営のためにアンケートへのご協力をお願いします。ご回答いただいた方の中から抽選で1名様に、「図書カード1万円分」を進呈します。読者の皆さまの声を聞かせてください。



回答方法

● 当院までお越しくくださる方

渥美病院の正面玄関に入って左側の受診申し込み書記入コーナーの『渥美病院「病院だより」読者アンケート(2020年春号)』に必要事項を記入し、『アンケート回収ボックス』に入れてください。

● スマートフォン・PCをお使いの方

以下のURL又はQRコードから回答してください。
<https://forms.gle/ciwiDhQkUSeuoy687>



渥美病院

検索

※所要時間は5～10分程度(目安)です。 ※回答期限は、2020年5月31日(日)です。
※当選者の発表はプレゼントの発送をもって代えさせていただきます。

今月の 表紙の



令和になって初めて新入職員を迎えました。新型コロナウイルスで大変な時期の就職となった37名ですが、皆希望に満ちたいい表情をしており、迎える私たちも彼らから新鮮な刺激を受けています。職員一同、地域医療を守るためにまい進したいと思っています。今後ともよろしく願いいたします。

渥美病院 ● 診療日カレンダー / 2020.5月 ▶ 2020.10月

□は休診日です。[土、日、祝祭日] /

5月	6月	7月	8月	9月	10月
日 月 火 水 木 金 土 ・ ・ ・ ・ 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 / 25 26 27 28 29 30 24 / 31	日 月 火 水 木 金 土 ・ 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 ・ ・ ・ ・	日 月 火 水 木 金 土 ・ ・ ・ 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 ・	日 月 火 水 木 金 土 ・ ・ ・ ・ ・ 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 / 24 / 25 26 27 28 29 23 / 30 24 / 31	日 月 火 水 木 金 土 ・ ・ 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 ・ ・ ・	日 月 火 水 木 金 土 ・ ・ ・ ・ 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31