

令和5年冬号(季刊)

静岡市立 清水病院広報誌

Shimizu



外科 =「個人」の力 × 「チーム」の力

診療科クローズアップ

外科

外科の自己紹介

トピック

外来化学療法室が新しくなりました!!

地域医療支援室より つなぐ、つながる
「病診連携とは」

医療連携医紹介
清水ペインクリニック

認定看護師の耳寄りなはなし
近年のがん治療について
～がん薬物療法とはなんだろう～

連載エッセイ「外科医のキモチ」
5Sと私

見逃せないお薬講座
白内障に用いられる点眼薬について
管理栄養士おすすめ健康レシピ
旬の味覚～ワカサギ～
「ワカサギのから揚げ」



外科の自己紹介

私は創刊時よりこの広報誌「Shimizu」の編集長をしていますが、一度も自分の診療科を取り上げていませんでした。今回、満を持して？外科の紹介をいたします。

病院参与兼副病院長・外科科長 丸尾啓敏

どんな手術を行っている？

外科の仕事を理解していただくには、まず手術の内訳を示すのが手っ取り早いでしょう。2021年度には総数542件の手術が行われています。

1 悪性疾患：消化器がんに対する手術です。大腸がんが73件と飛び抜けて多く、次いで胃がん17件、肝・胆・脾領域のがんが13件でした。大まかにいうと、大腸がんは山崎、平山、石松、胃がんは小路、肝・胆・脾のがんは丸尾が担当しています。各種がんの治療方針はわが国で共通の「ガイドライン」に準じて決めています。

2 良性疾患：鼠径ヘルニア（いわゆる脱腸）を中心とした腹部のヘルニア修復術が159件と最も多く、胆石（ほとんどが腹腔鏡下胆囊摘出術）が66件、下肢静脈瘤が42件、急性虫垂炎が35件でした。いずれも外科の手術対象としては「よくある病気」です。

3 緊急手術：当科は緊急手術が多いのが特徴で、全体の約2割を占めます。上記の胆石のうち急性胆囊炎を起こしている例や腸閉塞、急性虫垂炎、消化管穿孔などが緊急手術の対象になります。夜間、休日でも緊急対応できるよう、いつでも待機体制をとっています。

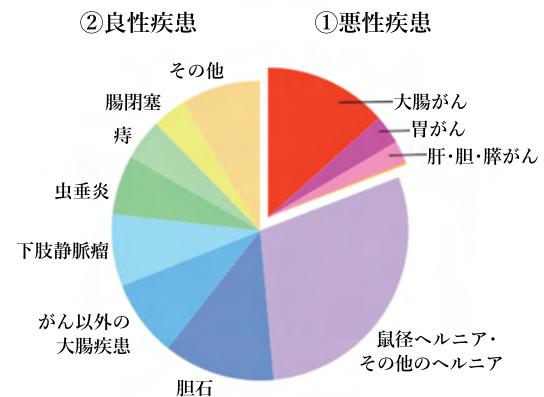
腹腔鏡手術について

おなかを大きく開腹することなく、侵襲（ダメージ）を低く抑えられるのが腹腔鏡手術です。キズが小さい、痛みが軽い、回復が早い、入院期間が短い、といったメリットがあります。当科でも積極的に取り組み、年々件数が増加しています。手術例数が多いのは大腸がん、胆石症、鼠径ヘルニアです。より安全に行えるように技術を磨き、手術対象もできるだけ広げていきたいと考えています。

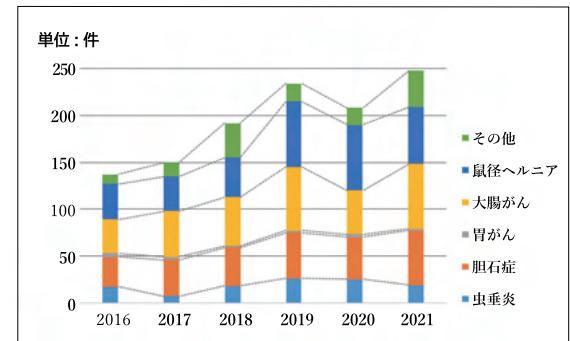
手術以外の仕事

外科は手術ばかりをしているわけではなく、とくにがんの手術では術後のフォローアップも大切な仕事です。手術を受けた方が元気に過ごしているかを観察していくなか、もし、再発が見つかった場合は化学療法（抗がん剤治療）を行うことがあります。それでも病気が進行して色々な辛い症状が出てきたときには緩和ケアを施します。大きな病院では術後の通院はかかりつけのクリニック、化学療法は腫瘍内科、終末期医療は緩和ケア科と分業しているところもありますが、一貫した診療を行うことが多いのが当院外科の特徴といえます。患者さんの病状は一人ひとり違いますし、患者さんやご家族のお気持ち、家庭や居住地の事情も異なります。患者さんにとって最善の治療を求め、医師チームだけでなく、看護師や薬剤師、MSWなど多くの職種が協力して支援に取り組むのが私たちのモットーです。

<手術の内訳>



<腹腔鏡手術件数>



大腸がんに対する腹腔鏡下手術

従来のおなかを大きく開けて行う手術（開腹手術）に代わって、腹腔鏡というテレビカメラでおなかの中を観察しながら行う手術（腹腔鏡下手術）が広く普及しています。開腹手術に比べ、患者さんの体への負担が大幅に軽減し、入院期間も短くなりました。

大腸がんに対する腹腔鏡下手術は当初早期大腸がんが対象でしたが、最近では進行大腸がんに対しても適応が拡大されています。進行がんに対しての長期成績が開腹手術に劣らないことが証明されたことと、外科医の技術と器具の品質が向上した結果です。



実際の手術の様子▶

外科医はおなかの中に入れた腹腔鏡で映し出された映像をモニターで見ながら、長い鉗子や凝固切開装置を使って手術を行います。



血管外科科長 山崎 將典



科長（統括科長）平山一久



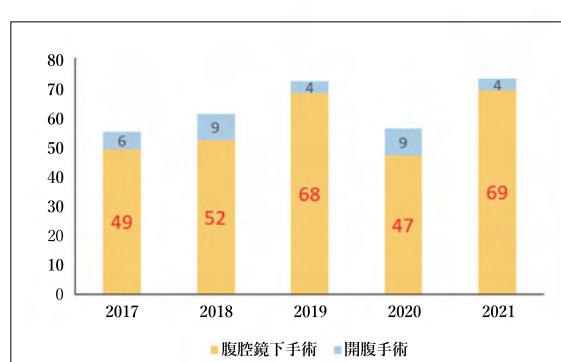
外科科長 石松久人

大腸がんの診療は山崎、平山、石松の3名が中心となって担当しています。石松はこの中では若手ですが、日本内視鏡外科学会技術認定医の資格を取得しています。これは自分が術者の腹腔鏡手術をビデオで収録し、未編集の動画を学会に提出し、厳正な審査のもと認定されるものです。合格率が低く、各種専門医資格の中では最も難関とされています（認定申請をしていなくても、同程度の技術を持った外科医がいることはご承知ください）。

私たちは早くから大腸がんに対する腹腔鏡下手術に取り組んできました。グラフをご覧ください。最近5年間の大腸癌手術317件のうち、285件（約90%）が腹腔鏡下手術で行われています。これは他施設と比較しても高いレベルだと思います。

大腸がんは現在男女を合わせると日本で一番罹患数が多いがんです。治療には手術以外に内視鏡治療、化学療法（抗がん剤治療）、放射線療法などがあります。当院では外科と消化器内科が協力して大腸がんの患者さんにベストの治療を提供します。今回は大腸がんの手術、とくに腹腔鏡下手術についてお話ししました。

<腹腔鏡下大腸がん手術件数>



NEW



以前は副作用のことを考え、化学療法(抗がん剤治療)は入院で行なうことが一般的でしたが、現在は副作用を軽減する薬剤(支持療法)も進歩してきているため、外来通院で行えるようになってきました。

9月より新館4階に
新しく移設

外来化学療法室が新しくなりました!!



現在、緩和ケア認定看護師(梶浦師長)、がん化学療法看護認定看護師(岩科)、看護師(堀川、小林、杉山)の5名が常勤勤務しています。



現在外来化学療法室はベッド8床、リクライニング7床の計15床で運用しています。窓もあるため、部屋は明るく開放的で、ベッドにはテレビが設置されています。テレビカードとイヤホンが必要となりますので、ご利用の方はご準備をお願いします。

患者さんが安心して治療が受けられるよう他職種とも連携を図り、スタッフ一同で患者さんをサポートさせていただきます。なにか心配なことや、副作用症状でお困りなことなどありましたら、看護師にご相談ください。

■がん化学療法看護認定看護師 岩科 麻見



私は今回、外来化学療法室移設の企画・実行に携わせていただきました。その過程において、医師、看護師をはじめ、薬剤師、医療事務、病院の設備を整える施設課の職員や清掃・リネンのスタッフ等々、多くの職員の『患者さんに、よりよい環境で抗がん剤治療を受けて欲しい』という強い想いを感じました。新たな外来化学療法室には、薬剤師が患者さんに抗がん剤治療の説明をする際などに使用する個室も設けました。患者さんに安心して治療を受けさせていただけるよう、日々活動を行っております。

■がん薬物療法認定薬剤師
緩和薬物療法認定薬剤師
杉山 弘樹



移設にともない、今までより外来や受付からの距離が遠くなってしまいご不便をおかけ致しますが、これまで外来化学療法室を利用される患者さん方からご意見を頂いてきましたベッドの間隔や明るさ、面談時のプライバシーの確保など、治療の環境面は旧外来化学療法室より改善することができたと思います。

当院では、より安全に、より良い環境で抗がん剤治療を受けていただけるよう、主治医だけでなく看護師、薬剤師ほか多くの職種で検討を進めています。お気づきの点などありましたらお気軽にスタッフへご相談ください。

■呼吸器内科 森 和貴



近年のがん治療について

「がん薬物療法とはなんだろう？」

がんってどうしてなるのだろう？

人間には生命を維持するために、細胞が分化したり増殖したりする遺伝子を持っています。その遺伝子の中には、がんを増やそうとする遺伝子と、それらを防ごうと働いてくれる遺伝子が存在します。私たちの身体には、がんを増やすためのアクセルと、それらを防ごうとするブレーキの両方の働きが備わっていて、そのバランスが崩れてしまったときに、がん細胞が増えてしまい、がんになってしまふのです。

正常な細胞の一部ががん化してしまっても、免疫の働きが十分に發揮されれば、がん細胞が死滅され、本格的ながんに発症するのを防ぐことができます。こうやって、身体の中で、免疫が働き続けてくれるため、がんが発症するまでに10年や20年と長い年月がかかるのです。

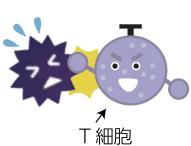


がん治療にはなにがあるのだろう？

現在でも以前と変わらず「手術療法」「薬物療法」「放射線療法」の3大治療が主流です。これらの治療のなかで主治医は“なにが患者さんにとって最適な治療なのか”を考えています。今回は薬物療法（抗がん剤治療）について話をさせていただきます。



<体内の免疫T細胞>



免疫チェックポイント阻害薬ってどんな副作用があるのかな？

始めにお話ししたように、私たちの身体の中には、免疫が備わっており、がんが増殖しないようにブレーキをかけてくれているT細胞が存在しています。この

抗がん剤ってどんな種類があるのかな？

抗がん剤には多くの種類があります。細胞を殺すための「殺細胞性抗がん剤」、がん細胞の分子に作用する「分子標的薬」、免疫を活性化させる「免疫チェックポイント阻害薬」の主に3種類に分けられます。

抗がん剤には多くの種類があり、それらを何種類か組み合わせて投与する薬剤が決まります。いままで、吐き気、脱毛、食欲不振、骨髄抑制などの副作用がありました。今は支

持療法が進歩したため、それらの副作用症状は軽減できるようになってきました。

しかし、分子標的薬や、免疫チェックポイント阻害薬を使用することが増えてきたため、今まで起きなかつた皮膚障害や、甲状腺の病気、下痢、倦怠感などの副作用が、治療開始数ヶ月たつてから出現するようになりました。近年注目されている治療法が、免疫チェックポイント阻害薬を使用する免疫療法です。

T細胞が弱まつたり、がん細胞が「攻撃するな」とブレーキをかけてしまうと、T細胞はがん細胞を攻撃しなくなるため、がんが増殖してしまいます。がん細胞からのブレーキがかからないよう阻害し、T細胞がしっかりと働いてくれるようにするのが、この免疫チェックポイント阻害薬です。

免疫チェックポイント阻害薬は、どのがんにも使用できるのかといったら、そうではありません。一部の種類のがんとなりますが、免疫チェックポイント阻害薬は、どのがんにも使用できるのかといつたら、そうではありません。一部の種類のがんとなりますが、免疫チェックポイント阻害薬は、免疫が働きすぎてしまうことによる副作用が出現する可能性があります。この免疫に関連した副作用は「免疫関連有害事象 (iAE)」と言われています。iAEは、皮膚、消化管、肝臓、肺、甲状腺などに比較的多く生じることが知られています。すぐに出現するのではなく、数ヶ月たつてから出

すこともあります。この免疫に関連した副作用は「免疫関連有害事象 (iAE)」と言われています。iAEは、皮膚、消化管、肝臓、肺、甲状腺などに比較的多く生じることが知られています。すぐに出現するのではなく、数ヶ月たつてから出

すこともあります。この免疫に関連した副作用は「免疫関連有害事象 (iAE)」と言われています。iAEは、皮膚、消化管、肝臓、肺、甲状腺などに比較的多く生じることが知られています。すぐに出現するのではなく、数ヶ月たつてから出

<免疫チェックポイント阻害薬の働き>



岩科 麻見

看護科/外来化学療法室
がん化学療法看護認定看護師

病診連携とは？



病診連携とは、病（病院）と診（診療所）が患者様の診療にあたるための架け橋となることです。普段は、気心の知れているかかりつけ医（診療所）で診療をしてもらい、高度医療機器を使った検査や手術・入院治療は病院で行うという役割分担をします。

病診連携の推進により患者様には以下のようなメリットがあります。

- ① 診療所と病院の連携・関係性が築かれているので、安心・迅速に診療を受けられます。
- ② 患者様の状況を共有することにより、症状に応じた適切な診療を継続して受けられます。
- ③ 診療所からの、紹介状を持参した場合には、病院での特別初診料が徴収されません。
- ④ 当院での治療を終了したあと、地域の医療機関（かかりつけ医）で治療を継続する場合は、逆紹介を行います。
- ⑤ 診療所を通じて予約をされた患者様が来院した際に、病診連携担当が外来窓口にご案内をし、受診が順調に行えるようにお手伝いをしています。



当病院では、地域医療支援室が、医療機関と患者様の病診連携窓口となっており、患者様が安心・迅速に診療を受ける架け橋となるように医師会や歯科医師会の先生方と連携を進めております。

清水病院地域医療支援室

連携医訪問



痛みと向き合っていく

2021年6月に清水区大坪で痛み治療専門として開設しました。開業してまだ1年数か月ですが、清水病院の皆様を始め、多くの病院・診療所の皆様に助けていただき非常に感謝しております。

手術麻酔の時は眠っている患者さんを診ていましたが、今は起きている患者さんと接しているので、同じ麻酔科ではありますが面白い領域だなど感じています。新規開業で右往左往する毎日の中で一緒に頑張ってくれている優しいスタッフに感謝と心強さを感じています。

これからも少しでも地域医療に貢献できたらと日々邁進して参りますのでどうぞ宜しくお願い致します。頭痛、腰痛、帯状疱疹による痛みなどお悩みの方はぜひご相談ください。



診療科目 ペインクリニック内科 しみず ようこ
麻醉科・内科 清水 洋子 院長



診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前 9:00~12:00	○	○	○	△	○	△	×
午後 14:30~18:00	○	○	○	×	○	×	×

[休診日] 木曜日午後・土曜日午後、日曜日・祝日
当日受付可能ですが、予約優先となります。
お電話、受付でご予約ください。△の診療は13:30まで

しみずペインクリニック
清水ペインクリニック
〒424-0847 清水区大坪2丁目6番1号
054-395-8717

静岡鉄道静岡清水線「狐ヶ崎駅」徒歩12分
無料駐車場あり



清水病院の各診療科外来表と
この広報誌のバックナンバーは
ホームページでご覧になれます
360°パノラマビューもどうぞ！

静岡清水病院

検索

<https://www.shimizuhospital.com>



ホームページ



バックナンバー



360°
パノラマ
ビュー

5Sと私

5Sとは、企業とくに工場などで、職場環境を改善するために使われるスロー・ガンです。「整理・整頓・清掃・清潔・躰」の5項目の頭文字を合せて5Sといいます。この5Sの考えは病院でも取り入れられています。使わないものや期限切れの器材は捨て(整理)、必要なものは決められた場所に置き(整頓)、掃除をして(清掃)、いつも衛生を保つ(清潔)。最後の「躰」は、これらを習慣化しないという意味です。5S活動は業務の効率化や職場の安全性向上、院内感染の防止に大きな効果を生みます。各部署で不要になつたものをまとめて集め、それを必要な部署で使ってもらう、いわゆるリサイクル運動も5Sの一環です。



画・丸尾

家の中の所有物については、整理はさらに困難です。世の中は「断捨離」ブームで、不要なモノは捨て、身まわりをすつきりさせてシンプルな生活しようという風潮です。人生時代とはいえ、いつまで元気でいるかわからないし、私も年齢的にいつて、そろそろ身辺整理を少しずつ始めなければいけないと考えています。一方で、五木寛之さんは近著「捨てない生きかた」の中で、「モノは記憶を呼び覚ます装置」であり、「モノに囲まれる生活が孤独を癒やす」と説いています。私はその考えに大いに共感しています。そして、この二つの発想の間で揺れ動くのです。そんな訳で、大好きなウルトラマンのフィギュアをなかなか手放せずにいます。



患児さんやご家族が病院内で安心して過ごせるようにサポートします。

患児さんとご家族の皆様が、入院生活の中でも安心して過ごしていただけるように、病室に伺い患児さんの見守りをしたり、病室内でできる遊びの提供を行っています。

時には何気ない会話を楽しみながら、病棟スタッフの一員として、患児さんとご家族の気持ちに寄り添いサポートすることを心掛けています。

また、小児外来で患児さんやお連れのお子様の見守りを行うことで診察をサポートしたり、季節の飾りを飾ることで明るく温かみのある環境作りに努めています。

お声がけさせていただくことがあるかと思います。どうぞよろしくお願ひします。



見逃せない  おくすり講座 ⑫

白内障に用いられる点眼薬について

<白内障とは>

白内障は、目の水晶体と呼ばれるレンズが白く濁る病気です。加齢に伴うことが多く、症状として、視界に霧がかかったり、光をまぶしく感じたりすることがあります。治療としては、手術によって濁った水晶体などを取り除き、新たに人工レンズを挿入する方法が挙げられます。

<薬物治療>

白内障の手術前後では、炎症を抑えたり、細菌の感染を防いだりする目的で点眼薬を使用します。当院では、手術の3日前から1種類、手術後から2種類追加して合計3種類の点眼薬を使用していただきます。



◆クラビット点眼液

抗菌作用を持つ点眼薬で、室温での保管になります（室温は1°C～30°Cとされ、冷蔵庫内の保管でも大丈夫です）。この点眼薬は、手術の3日前から使用し、手術後も使用していただきます。

◆ジクロード点眼液

抗炎症作用を持ち、冷所（冷蔵庫）に保管していただく点眼薬です。手術後から使用していただきます。

◆点眼・点鼻用リンデロンA液

抗菌作用と抗炎症作用を持つ薬剤を含み、冷所（冷蔵庫）に保管していただく点眼薬です。手術後から使用していただきます。

いずれも1日3回使用します。まれに過敏症を起こす方もいるため、使用後に違和感など感じたら早めにご相談ください。また、リンデロンA液については、アミノグリコシド系という分類の抗生素にてアレルギー症状のあった方は使用できないため、予めご申告ください。

<正しく点眼薬を使用するためには>

点眼を行うと、「これだけで足りるかな。もう1滴やってみようかな。」と疑問に思うことはありませんか？ いえ、点眼薬

1滴でも眼は十分潤うので大丈夫です。さらに、より点眼液を浸透させるためには、眼を閉じてしばらくじっとするのが効果的で、まばたきは逆効果だと言われています。



また、同じ眼に複数の点眼薬を使用している場合、連続して使用するのではなく、5分間ほど間隔を空ける必要があります。点眼薬の組み合わせによっては、使用する順番が決まってくる場合もあります。今回ご紹介した3つの点眼薬についてはどの順番でも問題ありませんが、自分が既に使用している点眼薬に加えて、他の点眼薬を使用することになったら、医師や薬剤師に確認するようにしましょう。

1日に何回も点眼するのは大変ですが、大切な眼のためです。忘れずに続けていきましょう。

薬剤部 薬剤師 高坂 信吾



クラビット点眼液 1.5%	ジクロード点眼液 0.1%	点眼・点鼻用 リンデロンA液

管理栄養士おすすめ 健康レシピ

ワカサギのから揚げ



旬の味覚 ~ワカサギ~

ワカサギは1年を通して漁獲がありますが、産卵期を迎えるのは冬から春にかけてです。冬になる前のワカサギは、まだ成長途中の小さな魚ばかり、おいしくいただきたいならやはり脂ののったこの時期がベストですね。

一匹丸ごと骨まで食べることができ、カルシウムが豊富なので、小さなお子様にもおすすめです。青のりを混ぜカリッと香ばしく揚げれば、おつまみとしてもおいしくいただけます。天ぷら、マリネ、甘露煮等、旬の味覚をぜひお楽しみください。

栄養科 管理栄養士 阿多 和行



【材料】(1人分)

- ・ワカサギ……………50g
- ・酒……………少々
- ・こしょう……………少々
- ・衣
- 小麦粉、片栗粉……適量
- 青のり……………少々
- ・揚げ油……………適量
- ・塩……………少々
- ・添え：レモン等

【作り方】

- ①ワカサギは酒をふりかけ、臭みをとる
- 衣の材料を合わせておく
- ②こしょうをふり、衣をつけて油で揚げる
- ③塩をふりかけ、味をつける
- お好みでレモンを添える

