

まだまだ健康だと思っている40代、50代の方へ！

動画で学ぶ「フレイル ロコモ 骨粗鬆症」

「最近歩くのが遅くなった気がする...」「家の中で重いものを運ぶのが大変...」。年齢を重ねると、立つ・歩くなどの運動能力が低下し、身体とこころの働きが衰えていきます。当院では、ご自身の身体の状況を簡単にチェックしていただける動画を作成しました。いつまでも元気で充実した毎日を過ごしていただくため、ぜひご覧ください！

☑ 家のやや重い仕事が大変。



☑ 片足立ちで靴下が履けない。



☑ 横断歩道を青信号の間に渡りきるのが遅くなった。



11月末以降、病院ホームページで動画を公開予定です。



※自分の状態を、簡単な項目でチェックできます。

アンケート
ご協力をお願い

本誌「PARK HOSPITAL」へのご意見、ご感想を募集しています。右記の二次元コードから、必要事項を記入の上、ご提出ください。
(アンケート回答受付期間 2023年4月30日まで)

詳細はこちら



NEXT PARK HOSPITAL® 次号 Vol.37 は

「ハイブリッド手術」

※内容は異なる場合があります。

本誌バック
ナンバーは
こちら ▶



横浜市立市民病院

初診の方や初めての診療科を受診される方は、紹介状をお持ちください。

診療
受付

月曜日から金曜日

(土曜日、日曜日、祝日及び年末年始は休診)

- 初診の方 午前8:00~11:00 (診療開始8:45)
- 再診の方 午前7:30~11:00 (診療開始8:45)



救命救急センターへの受入れについて

- 平日日中 原則、救急車で搬送された患者さんのみ受入れを行っています。
- 夜間・休日 必ずお電話にて連絡の上ご来院ください。

PARK

安心と
つながりの拠点

YOKOHAMA MUNICIPAL
CITIZEN'S HOSPITAL

HOSPITAL®

横浜市立市民病院 広報誌 [パークホスピタル]

2022

November

TAKE FREE

Vol. 36



特集

市民病院の「乳がん治療」

「ブレストセンター始動」

「乳房再建術について」

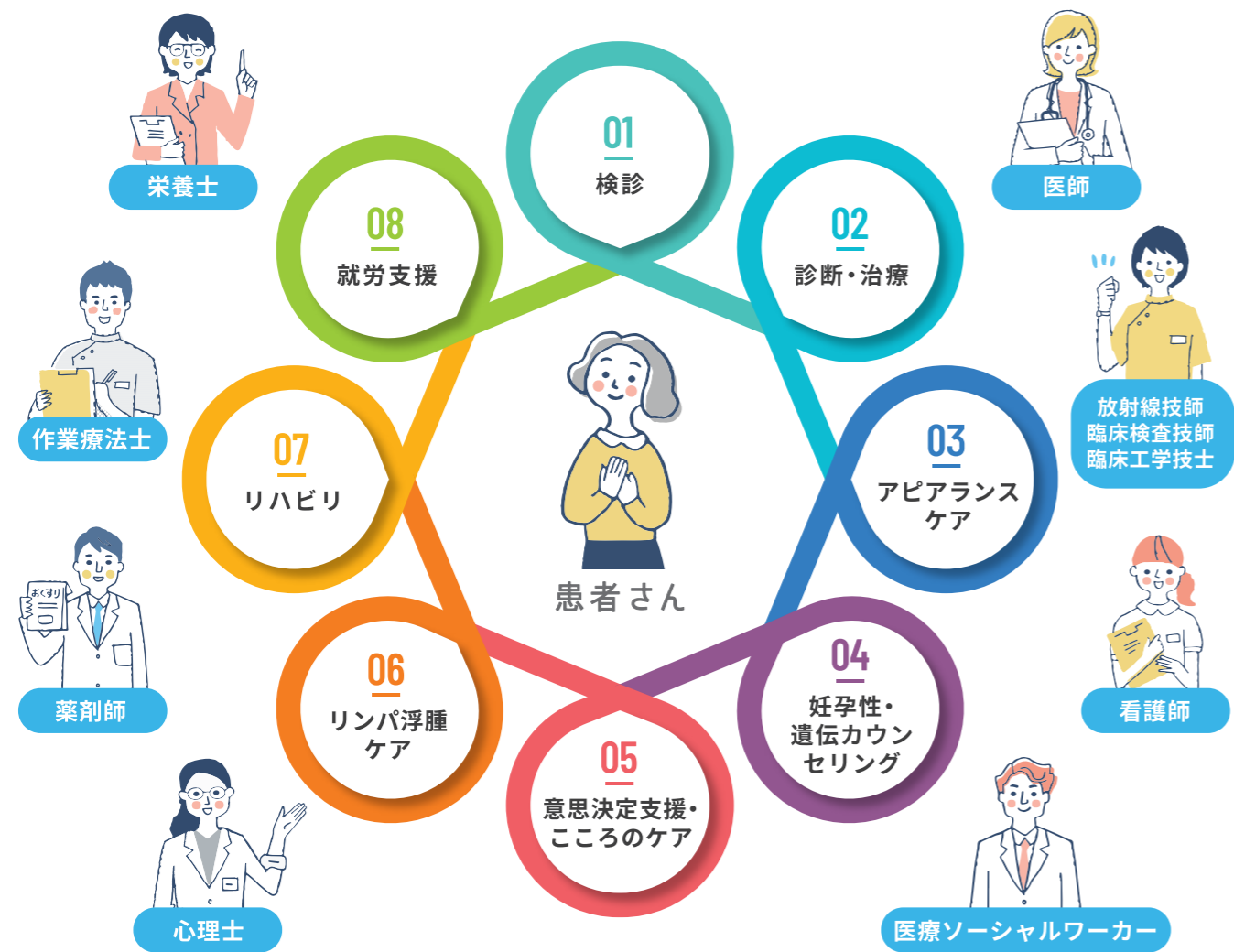


横浜市立市民病院

特集 市民病院の「乳がん治療」

ブレストセンター始動

現在、日本女性の9人に1人が乳がん罹患しているといわれています。乳がん治療の充実を目指し、2022年10月、市民病院にブレストセンターが誕生しました。その概要をご紹介します。



ブレストセンターが目指す目標

- VISION** すべての乳がん患者さんが安心して暮らせる社会
- MISSION** エビデンスに基づいた医療を提供する
- ブレストセンターが目指すもの** 多職種協働による個別化医療の提供

INTERVIEW

ケースごとに最適化した乳がん治療で患者さんに伴走

「多職種協働による個別化医療の提供」を目標に掲げているブレストセンター。その設立に携わった乳腺外科長の石山暁医師と、がん看護専門看護師の卯野木理紗子さんに、市民病院が提供する乳がん治療について聞きました。



乳腺外科長／
ブレストセンター長
石山 暁
AKIRA ISHIYAMA

01 まずは、ブレストセンターが誕生した背景について教えてください。

石山：乳がんはステージやサブタイプ※などに応じて治療法が多岐にわたり、手術を担う乳腺外科だけでなく、放射線治療科、形成外科、緩和ケア内科など多くの診療科が関わります。患者さんの思いを丁寧にくみ取りながらメリット／デメリットを検討し、適切な選択肢をご提案するためには、院内の多職種が密に連携することが必須。その基盤とすべく設立されたのがブレストセンターです。

卯野木：当院は総合病院ということもあり、合併症を抱えた高齢の乳がん患者さんが少なくありません。認知症を併発しているなどご本人の意思確認が難しいケースでは、それぞれ異なる専門性を持つ多職種がチームで対応することの意義を、いっそう強く感じています。

02 乳がんを告知したり、治療法を提示したりする際、心がけていることはありますか。

卯野木：患者さんの気持ちに寄り添うとともに、その方が何を大切にしているか傾聴することです。告知の場では、がん領域の認定・専門資格を持った看護師が同席・フォローしますが、医師の説明を冷静に受け止めるのが難しいこともしばしば。その心の動きを見極め、時には少し時間を空けてから、疾患や治療法について十分に理解できているか確認していきます。さらに、「(で

きるだけ乳房を残して)孫と温泉に入りたい」といった生活レベルの希望も細やかに聞き取り、それに沿う方法を模索しています。

03 医師や看護師以外にも、多くの職種がブレストセンターに参画していますね。

石山：例えば、乳がん手術後(特に周辺のリンパ節まで切除したとき)、肩や腕が動かしにくくなることがあるため、作業療法士が必ずリハビリテーションの指導に入って「洗濯物を干すときの工夫」など退院後の生活を見据えたアドバイスをしています。また、気持ちが落ち込んで治療に前向きになれないときは心理士がメンタルケアを行ったり、患者総合サポートセンターが地域の関係機関と連携しながら入退院を支えたりと、多様なスタッフが患者さんを継続的にフォローするために力を尽くしています。

04 最後に、患者さんへメッセージをお願いします。

石山：乳がんは、他のがん種と比べて早期発見・早期治療による予後が良好という特徴があります。ブレストセンターの設立をきっかけに乳がん検診の意義をあらためて発信するとともに、患者さん一人ひとりの「伴走者」であり続けられるよう精進していくつもりです。ぜひ、私たちにご期待ください。

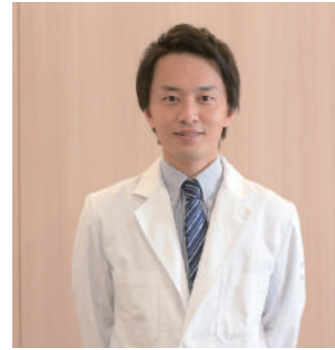


がん看護専門看護師
卯野木 理紗子
RISAKO UNOKI

※サブタイプ:乳がん細胞がもつ遺伝子の特徴によって、乳がんを分類したものを指します。

乳房再建術について

当院では、乳がん手術で失ったり変形した乳房を復元する「乳房再建術」を行っています。よくある質問にお答えします。



形成外科長代理
竹丸 雅志
MASASHI TAKEMARU

Q. 乳房再建とはどんなものなのでしょうか？

乳房再建とは、乳がん手術などで失われた乳房を手術で再建することです。可能な限り左右対称な形の乳房を再建し、乳房切除による喪失感の軽減や日常生活の不都合の解消につなげます。

Q. 手術後、いつから行うことができますか？

乳がんの切除手術と同時に再建する方法と、切除手術の一定期間後に再建する方法があります。いずれの方法でも、再建手術は、1回で終わる場合と、2回にわたって行う場合があります。

Q. どんな方法がありますか？

人工物で再建する方法と自家組織で再建する方法に分けられます。

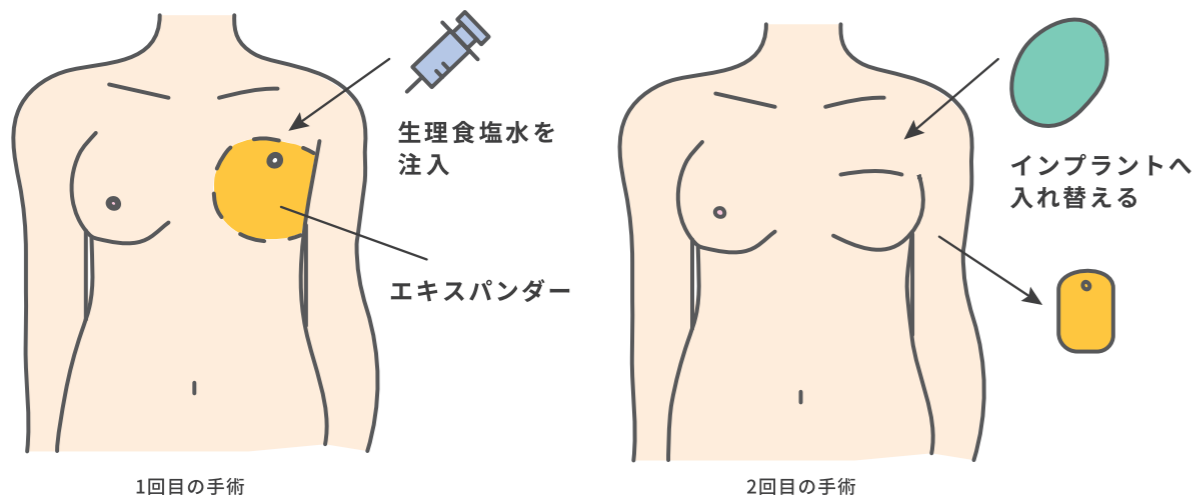
① 人工物による再建

1回目の手術で、再建する予定の乳房の皮膚・筋肉の下にエキスパンダーという組織拡張器を入れます。その後、エキスパンダーに生理食塩水を注入し、数か月かけて皮膚を十分に伸展させてから、2回目の手術でシリコンインプラントに入れ替えます。

② 自家組織による再建

背中や腹の筋肉を用いる再建と、お腹の筋肉を用いる再建が主に行われます。再建手術は1回で完了することもあります。1回目の手術で乳房の皮膚・筋肉の下にエキスパンダーを入れてから、2回目の手術で再建する場合もあります。

人工物による再建の場合

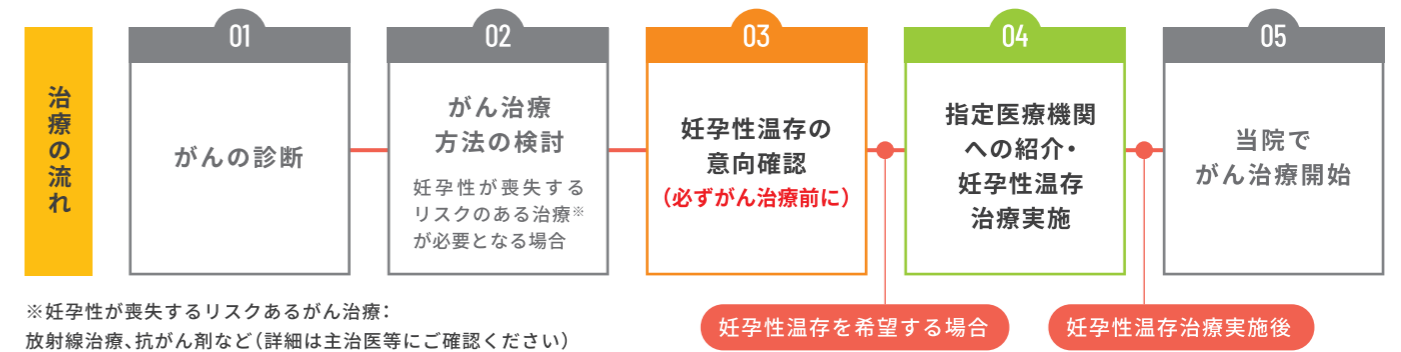


子どもを産み育てることを希望するがん患者さんへ にんようせい 妊孕性温存療法について

※妊孕性—妊娠するために必要な能力のこと

妊孕性温存療法とは、生殖機能が低下し、または失われるおそれのあるがん治療に際して、精子、卵子、卵巣組織を採取し凍結保存することや、採取した卵子を受精させ、胚(受精卵)を凍結保存することをいいます。当院では、若年のがん患者の方に、**がん治療の開始前に妊孕性温存についてご案内**することにより、子どもを産み

育てることを望む方が、将来に希望を持って治療に取り組んでいただけるよう努めてまいります。また、当院のがん相談支援センター(診療棟1階12番)では、妊孕性温存を含めたがんに関連するご相談を看護師がお受けしています。



※妊孕性が喪失するリスクあるがん治療: 放射線治療、抗がん剤など(詳細は主治医等にご確認ください)

神奈川県には、妊孕性温存治療費の助成制度があります。

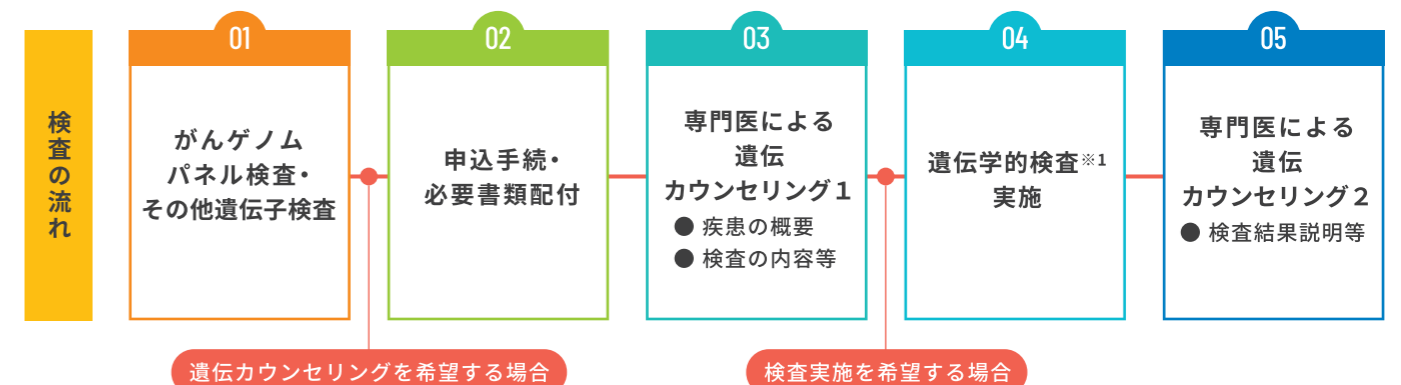
対象者、対象となる費用、指定医療機関など詳細は、神奈川県のホームページをご覧ください。



「遺伝カウンセリング」のご紹介

当院では、がんゲノムパネル検査で、がんの原因となる病的な遺伝子の遺伝が疑われた方や、その他の遺伝子検査で病気の原因となる遺伝子の遺伝が確認された方などで、遺伝に関する悩みや不安、疑問などを抱かれている方々を対象に、正確な医学的・遺伝学的な情報(遺伝性疾

患の概要、血縁者への影響、遺伝学的検査の内容、今後の対応など)を提供する遺伝カウンセリングを実施しています。さらには、希望する患者さん及びその血縁者に対して、遺伝性の疾患であるかどうかを確認するための遺伝学的検査を実施しています。



※1: 遺伝学的検査は自費(保険診療外)の検査となります。

※2: 患者さん本人に病的な遺伝子の遺伝が確認された場合、血縁者の方も遺伝カウンセリング・遺伝学的検査を受けることができます。



PICK UP NEWS

お気軽にご利用ください 「がんサロン」

「がんサロン(1階フロア19番)」では、がん患者会やセミナーなどの資料をどなたでもご自由にご覧いただけます。また、「がん体験者によるピアサポート」を月に4回、「おしゃべり会」を偶数月に実施しています。一人で悩まず、気軽に利用してみませんか。

■ がんピアサポートとは

がんの治療を体験したピアサポーターが、患者さんやご家族のお話を伺って、治療や生活について一緒に考えていきます。主治医や看護師に相談しにくい日々の悩みも、がんピアサポーターなら心の内を気兼ねなく話しやすい、なんでも話せてうれしい、という声が多くあります。1対1ですので、他の人の目を気にせずじっくりお話ができます。待ち時間の合間にもどうぞ。

ピアサポート実施日

第1・2金曜日
第3・4月曜日



ピアサポーターの柏屋さん(写真左)、野田さんは乳がん経験者

■ がんサロン「おしゃべり会」

がん患者同士で、お話をしあう場です。前半は看護師や病院スタッフがテーマごとにミニレクチャーを行い、後半は患者同士で自由におしゃべり。「こんな時、みんなどうしているの?」という質問をしあったりして、治療中・治療後の悩みや日々の工夫を参加者同士で共有します。「つらいのは私だけじゃないんだと思えてホッとした」、「前向きな気持ちになれた」というご感想を毎回いただいています。

「おしゃべり会」次回開催

日時：2023年2月2日 14時
テーマ：「リンパ浮腫」
申込み：病院ホームページから可
参加費：無料
定員：6名



1階フロア
19番にあります



※看護師(がん相談員)に“がん”に関するさまざまなご相談ができる「がん相談支援センター(1階フロア12番)」もあります。



MEDICAL COOPERATION

患者総合サポートセンター 登録医療機関をご紹介します

医療法人晃徳会 横山医院 (保土ヶ谷区)

【診療科目】内科・整形外科・リハビリテーション科・訪問診療

保土ヶ谷区峰岡の地で開業して約70年。地域密着型の診療所として整形外科医、内科医とともにスタッフ26名でチームワークを大切に患者様の診療を行っています。当院の特色として、まず理学療法士が12名在籍しており運動器リハビリに力を入れています。さらに、通院困難な方には訪問診療・訪問看護・訪問リハビリなども行っています。市民病院の先生方とも連携を行い、術後の患者様のリハビリを担い地域の医療機関として患者様のサポートを行っています。ぜひ、お困りごとがありましたら当院へお気軽にご相談ください。現在は院内改装中であり、待合室やリハビリ室の拡大を行っています。患者様が利用しやすい空間づくりに取り組んでいます。



横山院長とスタッフの皆さん



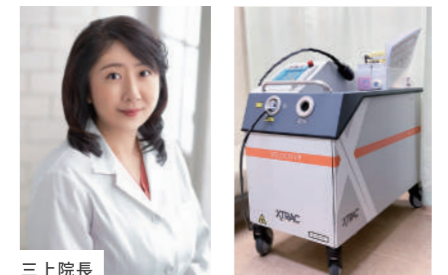
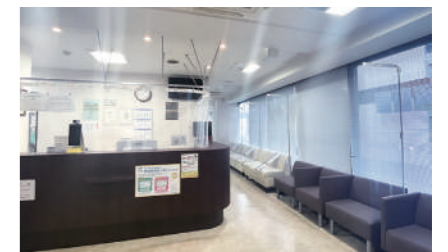
診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:30	□	○	△	○	○	○
15:00~18:30	□	○	△	○	○	-

【休診日】土曜日午後、日曜日、祝日 ※□…毎週、月曜日は内科のみ休診 ※△…毎週、水曜日は整形外科のみ休診
〒240-0064 横浜市保土ヶ谷区峰岡町2-118 TEL:045-331-3296 URL:https://clinic-yokoyama.com

医療法人けいしん会 横浜西口菅原皮膚科 (神奈川区)

【診療科目】皮膚科

皮膚科専門医として、精度の高い医療を提供しております。皮膚は1.6㎡(平米)と量約1量分の面積を占める大きな臓器であり、感染症、アレルギー、腫瘍、免疫疾患など多くの皮膚病があります。当院では、アトピー性皮膚炎、白斑、乾癬、円形脱毛、痒みなどの対策として、神奈川県で初導入のエキシマレーザーをはじめ6台の機種を駆使した、オーダーメイド式の光線療法を行っています。乾癬やアトピー性皮膚炎に対する生物学的製剤も使用可能です。市民病院と密な連携をさせていただき、地域医療へ貢献したいと考えております。皮膚に関するお悩みがございましたら、どうぞお気軽にご来院ください。



三上院長

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	○	○	○	-	○	□ 13:00まで
14:30~17:30	□	□	□	-	□	-

【休診日】木曜日、土曜日午後、日曜日(現在火曜日午後は臨時休診) ※□…WEB予約のみ
〒221-0835 横浜市神奈川区鶴屋町2-24-1 谷川ビル3階 TEL:045-324-1281 URL:https://sugawara-clinic.jp