



# こころ。

第25号

2019.1 発行

横浜市立市民病院だより



PHOTO by Hideo MORI

## Contents

特集 消化器外科 ..... P1・P2

Information ..... P3・P4

ヒートショック～冬場の風呂場にご用心！

「医師事務作業補助者」をご存知ですか？

皮膚がんチェックを開始

過食症外来を開始

前立腺がん講座を開催



新病院整備事業の進捗報告 ..... P5

登録医療機関の紹介 ..... P6

メディカルスタッフインタビュー ... P7

病院長コラム ..... P7

# 特集

## 消化器外科

手術数は年間約800件、  
早期発見・治療で根治も可能に



消化器外科は、「消化器」に病気が見つかった場合に、外科手術によって治療する診療科です。当院では、救急疾患（すぐにも処置が必要な生死にかかわる病気）の治療や、消化器のがん（食道がん、胃がん、大腸がん、肝臓がん、膵臓がんなど）を診断して、手術で治したり、抗がん剤治療を行っています。

### ◎ 消化器の主な病気

「消化器」は、人間が生きていくうえで必要なエネルギーを得るために、食べた物を消化、吸収、排泄、代謝、貯留する臓器で、食道、胃、十二指腸、小腸、大腸、肛門、肝臓、膵臓（ひぞう）、胆道、膵臓（すいぞう）に分けられます。

主な病気には、炎症、潰瘍、腫瘍（良性・悪性）などがありますが、当院の消化器外科ではがん、ポリープ、結石、虫垂炎（盲腸）、腸閉塞などの手術を行っています。

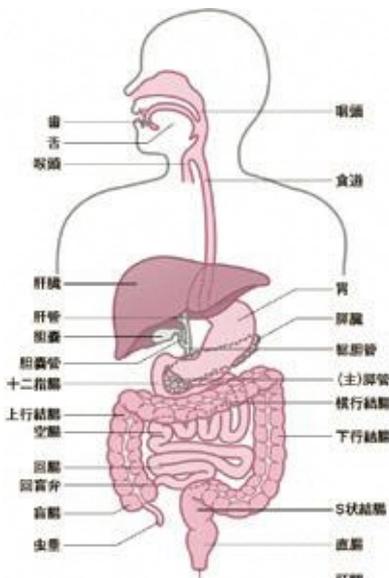
食道がんになるのはほとんどが男性で、女性の6倍くらいです。男性は女性に比べて飲酒や喫煙の割合が高く、アルコールやタバコが主な要因だと言われています。

胃がんは一昔前までは、がんの中で死亡率が1位でした。原因は、日本人は漬物やみそ汁

など塩分濃度の高いものを多く摂取する食習慣があり、ピロリ菌感染者が多かったことなどが挙げられます。近年は食生活の変化に加え、がん検診の普及やピロリ菌除去などの効果により減少傾向にあり、がんの中の死亡率は男性は2位、女性は3位となっています。

大腸がんは食生活の欧米化などの影響で増加しており、近い将来、死亡率で男性は肺がんに次ぎ2位、女性は1位になると予想され、日本人がかかりやすいがんとなっています。

膵臓がんは、プロ野球元中日監督の星野仙一さんなどの有名人が最近罹患して亡くなっています。原因はよくわかっておらず、診断された時点で半数近くの方が、肝臓、腹膜、リンパ節などへ転移し手術不能と判断されるなど、治療が難しいがんのひとつです。



日本消化器外科学会HPより

## ◎消化器の病気の治療法

薬物、抗がん剤、放射線、内視鏡治療のほか、腹腔鏡、開腹の手術法があります。消化器外科では、主に手術によって治療を行います。これまでは開腹手術が中心だった消化器がんも、医学の進歩や技術の発展に伴い、最近では手術をせず、内視鏡治療で治せたり、腹腔鏡による手術も可能となっています。

腹腔鏡手術は、腹壁に数か所小さな穴を開け、そこから腹腔鏡と電気メスなどを入れてモニター画像を見ながら行う手術です。従来の開腹手術に比べて傷跡が小さいほか、痛みや出血も少なく、術後から食事が摂取できるため回復も早く、入院期間が短くて済むなど、患者さんにとって多くのメリットがあり、当院でも積極的に取り入れています。

当院消化器外科での平成29年度の手術件数は804件で、小腸・大腸・肛門の結腸がんが124件、直腸・肛門がん73件、胃がん67件、膵臓がん19件、食道がん12件などでした。



## ◎外科手術の効果

がんの種類や状態にもよりますが、最近では手術により根治が可能になってきました。術後のリハビリテーションで、日常生活への復帰も早くできるようになっています。

また、術後の日常生活への支障を少なくするため、可能な限り切除部分を小さくし、消化器機能の温存を目指していますが、あまり温存しすぎると逆にがんを取り残す可能性もあり、適切な切除範囲を定めて、手術を行うようにしています。

がんの手術後、5年間以上も再発がない患者さんも多く、仮に再発した場合も、再手術や放射線治療等で根治を目指しています。

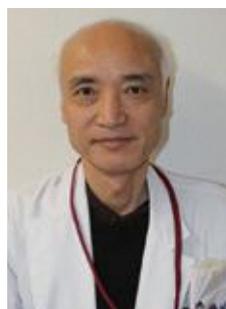
## ◎がんの予防、検査法

がんにならないためには、バランスのとれた食生活と適度な運動、睡眠、過度の飲酒や喫煙を避けることなどが大切ですが、決してがんにならないという保証はありません。

がんは命にかかわる病気ですが、早期の段階で発見・治療すれば、ほぼ完全に治すことができます。日本ではがんで亡くなった人の半数が消化器がんで、初期のうちは無症状であることが多いことから、定期的ながん検診は極めて重要です。

当院にはがん検診センターがあり、検診項目は横浜市がん検診事業の胃、大腸、肺、乳腺、子宮及び前立腺（50歳以上）と、病院独自の検診項目として肝胆膵、喉頭・咽頭、口腔、前立腺（40〜49歳）、婦人科超音波検診、マルチスライスCTによる肺ヘリカルCT検診、全身を一度に検索できるPET-CT検診を実施しています。また、29年度からは新たに胃がんリスク検診（ABC検診）を開始しました。

## 望月康久消化器外科長の話



当院では、消化器がんの外科治療とがん化学療法、肝腫瘍、胆石症、膵臓腫瘍などの外科治療、急性腹症

の外科治療に力を入れています。当院は地域がん診療拠点病院であり、各領域に専門科が揃っていますので、生活習慣病、呼吸器疾患、心疾患、腎疾患など手術前から他の疾患を合併した患者さんに対して、各診療科と連携しながら対応できるのが強みです。

また、画一的な手術ではなく、患者さんの立場に立って、それぞれの症例に最適な手術法を選択するように心掛け、機能の温存を図るなど、診療の質の向上を目指しています。

## ヒートショック～冬場の風呂場にご用心！

入浴中の事故死は気温の下がる冬場、12月から2月にかけて多く発生しており、熱い湯に肩までつかるといふ、日本の入浴スタイルが影響していると考えられています。

日本救急医学会などの研究班の報告書によると、入浴関連での死亡者数は年間約1万9千人で、交通事故死の約5倍にのぼり、9割が65歳以上の高齢者となっています。

消費者庁の調査では、持病がない健康な人でも入浴中にのぼせたり意識を失うなどした経験がある人も多く、冬場は「浴室を暖める」などの“安全な入浴対策”が欠かせません。

### ●入浴中の事故の原因

入浴中の事故は、ヒートショック（急な温度変化による血圧や脈拍の変動）が一因と考えられています。冬場の入浴では、暖かい居間から寒い風呂場へ移動するため、「熱を奪われないように」と血管が縮み、血圧が上がります。また、お湯につかると血管が広がって急に血圧が下がり、短時間に血圧が何回も変動することになります。

血圧の変動は心臓に負担をかけ、心筋梗塞や脳卒中につながる可能性があり、多くの場合、意識を失って湯船に沈んでしまうなどして、死亡事故につながっています。

### ●入浴時に注意すること

1. 入浴前に脱衣所や浴室を暖めておく  
→入浴前と入浴中の温度差を少なくすることにより、ヒートショックを防ぎます。
2. 入浴は41℃以下のお湯に10分以内で  
→心臓への負担を少なくすることで、体温の上昇（熱中症）、のぼせを防ぎます。
3. 浴槽から急に立ち上がらない  
→血管が一気に拡張し、脳に行く血液が減って貧血状態、意識障害になるのを防ぎます。
4. 飲酒後や食後の入浴を避ける  
→飲酒による脱水症状や食後すぐに血圧が下がりすぎて、失神状態になるのを防ぎます。



疲労回復やリラクゼーション効果が期待できる入浴ですが、一歩間違えると、命に危険を及ぼしかねません。安全な入浴対策を講じて、心身共に温まり、快適な冬を過ごしましょう！

## 「医師事務作業補助者」をご存知ですか？

診察室で医師の隣に座ったり、検査や次回診察の予約をする事務員を見たことはありませんか？  
今回はそのような業務を行っている「医師事務作業補助者」をご紹介します。

### 誕生の経緯

医師には診察や治療以外にも多くの業務があり、“医師の働き方改革”が叫ばれる中、医師の事務負担を軽減し、ゆとりをもって診察等の業務に注力することで、医療の質を向上させることを狙いに、「医師事務作業補助者」が誕生しました。

### 主な業務内容

これまで医師が行っていたカルテや採血などの検査結果の入力、次回診察の予約、検査や入院に必要な書類の準備などを、関係部署や看護師などと連携して行っています。医師からは「カルテへの入力時間が減り、患者さんの話を聞けるようになった」と好評です。

医師は診療以外にも、専門医資格を継続するための症例や、学会や病院への統計報告、論文作成などの目的で、さまざまなデータを登録しています。これらの作業も代行しており、専門的な知識が必要なことも多く、日々の勉強が欠かせません。

### こんな効果も

医師事務作業補助者が事務を担うことで、医師だけでなく看護師もゆとりを持って患者さんと関われるようになりました。今後もチーム医療におけるコーディネータとしての役割が期待されています。



医師の指示で電子カルテに入力



次回診察の予約を入力



## 皮膚がんチェックを開始



皮膚がんにはさまざまな種類や症状がありますが、多くの方は不自然なほくろやしみの発生がきっかけとなって発覚します。

皮膚がんも早期に発見して適切な治療を受ければ、手術などの治療範囲が小さく、身体の負担や治療費などの経済的負担が軽く済むとともに、生存率も高まります。

皮膚がんチェックの方法は、皮膚科医師が拡大鏡（ダーモスコープ）などで、皮膚（ほくろ等）の状態を最大3か所確認し、治療の必要性を判定します。

検査日：原則毎月第2土曜日／奇数月は女性限定

対象者：受診を希望する人（年齢・性別を問いません）

実施場所：横浜市立市民病院がん検診センター

検査方法：皮膚科医師が最大3か所、拡大鏡などで状態を確認し、治療の必要性を判定します。

費用：1,900円（税込）

予約方法：予約専用電話 045-333-1581

9時～16時45分（土・日曜、祝日除く）

通常のほくろ



悪性黒色腫  
メラノーマ



## 過食症外来を開始



過食症とは、摂食障害のうち体重が保たれているものの、過食や自己誘発嘔吐、下剤乱用などをコントロールできない疾患で、国内の若い女性では1～2%が罹患していると言われています。

症状としては、過食や嘔吐などで、慢性化・長期化するなど大変苦痛の強い疾患です。

対象となるのは、高校生以上で、BMI（body mass index）が17kg/m<sup>2</sup>以上または過食症の症状があり、ご自身も治療に参加できる方です。

治療は当院の神経精神科で、心理教育や心理療法（症状をセルフモニタリングして食行動を改善する）などを実施していきます。

外来実施日：毎週水曜日午後

※まずは、神経精神科 志々田（ししだ）医師初診（月曜、水曜（偶数週））をご受診ください（要予約）

受診方法：完全紹介 完全予約制（医療機関からの紹介状が必要です）

予約方法：過食症外来宛の紹介状をお持ちいただき、診察日時を予約のうえ、市民病院神経精神科外来へお越しください。

予約・お問い合わせ先（14時～16時） 神経精神科外来 045-331-1961（代表）



## 前立腺がん講座を開催



前立腺がん啓発週間であるブルークローバーキャンペーンの一環として、市民公開講座が横浜市内で9月22日に開催されました。当日は当院の泌尿器科専門医3名が、前立腺がんの診断・治療・検診についてわかりやすく解説し、今回は過去最高の214名の方が参加しました。

講座では船橋亮泌尿器科医長が、最近の前立腺がんの動向、PSA検査の意義について「増加している前立腺がんの早期発見のためにPSA検査を受けることが重要です」と解説した後、安井将人医師が前立腺がんの最新治療として腹腔鏡やロボット支援手術による前立腺全摘について「当院では患者さんに優しい腹腔鏡手術を積極的にっていますが、難易度が高く施行できる施設は限られています」と説明しました。

最後に太田純一泌尿器科長が「日本におけるPSA検診受診率は欧米と比べるとまだ低く、その結果進行がんで発見される患者さんが少なくありません。市民病院では泌尿器科医が責任をもってがん検診を行っています」と検診の重要性を訴えました。



太田 純一  
泌尿器科長

市民病院がん検診センター 予約専用電話：045-333-1581 9時～16時45分（土・日曜、祝日除く）  
インターネット予約 市民病院ホームページ「がん検診」から受付

# 建設工事が進行中です

## ◆管理棟工事に着手しました。

昨年11月から講堂や医師・職員等の執務室などがある管理棟の建設工事に着手しました。管理棟は診療棟と道路を挟んだ向かい側に建設しており、渡り廊下でつながります。引き続き、安全第一で工事を進めてまいります。

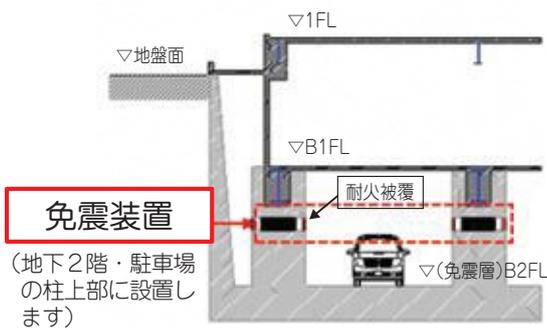


左：建設地航空写真  
右：管理棟と渡り廊下のイメージ

## ◆診療棟地下2階部分に免震装置を設置しました。

新病院の診療棟は免震構造としており、震度7の地震にも耐えられる構造となっています。免震構造とは、免震装置を建物と地面の間に設置し、地震の揺れを直接建物に伝えない構造のことで、上層階でも建物の揺れが小さく、医療機器の転倒やガラスの飛散などが起きにくいという利点があります。免震装置は、主に「積層ゴム」というゴムと鋼板が交互に重なったものを使って地震の揺れを吸収します。診療棟には外来や病棟、手術室など医療機能が集中しており、そこを守る免震装置はまさに新病院の「縁の下の力持ち」と言えます。このほか、新病院では外部からのエネルギーや物資の供給が途絶えても7日間は災害拠点病院としての機能を発揮できるよう、食糧の備蓄、地下水の活用や非常用発電設備などを整備し、大規模災害時にも安心を提供できる体制を作ります。

設置イメージ



免震装置



積層ゴム  
(この部分が揺れを軽減します)



## 新病院は2020年5月開院予定です。

新病院整備に関するWEBページへは [横浜 市民病院 再整備](#) で [検索](#)

またはQRコード読み取り▶



新病院イメージ動画公開中！

磯産婦人科医院（保土ヶ谷区）

【診療科目】 産科 婦人科

当院は、相鉄線「和田町駅」から徒歩3分の場所にあります。50年前から分娩を取り扱っており、心からくつろげるアットホームな雰囲気づくりを心掛けています。妊婦健診ではご家族と一緒に4D超音波でおなかの赤ちゃんを見ることができ、撮影した動画をパソコン、携帯で閲覧することもできます。

経産婦さんのための親子入院や、お子様と一緒にご家族での立会い出産を行っています。

また、子宮がん検診、更年期などの女性特有の様々な症状の婦人科一般診察も行っています。スタッフ一同皆様をサポートし、信頼できる産婦人科医院として地域医療に貢献していきたいと思っております。

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00～11:30	○	※	○	△	○	○
13:30～15:30 (土曜日は～14:30)	○	※	○	△	○	○

【休診日】 木曜日、日曜日、祝日  
※火曜日は婦人科のみ



磯和男院長(中央)とスタッフの方々



〒240-0065 横浜市保土ヶ谷区和田1-19-3  
TEL. 045-331-1111  
URL: <https://www.isosanfujinka.com/>

保土ヶ谷第一クリニック（保土ヶ谷区）

【診療科目】 人工透析内科

当クリニックは相鉄線「天王町駅」から徒歩6分、各路線洪福寺バス停から徒歩2分にある外来透析専門クリニックです。

透析専門医を中心に患者さまに寄り添ったチーム医療をご提供いたします。全面バリアフリー設計であるため、車椅子に乗ったままスムーズにご来院いただけます。

また、地域に根付いた幅広い無料送迎を行っておりますので、ご通院が難しい方は、まずはご相談ください。入院や精密検査についても横浜市立市民病院をはじめ近隣医療機関と連携しております。同一法人内に腎疾患専門の横浜第一病院もあり、シャントトラブルなどに対応可能な体制も整えております。

診療時間	月	火	水	木	金	土
8:30～	○	○	○	○	○	○
14:00～	○	○	○	○	○	○

【休診日】 日曜日

URL: <https://www.zenjinkai-group.jp/zenjinkai/clinic/hodogaya/>



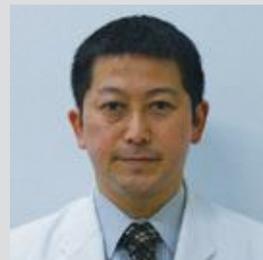
向山美雄院長(中央)とスタッフの方々



〒240-0003 横浜市保土ヶ谷区天王町1-12-8  
大日ビル1階  
TEL. 045-332-6282

# メディカルスタッフ インタビュー

横浜市立市民病院  
血液内科 科長  
なかざと ともりの  
**仲里 朝周** 部長  
(日本血液学会専門医・指導医)



## — 少年時代はどんなお子さんでしたか？

地元は藤沢ですが、海で泳ぐことはほとんどなかったです。小学生の頃はよくいたずらをして怒られました。中学生からは真面目に勉強するようになりました。父親は数学の教師でしたが数学が一番苦手で、勉強を教えてもらったことはありませんでした。

## — 医師を志したきっかけは？

高校生の時、ボランティア活動で訪れた病院で療養していた、ハンセン病患者さんの苦しい体験談を聞き、「病気を治す職業につきたい」と思ったことです。

## — 大学、研修医時代の思い出は？

大学時代はアメリカンフットボールをやっていて、将来は整形外科医になると思っていましたが、研修医時代に骨髄移植という最先端の治療に触れ、夢中になりました。いろんな合併症を診なくてはならず、見過ごすと命に直結するなど責任も重大でした。全身管理をする魅力的な診療科で、生命に直結する病気にかかりたいと思い、血液内科医になりました。

## — 医師になって最も印象に残っていることは？

骨髄移植をした患者さんと、大学病院でいまでも定期的にお会いしていますが、不治の病と言われたような白血病の患者さんが、社会復帰して元気になっているのを見ると感動します。病と闘うのは精神的にすごく大変なことで、我々とは比べ物にならないほどの苦しい経験をされているので、その面ではすごく尊敬していて、いつも勉強させてもらっています。

## — 診療以外で力を入れていることは？

「高齢者機能評価」という研究をしています。80才でも寝たきりや元気な人もいますので、年齢だけでなく背景因子を客観的・科学的に評価する必要があります。具体的には、歩行速度やバランス、四肢の骨格筋量を測り、認知機能を測定し、サルコペニア（筋力・身体機能の低下）が治療にどのような影響を与えるかを研究しています。それにより将来、治療成績が良くなるかもしれません。

## — 趣味、リフレッシュ法は？

子どもが3人いて、一番下が小学1年生の男の子で、カブトムシやクワガタの幼虫を一緒に育てるのが楽しみです。昔はマラソンをしていて、30代の頃は海外のマラソン大会に出場したこともあります。今は通勤で横浜駅から病院まで片道30分を歩いています。家にいる時間が少なく家族に迷惑をかけているので、家族サービスをする時間が欲しいです。

## 病院長コラム



病院長 石原 淳

寒い日が多くなりました。冬はインフルエンザをはじめとするウイルス感染症が流行しやすい季節です。うがい、手洗いを励行し、バランスのとれた食事と十分な睡眠をとるよう心掛けてください。

今回の特集は消化器外科を紹介させていただきました。がん治療は日進月歩の目覚ましい進歩がみられますが、何より大切なのは早期発見・早期治療です。当院のがん検診センターでは土曜日でも検診も行っています。対象者等はホームページでご確認いただきぜひ定期的な検診を受けてください。

新病院については2020年5月の開院に向け、ほぼ工程通りに工事が進んでいます。新病院は震度7の地震にも耐えられる免震構造で、7日分の食料備蓄やエネルギーサポートシステムを備え、災害拠点病院として十分な機能が発揮できるようにしています。

横浜市立  
市民病院

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

※市民病院は原則、初診紹介制となっております。他の医療機関からの紹介状をお持ちください。

〒240-8555 横浜市保土ヶ谷区岡沢町56番地 ☎045-331-1961(代)  
編集発行：横浜市立市民病院 広報委員会



○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。