

ポラリス

札幌社会保険総合病院 院外広報誌

第18号

2010年10月



- ピンクリボンキャンペーン
- 新人宿泊研修
- 糖尿病サマーキャンプ研修に参加して
- 医療の現場から① ② ③
- 七夕の夕べ
- こんにちは 医療連携・相談室です
- 第13回調理技術勉強会

ポラリスの由来

ポラリスは北極星を意味します。当院の前身である北辰病院の北辰もまた、ポラリスと同じ北極星を意味する言葉なのです。北極星のように、北国の中心で悠久に燦然と輝き続けたいという願いが込められているのです。題字は秦院長の直筆です。

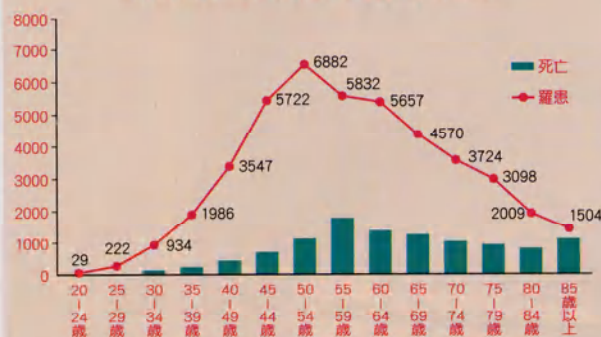
乳がん検診を受けて 乳がんによる死亡率を減らそう！ 無料クーポン券をもっと使いましょう！！

健診センター 看護科長 岩田 佳代

現在、乳がんは女性の罹るがんの第1位であり、30歳代から60歳代のすべてのがんのなかで乳がんの死亡率がトップとなっています。マスコミなどの影響で乳がんが怖い病気であるとの認識は浸透していると思われますが、健診を受けることで乳がんの早期発見・早期治療が行われ死亡率を減らすことができるという意識は浸透しているでしょうか？

40歳代から増える乳がん

乳がんの年齢別罹患数と死亡数



な立場にある場合が多く、自分の体のことに時間やお金をかけられないと考える方は多いかと思います。でも、1回の検診で1-2時間ちょっと高級な化粧品（洋服？）を買ったつもりで乳がん検診を受けてみましょう！！

札幌社会保険総合病院では乳がん撲滅ピンクリボン企画として、10月17日（日）、女性の乳がん検診DAYと市民公開フォーラムを開催いたします。日頃忙しくて検診を受けに行くことができない方は是非この機会に女性特有の乳がん・子宮がん検診をご利用ください。

午後からの市民公開フォーラムでは場所をシェラトンホテルに移して、乳がん検診普及パフォーマンスや、乳がん検診・治療について講演などを予定しております。シェラトンホテルではその他ピンクリボン企画のクッキーなどの販売も行っております。是非10月17日はがん検診と市民公開フォーラムへ足を運んでいただいて、女性の健康について一緒に考えてみましょう！！

女性みなさん、健康も含めて自己管理ができる魅力的な女性になろうではありませんか！！

乳がん検診の受診率は全国平均で9.1%、北海道は11.8%と10人に1人しか受けていません。国では乳がん検診の普及のため、40・45・50・55・60歳の方へ乳がん検診無料クーポン券を発行しています。昨年も発行されましたが、札幌市民ではクーポンを使用しなかった人が53,000人もいたそうです。

検診を受けない理由は、忙しい・恥ずかしい・自分がんにならない・・・などいろいろあると思います。症状が出てからでは治療に時間や費用も検診料金よりはるかにかかります。乳がんが最も多く発症する40歳代から60歳代にかけては、女性として母であり妻であり社会的にも重要

ピンクリボン月間 第2回市民公開フォーラム 「乳がん死ゼロをめざして」

会 期：平成22年10月17日（日） 14：00～16：00
会 場：シェラトンホテル札幌 2階「パステル」
（住所）札幌市厚別区厚別中央2条5丁目5-25（TEL）011-895-8811
入 場：無料

開会のあいさつ

秦 温信（札幌社会保険総合病院）

第一部

乳がん検診啓発パフォーマンス
「私達も乳がんになるかも？」もえぎ色女学院

第二部

司会 佐々木 文章（札幌社会保険総合病院
健診センター）

- 1.「乳がん診療の実際」
岡崎 裕（新札幌乳腺クリニック）
- 2.「自分と家族を守るために
もっと受けよう乳がん検診」
岩田 佳代（札幌社会保険総合病院
健診センター）

<もえぎ色女学院>

心に不景気はいらない！をモットーに活動するバウフルな女の子ユニット、もえぎ色女学院！歌と芝居とダンスを織り交ぜた、ミュージカルのようなパフォーマンスで、人も街も元気にします！ピンクリボン啓発活動も積極的に応援中！解りやすく、楽しいパフォーマンスで、ピンクリボンを応援しています！是非、会いに来て下さい☆



相談コーナー

医師・保健師・看護師・薬剤師・放射線技師・検査技師が乳がんに関するあらゆる相談に応じます。

共催：新札幌がんフォーラム/アストラゼネカ株式会社
後援：札幌市/札幌市医師会

新人宿泊研修

看護局長 的 場 由紀子

8月7日・8日両日で「宿泊研修」を企画しました。前年度までは、「合同宿泊会」が企画され、研修医の先生がメインでした。この時に、病院長から「1年生の出席がない。看護局からの出席も悪い」と聞かれ、実際参加すると、なるほど夕食会や花火・カラオケは私はそれなりに楽しめました。

この体験を活かし今年の企画に向かいました。先ず、会に明確な目的を持たせること、病院に貢献できる内容にすること、受講者に楽しく実になったという感想が貰えるもの・・・を考えました。事務局長と頭を捻り、先ずは講師の選択。そして目的・時間等々決めていき、多くの職種に参加して欲しい、且つ1年生だと参加費も考えるだろう・・・と言う時に病院長と事務局長が決断で、病院の研修として位置づけて下さいました。

後は、当日を迎えるだけ。こっそり受講者に聞くと「イヤイヤの出席、仕方がなく・・・」という思いで出席した者が多かったようです。しかし、結果は「来年の1年生ももちろんですが、私達にも企画して下さい」が評価となりました。集中豪雨の中の研修でしたが、中身も天気と同様「職業意識に目覚める人に対しての愛」を語ってくれたスコールを浴びたような研修でした。私自身もしばらくは周りに感謝し、胸に大きな愛を持って病院に存在できる気分になった良い研修でした。1年生(看護師だけではなく、全ての受講者!)の表情もすごく良く、愛する存在であることを再認識しました。

当院の院是は最強である!!。

糖尿病サマーキャンプ研修に参加して

5階東病棟 看護師 小 野 真奈美

サマーキャンプでは幼稚園～中学3年生の患児たちと、たくさん遊んでたくさん食べてと楽しく過ごすことができました。

少しの自由時間さえあれば体育館に飛んでいっては一生涯懸命遊ぶため、夜中に低血糖になってしまう子がたくさんいました。サマーキャンプで初めてインスリンを自分で打つ子もいて、サマーキャンプがそういった機会になるということも知りました。

患児の話を聞くことで、発症の年齢によって病気の受け入れやすさやインスリンや血糖測定への抵抗性が異なるということや、学校で友達や先生方が協力してくれることで、部活をしたり放課後に遊ぶことができたりと楽しく生活できているということを知ることができました。

患児と生活することで患児がどのような生活を送っているのか、親御さんはどのように感じているのかというところを見て聞いて学ぶことができました。ぜひ色々な方に参加してもらいたいです。



医療の現場から①

抗体治療

総合診療科 部長 安達正晃



私が医者になった時に、先輩たちが深夜まで研究をしていて、すごい!と思ってから、もう30年近く経ちます。先輩たちが必死で追及していた研究テーマは、今井浩三先生（現、東大医科研病院 病院長）が米国から導入したモノクローナル抗体技術を用いてCEAを検出しようとするものでした。当時、少なくとも私は、モノクローナル抗体が臨床応用（特に治療に用いる）できるとは、予想できずにおりました。先見の眼がないということです。

実は当時、イタリアのグループらがモノクローナル抗体（マウス）を実際にヒトに注射し、悪性リンパ腫の臨床試験を実施し、有意にリンパ腫が縮小したとか、悪性メラノーマが治癒したという論文発表があったのですが、それでも信じておりませんでした。ところが、今や抗体治療はあらゆる医療分野に応用され、治療法の主役として貢献しております。抗CD20（Bリンパ球表面抗原）抗体は、B細胞悪性リンパ腫の標準治療として使用され、炎症性サイトカインをターゲットとする抗TNF抗体や抗IL-6R（IL-6受容体）抗体は、慢性関節リウマチや潰瘍性大腸炎、クローン病に対する治療の主役です。抗ErbB2（上皮増殖因子受容体ファミリー）抗体は、乳癌に有効ですし、抗EGFR（上皮増殖因子受容体）抗体は、転移性大腸癌に極めて有効な治療の一つです。抗VEGF（血管内皮増殖因子）抗体も、転移性大腸癌に有効ということがわかっております。アレルギーの分野でも、抗IgE抗体は、重症喘息に有効であることが知られています。

今後も、どんどん新しい抗体治療が認可されるようです。現時点で、先見の眼のある人ならば、分子生物から発展した治療（RNAi）で細胞内のシグナルを特異的に阻害する方法が臨床応用されると考えて先行投資するのでしょうか、しばらくは、抗体治療の全盛期が続きそうです。

医療の現場から②

肝臓の手術前に行なう治療について ～術後肝不全を防ぐために～

外科医長 敦賀陽介



肝臓は体の中でも最大の臓器で、その役割は、血液凝固因子などの蛋白質の合成、薬物などの解毒、糖の合成、免疫機能など多岐にわたっています。また、人体の中でも数少ない再生する臓器という特徴があります。そのため肝臓癌など肝腫瘍の治療で肝臓を手術で切除しても、数ヶ月で再生して元の大きさに戻ります。しかし手術で切除する肝臓の割合が大きく、体に残る肝臓が小さくなりすぎると、再生が間に合わず、残った肝臓では体の恒常性を維持できなくなり、黄疸や肝性脳症の出現といった肝不全症状が出現し、術後肝不全となってしまいます。

そのような大きく肝臓を切除しなければならない場合でも安全に手術を行なえるようするのがPTPE（経皮

経肝門脈塞栓術)です。PTPEは肝臓の中を通る門脈という血管に向けて、カテーテルという管を入れ、切除する側の肝臓の門脈を詰めてしまう治療です。すると門脈を通して血が流れてこなくなった部分の肝臓は次第に縮んで行き、それを補うために残る側の肝臓が大きくなっていきます。2～3週間程度で残る側の肝臓が大きくなり、術後肝不全にならずに大きく肝臓を切除することが可能になります。肝機能障害のない方でも肝臓の60%を超える部分を手術でとってしまう場合(肝臓の右半分、肝右葉切除より切除範囲の大きな手術)はPTPEを行なうことが多くなります。

癌がみつければ一刻もはやく手術で取ってしまいたいところですが、手術前にこのような治療を行なうことにより、より安全に肝臓の手術を行なうことができるようになります。

医療の現場から③

糖 尿 病

糖尿病内科 濱 谷 望 美



糖尿病とはインスリンというホルモンの作用が不足することによって起こる病気です。原因によって以下の4つに分けられます。

- ① 1型糖尿病：膵臓の細胞の破壊によってインスリンが欠乏することによって起こる
- ② 2型糖尿病：インスリン分泌不全とインスリン抵抗性によって起こる
- ③ 特定の原因によるその他の糖尿病：特定の遺伝子異常や、膵臓・肝臓・内分泌の病気、薬の副作用などで起こる
- ④ 妊娠糖尿病：妊娠時に初めて発見されるか、妊娠中に起こる

このうち、日本人の糖尿病の90%以上を占める②の2型糖尿病は、遺伝子によって生まれつき糖尿病になりやすい原因と、環境による原因が組み合わさって起こります。糖尿病にかかりやすい環境としては、年齢(中年以降)、肥満したことがある、運動量が少ない、摂取エネルギーが多い、飲酒量が多いなどが挙げられます。この組み合わせは複雑でその人によって違いますが、予防のためには適正体重を維持する、運動する、エネルギーを摂り過ぎない、アルコールを摂り過ぎないことなどが重要です。

自覚症状としては口が渇く、尿が多い、体重減少などがありますが、初期には無症状のことが多いです。血糖値が高い状態が長期間続くと目や腎臓、神経などの合併症や動脈硬化の進行が起こりますが、これらを防ぐためには、定期健診で糖尿病のチェックを受けることが重要です。そして糖尿病やその疑いを指摘された場合には病院を受診することが勧められます。



七夕の夕べ

手術・材料部 看護師 小野寺 知 美

8月6日、午後5時より当院エントランスホールにて七夕の夕べが開催されました。この日は30度を超える真夏日となりましたが、患者様やご家族など沢山の方が参加されました。

まず始めにウクレレによる演奏が行われ、「涙そうそう」や「瀬戸の花嫁」など懐かしい歌に皆様聞き入っている様子でした。演奏に合わせ笑顔で歌っている患者様もあり、良い夏の思い出になったと思いました。

次にフラダンスが行われ、会場は南国の雰囲気となりました。私自身、フラダンスを拝見するのは初めてで、優雅に踊る姿は綺麗だと思いました。曲に合わせ踊っているお子様もあり、私も一緒に踊りたい気分になりました。



小野寺さん



会場には柳が設置されており、皆さんが書いた短冊がたくさんぶら下がっていました。「早く退院できますように」「家族がみんな健康でありますように」と患者様やご家族に対する願いが書かれた物が多くあ

りました。なかには「ドラえもんになりたい」と書かれた可愛らしいものもありました。

短い時間でしたが華やかで癒しに満ちた1時間となりました。



こんにちは 医療連携・相談室です

日頃、連携をさせて頂いている先生方を紹介します。

医療法人社団 浜辺晃循環器科内科クリニック

今回は、平成13年4月に開業されました浜辺晃循環器科内科クリニックの院長浜辺晃先生にお話を伺いました。クリニックは地下鉄東西線新札幌駅7・9番出口から徒歩1分の所にあり、院内の待合室、診察室には素敵な絵が多数飾られています。患者様の気持ちを和ませるような温かい空間とスタッフの皆さんが印象的なクリニックです。

●病院の特徴について教えてください

日本では、50年あまりにわたる生活習慣の欧米化により疾病構造が大きく変化し、高血圧症、脂質異常症、糖尿病といった生活習慣病が激増しています。そして、それらの疾病は互いに合併頻度が高く、その併発は心・血管病の発症リスクを相乗的に高めます。つきつめると、これらの疾患は心・血管病ということになり、心・血管イベントの抑制が治療の目的となります。そこで、当クリニックでは、心・血管エコー、頸動脈エコー、トレッドミル負荷心電図、ホルター心電図、脈波速度法、自由行動下血圧測定等を駆使して、心・血管病の状況を把握しています。例えば、高血圧の患者さんには全員、家庭血圧を測定していただき、超音波による患者さんの心臓・血管の所見を図示し、1時間前後の時間をかけてわかりやすく説明をし、降圧治療の必要性和その意義を知っていただきます。患者さんが自分の病気を知り、治療に参加していただくことにより、自分の病気の主役になるべく努力をしています。このことにより、患者さんの治療へのモチベーションが高まり、医療の質を向上させると自惚れています。

●医療連携に対するお考えをお聞かせください

私は北辰病院時代を含めると25年間の永きに亘り、札幌社会保険総合病院にお世話になりました。現在は、診療所の開業医となり10年近くになりましたが、その間、医療連携・相談室のおかげで全身CT・MRI、核医学等の諸検査により、また、放射線科、循環器科、消化器科等多くの科の先生方から高度医療機器とその秀れた読影力を駆使された最先端の情報を与えていただいています。診療所に居ながらにして、今でも札幌社会保険総合病院の医師として医療の最前線に籍を置いているかのような錯覚すら覚えさせてくれるのは、私にとってはこの上ない喜びであり、深く感謝申し上げます。このことは、医療連携・相談室がこの地域の医療水準の維持と向上に多大なる貢献を果たされる必要不可欠な公的機関であることを物語ります。札幌社会保険総合病院が、地域の医師の医療レベルの向上発展とそのことを通じてもたらされる地域住民の健康と命の安心、幸福生活のために、リーダーとして惜しみない努力を今まで以上に果たされることを願っています。



院長 浜辺晃先生とスタッフの皆様



〒004-0051 札幌市厚別区厚別中央1条6丁目2-15
新札幌センタービル 3階
電話：011-893-8211 FAX：011-893-8233

第13回調理技術勉強会 優秀賞獲得!!

テーマ「夏に食べたい! 一皿」

栄養部 調理師 津田 真紀

平成22年7月7日(水) 当院「レストランはまなす」にて第13回調理技術勉強会が開催されました。

今回のテーマは「夏に食べたい一皿」と題し、食種はエネルギーコントロール 1760kcal でエネルギー 580kcal・蛋白質 25g・塩分 2.5g 以下の設定で調理師、栄養士各1名がチームを組み、5チームにより日頃の調理技術の腕を競い合いました。大勢の職員の方々にご参加頂き、各チームの作品を試食、批評を頂きました。

各チームともに「味付け・盛り付け・色彩・病院適用性」を工夫し、暑い夏でも食べやすい食事や、夏野菜を使用した色鮮やかな献立が並びました。

今回最優秀賞に輝いたのは「太陽の恵み☆南国ランチ」(調理師津田・栄養士長谷部)です。私たちのチームは、暑い夏にサンサンとした太陽の下で元気に育った野菜をふんだんに使用した献立・調理法を工夫しました。暑いからと言って冷たい物ばかりを食べがちで弱ってしまう胃に、刺激をあたえるために辛さと酸味のあるタコライスを主食とし、10種類の夏野菜を使ったサラダ、サッパリと豆乳仕立ての冷製ビシソワーズ。デザートは、南国の海に見立てて涼しげなブルーハワイソーダのクラッシュゼリーです。暑さに負けずに夏を楽しむような献立を考えました。

今回の最優秀作品は8月11日(水)の昼食に実施されました。今後も調理技術のさらなる向上を目指すとともに、患者様の喜ばれる食事を提供してまいります。

最後にお忙しい中、審査員として参加してくださった皆様をはじめ、多くの方々に参加していただけたことを感謝致します。



太陽の恵み☆ 南国ランチ

- *タコライス
- *夏野菜バーニャカウダ風
- *ビシソワーズ
- *クラッシュゼリー

編集後記

ついこの間までの猛暑が嘘のように、近頃、めっきり涼しくなってきました。

今の時期、食欲の秋で美味しいもの探しに没頭してしましますが、先日、民主党代表選挙の結果、続投になった菅首相の今後の政策についても注目していきたいと思います。

気がつけばこの「ポラリス」も5年目となりました。これからも皆様に愛読される院外広報誌を目指して内容の充実に努めていく所存です。

どうぞよろしくお願いいたします。(細谷記)

編集委員 相川・長瀬・吉川・小林・有賀・嶋宮・中野渡・新谷・奥田・細谷・渡久山・北村