

# ふれあいひろば



〔患者とともにある全人的医療〕

## 「総合診療内科って何をみる科なの？」



総合診療内科 尾崎 青芽

体の調子で問題を抱えているけれど、それがどういったものなのかわからないという時に、問題が具体的にどういうもので、どうしていくのがよいのか、その道筋をはっきりさせるお手伝いをするのが、総合診療内科の役割です。

たとえば、体調が悪く開業医を何カ所か受診してみたけど、なんだかよくわからないとか、どこに受診して良いのかわからない。熱が続いているけど様子を見ていた。しかしいつこうに良くなってこない、なんてことがあるかもしれません。

そのような時に、当科にご相談いただけると、お役に立てるかもしれません。



まずは、どのような症状があるのか、どのような経過をたどっているのか、その他病気に関係がありそうな様々な事柄を「問診」することから始まります。熱の他に痛い所はなかったかな、体にぶつぶつが出ていなかったかななど、診断の手がかりになりそうなことを確認していくのです。

次に「診察」です。症状がある所だけではなく、問診を手がかりに、考えられる病気に関連し、ご本人も気づかないような症状がないかなどと考えながら診察をします。

この時点で、「この病気かな、あの病気かな」と大枠での病気を想定しています。はっきりと診断をつけるために、検査を組みます。もちろん専門科での診察が必要になったり、検査

が必要になった際は、それぞれの科の医師に相談をします。

また、ひとは「病気」の存在だけではなく、心理的側面や社会背景などが深く関与して健康な状態でいられない事も多いものです。ストレスや一人暮らしが難しくなるなど環境の変化が影響して体に様々な症状が出ることもあります。

そういった健康問題をどのように解決しているか、社会的サポートは必要なのかなど、ご本人やご家族と解決に向けて一緒に取り組んでいければと考えています。

総合診療内科は、紹介状がなくても受診が可能です。受診を希望される場合は、予約センターで予約を取ってください。紹介状をお持ちの場合は、早急な対応がしやすくなります。かかりつけや通院中の開業医がある場合は、まずは主治医の先生とよくご相談ください。



# 腰痛について

整形外科部長 伊藤 拓緯

厚生労働省が平成22、25年に行った国民生活基礎調査において、腰痛は男性では最も多い自覚症状で、女性でも肩こりに次いで2番目でした。また通院している理由でも男性では腰痛は4位、女性では2位でした。

このように大変多くの方が苦しんでいる腰痛ですが、その原因は様々です。一般に腰痛は「急性腰痛」と「慢性腰痛」とに分けて扱われます。急性腰痛は名前の通り、急に症状がでるものを言いますが、通常発症から3ヶ月までのものがそう呼ばれます。幸い、この急性腰痛の多くは経過が良好で、自然に症状が軽快します。急性腰痛のうち、**55歳以上、安静時の痛み、胸部痛、癌の既往、体重減少や発熱、ステロイド内服、足の麻痺などの神経症状**、など（これらは英語で”red flags”もしくは”red flag signs”と呼ばれます）の症状や既往歴がない場合にはあわてて検査を行わずに経過をみてよいと言われています。また、このような場合には、ベッド上安静を続けるよりも、痛みに応じて日常生活活動を維持することがすすめられています。ただ、痛みが4～6週続く場合や、痛み止め内服などの治療を行っても痛みが軽くない場合には整形外科医の受診をおすすめします。この急性腰痛の中に少数（2%以下と言われています）ながら、早めに診断をつけて治療を開始したほうがよい病気が隠れています。例えば、脊椎に骨折、腫瘍や感染が生じている場合です。この際は、上に述べた**red flag signs**があることが多いので、あてはまる場合には早めの整形外科医受診をおすすめします。

慢性腰痛の原因は急性腰痛よりもより複雑

と考えられています。慢性腰痛の原因は脳にあるというテレビ番組を見られた方も



もいらっしゃるかもしれません。慢性腰痛に関してまだ分かっていないことが多いのですが、安静は通常必要ありません。日常生活活動や軽い運動をすることで慢性腰痛が悪化することはありませんので、症状に負けずに、日中活動し、身体を疲れさせ、夜睡眠をとることが重要です。

痛みは、人間に不安を与えます。逆に不安は痛みをより強く感じさせます。不安を軽くするには、病気についての正しい情報を知ることが重要ですが、巷には腰痛に関して様々な情報が発信されており、中には患者さんの不安をかき立てるような誤った情報も含まれています。根拠のない情報に惑わされずに、腰痛と向き合っていただきたいと思います。整形外科医を受診していただくか、現在腰痛について最も信頼のおける情報である日本整形外科学会/日本腰痛学会監修の腰痛診療ガイドライン2012を参照していただきたいと思います。インターネット上にも掲示されています。



\*気になる症状がある場合は、まずはお近くの開業医へのご相談をお勧めいたします。

(新潟市民病院整形外科受診には紹介状が必要です。)

# 『消化器病治療の最前線』

消化器内科部長 五十嵐 健太郎

平成27年7月12日新潟ユニゾンプラザにて、第67回消化器病学会甲信越支部の主催で、市民公開講座が開催されました。たくさんの市民のみなさまに参加していただきありがとうございました。

1番目に古川浩一医師が「**消化器疾患の内視鏡を用いた手術**」を講演しました。早期胃がんは大きいものでも、病変が浅ければ開腹せず内視鏡的粘膜下剥離術(ESD)で治療できます。大腸・直腸癌においても、今までは人工肛門にならざるを得なかった病変でもやはり浅い病変であれば切除可能です。また、胃の粘膜下腫瘍の切除も外科と内科が協力して縮小手術を行っています。胆石による胆道感染は緊急を要する場合がありますが、様々な工夫をして内視鏡を用いた救命治療を行っています。今後さらに、消化器内科では患者さんに負担がかからずかつ根治をめざしたさまざまな治療を推進していきます。

2番目に和栗暢生医師が「**C型肝炎撲滅への道**」を講演しました。1989年輸血後肝炎がC型肝炎ウイルスによって起こることが判明して以来、今まで手付かずだった治療が開始されました。インターフェロン治療が有効であることが確認され、注射による治療が行われましたがなかなか有効率は上がりませんでした。徐放性のペグ化インターフェロンが出現し、リバビリンの内服を併用しても難治性の1型のC型肝炎ウイルスの消失率は40%程度であり、様々な副作用もありました。しかし、テラプレビルやシメプレビルなどの経口剤をさらに加えたインターフェロン治療で治癒率は上昇しました。最近は、

インターフェロンを含まない経口2剤のみの治療が始まりました。ウイルス消失率は80-90%程度にまで改善し、さらなる新薬の発売も予定されています。ウイルスの型による効き方の違いや変異の問題もありますが、C型肝炎撲滅へ近づいています。

最後に相場恒男医師が「**小腸・大腸治療の最前線**」を講演しました。従来大腸癌による腸閉塞で受診された場合、緊急に人工肛門の手術が行われることが多くありました。しかし最近では緊急で大腸内視鏡を施行し、腫瘍で狭くなっている部位にステントと呼ばれる金属のメッシュを挿入して腸閉塞を解除し、身体の状態をよくした後、癌の切除が可能になりました。小腸は従来、検査や治療がしにくい場所でしたが、小さなカメラのついたカプセル内視鏡を飲み、出血の部位や原因を特定できるようになりました。バルーンのついた小腸内視鏡で腫瘍の生検診断や治療ができるようになりました。今後小腸・大腸疾患は増加することが予想され、消化器内科の重要性が増しています。

今回の公開講座は実際に最新治療に携わっている当院の消化器内科医3人の講師が講演を行いました。実践に裏打ちされた現場の雰囲気をお伝えできたと考えています。



# 「いきいき講座」から

診療放射線科

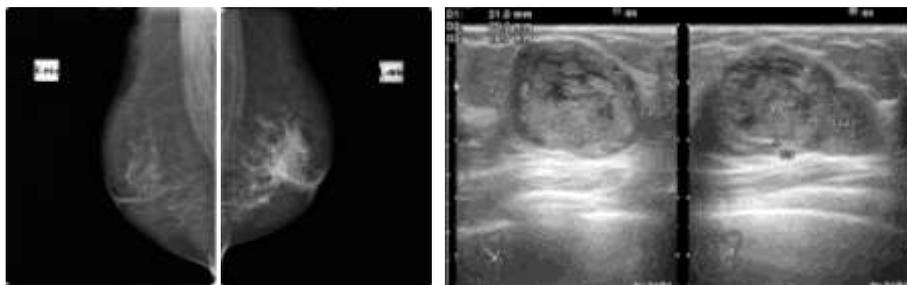
## 「マンモグラフィー」

乳房の検査において、マンモグラフィと超音波検査はなにが違うのでしょうか？

マンモグラフィは乳房のレントゲン撮影です。プラスチックの板

で乳房を挟んで撮影するので、人によっては痛みを感じます。レントゲン撮影のなかでも、とても細かいものを写し出すことに長けている撮影ですので、石灰化の病変の描出に適しています。

一方、超音波検査は痛みもなく寝ているだけで検査できます。しこりなど、病変の内部の様子をくわしく写し出すことに長けています。また、大きさの測定、血流の有無やしこりの硬さなども測定できます。2つの検査を組み合わせることで、より正確な診断が可能となります。



## 「CT・MRI」

CTとMRIは、見た目はどちらもトンネル型の医療機器ですが、写真を撮る仕組みはまったく異なります。CTは機械の中で放射線を出す部分と、検出する部分が回転して、1周分の情報から画像を計算します。放射線を使う検査な

ので、被ばくがあります。検査は15分ほどで終了します。MRIは磁石の力と電磁波を使って画像を撮影します。検査中に大きな音が発生するのが特徴です。放射線を一切使用しない検査なので、被ばくはありません。検査は30分ほどかかります。どちらの検査も金属があると検査ができないので、ヘアピンやメガネ、ベルトなどは、はずしていただきます。

CTとMRIを比較して、CTが優れている点は画像が細かく撮影でき、検査時間が短い点です。頭や肺、骨や血管の撮影に特に適しています。MRIが優れている点は被ばくが無く、見たい病気に合わせた撮影ができる点です。頭や背骨、関節の撮影に特に適しています。どちらの検査が適しているかは、部位や症状、対象となる病気によって様々です。

お知らせ！

10月10日 午前10時～午後3時  
毎年恒例の「市民病院ふれあいまつり2015」を開催します。  
皆様のご来場をお待ちしております(^o^)

### 編集後記

暑さ寒さも彼岸までと言いますが、最近めっきり涼しくなってきました。今回は市民病院の先生方の「健康の秋」にふさわしい医療のお話を掲載いたしました。少しでも皆様の健康にお役にたてれば幸いです。

(S.I.)

新潟市民病院 広報広聴委員会

〒950-1197 新潟市鐘木463番地7

電話 025 (281) 5151

Fax 025 (281) 5187