

ふれあいひろば



[患者とともにある全人的医療]



大腸がんの治療

消化器外科 岩谷 昭

2012年6月8日に、五大がんに関する市民公開講座として、「大腸癌の治療」について講演させていただきました。当日は多数の方にご参加いただき、様々なご意見をうかがうことができました。

我が国において大腸がんは現在、増加傾向にあります。動物性脂肪摂取の増加など食生活の欧米化も原因の一つとされています。大腸癌は大腸の粘膜から発生しますが、発生の経路として、腺腫-癌連関というものがあります。良性のポリープ（腺腫）が、時間が経つにつれ癌化することです。つまり、癌化を抑える上で、良性のポリープのうちに切除してしまうことが重要となります。大腸癌が発生すると、大腸の壁に深く入り込み、やがて転移を起こします。癌の深さや転移の程度によって、癌の進み具合を病期（ステージ）で分類しています。

大腸癌の治療は、粘膜内癌などの早期であれば内視鏡治療、進行したものは手術治療が必要となります。早く発見され、早期の病期（ステージ）で治療されれば、治療後の再発率も低くなります。手術では、癌のある大腸を周囲のリンパ節とともに切除します。肛門に近いところに癌ができた場合、人工肛門が必要となることもあります。また、最近ではそういった手術を腹腔鏡下で行い、より小さな傷で手術が行え、患者さんの負担も軽減できる治療も行っています。

手術で癌が取りきれない場合は、抗がん剤治療が必要となります。近年、大腸癌の抗がん剤は様々なものが開発され、より癌をピンポイントに攻撃する「分子標的薬」も開発されています。新しい抗がん剤と分子標的薬の組み合わせで、以前よりも何倍も効果が期待されます。できるだけ副作用を軽減しつつ、効果的な治療ができるよう心がけています。

引き続き行われたがん患者会では、大腸がんを含めていろいろながんの患者さん・家族の方から、悩みや疑問を話して頂きました。がん患者サロン（第一木曜日14:00～15:30：患者図書室で）なども、是非利用していただきたいと思います。

大腸癌治療ガイドライン

- ・大腸癌研究会作成
- ・大腸癌における標準治療を普及させ日本全国の治療の質や治療成績の向上を目指す。（ネットで無料でみれます。）



一般の方向け



新潟市民病院メディカルラリーの取り組み

救命救急センター看護師 田巻 美緒

●はじめに

「もし突然、病室や廊下、屋上などで人が倒れたら、あなたは的確な行動がとれますか？」当院では、このような急変にも的確に対応できるようにメディカルラリーという取り組みを行っています。

●メディカルラリーとは？

医師や看護師、薬剤師、理学療法士、医療事務など、医療に関わるいろいろな関係者が競技者となって、急変対応を競い合う大会です。当院では、院内急変の蘇生率の向上を目的としてメディカルラリーを2009年から開始し、年2回行っています。

●どんなことをしているの？

当院のメディカルラリーは、病室を始め外来や浴室、さらには食堂や屋上など、病院内のいろいろな所を舞台として、実際に人が倒れたと想定して急変対応を競い合います。もちろんスタッフは実際の雰囲気を出すために装い、演技をします。開催の約半年前から準備を開始し、当日に臨みます。

選手には、いつどこで急変が起こるかは知らされず、実際の場面のような手の込んだ想定にハラハラドキドキしながら競技します。選手は、医師を含めた5人1チームとなり、同じTシャツやユニフォームを着たりと衣装からチーム一眼となって楽しく参加しています。

院内の急変にいかにか職員皆が対応できるか、日々の実践に活かすことができ、かつ汗をかきながら競技し楽しく学びます。

●第7回目では・・・

5月28日、当院では第7回市民病院メディカルラリーが行われました。

スタッフ参加者数80名、選手参加者数40名と壮大な競技大会となりました。

8チーム中、新潟市消防局、海上保安庁、下越病院からの3チームの初の選手参加がありました。選手は大声で連携を取りながら、いろいろな想定に立ち向かっていました。そして、優勝者は海上保安庁

チームという初の院外チーム優勝となり、次回は優勝杯を取り戻すためにまた院内スタッフは訓練に励むことでしょう。

●最後に

いざ道具が何も揃っていない場面で急変があっても、最初から冷静に対応できる人は少ないかもしれません。日々の訓練があるからこそ的確に対応できるのです。

メディカルラリーを開催することは、心肺蘇生の技術を学ぶとともに多くのことを教えてくれる、とてもためになる訓練です。

回数を重ねるごとに、院外からの参加者も増え、新潟市から新潟県の子心肺蘇生の技術の向上に繋がると願っています。





<きちんと予防！ 熱中症>

救命救急・循環器病・脳卒中センター 医師 田中 敏春

「熱中症（ねっちゅうしょう）」は、毎年7月から8月上旬に多く発生しています。夏の暑さに身体が慣れていない時期に起こりやすく注意が必要です。

●どうして起こるのでしょうか？

人間は、暑い日には、からだの熱を逃がすために汗をかくようにできています。さらに湿度が高いと、その汗が蒸発しにくくなり体温が下がらず、ますます汗をかくことになってしまいます。その結果、体内の水分と塩分を大量に失い、ついには熱中症を引き起こします。



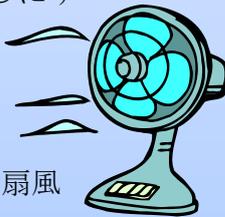
●屋外でしか起こらないのですか？

高齢者は、体温を調節する機能が低下しています。暑い日であっても窓を閉めきり、エアコンや扇風機を使用していないと、たとえ屋内であっても、熱中症がおこる危険性が高いといえます。

●屋内であっても、部屋の風通しを良くして、暑さを感じたら我慢せずに冷房器具を利用しましょう

①エアコンは“タイマー機能”を利用

室温は28℃を目安にしましょう。エアコン使う前に寝室の窓を開けて、こもった空気を入れ替えます。ただし、つけっぱなしにすると、多くの電力を消費するだけでなく、身体が冷えすぎてしまい寝覚めが悪くなりますので、2時間を目安にタイマー機能を利用しましょう。扇風機も大いに活用したいものです。



●熱中症の予防法を教えてください

熱中症の原因は、激しい運動や屋外での労働などのほか、睡眠不足や体調不良なども原因としてあげられます。次のポイントに注意すると良いと思われます。

①暑いときの外出や無理な外出、運動は避けましょう

雨が降った翌日の晴れた日など、急に気温が上昇する日が要注意です。外出も、朝や夕方など、気温が高くない時間帯を選ぶのも一つです。

②身軽な服装を心がけましょう

風通しがよく、吸水性に優れた服装を選び、直射日光は帽子で防ぎましょう。

③水分をこまめに補給しましょう

汗で失われた水分をしっかりと補給することが大切です。その際、適度な塩分と糖分を含んでいるものが体内に吸収されやすいとされ、市販のスポーツドリンクなどは飲みやすくお勧めです。ただし、いくら飲みやすいからと言って、必要以上に糖分、塩分の摂り過ぎは、糖尿病、高血圧の悪化などの心配もあります。どれくらい水分を摂れば良いか、前もって、かかりつけ医に相談されてみるとともに、水やお茶などの飲み物を組み合わせ、上手に水分摂取する工夫が必要でしょう。



はじめまして



歯科口腔外科 医師 高田 佳之

私は、この4月から新潟市民病院歯科口腔外科に赴任しました高田佳之です。赴任前は、新潟大学歯学部口腔再建外科に20年間在籍し、口腔外科を専門に歯科治療を行ってきました。口腔外科は、抜歯や嚢胞（顎の骨の中にできる袋状の病気）の摘出、腫瘍の治療、顎の骨の骨折の治療、歯の破折や脱臼の治療、歯科インプラント（人工的な歯根による歯の再建）などを行う科です。市民病院でもこの経験を生かしていきたいと思ひます。

当院は、心疾患・肝疾患・呼吸器疾患・糖尿病・高血圧症・脳血管障害などの身体疾患を持っておられる患者さんが多く受診されることから各患者さんについて、服用している薬や現在の病状を十分に把握し、担当専門医と連携をとりながら安全な診察を行っていきたく思ひます。さらに近隣の歯科医院の先生とも連携を密にとり、口腔外科の専門的な治療が必要な患者さんや全身疾患があり開業歯科医院では診療が難しい患者さんの歯科治療についても積極的に取り組んでいきたく思ひます。

登録医の紹介

医院名：森川医院 院長 森川重文 医師 森川 洋
診療科目：内科、内分泌内科、婦人科、小児科
住所：〒956-0035 新潟市秋葉区程島1977
電話：0250-22-0410
診療時間：月～水・金 9：00～12：30 14：00～18：00
土 9：00～12：30 14：00～16：00
休診日：木・日・祝日
自院特徴と診療方針：
日本糖尿病学会認定糖尿病専門医



医院名：わたなべ内科青山クリニック 院長 渡辺卓也
診療科目：内科、消化器内科、呼吸器内科、循環器内科、アレルギー科
住所：〒950-2002 新潟市西区青山1-2-21
電話：025-232-5588
診療時間：月～水・金 9：00～12：30 15：00～18：00
(火・水・金午後診察は大腸内視鏡検査・ポリープ切除治療のため、15：30から)
木・土 9：00～12：30
休診日：木・土午後、日曜・祝日
自院特徴と診療方針：
内科一般、主に生活習慣病、消化器疾患（胃腸、肝臓など）、内視鏡検査（胃カメラ、大腸内視鏡検査）、特定検診、各種がん検診に力を入れてまいります。患者さんが安心して受診できる環境を整え、皆様のご来院をお待ち致しております。



市民病院のホームページもご覧ください
<http://www.hosp.niigata.niigata.jp/>

新潟市民病院 広報広聴委員会

新潟市中央区鐘木463-7

電話 025 (281) 5151 (すばやい受診こいこい)

Fax 025 (281) 5187 (すばやい予約ろくろくぜろぜろ)

編集後記

ようやく梅雨らしい天気になったかなと思ったとたん、梅雨があけました。本格的な夏到来です。同じ気温でも、湿度が高いといっそう暑く感じられ、体力も消耗しやすくなるようです。

本号の熱中症の記事はいかがでしたでしょうか？今夏も節電の社会的要請は続きますが、熱中症には十分に注意しましょう。(K.T.)