

患者とともにある全人的医療



日本医療機能評価機構

院長 年頭のあいさつ

市民病院の精神科について

院長 小池哲雄

明けましておめでとうございます。

一昨年、日本は東日本大震災という未曾有の災害に見舞われましたが、昨年はほぼ平穏な年でした。福島原発事故の収束についてはなお目処が立たない状況ですが、震災地の復旧・復興の兆しは見てきたのは多少の安堵を覚えます。

さて、当新潟市民病院はこの鐘木（しゅもく）に移転して、5年を経過いたしました。へび年になったから脱皮するわけではありませんが、この度敷地内に新病棟を建設することになりました。これまでの施設が手狭になったこと、また機能充実を計るためもありますが、その主目的は入院施設を有する精神科の開設にあります。

そこで今回は、新たに出来ます“病床を有する精神科”に焦点を当て、これまでの経緯と基本的な当院精神科の立場をお話いたします。

当院は地域の重症・救急医療を受け持っていますので、他院にかかっている精神科患者さんの身体の病気の治療や救急車で運び込まれる自殺を計った患者さん等の治療は必須ですし、そのような方は年間常に300人を下りません。そのような患者さんには出来るだけ速やかな精神科医の治療が当然必要ですが、平成17年5月より最近まで精神科医がいない状況でした。そのため以前より救急医療の現場の医師や看護師等のスタッフからの精神科医の常勤の要望は強いものでした。そんなこともあり三年前から当院での急性期精神科病床の新設を要望し続け、16床ですが急性期に特化した精神科病床の認可を受けることが出来ました。

そのような動きの中、新大の精神科より当院へ精神科医師の常勤を決定してもらい、昨年4月より精神科医に赴任してもらいました。その先生は現在、精神科病棟立ち上げに当たってのソフト・ハード面の助言とともに、精神科的治療を必要とされる他科入院患者さんを中心に診療をしてもらっています。



このようないきさつで作られる精神科ですので、期待している方がいるかもしれませんが当院精神科は通常の外来を行いません。その代わりこれまで、一般病院、精神科単科病院においてその対応に苦勞していた、自殺企図などによる自傷者や身体合併症の治療を優先する精神科患者さんの治療に当たることが当院の役割と考えています。要するに、新潟市のみならずその他の医療圏の精神科の救命救急センターとなり、身体合併症の治療に当たるわけです。そして全身状態が落ち着き、精神科治療のみで問題がなくなった患者さんは、速やかに他院の精神科に途切れることなく診療をお願いするシステムを、と考えています。

以上、皆様のご理解をいただければ有り難いと思います。

なお新病棟建設にあたっては、色々ご迷惑・ご不便をおかけするかもしれませんがお許し下さい。平成25年秋に新病棟は、完成を予定しています。



『もしもあなたが乳がんになったら』

乳腺外科 萬羽尚子

近年、乳癌にかかる人の数は増加し、今では女性の18人に1人になる可能性のある、とても身近な病気です。もしも、検査で乳癌と診断された場合、どのような治療が始まるのでしょうか。

癌はどんなに早期に発見できても、基本的に“全身の病気”と考えて対応しなければなりません。なぜなら、適切な治療を行わないと、リンパや血液の流れに乗って乳房の外に転移してしまうからです。そのため、それぞれの状況に合わせて、手術や薬物治療、放射線治療などを組み合わせていきます。

手術に関しては、近年、“患者さんへの負担を少しでも減らしたい”ということで、縮小手術が主流となっています。乳がんの場合も、乳房温存手術(部分切除)やセンチネルリンパ節生検という選択肢があります。しこりの大きさや広がりやが基本的に3cm以内で、術後に温存した乳房に放射線治療を行うことができれば(ほかにも細かい条件はありますが)、希望した場合に乳房部分切除で乳房の膨らみや乳頭乳輪を残すことが可能です。また、リンパ節に関しても、従来通り、“しっかりとる”リンパ節郭清をすることで、術後のリンパ浮腫に悩んだり、二の腕のしびれなどが残ったりすることがあり、それらの合併症の可能性を少しでも下げるべく定着してきた方法が、センチネルリンパ節生検という方法です。

手術中に“がんが最初に飛ぶリンパ節”=“みはりリンパ節”を摘出し、術中の顕微鏡検査で転移があるかないかを確認します。これでリンパ節に転移がなければひとまず、リンパ節郭清を省略することができ、リンパ浮腫やしびれなどのリスクを下げることが可能です。その後、手術でとったリンパ節や乳腺を詳しい顕微鏡検査にだし、がんのキャラクターや再発リスクなどを確認します。患者さん個々のがんのキャラクターや再発リスクに応じ、最適な再発予防の治療プランを提案します。

再発予防の治療の選択肢としては薬物療法と放射線療法の2つがあります。使われるお薬には抗癌剤やホルモン剤、分子標的治療薬などがあり、

癌のキャラクターに合わせて、組み合わせを考えます。また、乳房部分切除を施行した方や多数のリンパ節転移を認める方の

場合は、術後に放射線治療が必要となります。副作用も様々ありますが、以前と違って、“副作用をいかに和らげるか”という観点がとても重視されています。日常を妨げるような場合は、お薬を可能な範囲で調節したり、お休みしたりして対応します。また、基本的に外来で治療をし、日帰りできますので、お仕事なども無理のない範囲で続けることが可能です。手術や術後の様々な治療は、患者さんに少しでも病気が分かる前と同じ生活をしていただくためのものです。

しかしながら、何にも勝ることは、乳癌の早期発見・早期治療です。40歳以上の女性に関しては、2年に1回のマンモグラフィ検診を行うことで死亡率を減少させることが可能であると証明されております。まずは、月1回の自己検診と2年に1回のマンモグラフィ検診を心がけましょう。

患者さんやご家族の気持ちやペースも大切にしながら、よりよい医療を提供できるよう、新潟市民病院乳腺外科も精一杯研鑽を重ねていきたいと考えております。



定期的な体重・ウエスト周囲計測のすすめ

管理栄養士 古川彩

新しい年を迎えて、年末年始は食べ過ぎたかな？ちょっと飲み過ぎたかな？と思われる方は大勢いらっしゃるのではないのでしょうか。いつもはいていたズボンがきつくて入らない、シャツのボタンが留めづらいことはありませんか？

食事量の増加や寒くて動かない等の身体活動量の低下により、摂取エネルギー量が消費エネルギー量を上回る期間が長くなると、過剰なエネルギーは脂肪としてからだに蓄積されます。最近お腹周りが気になってきた方は、自分のからだを知るきっかけ作りに定期的に体重計測・ウエスト周囲の測定をしてみませんか？体重計測はできれば毎日同じ時間帯で計測すると日々の比較がしやすいため、時間を決めておくとも良いかもしれません。ウエスト周囲の測定方法は、①立った姿勢で②息を吐き③腰の一番細いところではなくへその高さに巻き尺をまいて測定します。なるべく空腹時にリラックスした状態で行いましょう。

お正月に増えた体重・脂肪は、日々の食事を少し見直し、適度に運動を取り入れて、少しずつ元に戻しましょう。食事も運動もできるところからはじめることが大切です。

食生活を見直すポイント

1. 1日3食規則正しく。主食とおかずをそろえて食べる。
2. 食事は腹八分目に。
3. よく噛んで、ゆっくり食べる。
4. 就寝3時間前は飲食を控える。
5. おやつは時間と量をきちっと決める。

厚生労働省 メタボリック症候群が気になる方のための健康情報サイトより一部改編

【用語説明】

メタボリック症候群：糖尿病などの生活習慣病は、それぞれの病気が別々に進行するのではなく、おなかのまわりの内臓に脂肪が蓄積した内臓脂肪型肥満が大きく関わるものであることがわかってきました。この内臓脂肪型肥満に加えて、高血糖、高血圧、脂質異常のうちいずれか2つ以上をあわせもった状態のことを指しています。メタボリック症候群の診断基準では、内臓脂肪の蓄積を必須項目としており、CTスキャンでおへその位置で体を輪切りにしたときの内臓脂肪面積が 100cm^2 を超えているものをいいます。CTに相当する簡便な目安として男性のウエスト周囲が85cm以上、女性では90cm以上が採用されています。



厚生労働省

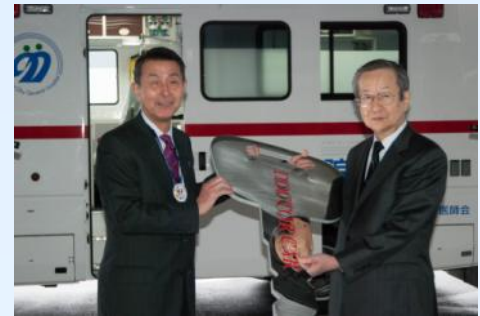
「メタボリックシンドロームを予防しよう」より

ドクターカーが新しくなりました

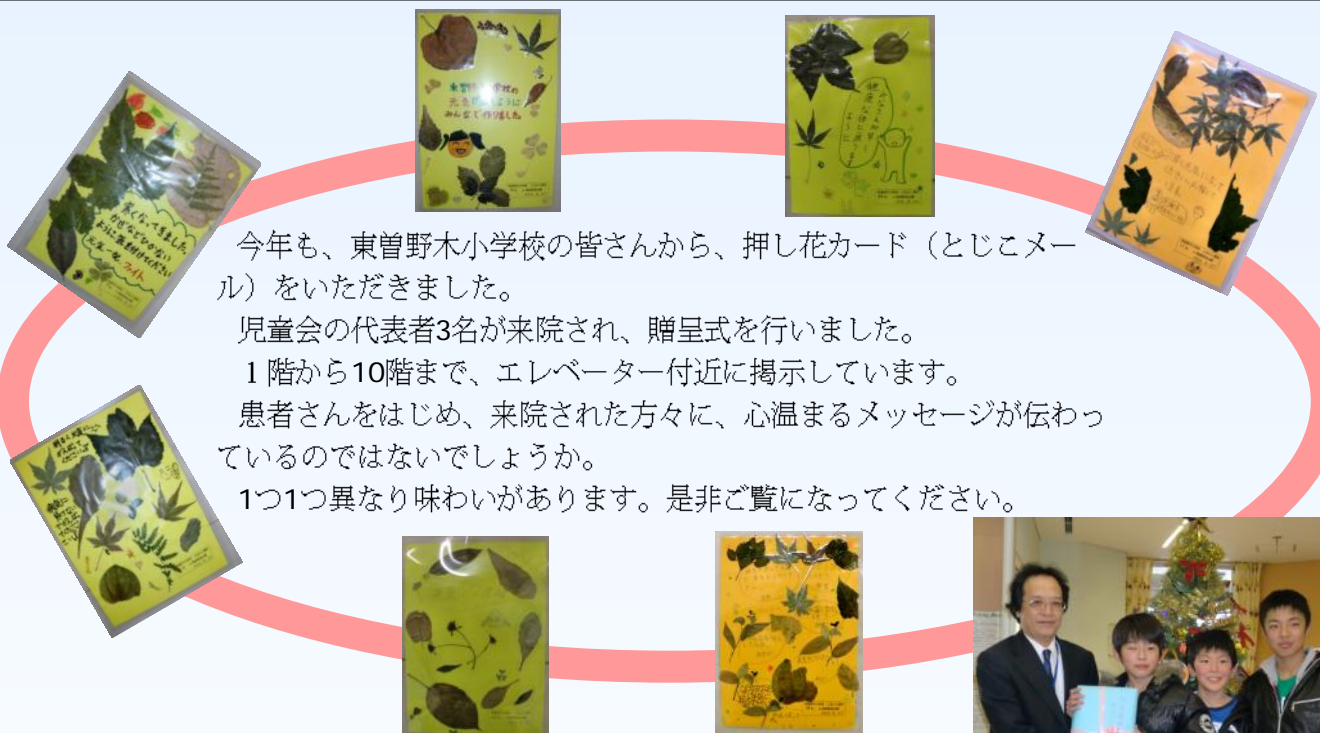


医師の付き添いが必要な患者さんの転院搬送、あるいは地震などの災害時に災害派遣医療チーム（DMA T）を現場に派遣し、被災者に対する医療活動を行う際に使用している、当院所有のドクターカーが新しくなりました。

この度ドクターカーを入替えるにあたり、新潟市医師会より寄附をいただき、昨年12月18日に当院正面玄関前において、佐野医師会長より篠田市長へ贈呈いただきました。



“押し花カード”が届きました



今年も、東曾野木小学校の皆さんから、押し花カード（とじこメール）をいただきました。

児童会の代表者3名が来院され、贈呈式を行いました。

1階から10階まで、エレベーター付近に掲示しています。

患者さんをはじめ、来院された方々に、心温まるメッセージが伝わっているのではないのでしょうか。

1つ1つ異なり味わいがあります。是非ご覧になってください。



絵本をプレゼントしていただきました

4階西病棟

こども病棟のクリスマス会に「サンタ・プロジェクト・にいがた」よりたくさんの絵本のプレゼントが届きました。地域の書店に来たお客さんが匿名で、絵本を1冊ずつ入院中の子どもたちへのクリスマスプレゼントとして、購入して下さったものです。多くの子どもたちに読んでもらえるようにプレイルームの本棚に置きました。



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

〒950-1197 新潟市中央区鐘木463番地7

電話 025 (281) 5151(すばやい受診来い来い)

予約センター 025 (281) 6600(すばやい予約ろくろくぜろぜろ)

編集後記

明けましておめでとうございます。

日中でもあまり気温が上がらず、例年より寒い日が続いています。防寒対策に気をつけ、体調管理には十分にご注意ください。

(S. F.)