

はまかせ

風が運ぶお知らせ便り♪

2019
Vol.25

ワンランク上の病院をめざして

私たちは、患者さんの意思を尊重し、高度で良質な医療を提供することによって、地域社会に貢献します。



nishihosp.nishinomiya.hyogo.jp

Message メッセージ

乳腺外科：診療内容の紹介

■概要、Q&A etc.

Information お知らせ

■EBISU♥キッチン

冬の減塩編 ～かぶのそぼろあんかけ～

■にしびょうTopics

マンモグラフィは私たちにお任せ下さい《放射線部スタッフ紹介》

■特集

なぜ、リハビリが必要なの？

■院長エッセイ「四季雑感」

邂逅(かいこう)

■医療技術NOW!

最新のデジタルマンモグラフィ撮影装置を導入しました

■絵の中の風景を旅するvol.25

にしびょう美術館館蔵品を毎回紹介



乳腺外科:診療内容の紹介



乳腺外科部長:小西 宗治



女 性のがんで最も多いのが乳がん、現在年間約9万人、一生涯に11人中1人が乳がんを発症するとされています。発症年齢は40代後半と60代に多く子育て世代にも影響は深刻です。乳がんが原因の死亡数は年間1万4千人と多く30代~60代前半は死因のトップです。

乳 がんを早期発見すれば多くは完治します。早期発見はマンモグラフィ検診が有用です。しかしマンモグラフィには映らない乳がんもありますし、多くの乳がんはしこりの自覚を契機に発見されており、自己検診（自分でしこりの有無、皮膚のへこみや乳頭分泌の有無を確認）を行い、異常を早く察知することも重要です。

当 院は検診機関でもありますが、メインは精査治療機関です。マンモグラフィや乳房超音波検査で要精査となった場合、細胞診や組織検査を行い診断します。マンモグラフィの石灰化病変に対してはトモシンセシス(マンモ断層撮影)下マンモトーム生検を行い確実な病理診断を提供します。

乳 がんの多くは、幸い検査で骨や肺など他臓器転移がない段階で発見されますので、完治を目指した治療を行います。手術を中心に、薬物や放射線の併用を考慮します。乳房を残す温存手術

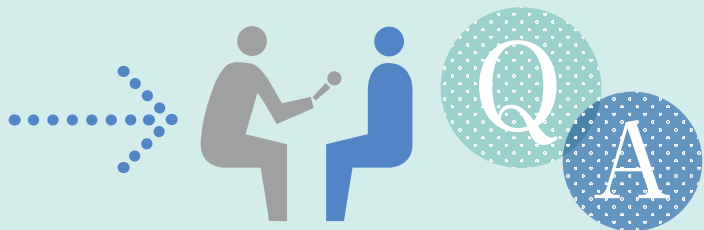
と乳房全切除術に大きく分かれていますが、形成外科と連携し、乳房全切除と同時に乳房再建手術も可能です。腋窩転移の有無の正確な評価（センチネルリンパ節生検 RI 色素併用法）を行い、転移が確認された場合は腋窩郭清手術を追加します。

手 術療法に薬物療法を加えることで、手術のみ行った場合に比べ再発リスクを40~60%低減できます。乳がんはタイプ分類されます。ホルモン感受性を有するタイプ(ルミナルタイプ)、抗HER2薬が有効なタイプ(HER2タイプ、ルミナルHER2タイプ)そしてホルモン剤や抗HER2薬が効かず化学療法が望ましいタイプ(トリプルネガティブタイプ)に分かれ、進行度(ステージ)によるリスク評価と合わせ薬物内容を決定します。

転 移・再発乳がんは、未だ根治は困難です。個々病状に応じ、多くの診療科や職種の協力が必要となります。骨転移や肺転移が多く、整形外科、呼吸器外科や放射線科と治療方針を相談します。中枢神経系転移では脳神経外科との連携が必要です。当院乳腺外科では、小西宗治、松尾容子、島田菜津美の3人の常勤医と、乳がん看護認定看護師の井関千裕ら他職種、他科ともチームを組み、高度で満足度の高い乳癌診療を目指しています。よろしく願いいたします。



放射線治療について質問! INTERVIEW



Q 放射線治療は外来通院と入院のどちらがよいのでしょうか?

A 通常多くの放射線治療は外来通院での治療が可能です。通院可能な患者さんは外来通院をおすすめしています。放射線治療は1日10分程度で終わってしまうため、入院すると時間を持って余ってしまうためです。ベッドでテレビを観たり、寝てばかりいると、社会復帰が遅れます。外来通院照射の場合には、仕事と両立することも可能です。ただし、放射線治療の副作用が全くないとは限らないため、無理は禁物です。勤務先とよく相談し、勤務体制を調整してもらう必要があります。

Q 放射線治療中や放射線治療の直後で、入浴、温泉、サウナ、岩盤浴は大丈夫でしょうか?

A 温泉、サウナ、岩盤浴に関しては照射期間中と治療終了直後は避けたほうがよいでしょう。また、海水浴やプールも同様です。注意点を守れば、全身の清潔を守る意味でも積極的に入浴してもよいです。ただし、次の点に注意が必要です。あまり熱いお湯に入らないこと、長時間入らないこと、照射部位をゴシゴシこすらないことです。その理由として照射部位は炎症が生じて軽い日焼け状態になっています。日焼けや、やけどの時と同じと考えてください。また、入浴によって、からだに書いたマークが消えたり、薄くなったりする可能性があります。シャワーで軽く流す程度にしてください。

(がん放射線療法看護認定看護師、看護師補佐:高津秀子)

EBISUキッチン

冬の減塩編 BY.栄養管理部

今回はあんかけを使った減塩レシピをご紹介します。身体も温まるので、寒い時期にぴったりの1品です。



かぶのそぼろあんかけ

●材料(4人分)

かぶ	Mサイズ4個(200g)
鶏ひき肉	60g
かぶの葉	10g
万能ねぎ	適量
だし汁	120cc
醤油	大さじ1/2
みりん	大さじ1/2
水溶き片栗粉	適量

1人当たり栄養価

エネルギー	52kcal
たんぱく質	3.9g
塩分	0.4g



調理のポイント

- かぶを大根やかぼちゃ、なすに代えてもおいしいです。
- お好みで生姜の千切りやゆずの皮を加えると香りがよくなり、味にアクセントがでます。

(調理師:福間 秀子)



あんかけで減塩...?!

減塩の方法は様々ありますが、あんかけもそのひとつです。食材に味がからみやすく、またあんのとろみが舌にとどまるため味をしっかりと感じるができます。このため薄味でも満足してお食事ができます。

- ① かぶは皮をむいて食べやすい大きさに切り、さっと茹でる(茹で過ぎない)。
- ② かぶの葉は適当な長さに切り、茹でる。
- ③ 万能ねぎは刻んで、水に浸す。
- 作り方 ④ 鍋にだし汁と鶏ひき肉を入れて火にかける。あくをとったら、かぶと調味料を加えて中火で煮込む。
- ⑤ 煮汁が少なくなったら②③を加え、水溶き片栗粉でとろみをつける。
- ⑥ 小鉢に盛り付けたらできあがり。



マンモグラフィは私たちにお任せ下さい 《放射線部スタッフ紹介》

放射線部には女性の診療放射線技師が現在8名在籍しています。最新のデジタル乳房X線撮影装置を駆使し、乳がん検診から精査・生検まで、すべてのX線検査に対応しています。

診療
放射線
技師

- 伊関恵美子 放射線技師長(上段右)
 - 松村 麻子 主査
 - 堀田優香里
 - 籠谷 晴香
 - 豎野みずほ
 - 大宮 美幸
- 他2名



なぜ、リハビリが必要なの？

乳がんの手術後に手術部付近が突っ張ったり、痛みが生じやすく、その痛みを避けるために腕を動かさないようにしていると肩の動きが悪くなってしまいます。そのため、身の回りのことや家事などが行いにくくなるので、肩を積極的に動かすリハビリが必要です。

当院では、手術前日に手術をする側の肩の動きなどを確認し、手術後の過ごし方やリハビリの流れについて説明します。手術後5日目から理学療法士、作業療法士と一緒に状態に合わせて肩の運動を始めます。退院後も患者さん御自身で運動を継続することが大事ですので、運動の写真が載っているリーフレットを使い、自主練習について丁寧に指導させていただいています。肩の運動以外にも日常生活の注意点などをお伝えしています。退院後は外来看護師が肩の動きを確認し、運動についてアドバイスするなど自主練習が継続できるよう援助させていただいています。

患者さんが日常生活をスムーズに行えるようたくさんの職種が協力し、入院時から退院後まで途切れ目なくリハビリを支援しています。また、患者さんの不安が少しでも減るようお話をうかがいながら関わるように心がけています。

(リハビリテーション科:作業療法士 小寺 千明)



四季雑感



例 年、立春を過ぎても寒さは続きます。それでも2月は春らしい日と出会うことがあり、冬と春の巡り合いを感じることができます。かつて雪国に暮らしたことがあります。どんよりとした冬の雲間から、明るい陽の光が差し込んでくると、一瞬、春と思いがけず出合った、まさに春との邂逅かいごうとでも言いたい気分になりました。

邂逅かいごうといえば、杉田玄白と華岡青洲のそれはあまり知られていないようです。玄白は当時、未熟であった外科手術を確立するためには、人体構造を精しく知るべきだと発起して、オランダ解剖書を初めて翻訳し、「解体新書」を世に出したことで知られています。一方、青洲は世界に先駆けて全身麻酔による乳がん手術を成功させたことで医学史に名を残しました。

玄白は西洋の解剖知識を得るには得たのですが、外科手

術を完成させるためには、なお麻酔法と創部の感染予防法が無いことが壁のように立ちはだかっていました。ところが、諦めかけていた玄白が70歳を過ぎた頃、思いがけず紀州から江戸へ朗報が届きました。当時、玄白の弟子になってはいましたが、もともと青洲の弟子である順達になら、通仙散を用いた全身麻酔法を許可するというものでした。その手紙を読んで、玄白は欣喜したとされています。

1804年の秋、玄白の子息、立卿の執刀で、全身麻酔法による乳がん手術が無事に行われました。これは玄白が解体新書を出してから30年後であり、青洲が初めて乳がん手術に成功した9年後のことでした。順達によると、青洲は解体新書により解剖学を学び、いわば玄白の導きにより乳がん手術を目指したようなものだと、弟子たちに述懐していたようです。

玄白の解剖学と青洲の全身麻酔法により、曙光が差し込みましたが、本来の外科の夜明けには、まだ創部の化膿を抑える消毒法の開発を待たなければなりません。

私たちが日々遭遇するささやかな巡り合いは、歴史上の邂逅かいごうと同じように、心を震わせてくれるものかもしれません。

兵庫県立西宮病院 院長
河田 純男



医療技術 NOW!

西宮病院の「今」がわかる。

【最新のデジタルマンモグラフィ撮影装置を導入しました】

このたび放射線部では、トモシンセシス(3Dマンモグラフィ)システム搭載の最新デジタルマンモグラフィ(乳房X線撮影)装置を導入しました。この装置一台で乳がん検診から精査・生検まで対応可能です。

【トモシンセシス】

トモシンセシスとは、乳房を1度に多方向から撮影し、その画像データから厚さ1ミリにスライスされた断層画像を作成する機能です。通常の撮影に比べて乳腺の重なりが少ない画像が得られるため、乳腺の多い「高濃度乳房」の方でもより正確な診断が可能です。
※被ばく線量は通常の撮影とほぼ変わりません

【トモバイオプシ】

トモシンセシス機能を利用した生検システムを併せて導入しました。トモシンセシス画像でしか発見できない病変組織も正確に採取することが可能です。

【圧迫機構の改善】

乳房の形状に沿った圧迫板や圧迫機構の導入により、圧迫時の痛みに配慮しています。

(放射線技師長 伊関 恵美子)



絵の中の風景を / 旅する vol.25

<http://www.nishihosp.nishinomiya.hyogo.jp/>

当院外来ロビーや各病棟には、地域の方々や入院患者さん、そのご家族などからのご寄付による200点以上にのぼる絵画が飾られています。"にしびょう美術館"の貴重な"館贈品"は、当院ホームページ内の「にしびょうWebミュージアム」でも常設展示していますが、これらの作品の中から、毎回、ちょっと気になる1作品をとり上げてご紹介いたします。一緒に、絵の中の風景を旅してみませんか。



展示場所

本館
3階放射線科前



絵のタイトルには湖上の乱舞とありますので、どこかの湖のカモメたちを描いたものでしょうか。絵の中心部分がスポットライトに照らされているように明るく描かれており、乱舞する鳥たちを一層浮かび上がらせています。

絵のタイトルには湖とありますが、関西で湖といえば真っ先に頭に思い浮かべるのは琵琶湖ではないでしょうか。琵琶湖に生息するカモメ類ではゆりかもめが最も多いそうですから、もしかするとこの絵は琵琶湖のゆりかもめを描いたものかもしれません。ゆりかもめは冬にユーラシア大陸北部から日本に渡ってきて越冬する渡り鳥ですから、これは冬の琵琶湖の風景かもしれないなどと想像を膨らませてしまう一枚です。

(総務部:伏見 達)

編集後記

編集室



日差しが少しずつ暖かく感じる季節になってまいりました。皆様、いかがお過ごしでしょうか。今回は、乳腺に関する診断や治療についてご紹介をいたしました。最新の機器を備え、早期発見と治療ができるよう各部門で連携しています。今後も新たな情報発信を「はまかせ」より行いたいと思っています。どうぞよろしくお願いたします。

(看護部次長:日野 千奈美)

H A M A K A Z E

2017
Vol.25

兵庫県立西宮病院

〒662-0918 兵庫県西宮市六湛寺町13番9号
TEL:0798-34-5151(代表) FAX:0798-23-4594

地域医療連携センター FAX:0798-34-4436
E-mail:chiiki-kn@hp.pref.hyogo.jp

nishihosp.nishinomiya.hyogo.jp

2019.2 発行