

八王子消化器病院ニュース

第73号

医療法人財団 中山会

八王子消化器病院

— 患者様のための医療 —

日本医療機能評価機構認定病院

〒192-0903 東京都八王子市万町 177-3

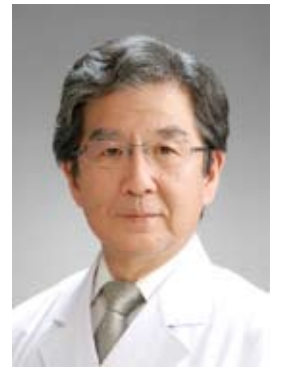
TEL : 042-626-5111

www.hachiojishokaki.com

制作 (株) 教育広報社

おおるり

HACHIOJI DIGESTIVE DISEASE HOSPITAL NEWS



年頭のご挨拶

八王子消化器病院 理事長

原田 信比古

2022年、明けましておめでとございます。

新型コロナウイルスが世界を席卷して2年が経ちました。さすがに最近では、ダイヤモンド・プリンセス号の頃に感じた未知のウイルスに対する恐怖感はなくなりましたが、日々刻々と変化する患者数や統計情報を見てみると、未だ終息には程遠く道半ばといったところでしょうか。私を知る限りこれまで世界中で、これほど感染症がクローズアップされたことはありませんでした。歴史的には今から約100年前、世界の人口がまだ20億人足らずの時代に、5億人が感染し、5千万人の命が失われたスペイン風邪が有名ですが、近年では短期間に世界を変えるのは戦争や災害だけだと思っていました。が、いまだにウイルスという伏兵がいたことを改めて知らされました。

感染症は、社会的な側面から見ると大きく以下のような特徴があるように思います。第一は通常の疾病と異なり「人と人とを分断する」ということがあります。皆様ご経験のごとく、出勤も会合もあらゆる人との面会やコミュニケーションが制限され、遮断されてしまいます。病院においても入院している患者様の精神的な支えとなつていいる面会も制限せざるを得ず、大きな不安を抱

えながら闘病していた方も多くおられたかと思えます。単に数字のうえでの「医療逼迫」以外にも大きな影響がありました。第二の特徴は「患者数が急速に増減することです。他の疾患でも時代により、季節により多少の増減はありますが、多くは「年」もしくは「月」の単位です。対応は可能です。しかし、感染症は年明けのオミクロン株の等比級数的な増加をみても分かるように、社会や医療が対応できる限界を超えています。ベッド数や設備はあらかじめ確保しておくことが可能ですが、そこで治療にあたる医療従事者は一朝一夕には増やすことができません。第三の特徴は「遺伝子変異」です。ウイルスも生命体ですから、自分たちの種を保存するために遺伝子を変化させ、次々と拡散していきます。幸いなことに(本日までのところ)オミクロン株は陽性者数の割には重症者が少ないと報告されていますが、これもいつまで続くか分りませんし、現在のワクチンも次々と変異するウイルスに対しては万能ではありませんから、今後もしばらくは人間とウイルスの戦いが続くと思われま

いかなど、見直す機会となりました。中でもオンライン診療は以前からへき地医療や一部の医療機関では行われてきましたが、これを機に一部の慢性疾患や在宅医療においては適応が拡大していくものと思われま

た、先に述べた患者数の急激な増減に対する医療従事者の対応については、これまで病院単位で行われてきた医療を、行政や他の医療機関と連携することによって、柔軟に提供し合うシステムの構築が重要と考えられます。

昨年秋、第5波が峠を越えてPCR陽性者数が急速に減少し始めた頃から、外来を受診される患者様が急に増加しました。特に、コロナ感染によるいわゆる「受診控え」で来院されなかつた方が昨年秋には数多く来院され、検査等は一瞬にして年末まで予約が一杯となりました。中には一年前から健診で異常を指摘されながらも受診が遅れたために、病気が進行して治療に影響が出た方もおられました。近年では治療技術が進歩し、早期であれば胃癌でも大腸癌でも内視鏡で治療できるケースが多くなつてきています。今後、コロナ感染がどの様に推移していくのか分りませんが、受診を控えたために発見が遅れ、治療の機会を逸することのないよう、異常のある時は早期の受診をお勧めします。病院としても最大限の感染予防の対策を行っており、安心して受診していただけるよう体制を整えています。

コロナばかりが注目を浴びていますが、病気がコロナだけではなく、これまで通常に診療してきた多くの病気があります。本年も消化器疾患の専門病院として地域医療に貢献して参ります。

もっと知りたい！

身体 治療 のコト

がん治療を知る ◆ 第1回

抗がん薬の役割

看護主任
がん化学療法看護認定看護師
梶 和香

現在、日本人の罹患する主な傷病の患者数は「悪性新生物(がん)」1,782千人、「心疾患」1,732千人、「脳血管疾患」1,115千人となっております(厚生労働省「平成29年患者調査」)。

また、がんだけに焦点を当て、どの部位が多いかを見ると、第1位「大腸」、続いて第2位「胃」、第3位「肺」となっています(国立がん研究センターがん情報サービス「がん罹患数の順位(2018年)」)。

このように、国民病とも云える「がん」に対する治療法には、大きく3つの柱があります。①手術療法②放射線療法③化学療法(薬物療法)です。今回は、その中の化学療法の役割について解説いたします。

化学療法は、実施するタイミングで目的が異なります。手術前に実施する場合を「術前化学療法」と云い、同療法は局所の進行がんを縮小させ、手術による根治切除率・

がん罹患数の順位(最新統計:2018年)がん情報サービス

	1位	2位	3位	4位	5位
総数	大腸	胃	肺	乳房	前立腺
男性	前立腺	胃	大腸	肺	肝臓
女性	乳房	大腸	肺	胃	子宮

生存率の改善や切除範囲を少なくし、正常な組織の機能を温存させることを目的とします。また、抗がん薬の効果を評価することもできます。

一方、手術後に実施する場合を「術後補助化学療法」と云います。同療法は病巣を根治切除した場合、肉眼では確認できないがん細胞による再発や転移を抑制し、予後を改善させる目的で行われます。再発や転移を100%予防できる訳ではありませんが、実施することでリスクが減少することが判明しているがん種の患者様が対象となります。

進行がんで転移があり、手術をできない状態では化学療法のみが選択肢で、その目的は症状緩和や延命となります。化学療法によって「がん」が消えることはありませんが、生活の質が維持され、がんが暴れないよう静かにさせるための「なだめ役」となります。

次に、抗がん薬の作用・副作用についてですが、抗がん薬はタイプにより作用が異なるため、これを組み合わせることで治療することが多いです。

①細胞傷害性抗がん薬
がん細胞の分裂を傷害し、増殖を防ぎます。このタイプの抗がん薬は、

②分子標的薬
正常な細胞にも作用してしまうため、消化器症状(嘔吐、吐き気、下痢、口内炎等)、脱毛、神経症状(しびれ等)等が出現することがあります。

③免疫チェックポイント阻害薬
ノーベル医学・生理学賞を受賞した本庶佑先生等の研究による「オプジーボ」で話題となった薬剤です。ウイルスや細胞等の異物に対する身体の防御反応である免疫は、がん細胞も攻撃しますが、がん細胞は免疫細胞の攻撃にブレーキをかけて逃れてしまっています。免疫チェックポイント阻害薬には、このブレーキをかける信号を止めることで、再び免疫細胞の攻撃を発揮させる働きがあります。従来の抗がん薬とはメカニズムが全く異なり自分の免疫細胞が、がん細胞を攻撃するというタイプの治療薬です。そのため、副作用症状も今までは異なり糖尿病、甲状腺機能異常等が現れることがあります。

「抗がん薬」副作用が辛い「受けたくない」と思われる方が多くいらっしゃると思います。副作用症状を全く出現させないことは難しいですが、症状に応じた薬剤を使用することで副作用症状をコントロールしながら治療を継続することが大切です。これを支持療法と云います。例えば、副作用症状として誰もが連想する嘔吐・吐き気ですが、抗がん点滴治療開始前に内服薬、同治療開始時に注射薬で吐き気止め薬を投与します。これにより嘔吐する方は減少しますし、吐き気もムカムカする程度で抑えられるケースが多いです。

このように化学療法は、嘔吐を繰り返して食事摂取できず、寝たきりになってしまうような治療法ではありません(白血病等のがんの種類によつては、吐き気を抑制できない程の強いタイプの薬剤も一部あります)。それでも吐き気が強く、食事が摂取できないような症状の場合は、吐き気止め薬の追加投与や抗がん薬の減量を検討することもあります。辛い症状を我慢して無理に治療を継続するのではなく、副作用症状を少しでも軽減させるためには、どうしたら良いかを考慮していきます。

当院には、化学療法の専門医や認定看護師をはじめ、がん薬物療法に関して豊富な経験を持つスタッフが多数おります。日常生活を自分らしく送りながら治療を継続していくためにはどうすれば良いか、副作用症状等の治療はもとより、ご自身の大切に行っていることやお気持ちを医師・看護師へお伝えください。

「私の健康」と「住まいの健康」

八王子市子安町 在住

加藤 陽介 さん

建築家／一級建築士／
株式会社 楓設計室 代表取締役



私は、「土に還る建築」をテーマに自然素材を使った住宅、店舗、オフィス、医療・福祉施設等の設計・デザインをしております。明治期創業の酒屋「金多屋」(横山町)をリノベーションし、2階で設計事務所、1階では町屋カフェ金多屋を運営し、かき氷やプリン、煎茶が人気の甘味処として地域の皆様にご愛顧いただいております。

◆私の健康

以前は自分の健康を過信し、仕事が忙しいことを理由に運動もせず、不規則・不摂生な生活を続けておりました。その結果、30代で痛風を発症してしまいました。継続して通院したくなるような病院も無いまま徐々に体重・血圧・コレステロール値も上昇し、「生活習慣病街道」をまっしぐらでした。そのような私に紹介されたの

が八王子消化器病院でした。普段の外来診察時もそうですが、大腸ポリープで入院した際も、

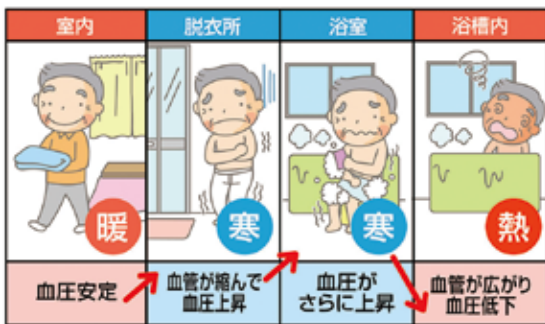
ドクター・看護師をはじめとする医療スタッフの皆様の大変丁寧な対応に驚きました。何より感動したのは丁寧な診察に加え、複数の検査をする際に待ち時間が少なくなるように工夫された院内の連携システムです。大きな病院ですと事務的な対応を受けることが多かったのですが、八王子消化器病院は全く違いました。自分の住んでいる街に「信頼できる病院」があることは、本当に幸せなことだと思います。これからは、自分の健康を過信せず、無理をせず、家族のためにも身体を大事にしていきたいと思えます。

◆住まいのお話

「ヒートショックとは」
冬季には、「ヒートショック」

が引き金となり自宅で亡くなる方が急増します。ヒートショックとは、急激な温度差が原因となる血圧の激しい変化による、めまい・失神・心筋梗塞・脳梗塞等の健康被害を引き起こすショック症状のことです。例えば、暖かい寝室から寒いトイレへ移動したときや、冷えた脱衣所・浴室から暖かい浴槽に浸かる際は注意が必要です。

厚生労働省の「人口動態調査」によると、令和2年の「家および居住施設の浴槽における死亡者数」は4,724人で、「交通事故」による死亡者数2,199名の2倍以上となっております。また、地方独立行政法人東京都健康長寿医療センターが2011年に行った調査で



(イラスト：政府広報より)

は、全国で年間約17,000人の方が住居内においてヒートショックで亡くなっているとの推計がなされています。

◆住まいの健康

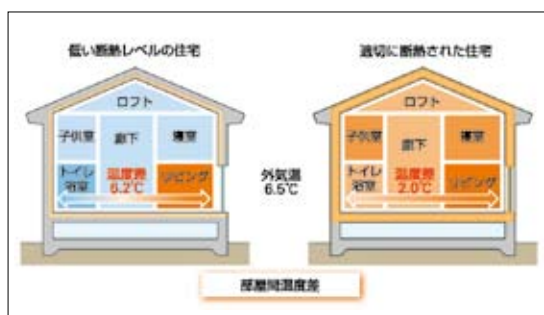
建物は、しっかりと断熱施工を行えば、部屋間温度差や室内における上下間温度差を少なくし、体感温度を高めることができます。また、リフォームでも断熱改修が可能です。以前から、断熱改修後に「体調が良くなりました」との話を耳にすることが多かったのですが、前述の東京都健康長寿医療センターの調査により、断熱改修により

①睡眠やアレルギー症状に良い影響を与える②血圧の低下や安定化に有用であるという可能性が示唆されています。このように、断熱改修は健康に良い影響を与える可能性があることが調査結果からも明らかになりました。加えて、省エネルギーにも貢献でき身体だけでなく、お財布にも環境にも優しい住まいとなります。

◆暮らしの工夫で

より豊かに健やかに
住まいの内装に無垢材や漆喰を使うことで空気の質も良くなります。漆喰には、調湿により

カビやダニ等の発生を抑制するほか、ウイルスを不活化する力があることも科学的に証明されています。皆様も八王子消化器病院に定期的に通院し体調管理に留意すると共に、住まいの中に「自然の力を取り入れる工夫+しっかりと断熱」をして、「身体」も「住まい」も健康で快適な暮らしを実践していきましょう！



(イラスト：住宅省エネルギー技術施工技術者講習テキストより)



(写真：無垢材や漆喰を豊富に使った「東金町の家」 設計：楓設計室)

ことわざ養生訓

事務長 大津 行博

古今東西のことわざは、市井の人々の生活の知恵から生み出され、世々言い伝えられてきたものですが、中でも病気や医療に関するものは数多くあります。これは、今も昔も健康に対する人々の関心が変わらないことと表れだと思えます。「薬より養生」との言葉の通り皆様が健やかな生活を送るのためのヒントを「ことわざ」から引いてみます。

「腹八分目に医者いらす」

「食後の散歩は菜屋泣かせ」

「早寝早起き病知らず」

「他人の疝気を頭痛に病む」

こうしてみると、健康の秘訣は「栄養バランスの良い食事と適度な運動、良質な睡眠そしてストレスを避けて心穏やかに過ごす」と云ったところでしょうか。この辺りは「良薬は口に苦し」と知りつつも「忠言は耳に逆らう」という方もおられるかと思えます。

「医者上手にかかり下手」

物事を首尾よく行うためには、相手を信頼しなければならぬと云う諭え。どのような名医でも患者が信頼し、指示に従わなければ病気を治せないという意から。

「医療契約は、患者様が診察を申込み、医療者が診療を開始したときに成立する双務契約と解されます。そのため、医療者には最善の治療を行うこと、患者様には指示に従うと共に正確な情報を提供する義務が生じます。その前提として両者の良好な信頼関係が必須となります。」

なお、医療者には十分な説明とそれに基づく患者様の同意(インフォームド・コンセント)に努めることが求められています。

「医者の薬も匙加減」

医者がどんなに良い薬を使おうとも、分量が正しくなければ効き目がなく、かえって害にもなりかねない云う諭え。何事も適度が大切であるという戒め。

「飲み残しの薬が有ったからとか、大丈夫だろうと期限の切れた薬を服用した経験はありませんか。処方薬は、用法・用量を守って使用することで本来の効果が発揮されます。そのため、患者様の服薬状況は医療者にとつても重要で、以前から「服薬遵守(コンプライアンス)」という言葉があります。現在では、服薬等について患者様が十分に理解し、積極的に関わっていく「アドヒアランス」という考え方があります。制度面としては、複数の病院を受診した場合でも薬の情報を一元的に管理し、重複や飲み合わせ等を継続的に確認するため「かかりつけ薬剤師」制度が2016年に開始され、かかりつけ薬局を持つことやお薬手帳を1冊に集約することが推進されています。

「病は気から」

病気は、本人の気持ち方ひとつで重くも軽くもなるということ。また、心配事等があると病気になることにも云う。

「偽薬(プラシーボ)効果」という言葉を耳にされたことがあるかと思えます。これは、有効成分が含まれていない薬(偽薬)を本物の薬として患者様が使用したときに、症状の改善や副作用がみられることを云います。その要因として、薬を服用したという安心感が身体の自然治癒力を引き出すためと考えられています。その効果は看過できず、新薬開発時の臨床試験ではプラシーボ効果が働いてしまうと、正確な結

果が導き出されないため、本物と偽薬のどちらを誰に投与したのかを患者様・医療者に一切知らせずに行うこともあります。因みに、ことわざに云う「能書きの読めぬ所に効き目あり」も、この効果の表れでしょうか。

「一に看病二に薬」

病気を治すのに最も必要なものは、心のこもった看病であり、薬は次の要件であるということ。

「クリミア戦争での負傷兵への献身的な看護で知られるフロレンス・ナイチンゲールの考え、心構えを示した「ナイチンゲール誓詞」は、現在でも看護学校等での戴帽式で朗唱されます。その中に「われは心より医師を助け、わが手に託された人々の幸のために身を捧げん」とあります。昨今の新型コロナ禍において、医療者がクローズアップされていますが、その精神が150余年の時を経て脈々と受け継がれていることに感銘を受けると共に医療者としての原点を振り返る機会ともなりました。また、医療の現場に限らず皆様も今まで当たり前であった家族や友人等の身近な方との心の触れ合いの大切さを改めて感じていると思います。

締めは、お正月らしく「笑う門には福来る」で結ばせていただきます。笑いには、脳の活性化や自律神経を整える効果がある等の言をまたずとも、笑顔には本人はもとより周囲の人々も健康にさせる力があることは、皆様も日々の生活の中で実感されておられると思います。

「幸せだから笑うのではない。」

むしろ笑うから幸せなのだ。」

— アラン(仏の哲学者)

思うこと

2年続きのコロナ禍での年が明けました。その年の干支に関心を持つ方は多いかと思いますが、本年は十二支の3番目にあたる寅(虎)年になります。

干支にまつわる故事、諺は多々ありますが、虎はその姿からか恐ろしいイメージが多いようで、曰く「虎穴に入らずんば虎子を得ず」「虎視眈々」「虎の尾を踏む」「前門の虎、後門の狼」等々。極めつきは「五黄の虎女は亭主を〇〇〇」と。あな

恐ろしや。しかし、本年の寅は壬寅(みずのえとら)という60年に一度回って来る乳虎・母虎という優しい虎とのことで安堵。このようなご時世であればこそ、思いやりある優しい一年としたいものです。

入れ替り 福が来て呑む 3が日
明けて残るは 酒の悔いのみ

一番恐ろしい大虎(大酒呑み)
理事 久野久夫

