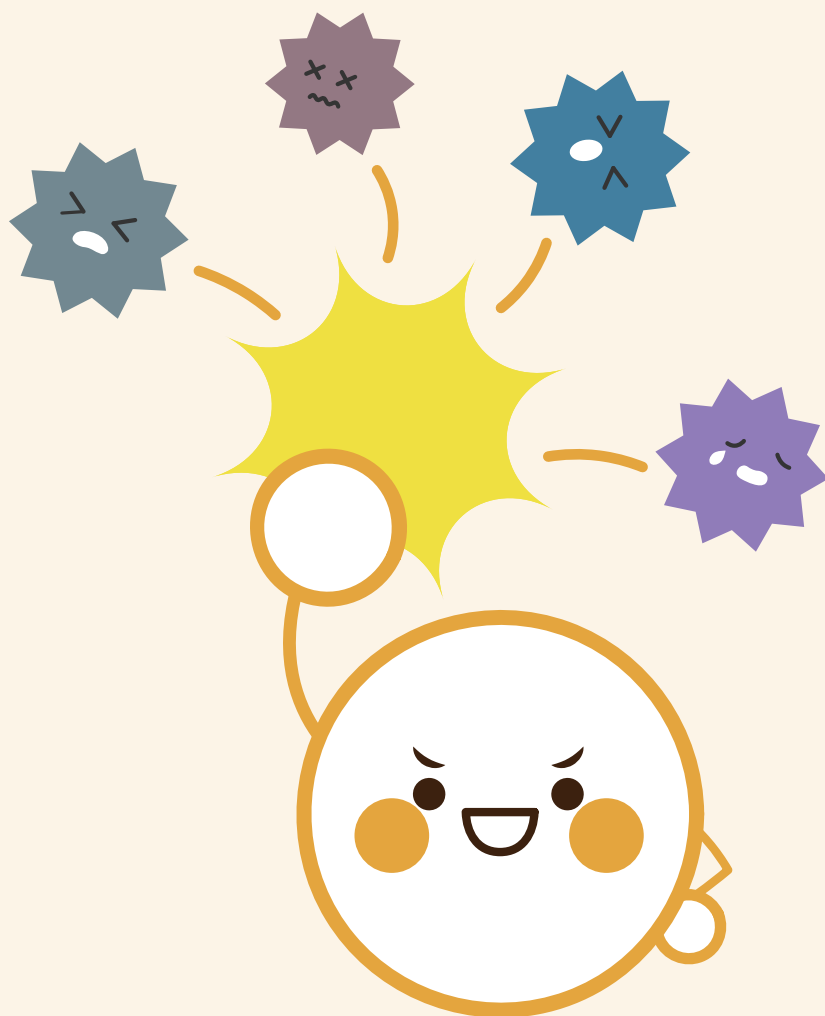


進化する 内科の がん 治療



contents | **特集** 消化器内科「がん治療」

お役立ちコラム

- 作ってみよう！「夏バテにおすすめ サッパリ！簡単レシピ」
- おうちで簡単ストレッチ「肩こり改善」

長野中央病院レポート

技術職もスキルアップ

| 心臓弁膜症外来のご案内

消化器内科のがん治療

Point
内視鏡で
粘膜の表面を
取り除く治療

ポリペクトミー あるいは ESD (内視鏡的粘膜下層剥離術)

胃がんであれ、大腸ポリープ(大腸がん)であれ、あるいは食道がんであっても、腫瘍が粘膜の浅いところまでの進行に留まっている場合は、内視鏡で粘膜の表面を取り除くだけで完治します。この方法が、ポリペクトミーあるいはESDと呼ばれるものです。この二つの違いは、切除用の輪になったワイヤーを縛り上げて、瞬間的に切除してしまうものと、少しずつ丁寧に剥離していく方法の違いになりますが、病態に適したやり方を選ぶことになります。

幸い、当院の健診などで発見される半分以上の消化管がんは、これらの治療にふさわしい早期のものです。これら内視鏡的治療は、いわゆる開腹手術が必要にならないので、体への負担がとても軽くすみます。今後も当科ではこれらの治療を安全性に十分に配慮しながら積極的に広めていきたいと考えています。



小島 英吾
医師

消化管ステント

消化管ステントは、胃がんや大腸がんにより狭くなった消化管を開通させる治療の一つです。がんで胃や腸が狭くなると吐き気の原因になったり、食事が摂れなくなったりします。食事が摂れないと手術や抗がん剤といったがん治療ができなくなってしまいます。手術を行わない場合でも、食事が摂れない状態が続くと身体が弱ってしまいます。消化管ステントはこうした状態を改善させ、食べられるようにする治療として有効です。

消化管ステントでの治療は、胃カメラや大腸カメラといった内視鏡を使い、狭い所に形状記憶合金でできた管(ステント)を留置することで行います。内視鏡で行うため負担や合併症を少なく治療できます。大腸がんなどで腸閉塞となってしまった場合には、緊急でステント治療を行うこともあります。完全に詰まってしまう前に閉塞予防として行うこともあります。

Point
消化管を
開通させ
食事ができるように
する治療



桑原 蓮
医師

Point
内視鏡で
胆管や膵管などの
治療や検査が
できます



遠藤 湧斗
医師

ERCP (内視鏡的逆行性胆管膵管造影)

ERCPは、内視鏡を使用して胆管や膵管などの詳細な観察を行い、検査や治療を行う手段です。

内視鏡を食道、胃、十二指腸に進め、そこから膵臓や胆道へアクセスし、X線を使用して管の中を直接観察します。膵臓や胆道にがんが疑われる場合は、内視鏡で患部の一部を採取して、細胞の検査を行うこともできます。

また、がんにより胆道が圧迫されて黄疸や肝障害をきたしている場合は、ステントを挿入することで圧迫を緩和し、患者さんのデータや全身状態を改善させます。

検査や処置は比較的短時間で完了し、状態が良ければ翌日から食事が可能です。

薬剤師さんに聞きました!

進化 する薬物療法



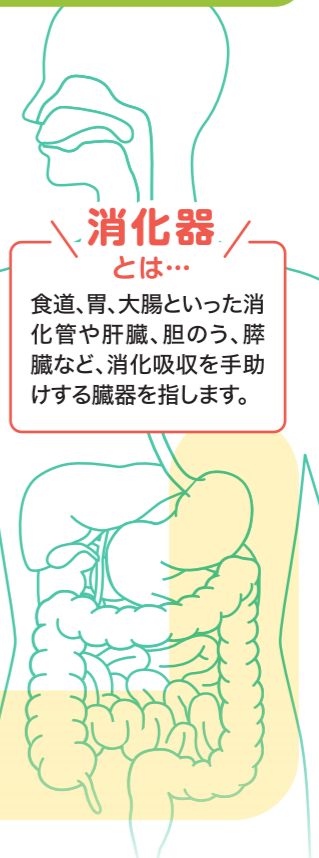
薬物療法とは飲み薬や注射などで投与された抗がん剤が、血液を介して効果を発揮する全身治療のことを言います。

抗がん剤治療の目的は、がんを治癒させること、がんの増殖を抑え、延命効果を得ること、がんが原因と考えられる症状を和らげること、生活の質の改善など様々です。

がんの薬物療法は日々進歩しており、細胞が分裂して増える過程に作用する昔ながらの殺細胞性抗がん剤の他、ここ数年は、がん細胞の中の増殖や転移に関係している遺伝子を狙い撃ちする分子標的薬といわれる新しいタイプの薬も発売されています。また2014年には、まったく新しいタイプの免疫療法の一つである免疫チェックポイント阻害剤が発売されました。これらの薬物を効果的に組み合わせることで、治療効果が飛躍的に高くなったがんの種類もあります。

薬物療法の進歩によって、入院期間の短縮や副作用の軽減など、患者さんの身体的、精神的、そして経済的な負担が抑えられるような治療法が増えていきます。

薬剤師 みつい としのり
三ツ井 俊憲



消化器 とは...

食道、胃、大腸といった消化管や肝臓、胆のう、膵臓など、消化吸収を手助けする臓器を指します。

特集 消化器 内科

知識と技術も日々進化 日進月歩のがん治療

特集 消化器内科の がん治療

[インタビュー]

消化器内科医として向き合う がんの薬物療法

当院の消化器内科の薬物療法は、患者さん自身がどう生きていかの考え、その想いを実現するためのサポートを大切にしています。「患者さんが自分の家族だったらどうか」と自分にとって身近な人を思い描きながら、患者さんへの寄り添い方を考えて治療を進めています。同じがんを患っても、患者さんの年齢や持病などによって

症状はさまざまで、家庭環境やライフスタイルも違います。医療が進歩し選択肢が広がる中で、患者さん一人ひとりに合わせた治療法を選択するのは大変なことです。医師のみならず、看護師、薬剤師、社会福祉士、リハビリスタッフ、栄養士など、あらゆる分野の専門家が患者さんが「自分らしく生きる」ためのお手伝いをチーム一丸となって行っています。

研究者を招いたカンファレンスで 情報を最新にアップデート

抗がん剤治療はガイドラインが追いつかないほど次々に新しい治療薬が出てくるため「これまでと同じ薬を同じ使い方で…」というわけにはいきません。そのため、がん薬物治療の研究者を招いた抗がん剤のカンファレンスを隔週で行うなど、積極的に外部の専門家からアドバイスを受けたり、最新情報を学んでいます。さまざまな角度から患者さん一人ひとりにあつた処



外来の患者さんは「化学療法室」で治療を行う

置や治療薬を丁寧に検討し、患者さんの「体調のよい時間を延ばせる」ように努力を続けています。

緩和ケアは治療の初期段階から 導入し患者さんに寄り添う

「緩和ケア」を終末期医療とイメージする方は多いと思いますが、当院では病気の初期段階から継続して導入すべき治療のひとつだと考えており、「緩和ケア」は抗がん治療と同時に進められています。当院の緩和ケアは専門外来、緩和ケア病棟を中心に、さまざまな病状の患者さんの体調管理を行っています。今後は症状があってもできるだけ在宅で過ごしたい患者さんの希望を叶えられるように在宅診療にも力を入れていきたいと考えています。

最新の技術と知識とプロフェッショナルの協同で

患者さんが自分らしく生きるためのサポートを



お話を伺った先生
消化器内科

消化器内科部長
まつむら まきこ
松村 真生子 医師

私が大事に
していること

1 謙虚さを忘れずに
病気、医学、患者さんなど、
すべてのこと、人に対して
謙虚な気持ちを忘れずに、
丁寧な対応を心がけて
います。



2 チームで日々勉強
隔週でがん薬物療法カン
ファレンス、毎週水曜日
には勉強会などを行いなが
らスタッフ全員で集まる時
間を大切にしています。

my favorite

休日は山野草を求めて自転車で里山に出かけています。昨年 E-バイクを購入してからは遠くまで気軽に行けるようになり、美しい長野の四季をより一層満喫しています。先日も白馬や横手山までツーリングしてきました。

※E-バイク スポーツタイプの電動アシスト自転車

地域の消化器内科医院の先生方とも密接な関係を築き、日々チームで患者さん一人ひとりにとって最適な治療法を模索しています。消化器専門医になるために研修を受けにくる医師も増え、若手からベテラン医師まで切磋琢磨しながら、患者さん目線と最先端医療の両立を目指しています。

長野中央病院 の 消化器内科

てらしま けいた
寺島 慶太 医師

えんどう ゆうと
遠藤 湧斗 医師

くわばら れん
桑原 蓮 医師

こじま えいご
小島 英吾 医師

まつむら まきこ
松村真生子 医師

おうちで簡単 ストレッチ お題目 肩こり改善

頭から首、肩の筋肉をほぐして肩こりをすっきりさせ、首のこりからくる頭痛を予防しましょう。

文：理学療法士 金井 晃久

- ポイント**
- 首の後ろの筋肉を伸ばす
 - 無理せず気持ち良い程度に
 - 痛みがある場合は無理をしない

1 首の後ろ側の筋肉を伸ばす

椅子に腰掛けて背筋を伸ばします。息を吐きながらあごを引き、首だけ前に傾けます。両手を頭の後ろに添えてあごを引くように首の後ろを気持ちが良い程度に10秒伸ばします。



POINT!

あごが前に出ないように気をつけましょう

2 首の側面の筋肉を伸ばす

あごが肩先を向くように首を横に回します。次にあごを向けた側の手を添えて頭の後ろを支えます。あごを引くように首の横側を10秒伸ばします。

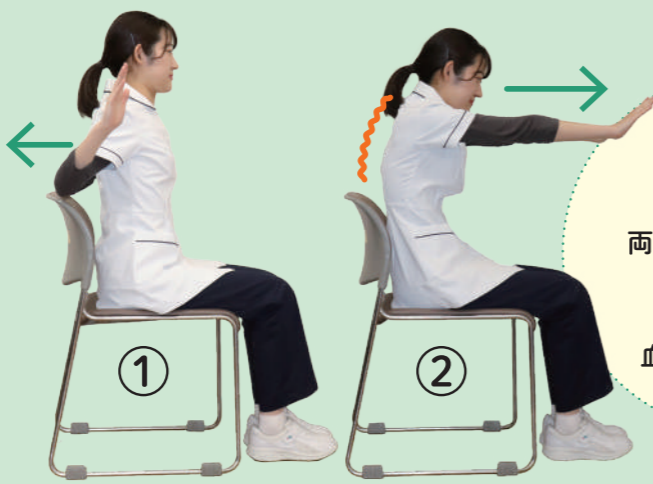


POINT!

首を回す角度を調節して気持ちいい場所を探します

3 肩甲骨の間を伸ばす

①肘を後ろに引いて胸を開きます。
②両手を前に突き出し左右の肩甲骨の間を広げるように10秒伸ばします。



POINT!

胸を開く運動と両手を前に突き出す運動を交互に繰り返すことで血行が改善します

作ってみよう! 夏パテにおすすめ サッパリ! 簡単レシピ

豚肉のビタミンB1と梅干しのクエン酸は疲労回復に効果があります。



暑い夏でも食べやすく、夏パテに効果的な栄養素を取り入れたレシピを紹介します。



ワンポイント

梅干しは甘くないものを

豚肉の梅肉ソース和え

- 【作り方】**
- ① 梅干しの種を取り、包丁で滑らかになるようにたたく。
 - ② ボウルに①の梅、ポン酢、だし汁を合わせて混ぜる。
 - ③ フライパンにサラダ油を熱し、豚肉を入れて炒める。
 - ④ 豚肉に火が通ったら火を止め、②の合わせ調味料をからめる。
 - ⑤ 器にレタスを敷き、④の豚肉を盛り、添え野菜をのせる。

材料 (2人前)

豚薄切り肉(しゃぶしゃぶ用) …… 150g
梅干し(しそ梅・大) …… 1/2個
ポン酢 …… 大さじ1/2
だし汁 …… 大さじ1 (顆粒だしを水で溶くと簡単です)

サラダ油 …… 大さじ1/2
レタス …… 適宜
添え野菜 …… 適宜 (白髪ねぎ、かいわれ大根など)

豆知識

梅干しには殺菌作用もあります

●調理時間	15分
●カロリー(1人分)	186 kcal
●塩分(1人分)	1.2g

長野中央病院の臨床検査科には現在32人の臨床検査技師が在籍している。幅広い年代のスタッフがそろった当科では各世代が持てる力を発揮し、協力し合いながら24時間365日体制で検査を行っている。

スタッフは日々の検査業務の質を高めると同時に、専門技術の習得と研鑽に努め、約7割が何らかの認定資格を保有している。一例を挙げると、糖尿病患者さんへの生活指導には「糖尿病療養指導士」という認定資格をもった臨床検査技師が関わって

長野中央病院 レポート

Dr.Bが臨床検査技師さんに取材しました

技術職もスキルアップ



現在スタッフが保有している認定資格は22種におよぶ

いる。彼らは、糖尿病に関する高度な知識と検査技術を生かし、その治療においてもっとも重要な「自己管理」を患者さんが上手に続けることができるようにサポートしていくスタッフだ。また、療養指導以外に糖尿病予防に関する啓発活動や学習会での講師を務めるなど、幅広く活躍している。

このように臨床検査技師は、その専門性を生かし、患者さんを支えるチームの一員として今後も重要な役割を担い続ける。

心臓弁膜症外来 **予約制**

心臓弁膜症の患者さんが適切な治療を受けられるように
心臓弁膜症外来を開設しています。

診療日時：毎週水曜日 13:30～

担当医

心臓血管外科 磯村彰吾医師

受診方法

受診を希望される患者さんは当院の主治医
または、かかりつけの医療機関にご相談ください。



心臓弁膜症とは

心臓には4つの弁があり、弁の開閉によって血液が常に一方方向に流れるように維持し、逆流を防止しています。

この弁が狭くなり流れが悪くなったり、閉じずに血液が逆流するなど、弁が正常に機能しないことで心臓のポンプ機能にさまざまな支障をきたす状態をいいます。

弁膜症の典型的な症状

心臓弁膜症は高齢の方に多くみられる病気です。息切れや動悸、疲れやすいといった症状は、年齢のせいではなく、心臓弁膜症のサインかもしれません。



息切れ



胸の痛み



ドキドキする
(動悸)



気を失う

提供：エドワーズライフサイエンス様

地域の診療所・医院・クリニックへの紹介を進めています

厚生労働省は医療機関の機能分化を進めるため、病状が安定した患者さんには、地域の診療所等の医療機関に逆紹介することを推奨しています。

当院でも急性期病院として、他院からの紹介患者さんや手術治療の必要な重症患者さんをより多く受け入れる役割を担っているため、逆紹介を推進しています。病状の安定した患

者さんには地域のかかりつけ医への逆紹介をご提案させていただくことがありますのでご理解ご協力をお願いいたします。逆紹介後も病状が悪化した際は当院で対応させていただきますのでご安心ください。

かかりつけ医のいない患者さんや、ご自宅近くの医療機関の案内を希望される患者さんは地域連携室へご相談ください。



長野医療生活協同組合

長野中央病院

Nagano Chuo Hospital

〒380-0814 長野市西鶴賀町1570
TEL: 026-234-3211 FAX: 026-234-1493
<https://www.nagano-chuo-hospital.jp/>



紙面内の一部写真は、感染対策を行ったうえで表情が伝わりやすいように一時的にマスクを外しています。