



いぶき 第10号  
 発行者 原田 英雄  
 編集 患者サービス向上委員会  
 香川県丸亀市城東町3丁目3番1号  
 TEL (0877)23-3111  
 FAX (0877)24-1147  
 季刊誌 年4回発行  
<http://www.kagawah.rofuku.go.jp>

# タバコと肺がん

肺がんにならないために、  
なつた時に(その1)

呼吸器外科部長 津村 眞

11月17日は国際肺癌学会にて肺がん撲滅デーと定められ、毎年世界的に禁煙を呼びかけると同時に肺がんの予防、早期発見、早期治療について啓発しています。

肺がんは世界においてがんによる死因の第1位となっており、さらに男女にかかわらず肺がんになる割合が増加し、警鐘を鳴らすべき状況です。発がんの9割は喫煙および受動喫煙によるものであり、そのため予防可能なものです。タバコと肺がんの関係についてお話しします。

1 タバコについて  
タバコは病気の直接の原因になったり、悪化させる増悪因子になったり、あるいは発症の引き金になったりします。タバコの影響で死亡する日本人の数は年間10万人以上になると見ら

2 喫煙の害  
がんの原因の30%を占める肺がん、喉頭がん、咽頭がん、食道がん、膀胱がん、など

3 タバコの中の有害物質  
粒子相にはニコチン、タール。ガス相には一酸化炭素、酸化窒素、揮発性ニトロサミン、アンモニア、アルデヒドなどの有害物質が含まれている。その中でニコチンは中枢神経系の興奮と抑制を起し、心臓血管系への急性悪影響をもたらす。また、体内に吸収されたニコチンは代謝され、コチニンを生じるほか、最強の発がん物質を生成する。タールには種々の発がん物質、発がん促進物質、その他の有害物質が含まれています。

4 主流煙と副流煙  
「主流煙」とは喫煙時にタバコ自体やフィルターを通過して口腔内に達する煙のことであり、これが吐き出された「呼出煙」、および点火部から立ち上る「副流煙」に分けられます。各種有害物質の発生は主流煙よりも副流煙の方が多く、主流煙は酸性であるが、副流煙はアルカリ性で、目や鼻の粘膜を刺激します。なお、低タールタバコに用いられている有孔フィルターでは主流煙中の有害物質は

5 胃潰瘍や十二指腸潰瘍などの消化器疾患

6 タバコ相にはニコチン、タール。ガス相には一酸化炭素、酸化窒素、揮発性ニトロサミン、アンモニア、アルデヒドなどの有害物質が含まれている。その中でニコチンは中枢神経系の興奮と抑制を起し、心臓血管系への急性悪影響をもたらす。また、体内に吸収されたニコチンは代謝され、コチニンを生じるほか、最強の発がん物質を生成する。タールには種々の発がん物質、発がん促進物質、その他の有害物質が含まれています。

7 タバコ相にはニコチン、タール。ガス相には一酸化炭素、酸化窒素、揮発性ニトロサミン、アンモニア、アルデヒドなどの有害物質が含まれている。その中でニコチンは中枢神経系の興奮と抑制を起し、心臓血管系への急性悪影響をもたらす。また、体内に吸収されたニコチンは代謝され、コチニンを生じるほか、最強の発がん物質を生成する。タールには種々の発がん物質、発がん促進物質、その他の有害物質が含まれています。

8 タバコ相にはニコチン、タール。ガス相には一酸化炭素、酸化窒素、揮発性ニトロサミン、アンモニア、アルデヒドなどの有害物質が含まれている。その中でニコチンは中枢神経系の興奮と抑制を起し、心臓血管系への急性悪影響をもたらす。また、体内に吸収されたニコチンは代謝され、コチニンを生じるほか、最強の発がん物質を生成する。タールには種々の発がん物質、発がん促進物質、その他の有害物質が含まれています。

9 タバコ相にはニコチン、タール。ガス相には一酸化炭素、酸化窒素、揮発性ニトロサミン、アンモニア、アルデヒドなどの有害物質が含まれている。その中でニコチンは中枢神経系の興奮と抑制を起し、心臓血管系への急性悪影響をもたらす。また、体内に吸収されたニコチンは代謝され、コチニンを生じるほか、最強の発がん物質を生成する。タールには種々の発がん物質、発がん促進物質、その他の有害物質が含まれています。

10 タバコ相にはニコチン、タール。ガス相には一酸化炭素、酸化窒素、揮発性ニトロサミン、アンモニア、アルデヒドなどの有害物質が含まれている。その中でニコチンは中枢神経系の興奮と抑制を起し、心臓血管系への急性悪影響をもたらす。また、体内に吸収されたニコチンは代謝され、コチニンを生じるほか、最強の発がん物質を生成する。タールには種々の発がん物質、発がん促進物質、その他の有害物質が含まれています。

## 香川労災病院の基本理念

- ・医療水準の向上と安全確保
- ・人びとの健康としあわせのために病む人の側に立つ医療を
- ・公平でたしまれるサービス



古く、江戸時代の初期から、金比羅参詣の舟着場として栄えた丸亀港新堀(現 西平山町)湛甫入口の燈籠で、正式には金比羅講青銅燈籠と呼ばれる。建設年代は異なるが、三基あった燈籠も、二基は太平洋戦争中献納され、今は、天保9年(1838)製作の一基しかない。

希釈され、減少するが、副流煙中ではかえって増加します。

5 受動喫煙

喫煙者が直接吸い込む煙よりも、タバコの先端から立ち上がる、いわゆる副流煙の方がニコチン、タールなどの有害物質が数倍から数十倍含まれます。

受動喫煙の慢性影響として肺がんの発生が高くなります(平山の研究)。喫煙男性の妻の肺がんの死亡率は非喫煙男性の妻より明らかに高く、夫の喫煙量とともに高くなります。夫の喫煙による非喫煙配偶者の肺がんの相対危険度は1・3〜1・5と言われています。

6 タバコとがん  
喫煙は単独でがんの原因の30%を占めます。呼吸器系、消化

ボランティア活動しています



来院された患者様に、私達ボランティアも戸惑いながら、お手伝い出来る事があればと再来受付機の側でおります。  
初診の時、患者様が自分の名前を呼ばれたのかどうか不安がられている場面をはじめ

来院された患者様に、私達ボランティアも戸惑いながら、お手伝い出来る事があればと再来受付機の側でおります。  
香川労災病院ボランティアと書かれた紺色のエプロン姿を見かけられましたら、お気軽に声をかけて下さい。

器系、泌尿器系、子宮頸部のがんなど喫煙によって全身に多くのがんにかかる危険性が高まります。喫煙者の肺がんによる死亡割合は非喫煙者に比べて約4・5倍高いといわれています。



以上より、喫煙がどれほど体に悪いか、また肺がんの原因として最強の大敵であるかご自分になった事とおもいます。

タバコは自分でやめようと思えばやめることができるのですが、そのおいしさと魅力に負けてやめることができない人が世の中にはたくさんいます。肺がんの危険は一日に吸うタバコの本数が多いほど、また、吸った年数が長いほど増してきます。

若い頃から吸っていた人ほど肺がんの危険が高まることもわかっています。お父さんがヘビ

スモーカーだったりと知らず知らずのうちに子供も奥さんもその影響を受け肺がんになりやすいことがいろいろのデータで示されています。子をもつ親として、タバコの害は自分だけ

眼科紹介

眼科部長 小見山知之

ではすまないのだと心得、今日から禁煙に取り組んでいただきたいと思えます。なお、香川労災病院もまもなく全館禁煙となりますのでご協力よろしくお願いたします。(次号に続く)

眼科では、メガネ、コンタクトレンズ処方、白内障、緑内障、糖尿病網膜症、外眼部疾患を中心に、目に関する全般にわたり、主に午前中に、診察しています。午後は、火曜日に糖尿病外来として、糖尿病の方を中心に診察しています。金曜日はVDT検診(コンピュータなどのビデオ端末による眼精疲労などの検査)など勤労者に対する診察も

積極的に行っています。そのほか午後は、光凝固治療、健診、斜視、弱視の検査・訓練や視野、蛍光眼底撮影などの各種予約検査を行っています。蛍光眼底撮影は、前は結果に数日かかっていましたが、今はすぐ画像表示でき、迅速な説明、治療ができるようになっていきます。

手術は月曜日と木曜日の午後に予約で、白内障、緑内障、外眼部疾患を中心に行っています。白内障手術は年間約170例を行っています。また中讃地区の基幹病院として急患の治療や手術にも対応しています。

眼科では、予約を取り入れ、待ち時間短縮に努めています。眼鏡処方、視野検査、散瞳検査など時間がかかるものは、待ち時間が長くなりますが、ご了承ください。また詳しく眼



底検査をする時には、散瞳という目薬で瞳を大きくする処置をします。散瞳すると数時間はまぶしく運転等は危険になります。散瞳検査の日、車の運転を避けてお越しください。  
緑内障や糖尿病網膜症は、早期に診断治療することが大切です。早期発見のため老眼のはじまる中高年の方は、老眼のチェックをかねて一度は眼底、眼圧、視野など目の検査をうけられることをお勧めします。目に関して不安なことがありましたら、外来スタッフ(部長小見山、非常勤医師國土、視能訓練士原田、看護師中西)にお気軽にご相談ください。

その後、四日程漢口の町を見て居ると、とても中支の第一線とは思えなかった。町そのものが広いし、どこに行っても友軍の連中に会えるし、どこを見ても様々な店がある。それに舶来品が沢山ある。港岸に行くと船が沢山接岸している。とても戦地とは思えない。河幅も広く対岸はきれいな崖で、その上に武漢大学があつて一寸した絶景になっている。

四日目の夕方、私の隊のトラックが来た。運転手に聞くと大部いたんでいる。その修理に四日位いただきたいとの事であつた。まあ急ぐ仕事もないので副官にたのみOKをもらった。私も出て車を見ると大部ひどいフォードで、大体タイヤが大部いたんでいる。聞くとタイヤとスプリングを四本程自動車敵でもらつて行きたいとの事だつた。四日目の夕方に色々な不足部品や衛生材料をもらつて五日目になつて、やつと出かける事になり自動車敵に行きタイヤを請求すると主任の中尉殿が「オイ稲臣？」と私を呼びとめた。成程その中尉殿は私の高校時代の同級生の兄貴でよく知つた人だつた。やあ、と挨拶をして「これから何処に行くんだ？この道はひどいから注意して行けよ。又漢口に来る事があれば寄つてくれ」と云つてくれた。それから「又寄ります」と云つて分かれた。

それから一時間位走つた所で、私達の前方道路に飛行機がいた。一寸待てよと云つて望遠鏡を出して見ると敵か味方かわからない飛行機が我々の

路上に一機あぐらをかいている。もう少し進むと、それが中型爆撃機のように見えたが、友軍機か敵機か判らない。友軍機なら日の丸があるはずだが、五百米程近づくと日の丸が見え、正しくそれは友軍機であつた。そしてパイロットが手を振つてくる。それは空軍中尉で顔に濡れた手拭いをあてて大やけどをしている。その中尉は「大変申し訳ないが基地迄つれて行つてくれませんか」との事だ。友軍機であれば仕方ない。「今、火は出ていないが機中に下士官が負傷しているし、爆弾と機銃弾が一杯散らかつているから機にはさわらないで頂きたい。それと誰かを一人見張りにつけてくれませんか」との事だ。



それではと、私の隊の上等兵を一人見張りにおいて二人を乗せて大急ぎで空港に走つた。空港に着くと部隊の兵が沢山出て来て二人を医務室に運んでくれた。私達の方は私達の

隊に連絡をとつてもらうよう早急に引き返すべく準備をしていると、係の曹長が出て来て長々と礼を云う。それはよかつたがこれで往復二時間の損をしたが仕方ない。我々は今日中に陶酔鎮の司令部に行くんだと云うと、この曹長殿は気のきく人で、それではと云つて「ドラム缶一本持つて来い」と命令して、我々も現場に行きたいと云つて我々を見送りがてら現場まで送つてくれた。我々は空軍の行為に礼をのべ我々の戦地へと向かつたがガソリン一本は誠に有難いものであつた。

### お父さんのためのダイエット講座

主任栄養士 奥村 誠子

この頃太つてきて健康診断の数値がちよつと気になりはじめたお父さん。肥満は高血圧や高脂血症、動脈硬化、心筋梗塞、糖尿病などの引き金となるのでほうつておいてはいけません。が、お父さんの多くはどうも消極的なようです。

一般にダイエットの問題というのと、「何を」食べるかという栄養学的なことばかりに目が向きがちですが、実はそれだけでは不十分。「何を」にまさるとも劣らない大きな問題、それが「どう」食べるかということなのです。量や味付けのことは多少気にかけても、自分がどう食べているかについては、あまり考えたことがないのではないのでしょうか。

も残すことができない。「食事に関して質より量が優先」「食事時間が不規則」「夕食が遅い」「食べ物の好みが偏っている」などなど。心あたりはありますか？

食行動は十人十色さまざまですが、あなたを太らせてしまう食習慣を修正していくためにはどうしたらよいか考えてみましょう。

たとえば、「宴会やつき合いを控えて、できるだけ家庭で食事をする」「お菓子や清涼飲料水は買い置きしない」「食事はゆっくりとよく噛んで食べる」など、あまり難しく考えないで身近なところから少しずつ変えてみませんか？

またこの機会に、「食後すぐに寝ころばない」「エレベーターを使わず階段を使う」や「早歩きを心がける」などのダイエットのための生活習慣についても考えてみてはいかがでしょう。

ものが入っている状態で、次のものに手をのばす」「腹一杯で

### 外来診療予定表

診療科	時間・診察室	月	火	水	木	金	
内科	午前	一診	多田	中村	多田	佐藤	中村
		二診	松村	木口	松村	木口	廣田
		三診	塩見	水尾	吉永	塩見	吉永
		四診	永村	野口	岡本	野口	岡本
		五診		糖尿 石田			
	午後			糖尿 石田	呼吸器 中村 (再来のみ)		
循環器科	午前	一診	曾根	渡邊	幡	水尾	曾根
		二診	幡			渡邊	
	午後			ペースメーカー			振動
外科	午前	一診	鶴野	津村	香川	鶴野	津村
		二診	國土	立本	山崎	村岡	大原
	午後			呼吸器 津村	肝胆膵 香川	※乳腺 鶴野・村岡	
整形外科	午前	一診	永井	大茂	横山	永井	横山
		二診	高田	高田	米田	大茂	米田
		三診	井上		弓手		
	午後		リウマチ外来		リウマチ外来		小児外来
リハビリテーション科	午前	弓手	田村	高田	弓手	高田	
形成外科	午前	田中	田中	田中	田中(午後)	田中	
脳神経外科	午前	一診	藤本	吉野	寺井	藤本	吉野
		二診	寺井	柚木		中川	
	午後		中川(Xナイフ)			柚木	
神経内科 メンタルヘルス科	午前	一診	中島		中島	中島	中島
		二診	小山	小山	小山		小山
泌尿器科	午前	一診	西	西	水野	西	西
		二診	水野	倉繁	小武家	倉繁	水野
産婦人科	午前	一診	川田	友國	川田	木下	友國
		癌検診	木下	木下	友國	川田	木下
	午後	産科予約検診	友國		木下		川田
		産後検診				交代制	
眼科	午前	一診	小見山	小見山	小見山	小見山	小見山
		二診			國土		
耳鼻咽喉科	午前	一診	森下	森下	森下	滝下	森下
		二診	滝下	滝下	滝下		滝下
	午後				小児外来		
歯科口腔外科	午前	一診	森谷	森谷	森谷	森谷	森谷
		二診				☒長島・三谷	
麻酔科(ペインクリニック)	午前	北浦	戸田	北浦	佐牟田	北浦	
ストマ外来	午前		佐藤看護師		佐藤看護師		

※乳腺外来 鶴野(第1・3・5木曜日)・村岡(第2・4木曜日)  
 ☒歯科口腔外来 長島(第1・3・4・5木曜日)・三谷(第2木曜日)

### 健診部

日帰りドック……………1日20名 火、金曜日  
 一般健診……………1日20名 月、水、木曜日  
 脳ドック……………1日1名 月、火、木曜日  
 雇入時の健康診断 ) ……1日30名 (隔週)水曜日  
 定期健康診断

海外派遣労働者の健康診断……………随時  
 特殊健康診断……………随時  
 振動障害健康診断……………1～3名 金曜日  
 健診車による出張健診……………月～金曜日  
 丸亀市住民検診……………月～金曜日

※全ての健診は予約が必要です。 ※健診の曜日は変更になることがあります。

- 当院は、政府管掌健康保険生活習慣病予防健診事業の指定病院となっており、該当する方は補助を受ける事が出来ます。
- 健診の結果、二次検査が必要となった場合、内科系・乳腺外来のみ当院で予約を行っております。

### 耳鼻咽喉科紹介

耳鼻咽喉科 森下 常磐  
滝下 照章

耳鼻咽喉科は、耳・鼻・口・のど・頸部を扱う診療科です。

これらは、それぞれが解剖学的につながっており、機能的にも、大きく・バランスをとる・しゃべる・たべる・におう・あじわうなどの機能を果たしており、人間が生きて行くために必要な役割を果たしています。

耳鼻咽喉科が扱う具体的な疾患としては、難聴、耳鳴、めまい、顔面神経麻痺、反回神経麻痺といったような神経疾患から、中耳炎、鼻・副鼻腔炎、扁桃炎、咽喉頭炎などの炎症性疾患、睡眠時無呼吸症候群（いびき）などの機能的疾患、またアレルギー性疾患（鼻アレルギー

1、花粉症）、さらには口腔（舌・歯肉）、咽頭、喉頭、頸部（唾液腺、甲状腺など）、鼻副鼻腔などの腫瘍性疾患など、幅広い疾患を扱います。

特に腫瘍については、声帯ポリープ、嚢胞性疾患などの良性腫瘍、唾液腺腫瘍、さらには上顎がん、舌がん、咽頭がん、喉頭がん、甲状腺がんなどの悪性腫瘍についても積極的な治療を行っています。悪性腫瘍の場合、治療としては進展度に応じて、放射線療法、化学療法、手術療法のいずれか、または組み合わせた治療法を選択しています。腫瘍が拡大していれば、広範囲切除と遊離組織を用いた再建手術

を行います。再建ができる事により、以前では治療不能であった症例でも治療対象となり、治癒をめざせるようになりました。以上のような治療を、患者様への十分な説明のもと、生活の質を重視した治療を行っております。



### 私たちの職場

看護師 高橋真理子

ICU病棟は特殊診療施設の一つで、院内外を問わず、また内科系外科系を問わず、呼吸・循環・代謝その他の重篤な急性機能不全の患者様を収容するゼネラルICUの形態をとっています。ICUは院内の3階中枢部分に位置し、病床数6床で現代の医療の中で最も進んだ最高の治療と看護を集中させることにより患者様を救命することを目的としています。

基本として、より細かく個別性のある看護を提供できるように心がけています。また、緊急入室の際にも患者様とご家族の身体的・精神的面を考慮しながら面会時にはコミュニケーションを図り、看護ケアを行っています。

急性期を過ぎると患者様は一般病棟に転棟されますが、患者様が笑みを浮かべ元気な姿で退室される光景はとても嬉しく思います。



常に緊張した環境の中ですがICUスタッフ全員は明るくパワフルな看護師ばかりで、ダンディ&キュート?な麻酔科医とのチームワークもばっちりです。

上記が耳鼻咽喉科の主な診療内容ですが、気になる症状、障害がある場合にはすすんで受診するようにして下さい。特に大量の喫煙やアルコール摂取量の多い人、虫歯や義歯などは腫瘍の発生率を高めます。症状としては、舌がしみる、のどがいたい、食事が通りにくい、声がかすめるなどですが、これらの症状を認める場合にはできるだけ早めに来院して下さい。

ICUでは、これからも最新の医療をいち早く取り入れ、よりよい治療と看護を提供できるように目指していきたいと考えております。

看護体制は受け持ち看護制です。

看護体制は受け持ち看護制です。



### ● 労災病院周辺で見られる鳥 ●

#### ツリスガラ

主任薬剤師・吉村正則

以前は九州の一部でしかみられなかった稀な鳥だったが、近年分布を広げ、西日本では冬季、葦原で普通に見られるようになった。メジロより小さいが、ベニスズメそっくりの声で「チー、チー」と鳴くので、存在はすぐに解る。

### 薬の分布

薬剤部 濱田 和清

薬物が吸収されて血液中に入ると、全身に運ばれ血液から臓器組織内へ移行します。これを一般に分布と呼んでいます。血液中の薬物は、その物理的、化学的性質に応じて血漿蛋白(アルブミン)と結合します。薬物は血漿蛋白と結合した状態では、薬理作用を発揮することが出来ません。薬理作用を発揮するには、血漿蛋白から遊離した状態にある必要があります。血漿蛋白と結合する割合の大きい薬物や、結合力の強い薬物は、徐々に血漿蛋白から遊離して効果を発揮するため、薬効が持続します。

生体の血漿蛋白の量が減少している場合には、遊離の状態にある薬物が増加し、薬理作用が強くなりあられることがあります。また血漿蛋白との結合率に差のある薬物を併用した場合、より結合能の強い薬物が先に結合してしまふために、結合能の弱い薬物は結合できないまま遊離型として血中に存在することになります。そのため薬理作用を発揮する遊離型の薬物血中濃度が、

単独投与時より高くなります。また乳幼児では血漿蛋白量が少ないことや、体液成分も成人と異なるため、薬物の分布の状態も違ってきます。新生児では毛細血管膜の抵抗が弱いので薬物が透

### 丸亀に赴任して

医事課長 小橋 修三

私は今年の4月に丸亀に赴任してまいりました。以前より、見学・スポーツ大会等にて何度も伺っているのですが丸亀城に登ったことはありませんでした。暑い日でしたが頑張つて登ってみると市街が一望でき、飯野山も間近に見えて

過されやすくなっています。薬物の臓器や組織への移行は、個々の薬物により異なり、血漿蛋白量や体液のpHなど個人差にも影響されます。薬物は個人差(オンリーワン)や個々の薬物の特徴を考慮して処方されています。用法・用量を正しく守って服用しましょう。とても気持ちの良い思いができました。また、後日に家族が訪ねてきて丸亀城を散策し、堀の白鳥にエサを与えたところ、水の下から鯉や亀が浮き上り、その数の多さに大変驚きました。地元の方々にはご存じのことでしょうが、とくに亀の多さには驚きました。さすが丸亀と感心しました！。今後も時間をみつけ、お城に登り堀のまわりを歩きたいと思っています。

### 編集だより

患者サービス向上委員会 秦 佳子

美しかった紅葉も終り、今年も後、残すところ一ヶ月足らずとなりました。「いぶき」も今回で10号の発行となりました。掲載内容は、如何でしょうか？編集部では皆様のご意見、ご要望を頂く毎に、今後更に続号の内容を充実させ、頑張りたいたいと思っております。引き続きご愛読をお願い致しますと共に、ご意見がございましたら、いつでもお知らせ下さい。

## お知らせ

#### ◆糖尿病教室◆

- 12月5日(金) 15時～16時 糖尿病について (総論) 岡本 Dr 栄養相談室
- 12月12日(金) 15時～16時 糖尿病について (総論) 岡本 Dr 栄養相談室
- 12月19日(金) 14時～15時 運動療法 理学療法士 第2会議室
- 1月9日(金) 15時～16時 糖尿病について 岡本 Dr 栄養相談室
- 1月16日(金) 15時～16時 糖尿病について 岡本 Dr 栄養相談室
- 1月23日(金) 15時～16時 血糖降下剤について 岡本 Dr 栄養相談室
- フットケア 看護師 栄養相談室
- 1月30日(金) 14時～15時 運動療法 理学療法士 第2会議室
- 2月6日(金) 15時～16時 インスリン注射について 岡本 Dr 栄養相談室
- 2月13日(金) 15時～16時

#### ●内服薬について

岡本 Dr 栄養相談室  
2月20日(金) 14時～15時  
●運動療法

理学療法士 第2会議室  
2月27日(金) 15時～16時

●三大合併症について  
岡本 Dr 栄養相談室  
●フットケア  
看護師 栄養相談室

#### ◆息切れ教室◆

- 12月26日(金)
- 息切れとの付き合い方
- 1月23日(金)
- 呼吸のしくみについて
- 2月27日(金)
- 息切れの原因と対策

#### クリスマスロビーコンサート

12月4日(木) 15時～16時  
(ピアノとギターと唄のアンサンブル)

#### ◆年末年始の休日

12月27日(土)～1月4日(日)