



いぶき

いぶき 第57号
 発行者 多田 慎也
 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>

胃癌について

第四外科部長 中山 洋



胃癌は日本では多い癌ですが、最近では減少しているといわれています。しかし、胃癌による死亡数をみると、確実に増加しています。団塊の世代の方々が高齢者となるこれからが、むしろ正念場と考えています。

胃癌は最も初期には、胃の壁の一番内側にある、粘膜に発生します。そして徐々に胃の壁に深く入り込んでいきます。我々が胃癌を発見したとき、まずその癌の深さを診断します。深いほど、リンパ節や、肝臓などの内臓への転移の頻度が増えるからです。胃癌は進行してしまうと治ることが困難です。まずはどのような病気をかを知ることが非常に重要です。

胃癌の最も大きな原因は

ピロリ菌です。ピロリ菌は幼少期に感染し、数十年の年月をかけて萎縮性胃炎という慢性胃炎を起こします。この慢性胃炎により胃癌が発生します。逆に、ピロリ菌感染のない胃では、胃癌の発生率は非常に低いこと、また、ピロリ菌感染があっても、早い時期に除菌すれば胃癌の発生率が低くなるということがわかっています。このため、集団検診では、ピロリ菌感染の有無と慢性胃炎の進行度をみて、胃癌になりやすいかどうかをみるABC検診という方法が注目されています。ABC検診はまだ問題点もありますが、従来のようにバリウムで胃癌を発見するのではなく、胃癌になりやすいかどうかをみる方法であり、一歩進んだ考え方といえます。

ひとつ注意することがあります。除菌



釣りする元気な女性も近年急増(丸亀市さぬき広島にて)

すれば胃癌にならないと思われがちですが、決してそうではありません。除菌しても、その時点で慢性胃炎があれば、やはり胃癌になる危険性があります。1年に1回のバリウムなどの検診はぜひ受けましょう。次に胃癌診断と、早期胃癌治療の進歩についてです。胃カメラは近年ハイビジョンとなり、以前より、より早期の胃癌が発見されるようになりました。さらに拡大内視鏡や、特殊光といった技術も発明され、より細かく粘膜を観察できるようになり、癌の範囲もよくわか

かるようになりました。また、ESD法という、胃カメラにより胃癌を切除する新たな方法も出現し、早期胃癌をより正確に切除できるようになりました。早期胃癌ではお腹を切らなくてよいことが増えました。進行した胃癌であれば、リンパ節に転移している可能性があり、やはり手術が必要になります。リンパ節は胃に血液を送る血管の周囲にあり、血管を切ることでリンパ節を胃と一緒に切除し、胃癌と周囲のリンパ節を取り除きます。近年では腹腔鏡手術が発展しています。お腹に小さい孔をあけ、カメラでみながらマジックハンドのような機械で手術します。これにより、小さい傷でも広い範囲の手

香川労災病院の理念

働く人々や地域の人々に
 安全で安心のより良い
 医療と看護を提供します

術ができ、術後も早く元氣になります。また、胃をなるべく残す切除法も発展しており、退院後はしっかり食事ができることを配慮しています。

抗癌剤は再発予防の目的と、手術で癌がとりにきれない場合に用いられます。なるべく長く続けられるように、副作用に注意していきます。分子標的治療薬という新たな薬が登場しています。従来の抗癌剤は癌細胞だけでなく、体に元々ある細胞も攻撃してしまう薬であるのに対し、分子標的治療薬は、癌細胞にだけ存在する特徴を狙い撃ちするためにつくられた薬です。副作用がないわけではありませんが、治療法の選択肢は増えてきています。今年3月には、サイラムザという分子標的薬が新たに使えるようになりました。

まとめますと、まずピロリ菌感染を含めて胃の状態を把握すること、定期検診を受け、早期に発見することで、ダメージの少ない治療法を選択すること、治療法は専門家によく相談することが重要と思います。

最近の私たち夫婦の会話はとつても短い。結婚して五十年も過ぎるとツーカーで通じるかと思えばさにあらず、言いたいこと、やって欲しいこと、忘れもの、探したものなどのことばがすぐに出てこないのだ。

新婚時代が懐かしい。目は口ほどに物を言い、口には出さなくても、求めていることを察知し、サツと応えるようにしていた。

あれから四十年ならぬ五十年、お互いに語らなくてもよい意味が違ってきた。

「あれ知らんのな？」

「あれな、知らんで。これ違うんな？」

「ああ、それぞれ」

「そのあれ取ってくれるんな？」

「うん、これやな」

これもツーカーの一種かしら？ 大体のことは「あれ、これ、それ」で間に合う。

今年から後期高齢者の仲間入りした私は、記憶力に全く自信がなくなった。憧れていた俳優の顔は分かるのに名前が出てこない。あ

ばったり出会った人に「あ

らっ！寺尾さんお元気？」と、親しく声掛けされると、調子よく話は合わせるのだが名前が呼べない。

夫たちの会話を聞いてみると面白い。

「ほれ、あの書類もう出来たんか」

すごい！

失敗談をひとつ。豪華な

昼食と五種類の果物食べ放題

題につられ、ペンの仲間二人を誘って、白すぎならぬ「白鷺城」へ行った。

神戸の仲間が待っていてくれるというので、土産を

連載5

「あれ、これ、それ」

元看護師 寺尾智恵子



自作「飛翔」(日本画)

車の後部に

置いて、当日

日小雨の中

バス停まで

夫に送って

もらい、彼

はすぐ帰っ

た。丸亀発

五時四十分

乗客は二人

だけ。高松から大勢乗り、

「お土産忘れたあ！」
 どうしようもないので切り替えは早く次の話題に。檜山文枝さん(女優)が朗読する「心の詩コンサート」の話になった。

「寺尾さんの『この街で』よかつたわよ。あの時のゲスト誰だったの？」

「えーとなあ。小柄で弾き語りするシンガーソングライター。ご主人がギターリスト」

これではさっぱり分からない。姿や形は分かっている。もどかしい。もやもやしたまま昼食会場の「ささやま玉水」に着いた。看板に偽りなくご馳走だ。すべて忘れていただいてると突然、「尾崎亜美」と、名前が出てきた。神の啓示だ。胸のつかえがスーとおりた。無事姫路に着き、待っていてくれた三人の友人と楽しい時間を過ごすことができ

笑えるうちはよいが、他の人に迷惑をかけないよう、これからも日本画や文章を書き続け、認知症予防に努めたいと思っている。

ジェネリック医薬品とは

薬剤師 野口 賀代

近年テレビのCMなどで頻繁に取り上げられ、よく耳にするジェネリック医薬品ですが、一体どんなお薬なのかご存知でしょうか？

病院で処方されるお薬には、新薬とジェネリック医薬品の2種類があります。新薬とは日本で最初に発売されたお薬で、先発医薬品とも呼ばれています。特許を出願してから20〜25年間で、開発メーカーが独占的に製造・販売することができます。

一方、ジェネリック医薬品は後発医薬品とも呼ばれ、新薬の特許期間が満了後に厚生労働省の承認を得て製造・販売されるお薬のことです。新薬の開発にかかる莫大な費用が大幅に削減できるため、新薬と同じ有効成分・同等の効果でありながら、お薬の価格を安く抑えることができます。患者さん個人の医療費負担を軽くするだけでなく、国全体の医療費削減にも大きく貢献することが期待されています。新薬と同様に製造管理

や品質管理など厳しい基準が定められており、有効性および安全性がきちんと確保されたお薬です。

ジェネリック医薬品の中には飲みやすいように錠剤を小さくしたり、口の中ですぐ溶けるようにしたり、あるいはコーティングなどで苦味を少なくしたりしているものもあります。飲み薬だけでなく、湿布薬ではフィルムを剥がしやすしたり、1人でも貼りやすいサイズや形状にしたりするなどの工夫もなされています。

処方箋の様式が7年前より変更され、「後発品への変更不可」というチェック欄が設けられました。この欄に医師のサインがなければ、院外の調剤薬局で薬剤師と相談することでジェネリック医薬品へ変更することができ、患者さん自身がお薬を選ぶことが可能になりました。

但し、すべての先発医薬品に対してジェネリック医薬品が製造販売されている



相談窓口のご紹介

医療・看護・がん相談支援センター

目的

病院の基本理念「働く人々や地域の人々に安全で安心のより良い医療と看護を提供します」に基づき、当院では患者様及びそのご家族の当院に関する心配や相談、苦情に対して、相談者の利便性を考えて対応することを目的として「医療・

わけではないため、ジェネリック医薬品への変更を希望しても変更できない場合があります。また、ジェネリック医薬品は先発医薬品と成分や効果などは変わり

ませんが、使用されている添加物が異なる場合がありますので、特にアレルギー体質の方は注意が必要です。医師や薬剤師にお気軽にご相談下さい。

看護・がん相談支援センター」を設置し、寄せられた情報を病院運営、医療安全等に活用しております。

基本方針

相談窓口は次の基本方針により業務を行っております。
・患者等と当院との信頼関係の構築を支援するよう努めること。
・医療従事者としての情報等の守秘義務を遵守のうえ、患者等のプライバシーを保護し、相談により不利益を被ることがないように配慮する等、安心して相談しやすい環境とすること。

相談内容について

相談窓口では下記の相談内容等について受付を行います。

- ・診察に関すること
 - ・看護に関すること
 - ・職員の対応・接遇に関すること
 - ・診療費に関すること
 - ・設備・構造に関すること
 - ・管理・全般に関すること
- 等
- ※ご相談内容によっては、即日に対応出来ない場合がありますので、ご了承ください。

受付時間

月曜日～金曜日
(祝日を除く)
9時～17時

お知らせ

公開健康講座

- 日時 平成27年9月30日(水)
午後1時30分～午後3時
- 会場 香川労災病院
管理棟3階会議室
- 演題 「予防できる病気の範囲」
- 講師 副院長(内科部長兼務)
- 参加 無料

丸川 将臣

「朝ごはんを食べよう」

管理栄養士 小早川真衣

毎朝、朝ごはんを食べていますか？「時間が無い」「食欲がない」「ダイエツト中」などの理由で朝ごはんを食べなくなっていますか？朝ごはんは脳の働きや健康と深い関係があることが知られており、1日を元気に始めるための大事なエネルギー源です。

朝ごはんの効能

- ・寝ている間も脳は働き続けているため、朝起きた時、脳はエネルギー不足の状態です。そのため朝ごはんを食べないままですと、ボーっとしたり、

思考能力が低下したりします。朝ごはんを食べることにより、栄養が脳に供給され脳内物質のβ-エンドルフィンが分泌されます。これが脳内のやる気中枢を活性化し、物事への意欲を高めると言われています。

- ・ダイエツトをされている方の中には、朝ごはんを抜くと摂取エネルギー量が減り、痩せると考えがちですが、逆に肥満や高血圧などの生活習慣病を招きやすくなります。血糖低下のため食欲が増してしまい、昼、夕食を



● 労災病院周辺で見られる鳥 ● コブハクチョウ

主任薬剤師・吉村正則

お堀に居ると同じ種で、各地で飼われていたのが逃げて、野外で自然繁殖を始めています。

増え過ぎると、他の鳥類や植物に影響を与える可能性が指摘されているのが心配だ。

ついつい多く食べるようになり、逆に食べ過ぎてしまい朝ごはんを食べることにより、体温が上昇・維持されるため、活動が活発的になります。また朝食を食べない人は、だるさや疲れを感じやすくなるとも言われています。朝ごはんを食べる習慣をつけて、生活リズムを整えましょう。

朝ごはんは、9時までに食べましょう

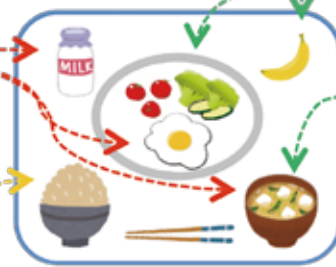
2〜3時間で朝食の糖分は、消化吸収されてしまいます。昼食の時間から逆算すると、9時までに朝食を食べればエネルギーが効率よく補給できます。

どんな朝食がいいか。イラストに示されたような食品を組み合わせた食事

体の調子を整えるビタミンやミネラルが豊富に含まれている野菜や果物

体の筋肉や血をつくる肉、魚や卵などのたんぱく質を多く含む食品

脳のエネルギーを補給するためのごはんやパンなどの炭水化物を多く含む食品



がいいでしょう。朝食を食べる習慣がない人は、おにぎり、バナナやヨーグルトなど手軽なものから食べてみましょう。

朝の忙しい時間でもできる工夫

- ・味噌汁やスープの中に

野菜をたくさん入れましょう。減塩にもつながります。

- ・たくさん野菜や卵、肉などを使ったサンドイッチも短時間でできます。
- ・食欲がない人は、しそ、生姜、ゴマなど香りのある食材で食欲促進しましょう。

編集だより

患者サービス向上委員会
看護部長 植岡康恵子

この夏は丸亀直撃の台風一過、熱中症対策の酷暑でしたが、先日、涼風に誘われて丸亀港にそぞろ歩き、「まるがめ婆沙羅まつり」の花火を堪能してきました。見上げている顔に降り注ぐ大輪の花火。心が洗われるような気分でした。

そろそろ秋が待ち遠しい。お気に入りの「鰻鮓屋さん」探訪に一層力が入りそうです。そのためにも体調を整え、晩夏を乗りきることができるよう、もう一息体力作りに勤しみましょう。