

ろう さい かわ ら 版

vol.45
秋号
2016

◆ 特集

「患者よ、 がんと闘うな」？

内科 腫瘍内科部長 曾我部進 1-2P

◆ 連携登録医のご紹介

「うえはら耳鼻咽喉科クリニック」さん 3P

フォーカスインタビュー

◆ Focus Interview

放射線科部長 米坂 祥朗 4P

◆ スタッフ紹介（手術室） 5P

◆ 筋トレに年齢制限なし 6P

独立行政法人労働者健康安全機構

 釧路ろうさい病院

地域医療支援病院

地域がん診療連携拠点病院

エイズ治療中核拠点病院

日本医療機能評価機構認定病院

<http://www.kushiroh.johas.go.jp/>

くしろろうさいびょういん

検索



「患者よ、がんと闘うな」？

～腫瘍内科医の存在意義とは

内科 腫瘍内科部長 曾我部 進



これは抗がん剤治療に否定的な、某医師の名著の題名です。曰く、「白血病などの血液がん以外には抗がん剤は効かない。有効性のデータも怪しいものだ。副作用で苦しむだけなのでやるべきではない」などなど。これが当初、週刊文春に掲載されときも、その反響たるや大変なものでした。それでは本当に、抗がん剤は「効かない」のでしょうか？

腫瘍内科専門医としてコメントをするとすれば、

- ・固形がんでは、抗がん剤では根治することはできないのは事実。
- ・現在の抗がん剤治療はある程度の質が保証

された臨床試験を経て効き目が証明されている。逆に、臨床試験で効き目が否定されて日の目を見ることのなかった抗癌剤も多数ある。

- ・ある一定の割合の方には効くが、効かない人もいる。

ということになります。

抗がん剤は効く(こともある)というのが私の考えですが、だからといってがんの患者さん全員が抗がん剤を「しなくてはいけない」わけではないと考えます。抗がん剤治療はがんの進行を抑え、症状緩和の効果が期待できますが副作用に加え、社会的、経済的な

問題などのマイナスの側面もあります。

ときに、「抗がん剤治療をしないとどうなるのでしょうか?」とおっしゃる方がいます。抗がん剤治療は近年めざましく進歩していますが、ほんの数十年前までは抗がん剤治療などというものは存在していませんでした。今は医学の進歩によりいろいろな抗がん剤治療ができます。「しないとどうなる、のではなく、するとどうなるか、と考えて下さい。あなたは、抗がん剤治療を受けることができます。治療をすることで、がんにあらう、天命にさからうのだ、というイメージを持って下さい」と私は皆さんにお話しています。

抗がん剤治療の効果は進歩しています

抗がん剤治療 をしない		×1
抗がん剤治療 (1990年)		×2
1995年ごろ		×2.5
2004年ごろ		×3
現在の標準治療		×4-6

例：大腸がんの緩和化学療法

今は各種がん治療においては、ガイドラインという治療指針が整備され、どこの病院においても、どの医師によっても、それに従って病状に応じた最適の治療を選び、行うことができます。料理本や、インターネットの料理サイト・アプリをみればだれでも手軽に美味しい料理が作れる(ある程度の基礎的な知識と技術があり、まじめに作ることが条件とは思いますが・・)のと同じです。

では、そのようにガイドラインが整備された状況で、機械的に治療法を選べば良いだけなら、腫瘍内科の専門医の存在意義はなんでしょう?

的確な知識によるわかりやすい治療内容の説明と方針決定は当然ですが、重要なのは、がん以外にも何らかの病気をもっている方、ひとつだけ

ではなく複数のがんを持っている方、複雑な治療経過のある方、そのような方達にとって最適の治療が何か、ということと一緒に考えることであると私は考えています。

釧根地区には日本臨床腫瘍学会のがん薬物療法専門医は現在のところ、私だけです。ですが本年4月、当院で腫瘍内科の研修をつんだ2名の医師があらたにがん薬物療法専門医の資格を取得しました(いまは別の病院で研修中)。もちろん、がん治療には腫瘍内科医だけではなく、外科医、内視鏡専門医、放射線治療医、緩和ケア医、看護師、薬剤師、リハビリ技師などの多職種の協力が欠かせません。幸い当院にはこの全てが揃っています。地方においても全世界のなかで最先端のがん治療ができるように努力していきたいと考えています。

さまざまな新規抗がん剤が 使えるようになっていきます





フォーカスインタビュー Focus Interview

放射線科部長 米坂 祥朗

YONESAKA
AKIO

Q 医師になった動機をお聞かせください

「人の命を助けたい」とか、「社会に貢献したい」とか崇高な理由があったわけではありません。理系の専門職になりたくて、医学部を受験したら合格しました。

Q 座右の銘を教えてください

「責難は成事に非ず」

物事が思うようにいかないとき、自分以外の他人のせいや物事のせいにしたくなりますが、自分が何かを成し遂げたわけではありません。「自分のやるべきことをやっているか」を常に自問自答しています。

Q 放射線治療について

【根治目的の放射線治療】

近年、全国的に各種のがんに対する「標準治療」が普及しつつあります。当科は、「標準治療」の際に求められる放射線治療に対し、一部の特殊な治療を除いて対応できます。15年前は、東京や札幌に行かないと受けられないレベルの放射線治療が釧路市内においても受けられるようになりました。

【緩和目的の放射線治療】

がんに伴う痛みなどのつらい症状を緩和する目的で放射線治療が有効なことが多いです。広い場所には照射できませんが、照射をした範囲のがんに対する効果は、化学療法を上回ります。根治は無理でも、適切な時期の放射線治療の利用により、QOLを保った状態の期間の延長に寄与します。

Q 「患者さんに一言」をお願いします

当科は、医師・看護師・技師の3職種が、がん放射線治療の認定資格を取得しており各職種が連携して、質の高い放射線治療を提供しております。また、がんの痛みなど、がんに伴うつらい症状の緩和に有効な場面が多々あります。ぜひ主治医とご相談ください。

放射線治療装置説明

リニアック(ライナック)

リニアック(Linear Accelerator:医療用直線加速装置)とは、放射線治療装置の一種でライナックともいいます。X線や電子線などの放射線をあてて、体の表面や奥にある腫瘍性の病変を治療する装置です。体外からの確な放射線照射範囲、量、方向を選ぶことができ、乳がん、食道がん、その他の多くのがんに広く使用されています。

Profile

1995 年	旭川医科大学卒
1995 年	国立札幌病院
1996 年	北海道大学・放射線科
1998 年	北見赤十字病院
2000 年	国立札幌病院
2001 年	北海道大学・放射線科
2003 年	より 釧路労災病院

連携登録医のご紹介



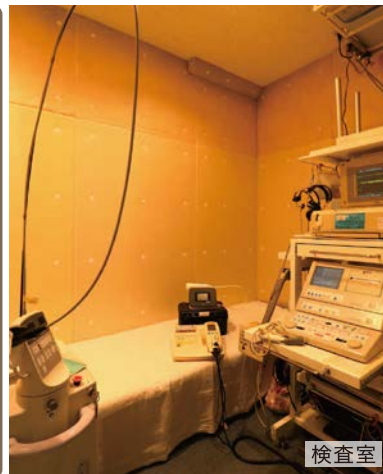
うえはら耳鼻咽喉科クリニック

院長 **植原 元晴** Uehara Motoharu

今回の連携登録医

「うえはら耳鼻咽喉科クリニック」さん

今回は、当院との連携を密にさせていただいております「うえはら耳鼻咽喉科クリニック」さんを訪問させていただきました。「患者さん視点」でのサービス提供を心がけ、地域に根ざした診療を行ってられます。



Q 先生のモットーをお聞かせください

耳鼻咽喉科の耳、鼻、のどに関する検査の種類は非常に多く多岐にわたります。重要な検査でもクリニックの場合コストの面で機器を購入できず病院に紹介するのが一般的です。しかし平日の午前中に学校や会社を休んで病院を受診することはなかなかできないため検査を受けずに病気の発見が遅れる患者さんも少なくありません。当院はクリニックでありながらMRI、CTを除けばほとんどの耳鼻咽喉科関連の検査が可能です。アクセスの良さも生かし患者さんの空き時間にできるだけ合わせて検査、治療を行えるように努力する。これがモットーです。

Q 貴院の特色やPR点を教えてください

耳鼻咽喉科の中でも様々なサブスペシャリティがありますが、私は開業時より一貫してアレルギー性鼻炎と睡眠時無呼吸症候群を重視しております。アレルギー性鼻炎に関してはこれまでは注射によるハウスダスト皮下免疫療法をおこなってきましたが、最近発売されたダニ舌下免疫療法も積極的に患者さんに施行しております。また睡眠時無呼吸症候群では3種類の簡易無呼吸検査

装置を常備して患者さんの都合に合わせて検査を行っております。眩暈検査も電気眼振計を使用して専門的な検査も行っております。

Q 当院へのメッセージをお願いします

当院では対応できない入院が必要な患者さんをいつも快く引き受けて頂き感謝しております。病診連携で特に聴力検査などのデータをネットで共有できると経過観察に非常に有用だと思いますのでご検討頂けると助かります。今後ともよろしくお願いいたします。

Q 患者さんへのメッセージをお願いします

耳鼻咽喉科全般の治療はもちろんですがアレルギー性鼻炎、睡眠時無呼吸症候群などの専門領域の検査、治療も積極的に行っております。耳鼻咽喉科の症状でお困りでしたらご相談ください。

物腰がやわらかく、いつまでも患者さんの話を聞いてくれそうな、聞き上手な先生との印象を持ちました。スタッフの方も明るく生き生きとされていて、活気のあるクリニックでした。（経営企画課 田川雅敏）

Information



うえはら耳鼻咽喉科クリニック

〒084-0909 北海道釧路市昭和南3丁目10-12

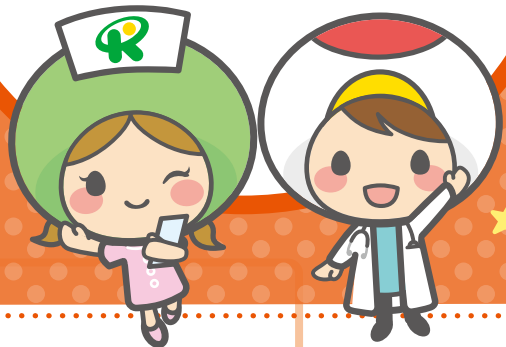
☎0154-55-4187

受付時間 月・木・金／午前9:00～12:30、午後2:00～5:30
火／午前8:30～12:30、午後2:00～5:00
水／午前8:30～12:00
土／午前8:30～12:30

休診日 日曜日・祝日



釧路ろうさい病院 スタッフ紹介 in 手術室



釧路ろうさい病院では、手術室10室を備え、8診療科・年間約4,600件の手術に対応しています。麻酔科医師2名・看護師25名・看護補助者2名が連携を図り、執刀医やコメディカルと良好なチームワークを図っています。患者さんが安心して手術が受けられるよう、また、安全な手術看護が提供できるよう日々頑張っています。

手術前日

患者さんの細かな情報を収集し、翌日の手術に備えます。麻酔科医師の診察や看護師からの説明をします。

**麻酔の説明・手術の流れなど
わからない事があれば
何でも聞いて下さい!**

手術当日

合同カンファレンス



麻酔科医師とともに当日行なわれる手術の情報共有を行います。



手術するお部屋を準備します。



手術に使う器械を並べます

それぞれの手術へ

手術中は麻酔科医師と協力して、常に患者さんの状態を観察しています。

Message

「手術をしましょう」「手術が必要です」と言われ、すぐに「はい!」と返事することはできないと思います。手術を受けることは恐怖であり、大きな不安だと思います。私たち手術室は患者さんが納得し、少しでも安心して手術が受けられるよう日々努力しています。そして患者さんが笑顔で退院できるよう限られた時間ではありますがお手伝いさせていただきます。

器械はきれいに洗浄・滅菌。次回の手術にすぐに使用出来るよう常に整備しています。

手術の後片付け



お部屋の掃除をして、明日の準備をします。

手術終了!!



無事に手術が終わりましたら、病棟へ申し送りをします。患者さんの手術中の状況や継続して観察して欲しいことなど伝えます。

趣味の部屋



江口 克紀
神経内科医

サイクリングを満喫

学生のころから趣味でロードバイクに乗り、北海道・本州問わず旅行していました。釧路に来てからまだあまり自転車に乗っていませんが、ぜひ道東でもサイクリングを満喫したいです。



釧路からは少し遠いですが、サロマ湖に訪れた際の写真です。釧路近隣の道東は道も広く車も少ないので自転車には最適で、よく旅行にきていました。



隣の十勝で自転車のイベントに出てきました。弟子屈の摩周でも同じイベントがあるようで、来年はぜひ出てみたいです。

筋トレに 年齢制限なし!

運動習慣がない人にとって「筋トレ」というと、非常にハードルが高く、できれば避けて通りたいかもしれません。しかし、筋肉の衰えは、様々な病気やけがにつながるほっとけない問題です。簡単で今すぐできる筋トレを始めませんか?

筋肉の基礎知識

筋肉は何歳になっても鍛えられる組織!

筋肉は細胞の働きによって常につくり替えられているため、約3週間で入れ替わりを始めます。ですから、筋肉はもともと復活しやすい組織なのです。「もう歳だから・・・」「何年も運動していないし・・・」と目を背けず、今から筋肉を鍛え始めましょう!

しかし・・・

筋肉は使わなければ、急速に衰えます。筋肉は鍛えれば応えてくれますが、逆に何もしなければどんどん弱まっていきます。加齢により特に弱まるのが、下肢の筋肉。これらが衰えると、立ち上がりや歩行、バランス感覚に支障をきたすようになります。その結果、転倒しやすくなり、骨折から寝たきりになってしまう可能性もあります。

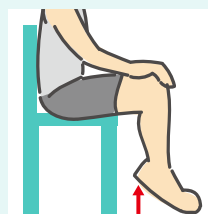
今すぐできる筋トレ

この運動はふくらはぎに効果的です。普段むくみや突っ張りに悩み方はぜひ実施してみましょう。



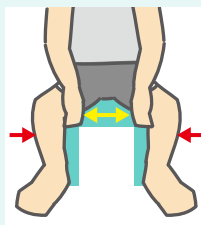
1

まずは、踵上げです。座った状態で、膝に手を当てます。踵を上げる時に手で軽く膝を押さえるように力をいれましょう。



2

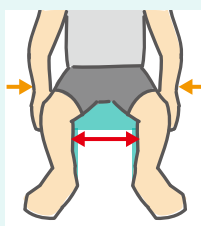
ふくらはぎに効いてくるのが感じられます。1セット10回までとして、2～3セット実施しましょう。



3

次に、脚の開閉です。膝の内側に手を置いて、足を内またにするように力を入れて2～5秒程度止めます。

次に、膝の外側に手を置いて、今度は脚を開くように力を入れて2～5秒止めます。



4

これを5～10回程度繰り返します。関節を動かさず、筋肉だけを動かせる運動をアイソメトリック・トレーニングといって立派な筋力トレーニングです。

この時、大切なのは息をとめないこと。力を入れているときに、出来れば息を吐くようにするといいでしょう。脚は大きな筋肉が多いので、動かすと寒さ対策にもなります。

Let's try!

釧路ろうさい病院の理念

最新の知識と技術に基づき、良質で信頼される医療を実践します。

基本方針

1. 安全で質の高い医療を実践します。
2. 患者さんの権利を尊重し、十分な説明と同意に基づく医療を実践します。
3. 透明性の高い医療を実践します。
4. 地域住民と勤労者の健康づくりのために、予防医療を実践します。

臨床倫理方針

1. 患者さんの人権を守ります。
2. 患者さんの自己決定権を尊重します。
3. 生命倫理に関する法律及びガイドラインを遵守して診療を行います。
4. 患者さんの信条や生命の尊厳に関する問題については審議を行い、治療方針を決定します。
5. 患者さんのプライバシーを遵守し、個人情報の保護を徹底します。

今後のイベント開催予定

マンモグラフィサnder <一般市民向け> (日曜日のマンモグラフィ検診の実施)

日時 平成28年10月2日(日) 8:30~12:00
場所 当院 外科外来
対象 一般市民30名 要予約 ※放射線技師女性が対応いたします。
お問合せ先 釧路労災病院 医事課外来係
☎22-7191(内線:2107)

市民公開講座 <一般市民向け> テーマ「がんと闘う 乳がん体験者の語り」

日時 平成28年10月2日(日) 13:00~15:00
場所 当院 3階講堂
第一部 講演会 演者 釧路労災病院 副院長 小笠原 和宏
第二部 乳がん患者の語り(2~3名)
第三部 乳がん自己検診指導

くしろ健康まつり2016に参加いたします <一般市民向け>

日時 平成28年10月16日(日) 9:00~15:00
場所 釧路市観光国際交流センター 釧路市幸町3-3
内容 HIV抗体検査(無料)

釧路管内健康フォーラム2016 <一般市民向け> テーマ「のぼる健康寿命」

日時 平成28年10月8日(土) 12:30~16:15
場所 ANAクラウンプラザホテル釧路 3階「万葉の間」
当院からは脳神経外科「磯部部長、井須部長」が講演いたします。

外来診療日一覧

■正面玄関開閉時間：午前7時～午後7時
■休診日：土・日曜日、祝日、年末年始(12月29日～1月3日)

全て診療予約制となっております。

診療科	診療曜日及び受付時間		備 考
	午前 (8時15分~11時)	午後 (1時~3時)	
内 科	月~金	—	
神 経 内 科	月~金	—	(火・木) 新患のみ (月・水・金) 再診のみ
循 環 器 内 科	月・火・木・金(再来のみ)	月・木・金(新患のみ)	9月~10月までの体制です。月と金の新患は紹介状が必要です。
外 科	月~金	—	(月・水・木・金) 乳腺・甲状腺 (水 午後) ストーマ外来
整 形 外 科	月~金	—	(火・水・木) 脊椎外来 (月・火・金) 関節外来
形 成 外 科	火・木	火・木・金	(月・水) 手術日 (金) 午前手術日
脳 神 経 外 科	月~金	—	脳疾患の方 午後診療：緊急・紹介状持参診療可
泌 尿 器 科	月~金	—	予約以外の方は、当日の予約状況によって診察ができない場合がございます。
婦 人 科	予約制	—	週1回出張医診察 詳しくは医事課外来係まで
眼 科	月~金	月・水・木	(火・金) 午前10時30分まで受付
耳 鼻 咽 喉 科	月~金	火・木	(火) 午後は予約診療のみ (木) 午後4時まで受付(一般) (水) 完全予約制
リハビリテーション科	月~金	—	
放 射 線 科	月・火・木・金	—	
歯科・口腔外科	月~金	月~金	手術日(月・木) 午前(火・木・金) 午後 手術日でも外来診療を行っておりますが、手術内容によって休診の場合もございます。
麻 酔 科	月~金	—	新患の紹介患者のみ
働く女性のための外来	—	水	水曜日：午後2時30分~4時
禁 煙 外 来	—	木	診療時間 午後3時~5時
精 神 科	月~金	月~金	完全予約制 ※要紹介状

※「働く女性のための外来」「禁煙外来」の診療予約は午前8時15分~午後5時まで電話にて承っておりますので、医事課(内線2119)までお問い合わせください。
※「皮膚科」「小児科」は休診となっております。 ※都合により休診となる診療科がありますので、受診される方はあらかじめお電話にてお確かめください。
※循環器内科の11月以降の診療体制「新患の診察日が月・火・木・金(午後のみ)と変更になります」。

2016年9月1日現在

病院にお越しの際は 保険証をお忘れなく！

保険証は毎月1度、②番窓口で確認していますので、必ずご提示ください。

外来患者 さんへ

- 予約日(時間)を変更される場合は、午後3時から午後4時30分までに予約診療科へご連絡下さい。
- 本院のお薬は原則として「院外処方」としています。「院外処方せん発行」にご協力下さい。
- 紹介状をお持ちの方は地域医療連携総合センターにお越し下さい。(地域医療連携総合センター TEL: 0154-32-3464)

上記診療案内のお問合せは医事課(内線2151)までお願い致します。 お問合せ：0154-22-7191(代表)

編集 後記

釧路の短い夏は終わりを告げ、日に日に秋が深まってまいりましたが、秋は実りの秋、運動の秋、読書の秋など色々とお楽しみですね。秋はやっぱり・・・かな (編集長 W)



独立行政法人 労働者健康安全機構

釧路ろうさい病院

〒085-8533 釧路市中園町13番23号

TEL 0154-22-7191(代表) FAX 0154-25-7308

地域医療連携総合センター

TEL 0154-32-3464(直通)

<http://www.kushiroh.johas.go.jp/>

くしろろうさいびょういん 検索

