

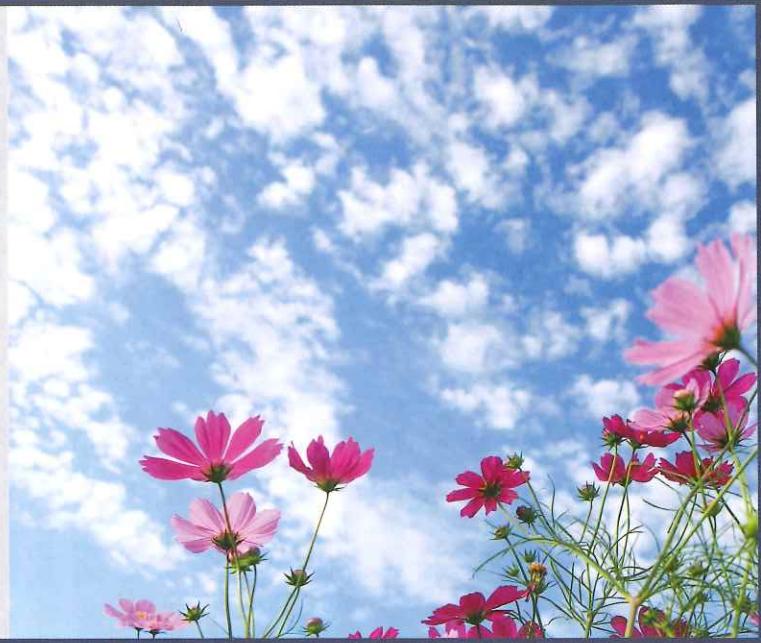
ふれあい

2021

9

No.414

牛久愛和総合病院 広報誌



知ってほしい大腸がんのこと

外科 部長

藤田 俊広



わたしたち消化器・一般外科に
とつて大腸がんの診断と治療は大
事な業務です。大腸がんは日本人
のもつとも身近な病気のひとつで
あるとともに、早期発見すれば完
治が期待できるという特徴があり
ます。

● 大腸がんは増えている

大腸がんは、国立がんセンター
のデータベースにおいて部位別罹
患数（がんと診断される人数）は
1位の臓器となっています。部位
別年間死亡者数でも女性の死因
1位、男性の3位になっているこ
とからもわかるように、健康な人
やなにも症状がない人であっても
かかつてしまふことがあります。他人ご
とにできません。

進行すると血便や便通異常、腹
痛などの症状がでることもあります
が、早期がんの段階では、ほとん
どの場合が無症状なのです。検査
をしないとなかなか早期でみつか
らない、と言えます。逆に検査す
ることで早期発見することができ
るがんであるとも言えます。

さらに大腸がんは「早い段階で
あればあるほど、完治が期待でき
るがん」です。事実、他の内臓に
転移していない段階のがんであれ
ば、適切な治療をうけた人の治療

成績は良好です。その一方で他の
内臓に転移してしまった大腸がん
の5年生存率は10%程度と医療が
進歩してもあまり改善していませ
ん。画期的な抗がん剤の開発より
も、ひとりひとりが検査を受ける
ようにお願いすることのメリット
が大きい病気である、と思います。

● 大腸がんの検査について

大腸がんの発見には、便潜血検
査と大腸内視鏡検査（大腸カメラ）
が有効です。精度の高い検査は、

当然大腸内視鏡なのですが、下剤
で腸をからっぽにするなど時間も
かかりますし多少の体の負担があ
ります。そのため、まず行う検診
としては便潜血検査が用いられま
す。検査を受ける体と時間の負担
がほとんどなく安価に行なうことが
できます。

便潜血検査とは二日分の大便を
容器に提出してもらい、血液成分
があるかを調べます。

血がはじつていれば陽性、と判
定されます。便潜血陽性の方が大
腸内視鏡を行うと、大腸になんら
かの病変が見つかる確率が50%ほ
ど、さらに大腸がんが見つかるの
が2~3%といわれます。便潜血

陽性の人には大腸内視鏡をうけても
らうようにしづらりこむわけです。
便潜血検査の精度には限界があり、
とくに症状があるひとにとつては
「便潜血が陰性でも、大腸に病気が
ない」とは言い切れないというこ
とになります。

また、どこから血が出ているか
がわかるわけでもなく、「便潜血陽
性だつたけど昔から切れ痔があ
るがん」です。事実、他の内臓に
転移していない段階のがんであれ
ば、適切な治療をうけた人の治療

からいいでしょ」といつて放つて
おいて進行がんでみつかるという
ケースもあります。また「もう一
回陰性だつたら内視鏡検査しない
で済むかな」と外来でよく聞かれ
るのですが、一度陽性であつたか
らには大腸内視鏡検査を受けてい
ただいて、ちゃんと確認するよう
におすすめしています。自己判断
は危険です。

● 大腸内視鏡でポリープを取り、
その意義は?

大腸ポリープとはイボ状に盛り
上がりつてある病変のことです。
その大半は腺腫（せんしゅ）とい
う良性腫瘍です。腺腫は時間とと
もに遺伝子変異が重なつて大腸が
んに成長していくといわれています。
これが大腸がんのもうひとつ
の特徴です。6mmよりも大きか
たり、いびつなのがあるような大腸
ポリープを内視鏡で切除すること
で、大腸がんの発症を抑えることが
でき、さらに死亡率も減少させる
ようなデータの報告もあるのです。

● 大腸がんで亡くなる人を減らす
にはどうしたらよいですか?

大腸癌研究会などによると、便
潜血を受ける人の割合が十分では
ないこと、便潜血で陽性といわれ
てはいるのに大腸内視鏡など精密検
査をちゃんと受けない人が多い、
との指摘があります。私自身が以
前、大腸内視鏡検査を受けたとき
は、おもつたより大変じゃなかつ
たなど感じました（個人の感想で
す）。手間暇も時間もかかりますが、
その時間を作つて検査を受けてほ
しいと願つております。



歯科からのみこみに不安のある方へ

歯科口腔外科 今井 琴子

近年、日本では人口の高齢化がすすんでおり、それに伴い肺炎が増加傾向にあります。

肺炎は、3大死因のひとつであつた脳血管疾患を抜いて、死因の第3位にまで上昇しています。

肺炎患者のうち約7割が7歳以上の高齢者であり、更にその7割以上が誤嚥性肺炎です。

「誤嚥性肺炎」とは、本来であれば食道に入るべき食物や唾液などが、気管内や肺に侵入する、いわゆる「誤嚥」により引き起こされる肺炎のこととを言います。

「誤嚥」の要因には様々なものがありますが、歯の欠損や入れ歯が合わないことにより咀嚼力が低下する口腔機能の低下や、飲み込みの力が弱くなる、嚥下機能の低下などが考えられます。

誤嚥は、気管内に食物が侵入するため窒息を引き起こ

すリスクが非常に高く、重篤な病状となることもあります。

当院では2021年5月より、入院患者さんの誤嚥性肺炎や窒息事故の予防のために、スクリーニングシートの導入を開始しました。これにより、入院中の食形態を変更したり、誤嚥リスクのある患者さんは専門チームで対応するよう環境を整備しております。

食事は身体の健康を支えており、非常に大切なことです。

しかし、嚥下の難しい患者さんが無理に食事をとることを言います。

は、誤嚥性肺炎や窒息を引き起こす可能性が非常に高く、危険が伴います。

そういった患者さんは鼻や腸から管を入れて栄養をとつてもらうことになりますが、

最近では「オーラルフレイ

ル」という、口腔内の筋力の低下なども誤嚥を起こす要因

維持・訓練・評価を行ってい

く仕組みをより確立していく

予定です。

（栄養サポートチーム）が介入し、栄養経路を相談して対応しています。

誤嚥のリスクのある患者さんは食事が開始となる前に嚥下チームが介入し、内視鏡などを用いて評価、訓練を行うなど、多職種で入院患者さんの栄養管理や嚥下評価・訓練にあたっています。

また、歯科口腔外科では、入院患者さんの口腔内汚染や口腔機能低下を予防するため、病棟から依頼のあつた患者さんに対しても、歯科衛生士による口腔ケアや、病棟看護師への口腔ケア方法の指導などを行つております。

ためにも、かかりつけの歯科医院をもち、定期的に受診することが大切になります。ま

た、早期発見により、訓練などで症状の進行を抑えることができる場合もあります。

最近飲み込みが気になる、家族がよくむせるようになつたなど、気になる症状がある

時には、ぜひご相談ください。

■総務課
送迎運転手 齋藤 仁

患者さんを安全に送迎する

8月1日付
入職者

そもそも「フレイル」とは、全身的な筋力の衰えや身体的衰えを指します。「オーラルフ

レイル」はの中でも会話・食事などの口腔機能の低下を指し、フレイルとも関連が強いと言われています。

最近会話が減った、食事がうまく噛めずに柔らかいものを多く好むようになつた、などの症状があれば注意が必要です。

こういった症状を見逃さないためにも、かかりつけの歯科

お薬の服用を通じて、患者さんのサポートができるよう

に努めていきたいと思います。

■薬剤センター
薬剤師 横山 世衣

協調性を念頭に置き、自分の行動には責任を持つて、日々

精進して参ります。

事務 山中 里美

家族がよくむせるようになつたなど、気になる症状がある

時には、ぜひご相談ください。



春秋園だより

朝夕の風に秋の涼しさを感じる季節となりました。体調を崩しやすい時期ですが、春秋園では空調の温度を調節したり、適度な運動を促すことを利用者様の体調管理に努めています。

この時期、通所リハビリでは例年ですと、8月末に夏祭り、9月に敬老会、10月には運動会と楽しいイベントが続きます。しかし、残念ながら感染症対策のため、大きなイベントは今年度も開催を控えている状況です。

そのような中でも、季節の移り変わりを少しでも利用者様に感じてもらうために、様々な工夫をしています。

今回は、「十五夜」について中秋の名月とも呼ばれ「秋の真ん中に出る月」と言う意味があります。日本では太古の昔から月を神聖なものとして考えていました。十五夜

ら伝わり、貴族は月を見ながらお酒を酌み交わし楽しんでいました。一方、庶民の間では月に感謝する日として収穫祭りや、初穂祭が開かれていました。十五夜は旧暦の8月15日を指すため、今年は9月21日になります。

春秋園では、9月の作業では「お月見の貼り絵」をつくります。同じ題材でも、飾った作品を見比べると、利用者様の個性が出ていておもしろいです。

そして当日は、昼食に「月見ハンバーグ」を、おやつに「月見おやき」を提供します。また、レクリエーションでは、お月見クイズをして、お月見気分を味わっていただきます。伝統行事の話題は、利用者様からのお思い出話なども聞けるため、スタッフが初めて知るこもあり、どんな話ができるかも楽しみの一つです。

利用者様に楽しんで頂けたら嬉しい思います。

(春秋園通所スタッフ一同)

のお月見は平安時代に中国から

部署紹介

看護部 健診センター

副師長 高須 朋子

研修医 寺門 咲歩

Dr. 趣味リレー



総合健診センターは人間ドックや健康診断の実施、健康相談や受診後の保健指導による生活習慣病の予防・改善、ガンなどの疾病の早期発見に努めています。予防医療・健診も行なっています。

春秋園では、人間ドック・健康診断・出張健診を合わせると年間約3万人の方々が対象となります。

しかし、近年新型コロナウイルスの流行により感染することに不安を感じ、受診を止めてしまう方もいらっしゃいます。健診を毎年行なうことで異常の早期発見に繋がります。健診を毎年行なうことで、私たちは日々感染対策に努め安心・安全・安楽に多くの皆様が受診出来るよう環境を整えてスタッフ一同お待ちしています。

また施設内に限らず契約企業へ出向き、企業健診やインフルエンザ等予防接種の実施、市町村より依頼を受け小中学校へ

私は幼少期からスキーをはじめ、中高大とスキー部に所属し、アルペンスキーに没頭していました。大学時代に至っては夏も雪を求めてヨーロッパや南半球へ赴きました。スキーバカリ

役割を担っている部署になります。

健診センターの看護師は皆様が安心・安全・安楽かつスマートに検査が進められるよう看護を提供しています。普段の生活習慣や健康に不安を感じている方は、生活習慣改善に取り組めるよう特定保健指導の資格を持つ保健師による健康相談も行えますので、お気軽にお声かけ下さい。

また、最近ダイビングライセンス、一級小型船舶免許を取得しました。夏の趣味も探していくたいと思います。

健診センターの看護師は皆様が安心・安全・安楽かつスマートに検査が進められるよう看護を提供しています。普段の生活習慣や健康に不安を感じている方は、生活習慣改善に取り組めるよう特定保健

指導の資格を持つ保健師による健康相談も行えますので、お気軽にお声かけ下さい。

新たにバックカントリースキーに挑戦しました。自分の脚で雪山を登ると他の人が踏み入れていらない最高の世界が広がっていました。ただコースを滑るのではなく、天候や地形、方角なども総合的に考えて滑る必要があるとても興味深いスポーツです。

また、最近ダイビングライセンス、一級小型船舶免許を取得しました。夏の趣味も探していくたいと思います。



突然ですが「筋肉」と「筋力」の違いをご存知でしょうか? 「筋トレしているのに筋肉が増えない」と相談を受けることがあります。が、結論から申し上げると全く問題ございません。平均の数値ではあります。が30代をピークに約20%の筋肉が減少すると言われています。つまり、筋肉量を維持するだけでも良い成果が出ていることになります。また、筋肉量が増えていくなくても筋トレを継続することで、始めた頃よりも動きがスムーズなつた等の変化が出来きます。これは筋力が上がっていることを示す変化と言えます。数値化される筋肉量が注目されやすいですが、筋力にも着目してみて下さい。

「筋肉の話について」

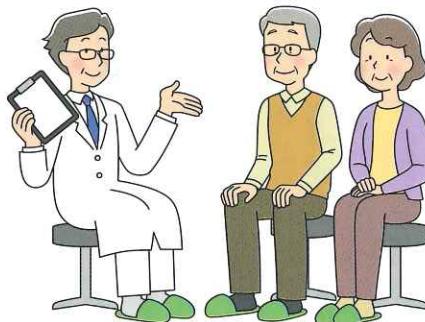
スポーツリラックス
健康運動指導士
上坂 裕一

突然ですが「筋肉」と「筋力」の違いをご存知でしょうか? 「筋トレしているのに筋肉が増えない」と相談を受けることがあります。が、結論から申し上げると全く問題ございません。平均の数値ではあります。が30代をピークに約20%の筋肉が減少すると言われています。つまり、筋肉量を維持するだけでも良い成果が出ていることになります。また、筋肉量が増えていくなくても筋トレを継続することで、始めた頃よりも動きがスムーズなつた等の変化が出来きます。これは筋力が上がっていることを示す変化と言えます。数値化される筋肉量が注目されやすいですが、筋力にも着目してみて下さい。

編集だより

夏の疲れが出やすい時期ですが、これから徐々に過ごしやすい季節になりますね。花や果物、スポーツや芸術を楽しむなど、皆様にとって実り多き秋になりますように!

(Y・N)



感謝の声
検査の際、看護師さんに粗相をしてしまったのに快くテキパキと対応していただき、老女ですがありがとうございました。ありがとうございます。お手数をおかけしました。ありがとうございました。大変気持ちよく検査が出来ました。ありがとうございました。

病院理念

我々は医療全般は基より、3つの柱「救急医療」「予防医療」「高齢者医療」を通じて地域住民の皆様に最高の医療・福祉を提供すると共に、職員一同自己研鑽に励みます。

病院概要

病床数 489床 (一般 391床 医療療養型 55床 地域包括ケア 43床)

施設

敷地 59,449.60m² 駐車場 1151台



日本医療機能評価機構認定病院
医療法人社団 常仁会

救急 24 時間

牛久愛和総合病院

〒300-1296 茨城県牛久市猪子町896番地
Tel 029-873-3111 Fax 029-874-1031
ホームページ <http://www.jojinkai.com>

関連施設

総合健診センター	Tel 029-873-4334
健康増進施設 スポーツリラックス	Tel 029-874-8791
人工透析センター	
地域リハ・ステーション	
介護老人保健施設 春秋園	Tel 029-870-3100
ひたち野ステーションクリニック	Tel 029-896-6200
特別養護老人ホーム グランヴィラ牛久	Tel 029-817-5111

診療科目

【一般外来】

内科、消化器内科、循環器内科、心臓血管外科、血液内科、腎臓内科、神経内科、呼吸器内科、糖尿病・代謝内科、リウマチ科、小児科、眼科、泌尿器科、皮膚科、整形外科、脳神経外科、形成外科、救急科、外科、乳腺外科、消化器外科、耳鼻咽喉科、産婦人科、歯科口腔外科、甲状腺・内分泌外科

【専門外来】

内 科 (禁煙外来)
整形外科 (股関節、脊椎、スポーツ、肩関節、膝関節)
小 児 科 (小児循環器、小児心理、小児免疫)
皮 膚 科 (レーザー外来)
外 科 (下肢静脈瘤外来)
ストーマ外来
そけいヘルニア専門外来
透析外来
内視鏡検査
検診検査 (乳がん検診)

