

順天堂医院ニュース 2021 NO.77

新任教授紹介

乳腺科

この度、2021年6月1日付で乳腺腫瘍学講座の教授を拝命いたしました。ご存じのとおり、乳がんは女性のがんの中でもっとも患者さんの数が多く、欧米に比べ、日本ではまだ増加傾向にあります。乳がんは乳がん検診または自己検診で早期に発見することにより、手術を中心に据えて完治を目指すことができるがんですが、ある程度進行した状態で見つかった場合や、残念ながら再発した場合は、内科的治療、つまりお薬による治療が中心となります。幸いにも、乳がんはがんの中ではお薬（ホルモン剤や抗がん剤、分子標的治療剤）が効きやすいがんとして知られています。また、新薬の開発も盛んで、次々と新しい選択肢が生まれています。このように、お薬が効きやすい「がん」を診療するときには、お薬をうまく使いこなせるがん専門の内科医、つまり「腫瘍内科医」が欠かせません。私は腫瘍内科医として約30年、乳腺腫瘍内科医として約20年の経験がありますが、我が国にはまだまだ乳腺腫瘍内科医の数は少なく、特に大学病院では乳腺腫瘍内科医が勤務しているところはほとんどありません。順天堂医院乳腺科は日本でも有数の乳がん手術件数を誇っています。トップクラスの乳腺外科医に、経験豊富な乳腺腫瘍内科医が加わることにより、皆様により充実した乳がん診療を提供できると考えています。新薬の臨床試験（治験）やセカンドオピニオンなどにも力を入れていますので、治療の選択にお悩みの場合なども是非ご相談ください。



乳腺科
渡邊 純一郎

順天堂医院HP【乳腺科】



各記事にあるQRコードを読み込むことで、各診療科および各部署のHPを開くことができます。ぜひ、ご活用ください。



順天堂医院HP

この度、2021年7月1日付で麻酔科学・ペインクリニック講座の講座内教授を拝命いたしました。

わたくしは麻酔管理のなかでも心臓手術の麻酔管理を専門にしていまいりました。手術には少なからず痛みが生じるため、痛みをとる麻酔は手術をする上では欠かせません。大きな手術、体の深部の手術では、手術をしやすくするために筋肉を弛緩させるため呼吸管理をする必要も生じます。また、手術中の強い痛みを抑えるために使用する強力な薬物や手術による出血や水分の喪失のために、血圧が低下することもしばしばあります。特に、高齢の患者さん、心臓をはじめさまざまな持病をお持ちの患者さんでは、自分で血圧を正常に保つ力が弱くなるので、循環状態をきちんと監視して必要に応じてさまざまな薬物を追加して、手術中安定した状態を保てるようにするのも重要な麻酔科医の仕事です。特に当院では、心臓をはじめ、脳、肺、さまざまな腹部内臓の手術など、大きな手術をご高齢の患者さんに対しても数多く行っておりますので、麻酔科医に要求される水準も非常に高くなっております。そうした当院の高度な手術を安全に受けていただけるように我々麻酔科は日々努力しております。お身体の状態、手術、麻酔を受けるに当たって不安な点などは、術前に麻酔科医がしっかりお伺いしてから麻酔管理をいたしますのでどうぞ安心してお任せください。今後とも麻酔科をどうぞよろしくお願いいたします。



麻酔科・ペインクリニック
石黒 芳紀



連続皮下ブドウ糖濃度測定 (CGM) のご紹介

糖尿病・内分泌内科 中島 健一

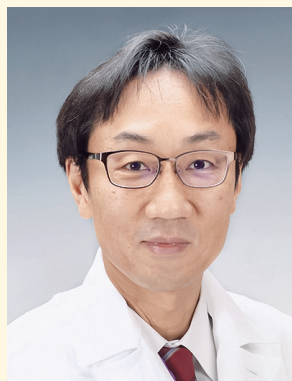
連続皮下ブドウ糖濃度測定は、CGM (Continuous Glucose Monitoring) と呼ばれ、一回の装着で14日間の血糖変動を調べることができます。これは、皮下に刺したセンサーを通じて皮下組織中の糖濃度を数分ごとに測定・記録することにより、血糖値を推定しています。

採血の血糖測定は、その検査を行った時点の血糖値はわかりますが、その変動はわかりません。一方で、CGM では日内変動 (1日の変動) や日差変動 (日常生活の違いによる日ごとの差) を評価することが可能になります。特に夜間・就寝中などの自己血糖測定ができない時間帯の血糖変動の評価にCGM は効果的です。

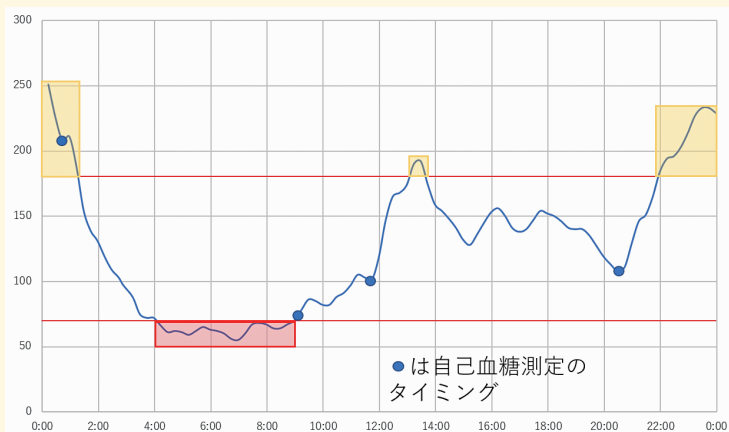
さらに当院では、血糖変動を表した波状のグラフだけによる評価ではなく、同時に食事や運動の内容やその時間、服薬またはインスリン注射、自己血糖測定をしている方は血糖値、その他の生活イベント (低血糖、風邪、食事会など) をお渡しする記入用紙に可能な限り記載していただき、それと照らし合わせることによって、より詳細に評価しております。

尚、日常生活において特に制限はありません。入浴やシャワー、運動やプールなども可能です。

ご興味がある方は、糖尿病内科医師にご相談ください。



糖尿病・内分泌内科 教授
綿田 裕孝



順天堂医院HP【糖尿病・内分泌内科】



お薬を内服している患者さんへ ～薬による副作用を見逃さないためには血液検査が大切です～

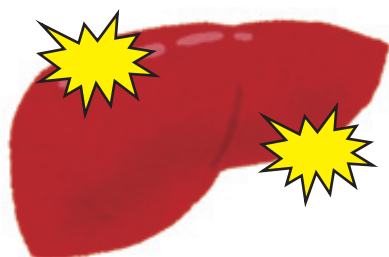
薬は治療に必要なものですが、時に副作用が出て体に悪影響を及ぼすことがあります。副作用は、初めて服用する薬にも、長期間服用している薬にも起きる可能性があります。

薬は肝臓で代謝されたり、腎臓から尿中へ排出されたりして血液から除かれます。そのため、肝臓と腎臓は薬の副作用で障害を受ける主な臓器です。肝臓が障害を受けた場合は、血液検査の中でAST、ALT、ビリルビン、 γ -GTなどが高い値になります。腎臓が障害を受けた場合は、クレアチニンやBUNなどが高い値になります。そのほか、血液をサラサラにする薬ではわずかな出血が続いて貧血（ヘモグロビンが低下）になったり、他の薬でも血液を作る細胞が抑制されて白血球数が低くなったりする場合があります。

自覚症状が全く無くても、血液検査の異常で副作用が早く見つかる場合があります。

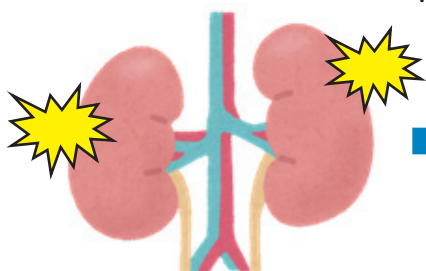
したがって、薬による副作用とその重症化を防ぐには、血液検査で繰り返しチェックすることがとても大切です。

肝臓障害時[★]



AST、ALT、ビリルビン、 γ -GTなどが高い値になります。

腎臓障害時[★]



クレアチニン、BUNなどが高い値になります。



医療費が高額になりそうなときに ～高額療養費のご案内(70歳未満の方)～



健康保険制度の『高額療養費制度』において、入院や通院での医療費が高額になりそうなとき、あらかじめ保険者(保険証に記載されています)に『限度額適用認定証』の申請をして、交付された認定証を病院の会計窓口に提示すると、1ヶ月の医療費のお支払いが自己負担限度額【表1】までとなります。

【表1】1ヶ月の自己負担限度額

以下のように、所得に応じた自己負担限度額が設定され、それを超えた分が高額療養費として算出されます。

区分	所得区分	直近12ヶ月に該当した回数が3回目まで	4回目以降
ア	年収約1,160万円以上	252,600円 + (総医療費(※) - 842,000円) × 1%	140,100円
イ	年収約770～約1,160万円	167,400円 + (総医療費(※) - 558,000円) × 1%	93,000円
ウ	年収約370～約770万円	80,100円 + (総医療費(※) - 267,000円) × 1%	44,400円
エ	年収約370万円以下	57,600円	44,400円
オ	低所得者(住民税非課税)	35,400円	24,600円

※総医療費とは? ⇒ 患者様負担分3割と保険者負担分7割を合わせた10割相当の医療費を指します。

★ 高額療養費の対象範囲は?

健康保険の自己負担分が対象になります。保険の効かない医療費、食事療養費、室料、文書作成料等の諸費は高額療養費の対象にはなりません。

★ 高額療養費の計算方法は?

- ・ 暦月ごと(月の1日から末日まで)の計算
- ・ 病院、診療所ごとに別計算
- ・ 同じ病院、診療所でも、入院・通院は別計算

★ 申請手続きの窓口は?

健康保険証に記載されている保険者です。

★ 70歳以上の方の医療費について

70歳～74歳の方は、保険証と一緒に『高齢受給者証』を、75歳以上の方は『後期高齢者医療被保険者証』を会計窓口にご提示いただくことで、お支払い額が自己負担限度額までとなります。

ただし、以下に該当する方は手続きが必要です。【窓口: 保険者(保険証に記載)】

- 年収約370～1,160万円に該当する方: 「限度額適用認定証」の申請が必要
- 「低所得者I・II」に該当する方: 「減額認定証」の申請が必要



呼吸同期 PET-CT 検査について

PETとは、Positron Emission Tomographyの略で、放射能を含む薬剤を用いた核医学検査の一種であり、初期の癌を発見できる可能性が高いという特徴があります。そして、PET（機能画像）にCT（形態画像）の特徴を融合し、より精度の高い画像を得ることができるのがPET-CT検査です。

今回は、呼吸による体動を補正した呼吸同期PET-CT検査についてご紹介します。

PET-CT検査は20分程度動かずに自然呼吸下で行いますが、胸腹部領域においては呼吸による動きの影響は避けられません。呼吸による動きを補正しなければ、肺や肝臓の動きのブレがそのまま画像になり正確な診断を困難にします。呼吸同期はその影響を低減する機能です。

実際にはお腹の近くに圧力センサーを置いて、お腹の動きと連動した呼吸状態をモニタリングし、同じ呼吸状態のデータのみを取り出して画像再構成を行うことでブレの少ない画像を作成します。

呼吸同期の有無の画像を以下に示します。呼吸同期無しでは肺と隣接する肝臓にも腫瘍が存在するように見えますが、呼吸同期有りでは腫瘍の形に合わせて精度良くPET薬剤の取り込みを反映しています。このように呼吸によって動く臓器では、呼吸同期PET-CT検査が有用です。

検査中はできる限り一定の呼吸を心掛けていただくと、より呼吸同期の精度が向上しますのでご協力よろしくお願い致します。

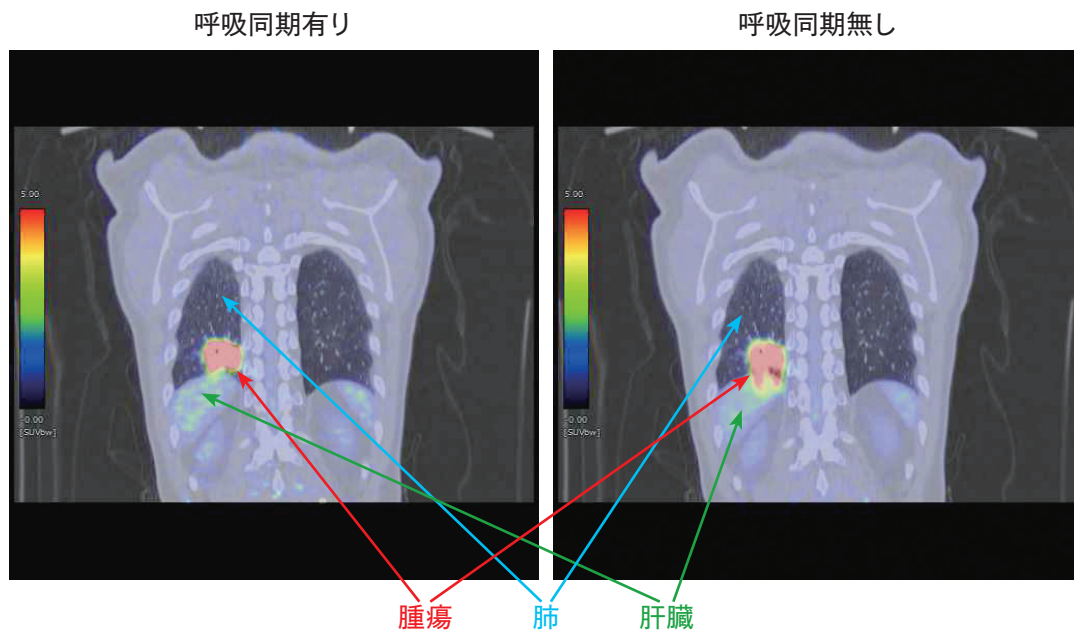


図 呼吸同期の有無（胸部領域）



いまこそ大事な退院支援と看護師の取り組み ～新型コロナ専用病棟より～

当院ではいち早くコロナ感染症専用病棟を開設し治療にあたってきました。最も重要な感染対策については試行錯誤の連続でしたが、感染管理認定看護師をはじめ、院内の様々な専門家による連携や支援の積み重ねにより、患者さんが回復し元気に退院していく姿が看護師の原動力になっています。しかし、その一方で治療の経過によって体力が低下し、回復期においても歩行などの日常生活に援助が必要となることがあります。看護師は、患者さんの治療開始と同時に退院に向けてケア計画を立て、生活全般を支える役割を担っています。退院支援には看護師だけでなく、医師や理学療法士、薬剤師、臨床工学技士など多くの職種が連携することが大切であり、毎日のチームカンファレンス(写真左)を行うことで、それぞれの情報や意見を交換し、患者さんにとって最適なケアを検討しています。そのため、チームメンバーには在宅での支援やリハビリテーションを得意とする看護師も加わり、面会制限の中にあっても可能な限りご家族と連絡を取りながら、感染予防の観点を含めたご自宅での準備を整え、時には専門のリハビリテーション施設へ橋渡しをする役割を果たしています。今後も安心・安全な医療と看護を提供できるよう、取り組みを継続していきます。



院内の専門職が集まるチームカンファレンスの様子



入室前に手指消毒をする看護師



人工甘味料

人工甘味料には「糖アルコール」と「合成甘味料」があり、カロリーを抑えた砂糖の代替甘味料として様々な食品に使用されています。合成甘味料は「添加物」として分類され、その6種の甘味料について、厚生労働省では安全性を調べ、有害が認められなかった最大投与量「無毒性量」を公開しています。さらに無毒性量の100分の1量を一日摂取許容量とし、各食品に使える合成甘味料の使用基準も定めています。化学的に合成されたものですので、健康への影響が不安な方も多いと思います。摂り過ぎは禁物ですが、使い方次第では身体にとってよい作用をもたらしてくれる場合もあります。人工甘味料について正しい知識を持ったうえで、生活に役立てましょう。



今日からはじめる

健康講座



10月号



総合診療科 教授
小林 弘幸

気候の変動について

夏の暑さが和らぎ過ぎやすい時期になりましたが、季節の変わり目に体調を崩してしまう方も多いのではないのでしょうか。季節の変わり目は、日によって気温や気圧が変わりやすくなります。この変化に対応するため、自律神経は身体の機能を整えようと働きますが、これと同時に一時的に自律神経のバランスが崩れて、身体がだるい、眠れない、発汗、ほてり、動悸、頭痛、食欲不振、下痢、便秘などの身体的症状や、イライラ、不安、やる気が出ない、パニックになりやすいなどの精神的な症状がみられることがあります。また、近年では地球温暖化に伴い、1年を通して大雨の頻度や真夏日が増えてきていることで、自律神経が乱れる機会も多くなってきています。

自律神経を整えるために、朝・昼・晩と3食の食事をバランスよくとり、起床時間や就寝時間を一定にし、規則正しい生活を心がけましょう。また、日常の中で自律神経のバランスを回復させるためには、呼吸を意識することが効果的です。鼻から3～4秒かけてゆっくりと息を吸い、6～8秒かけて口からできるだけゆっくり長く息を吐き出します。ストレスを感じた際や、電車の中など、ちょっとした時間にこれを3分ほど繰り返すことを習慣にしてみましょう。深呼吸をすることで、心の落ち着きも取り戻すことができます。

まずは簡単に取り入れられることから始め、気候の変動に負けず、快適な毎日を過ごしたいものです。

順天堂大学医学部附属順天堂医院

〒113-8431 文京区本郷3-1-3

TEL : 03-3813-3111 (大代表)

編集 広報管理運営委員会

発行 事務部 管理課 (2021年10月発行)

ホームページ

<http://www.juntendo.ac.jp/hospital/>

順天堂医院

検索



【順天堂医院HP】