

# HUMAN

Vol.284 | 2015.12

医療を通じて人と人とのふれあいを広げる

特集

## 胃や大腸をはじめとする 消化管がんの手術治療

ナース物語

はじめまして。新入職員紹介

トピックス

正しい手洗いで感染症を防ぎましょう

頭の体操

ノロウイルスの予防と対策

sakura's kitchen レシピ:リンゴジュース

information | インフォメーション

さくらの森通信

# 胃や大腸をはじめとする 消化管がんの手術治療



平成27年10月より、さくら総合病院の消化器外科医として入職しました岡田隆雅と申します。

まだ入職したばかりで、ようやく病院の建物内の構造と電子カルテに慣れてきたばかりなのですが、院内広報誌の執筆依頼があり、せっかくの機会ですのでお引き受けをしました。今回は自分の専門分野に関してのお話をさせていただきますと思います。

最近マスコミなどで有名な方々が、がんで亡くなる話をよく聞きます。平成26年度の日本人の死因は1位が悪性新生物(いわゆるがんなど)で37万人、2位が心疾患で19万6000人、3位が肺炎で11万8000人となっております。がんで亡くなる方が最も多くなっています。部位別のがんの死者数は平成26年度の統計で男性では1位が肺がん、2位が胃がん、3位が大腸がん、女性では1位が大腸がん、2位が肺がん、3位が胃がんとなっております。肺がんを除けばほとんどの胃・大腸・膵臓・肝臓といった消化器が、がん死亡部位の上位を占めています。消化器のがんというのは抗がん剤や放射線治療では完治しないものが多いため、治療としてはがんの病巣を切除することが基本となっております。

上しており、早期で発見されたものに関してはこれが可能となっております。しかしながら、早期がんの中でも内視鏡的切除が困難な場合や内視鏡切除後に再発のリスクが高い場合、進行がんの内視鏡的切除が不可能な場合は外科的な切除が必要です。

従来は開腹手術というお腹を大きく切り、周囲のリンパ節を含めて病変を切除する術式がありました。現在は胃がんでは内視鏡で切除できない早期がんと一部の進行がん、大腸がんでは進行がんのほとんどで腹腔鏡手術が可能となっております。腹腔鏡手術とはお腹に4〜5ヶ所の小さな穴をあけ、そこからカメラでお腹の中を見ながら手術を進め、最終的には4cm程度の小切開から再建(消化管のつなぎ直し)をして病変を摘出する手術です。

この方法で手術ができれば術後の傷の痛みが開腹術と比べて小さく、また腸の機能の回復も早いので、胃がんでは最短で術後8日、大腸がんでは5日での退院が可能です。

ただ腹腔鏡手術というのはいいことばかりではありません。

一つ目にカメラでお腹の中を見ながら手術をするというのは二次元での操作になるため遠近感がなく、またある一部分を拡大してしか観察できないので、隠れた部分での見落としがあったりし



患者さんにとって

腹腔鏡手術が本当に妥当な術式かどうかを

しっかり検討することが重要です

ます。

二つ目に開腹術のように直に臓器を手で触る感覚が鈍くなるため病変部がはつきりわからなく、不用意にがんのあるところを触ってしまい、開腹術ではない形でがんを広げてしまう可能性があります。

三つ目に腹腔鏡手術では気腹といってお腹のなかに炭酸ガスを注入して視野を確保したり、腸をよけるために極端に頭を下げた体位で手術をする必要がある場合があり、それによる特有の合併症が起きることがあります。

そして何より手術自体の難易度が上がり、手術時間の極端な延長が起きる場合があります。

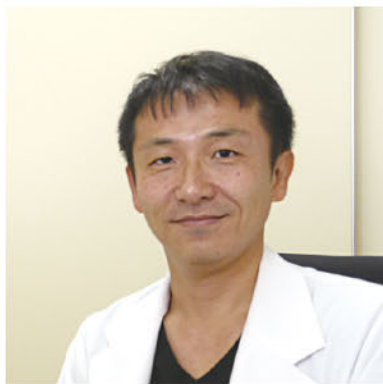
最近の消化器外科の世界では何でも腹腔鏡手術ありきといった風潮があり、本来患者さんにとって負担の少ないはずのものが、かえって大きな問題を引き起こしたりすることがあります。

それ故重要になってくることは、まずその患者さんにとって腹腔鏡手術が本当に妥当な術式かどうかをしっかりと検討することです。がんには種類に応じたそれぞれ治療ガイドラインというものがあり、そこには厳密に腹腔鏡手術に関する適応が書かれています。当院のような市中病院は大病院やがん専門病院などの研究機関ではないので、安全を第一に考えなければならず、試験的な治療をする必要はありません。

ん。さらに外科医そのものが腹腔鏡手術にこだわるあまり、手術時間の延長や出血量の増加といった、患者さんにとって不利益をもたらすこともありま

す。私はそういった場合には躊躇せず、開腹術に移行して、安全かつ確実な治療を行なうことを心がけています。

さくら総合病院の消化器外科は小林院長、多羅尾先生と非常に優秀な消化器外科医が支えておられます。私も微力ながらこれからのさくら総合病院の消化器外科治療の力になればと考えています。



消化器病センター  
(消化器外科)  
岡田 隆雅

経歴 |  
名古屋大学医学部卒業  
平成27年～ さくら総合病院

専門医 |  
日本外科学会専門医  
日本外科学会認定医

# ナース物語

## 相手の声を聴くことの大切さ

3A 塚本孝江

(がん性疼痛看護認定看護師)

私は父親を8年間、介護した経験があります。最初は高倉健と同じ悪性リンパ腫という病気でした。治療が終わり退院した後に、脳に転移しているという事実が分かり、再入院となりました。治療して退院後1年で身体が全く動かなくなり、介護保険の申請をしたところ、要介護5の介護度が出ました。どこで療養するか?誰が介護をするのか?娘3人は迷っていましたが、母がポツリと言ったのです。「お父さんは家で居たい、どこにも行きたくないって元気な時からずっと言っていたの。あなた達が良ければ、家で看たいんだけどダメかな?」父の意志があるなら、それを優先させたいという家族の思いが一致し、そこから8年という長い介護が始まりました。初めは少しずつでも話せていた父ですが、段々返答するまでに時間がかかるようになりました。母も初めは話しかけていたのですが、なかなか返答がない父に話しかけなくなり「お父さんの事だから…」と返答を待たなくなりました。父の口数も一段と減っていったのです。ある日の事です。父が通っていたデイケアの施設から夏祭りのお知らせの連絡がありました。母はいつものように「こんな身体だもの。お父さんだったら行かな

いわよね」と父の返事を待つことなく答えたのです。しかし父の腕が大きく震えている事に気づいた私は、もう一度父に問いました。「お父さん、お父さんはどうしたい?お祭り好きだったよね。行きたい?」すると腕の震えが大きくなった後、かなりの時間が経った後に小さく、かすれた声で「行きたい」と答えたのです。母もその答えには驚いた顔をしていました。それ以来、母は父の返事をどれだけの時間がかかっても待つようになりました。そして父も返事を待つ母に短い言葉でも返事をするようになりました。自分で伝えたい事はあるのに、なかなか言葉が出ない。そんな障害を持っている人もいます。周りは話さないからと思っけていても、実際には返事ができないだけかもしれません。返事に時間がかかるだけかもしれません。父の介護を通して相手の声を「聴く」こと、それを伝えようと何かシグナルを送っているかも知れないので「待つ」ことも大切だということ学びました。現在、看護師という仕事をしていて、父から教えられた学びを活かしたコミュニケーションを心がけるようにしています。

私たちと一緒に働きませんか?

## 求人募集

詳細をチェック!

さくら総合病院 求人 検索

- 看護部門
- 看護師
  - 准看護師
  - 訪問看護師(常勤 | 非常勤)
  - 訪問准看護師(常勤 | 非常勤)
  - 夜勤専従看護師・准看護師
  - パート看護師・准看護師

- 診療支援部門
- 薬剤師(常勤 | 非常勤)
  - 診療放射線技師(常勤 | 非常勤)
  - 臨床検査師(常勤 | 非常勤)
  - 理学療法士
  - 作業療法士
  - 言語聴覚士

- さくら総合福祉センター・スタッフ
- ケアマネジャー
  - ケアスタッフ(常勤 | 非常勤)
  - 訪問介護スタッフ(常勤)
  - デイケアセンター御嶽(常勤 | 非常勤)
  - デイケア・スタッフ主任候補
  - 入浴介助スタッフ(非常勤)
  - 入浴介助スタッフ[御嶽](非常勤)



看護師

金澤 咲

Saki Kanazawa

一生懸命頑張ります。  
よろしくお願いします。



ドライバー兼事務・介護職

松岡 俊雄

Toshio Matsuoka

覚える事は沢山あります。  
少しでも早く諸先輩方に  
近づける様、頑張ります。

はじめまして。  
10月に入職した  
職員紹介

## 第10回 さくら市民公開講座を開催しました。

第1部は健康チェックとして血圧・血糖測定や手洗いチェッカー・ハンドマッサージをはじめ看護相談・栄養相談・心理相談・介護相談・ロコモ体操を行ないました。

第2部は理事長による特別講演「死後の世界」、第3部は「生きるとは」をテーマにシンポジウムを開催いたしました。

沢山の皆様にご聴講いただき、盛況のうちに終了することができました。今後ともよろしく願いいたします。



CCNetケーブルテレビ「Cステーション」にて放送されます。

※急速番組内容が変更される場合もございます。予めご理解ください。

放送エリア：春日井市・小牧市・犬山市・扶桑町 チャンネル：CCNet12(地上デジタル12チャンネル)

放送日：12月8日(火) 放送時間：同じ番組が以下の時間帯に放送されます。

再放送：週末の土・日曜日 以下の時間帯に再放送します。

6時～/7時～/8時～/12時～/14時～/15時～/18時半～/20時半～/22時～/23時～

6時半～/9時半～/15時～/20時～

## 病院周辺の美化運動を実施しました

各部署の職員が協力し、病院周辺のゴミ拾いや落ち葉の掃除を行ないました。普段、行き届かない場所もきれいになりさわやかな気持ちになりました。

今後も、よりよい環境を提供できるよう継続していきます。



感染症を防ぐには手洗いが大事です

# 正しい手洗いで感染症を防ぎましょう



風邪やインフルエンザなど感染症の多くは、接触感染でウイルスの侵入が多いと言われています。机・ドアノブ・手すり・電車のつり革など、様々な場所にウイルスが付着しており、それらを触れた手で眼や鼻・口を触ったり、食事をしたりなどで感染してしまいます。感染予防には、こまめに手洗いを行なうことが大切です。

石けんを使って、指先・手の甲・親指・指の間と、洗い残しやすい部分も忘れず、20秒ほど時間をかけて洗いましょう。洗い終わったらしっかりとすすぎ、清潔なタオルで水気を充分ふき取ってください。

<b>1</b> 手のひらをよくこする 	<b>2</b> 手の甲もよくこする 	<b>3</b> 指先・爪の間をこする 
<b>4</b> 指の間を洗う 	<b>5</b> 親指のつけねをねじり洗い 	<b>6</b> 手首も忘れず洗う 

手洗いをしていない手で、眼・鼻・口に触るのを控えましょう。石けんと水、または手指消毒剤を使って、頻繁に手を洗いましょう。特に不特定多数の人が触れる場所に触った後は、かならず手を洗いましょう。

※ノロウイルスはアルコール消毒が有効ではありません。ていねいな手洗いで洗い流しましょう。

## 頭の体操

### 数独 (ナンバープレース)

数独の  
解き方

- 1) タテ9列、ヨコ9列のそれぞれに1から9までの数字が1個ずつ入ります。
- 2) 太線で区切られた3×3の枠内 (マスは9個) にも1から9までの数字が1個ずつ入ります。
- 3) タテ・ヨコ、枠内で同じ数字が重複して入ることはありません。

#### 問題1 難易度★

5		1		3			2	
		4	2		1		9	5
	6			9	7	8		
9		7				2		
			6	4				
	2	5	7		9		3	1
7		3		2	8	1		6
4	8		3		6		5	
	1		4			9		

#### 問題2 難易度★★★

3		7	2	9				
	2		4				6	5
	5	9			1			7
	8					7	9	
7			6	1			2	
		5			8	3		4
2	1			8	3			9
		6		4		8	5	
			9		6	1		

# ノロウイルスの予防と対策

ノロウイルスは11月頃から発生件数が増加し、12月から翌年1月が発生のピークになる傾向があります。少量のウイルスでも人に感染するほど非常に感染力が強く、食中毒などを集団発生しやすいため、注意が必要です。

## 感染経路

### \* 人から人への接触感染

ウイルスが手などについて口から感染する場合と、感染者の嘔吐物・排泄物にウイルスが含まれており、嘔吐時に飛び散った飛沫が体につき、手指などを介して感染する場合があります。

### \* 人から食品、そして食品から人への感染

食品取扱者（調理を行なう者）の手を介してウイルスが食品につき、それを食べて感染する場合とカキなどの二枚貝を生や加熱が不十分な状態で食べることで感染します。



## 潜伏期間と症状

ノロウイルスの潜伏期間は24～48時間です。主な症状は、吐き気・嘔吐・下痢・腹痛で、軽い発熱を伴うこともあります。症状が1～2日続いた後、治癒し、後遺症はありません。感染しても発症しなかったり、軽い風邪のような症状の場合もあります。子供や高齢者は重症化する場合もあり、注意が必要です。

## 予防方法

ノロウイルスによる食中毒や感染性胃腸炎を防ぐため、次の点に注意しましょう。

### \* 食事の前、トイレの後など、必ず手を洗いましょう

ノロウイルスはアルコール消毒が有効ではありません。ていねいな手洗いで洗い流しましょう。

### \* 下痢や嘔吐などの症状がある場合は、調理など食べ物を触る作業をしないこと

### \* 感染者の嘔吐物や排泄物を適切に処理し、感染を広げないようにしましょう

### \* 加熱が必要な食品は、中心部までしっかり加熱しましょう

カキなど二枚貝の場合は、中心部に85℃～90℃で90秒以上加熱しましょう。

まな板・包丁・食器・ふきん・タオルなどは熱湯（85℃以上）で1分以上の加熱が有効とされています。

## 感染したら

有効な抗ウイルス剤がありませんので、対症療法を行ないます。

嘔吐がある場合は、水分を少しずつ補給しましょう。電解質濃度の高いイオン飲料（経口補水液）をとることで脱水症を防ぐことができます。

体力の弱い乳幼児や高齢者は脱水症状を起こしたり、体力を消耗しないように、水分と栄養の補給を十分に行ないましょう。下痢止めなどの市販薬は服用しないようにし、脱水症状がひどい場合は、早めに受診しましょう。

### 経口補水液



sakura's  
kitchen

さくら's キッチン

さくら総合病院 栄養科監修  
美味しい&ヘルシー  
レシピ

「小さい時、風邪をひくとリンゴのすりおろし汁を親が用意してくれた。」という話を聞いたことがあります。今回はリンゴジュースを使った経口補水液の紹介をいたします。

## 風邪をひいたときのリンゴジュース

### \* 手作り経口補水液(ORS)の作り方 \*

#### 【材料】

- リンゴジュース(濃縮還元)  
.....710ml
- 水.....290ml
- 食塩.....3g

#### 【手作りORSとOS-1の比較】

	Na (mEq/l) [ナトリウム]	Cl (mEq/l) [クロール]	K (mEq/l) [カリウム]	ぶどう糖
手作りORS	51	51	20	2.5%
OS-1	50	50	20	2.5%

冬場でも水分摂取量の低下や、感染症による下痢・嘔吐などで脱水をおこすことがあります。

冬でも水分摂取を心がけ、下痢・嘔吐などがひどい場合は我慢せず、病院受診も検討してください。

### ひとことアドバイス 【リンゴの豆知識】

リンゴから発見されたりんご酸は運動後の疲れをとるのに効果的です。皮にはコレステロール低下作用のあるペクチンや抗酸化作用のあるアントシアニンが含まれています。

# Information 2015.12

インフォメーション

12/19  
土曜日  
13:00-13:40

## 第45回 健康を守る教室 感染症について

感染症に関する知識や対策についてご説明いたします。  
セラバンドを使った体操の実演もありますので、お気軽にご参加ください。

[参加費] 無料・予約不要  
[場所] さくら総合病院コンドル館1F  
皆様お誘い合わせの上、ぜひご参加ください。

12/27まで  
開催中  
17:00-21:00

**国営木曾三川公園 138タワーパーク**  
約50万球のイルミネーションが施され、開園20周年記念として「やすらぎの池」にも装飾が登場します。  
※土日祝、12/18-27は22:00まで点灯します。  
[場所] 一宮市光明寺字浦崎21-3

1/15まで  
開催中  
17:00-22:00

**小牧駅周辺イルミネーション2015**  
市制60周年記念事業として「夢 TSUNAGART(つながると)」をテーマに見るだけでなく、光の中で遊ぶことができるイルミネーションが登場します。  
[場所] 小牧駅周辺 小牧にぎわい広場

12/31  
木曜日

**成田山名古屋別院大聖寺 除夜の鐘**  
12月中旬の大煤払い、28日の納め不動につづき、大晦日には除夜の鐘がつかれます。一般の参拝者108人も鐘をつくことができます。(無料)  
※整理券配布/22:00~(先着180人のみ)  
[場所] 犬山市犬山北白山平5

患者さんのための Library

OPEN

さくらの森 通信 

月曜日-金曜日  
9:00~11:45  
12:45~17:00

本館 2階 脳卒中脊椎脊髄センター前

### 今月の図書紹介



お客様 従業員 家族を  
**ノロウイルス**  
食中毒・感染症から  
**まもる!!**  
その知識と対策  
野田 衛 (著)  
丸山 務 (監修)

冬が近づくにつれ、よくニュースなどで耳にするノロウイルスは、潜伏期間がありアルコール消毒では

対応できないなど、食中毒や感染症の予防が大変困難です。本書では基本的な知識と具体的な対策を分かりやすく解説します。カラーイラストと図表を交えた説明は、専門的な内容でも理解しやすく、食品を取り扱う職場や、集団施設で働く人だけでなく、ご家庭での対応にも参考になる1冊です。

病気・治療・検査・薬に関する医学書や小説などの一般書や、DVD、パンフレットの他にインターネットによる医療情報の検索も可能です。是非、お気軽にご利用ください。

### 数独の解答

#### ■ 問題 1

5	9	1	8	3	4	6	2	7
8	7	4	2	6	1	3	9	5
3	6	2	5	9	7	8	1	4
9	4	7	1	5	3	2	6	8
1	3	8	6	4	2	5	7	9
6	2	5	7	8	9	4	3	1
7	5	3	9	2	8	1	4	6
4	8	9	3	1	6	7	5	2
2	1	6	4	7	5	9	8	3

#### ■ 問題 2

3	6	7	2	9	5	4	8	1
8	2	1	4	3	7	9	6	5
4	5	9	8	6	1	2	3	7
1	8	2	3	5	4	7	9	6
7	4	3	6	1	9	5	2	8
6	9	5	7	2	8	3	1	4
2	1	4	5	8	3	6	7	9
9	7	6	1	4	2	8	5	3
5	3	8	9	7	6	1	4	2

数独の答え合わせは山折

### さくら総合福祉センターからのお知らせ

ご病気や冠婚葬祭、ご旅行などで今日からでも一時的に介護ができなくなった場合などにぜひご利用ください。

ショートステイ 太郎と花子  
ご予約受付中

ショートステイ専用 TEL:0587-95-0134