

# ほほえみ

がん  
特集④

「早期からの緩和ケア」を目指して

緩和医療部 准教授 ひらやま たけし  
平山 剛

● 職場探訪「通所リハビリテーション編」

● トピックス

- ・第27回茨城県がん学会において  
優秀賞を受賞
- ・専門看護師(CNS)
- ・看護部長ご紹介
- ・初期研修医挨拶

● 医療連携紹介

● 市民公開講座のご案内

● 第1回「子育てあみ〜こ」のご案内

最新医療を知ろう

「腰痛はなぜ起こる?どう治す?」

最新のMRIによる診断と専門治療

整形外科 准教授 さかい しんすけ  
酒井 晋介

東京医科大学茨城医療センター

<http://ksm.tokyo-med.ac.jp/>

発行日：2018年4月1日

発行人：病院長 小林 正貴

発行所：東京医科大学茨城医療センター

〒300-0395 茨城県稲敷郡阿見町中央3-20-1 TEL029-887-1161 (代)



## 「早期からの緩和ケア」を目指して



緩和医療部  
准教授  
ひらやま たけし  
平山 剛

日本内科学会 認定内科医  
日本消化器病学会 専門医  
日本肝臓学会 専門医

皆様は、「緩和ケア」にどのようなイメージをお持ちでしょうか。「みどりの医療」、「終末期医療」といったイメージをお持ちの方が多いのかもしれませんが、特に、外科手術や、抗がん剤による化学療法、放射線治療といった、がんの治療をされている方々は「緩和ケア」なんて自分とは無縁なもの、あるいは無縁であっ

てほしいと考えておられることでしょう。

「緩和ケア」という言葉自体は、世間に広く認知されるようになりましたが、「緩和ケア」の中身については少し誤解されている印象があります。

「緩和ケア」の目的は、がん患者及びその家族の苦痛やつらさを緩和することです。苦

痛やつらさとは、痛みなどの身体的苦痛だけではなく、精神的苦痛、がんの診断された時から不安を感じたり、気持ちが落ち込んだりする精神的苦痛、がんの治療による金銭的問題や、今の仕事に支障が出るかもしれないといった社会的苦痛、また、(例えるのは難しいのですが、)自分の存在そのものを問いかけたくなるスピ

リチュアルな苦痛、といった様々な苦痛があります。これらの苦痛は、それぞれが独立したものではなく、複雑に関係している場合も少なくはありません。

そのため、がん患者及びその家族の苦痛やつらさを緩和するためには、身体的苦痛、精神的苦痛、社会的苦痛、スピリチュアルな苦痛といった様々な苦痛に個別に対応していくのでは不十分です。全ての苦痛に目を配り、配慮しながら、「全人的苦痛」として対応していくことが必要とされています。

さらに、がん患者及びその家族の苦痛やつらさを「全人的苦痛」として捉えると、「みどり」や「終末期」に限らず、がんが診断された時、抗がん治療を受けている時から、苦痛やつらさを緩和する必要が

生まれてきます。また、広い分野にわたる苦痛に対応するためには、医療従事者(例えば、主治医)が個人で取り組むには限界があります。医師、看護師のみならず、様々な医療従事者が協力して取り組むこと、すなわちチーム医療が重要です。

本院も含めて、全国にがん診療連携拠点病院が存在します。がん診療連携拠点病院では、活動の一環として緩和ケアに重点を置くことが要求されています。そのため、各拠点病院では「緩和ケアチーム」を編成しています。

緩和ケアチームは、医師(内科・精神科)、専門看護師、薬剤師、ソーシャルワーカー、栄養士等の多職種で構成されています。がんの種類、進行度に関係なく、がん診療に携わる診療科と連携しながら、医療

者一人では対応の難しい、複雑な症状緩和や終末期の諸問題に、それぞれの専門分野を生かしながら、チームとして対応しています。

専門的な緩和ケアを提供する場として、緩和ケア病棟があれば良いのですが、本院には緩和ケア病棟がありません。本院で専門的な緩和ケアの提供は、入院患者に対しては、緩和ケアチームが、外来では緩和ケア専門外来が行なっております。

がんの種類や、進行度は関係ありません。がんが診断された時点から、苦痛やつらさは生まれてきます。その苦痛やつらさを、少しでも和らげることが、緩和医療部、緩和ケアチームの目標です。

今後も、より質の高い緩和ケアを提供できるように努力したいと思います。



### 緩和ケア外来

痛みをはじめとしたがん患者さまの苦痛を、全人的に和らげるための外来です。

毎週金曜日

9:00~15:00 担当:平山剛





## 「腰痛はなぜ起こる?どう治す?」 最新のMRIによる診断と専門治療



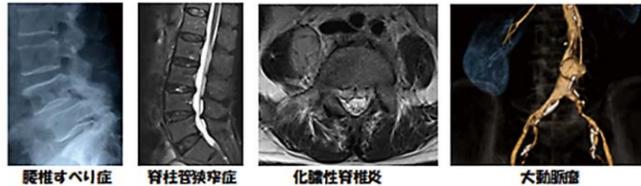
整形外科 准教授  
酒井 晋介

“腰痛”により多くの人が困っています。平成28年の国民生活基礎調査によると、腰痛は日本人の有訴率で男性の1位、女性の2位です。腰痛が引き起こす問題としては、“痛みによるつらさ”だけでなく、仕事などの社会生活の制限や、活動性の低下に伴い引き起こされる骨代謝の低下、生活習慣病、ロコモティブシンドロームなどもあります。腰痛には原因が一つの疾患として原因が特定できない“非特異的腰痛”があります、動作、姿勢による腰部への負担、筋肉(特に背筋)や骨の衰え、心理的な異常などが原因と考えられます。原因の疾患が特定できる腰痛としては、腰椎に原因のある脊柱管狭窄症、椎間板ヘルニア、腰椎すべり症、分離症、腰椎の悪性腫瘍(がん)、腰椎の感染症(化膿性脊椎炎)、骨折(圧迫骨折など)があげられます。腰椎以外の原因としては腹部大脈瘤などの大血管の病気や、腎臓、膵臓、子宮、卵巣などの病気も考えられます。診察、レントゲン検査、MRIによる精密検査などにより”非特異的腰痛”と“緊急性の高い腰痛”と”専門的な治療が必要な腰痛”との選別が行われます。一番頻度の高い”非特異的腰痛”は、時期ごとに適した薬物療法、運動療法を受けることが大事になります。また、自分の腰痛の状況を理

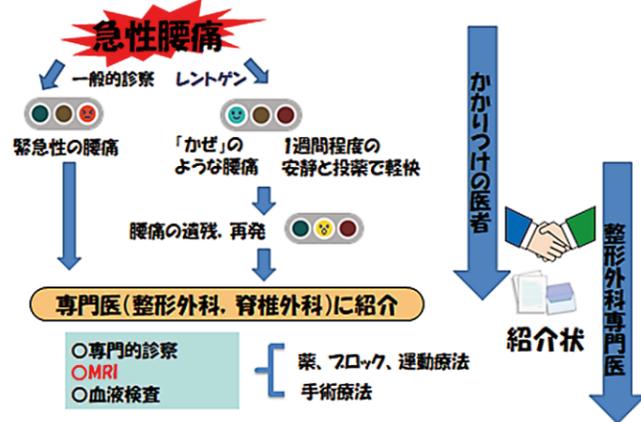
解し、腰痛と巧くつきあうことや、腰痛を予防することが最も重要です。“緊急性の高い腰痛”は癌や感染症などの稀であるが重篤な病気による腰痛です。診断には”レッドフラッグ”とよばれる、発熱や全身衰弱、麻痺などの注意が必要な所見の有無が重要となります。”専門的な治療が必要な腰痛”の代表は椎間板ヘルニア、腰部脊柱管狭窄症など

の神経障害を伴う腰痛であり、椎弓切除術や椎体固定術などの手術が必要となることがあります。骨粗鬆症に伴う椎体骨折(いわゆるいつの間にか骨折や圧迫骨折)に対しては骨粗鬆症の薬物療法 痛みに対する薬物療法、コルセットなどの装具療法が行われ、入院や手術が必要となることもあります。

- ・原因が特定できない腰痛 = 非特異的腰痛
- ・原因が特定できる腰痛
  - 腰部(皮膚、筋肉、骨、関節、靭帯、軟骨、椎間板、神経など)の問題
    - 脊柱管狭窄症、椎間板ヘルニア、腰椎すべり症、分離症
    - 悪性腫瘍(がん)、感染症、骨折、馬尾症候群(麻痺)
  - 腹部の大血管の病気
    - 解離性大動脈瘤
  - 内臓の病気
    - 腎臓、膵臓、子宮、卵巣など
  - 中枢神経の病気
    - 脳、頸髄疾患



### 地域における腰痛診療の流れ



## 職場探訪



## 通所リハビリテーションのご紹介



通所リハビリテーション「デイケアほほえみ」は要介護者または要支援者に対し、可能な限りご自宅で自立した日常生活が送れるよう、日帰りのスケジュールで食事や入浴などの日常生活上の支援や生活機能向上のためのリハビリテーションなどを提供している施設で、利用日は月曜日から金曜日(祝祭日を除く)の5日間です。

スタッフは16名(看護師長1名、看護主任1名、看護師4名、看護助手8名、理学療法士2名)で構成されています。主に個別リハビリテーションを中心に、利用者様の身体機能に合わせたプログラムで一人20分以上かけて行い身体機能の維持・回復へ繋げています。週一回のリハビリカンファレンスでは、担当医師、理学療法士、看護職員と共にリハビリ進行状況や食事・入浴での身体機能について意見交換を行い利用者様に合わせた生活支援を提供す

ることで、利用者様から「外出ができるようになった」「台所に立つことができた」「トイレに行けるようになった」との声が聞かれています。

また、椅子に座ったままの体操や玉入れ、風船バレーなどチームで楽しめるものを通して機能回復に向けており、クイズ・塗り絵など脳トレを行うことで指先の機能回復だけではなく、認知症予防にも繋げています。

今後も、利用されている方々が安全で楽しく、そして、「ほほえみに来て良かった」と言ってもらえるようスタッフ一同、日々サービスの向上に努めていきたいと思っています。

(看護部 鈴木久恵)



## 第27回茨城県がん学会において優秀賞を受賞

平成30年1月28日、第27回茨城県がん学会において発表した「腹部術前シミュレーション用CTにおける血管描出向上についての検討」で優秀賞を賜りました。

当センターでは、近年、術前シミュレーション用の腹部血管3D-CT画像画像の作成依頼が増加しており、その際は、目的血管の描出に適した撮影条件や撮影タイミングを選択しています。しかし、通常の撮影を行ったあと、追加で3D画像作成の依頼を受けることがあります。その場合、満足できる画像が提供できないことをしばしば経験しました。これを改善するために、通常の撮影後に血管構築を行う際、より詳細な血管構築画像を作成する方法として、画像再構成用ワークステーション付属のスムージングフィルタ



の有用性を検討し報告しました。

今後、本研究をさらに発展させ、質の高いシミュレーション画像を構築することで、少しでも手術支援に貢献していきたいと考えております。

(放射線部 診療放射線技師 新井 元)

## 看護部長ご紹介

この度、3月1日付で茨城医療センターに着任いたしました看護部長の高城と申します。

近年の保健医療福祉環境が大きく変化している社会情勢を背景とし、2025年に向けての地域包括ケアシステムの充実をより一層推し進めていかなければならないと考えております。そのためには近隣地域の医療施設の皆様との連携強化をさらに深め、多くの地域住民の方々に信頼され一人でも多くの方に選んでいただける病院になるよう粉骨砕身の思いで頑張ります。これから皆様の御指導・御鞭撻の程、何卒よろしくお願い申し上げます。



看護部長 高城 由紀

## 初期研修医挨拶

この度、東京医科大学茨城医療センターで初期研修として勤務することになりました吉峰 悠斗です。

私は、東京医科大学出身でも茨城出身でもありません。しかし、東京医科大学の友人の勧めを受け、大学6年生の時に病院見学を致しました。その際、医師と他の医療スタッフの仲の良さ、職員の方の明るさ、そして診療科を超えたチームワーク、また自分の希望を出来る限り尊重していただける研修体制に心を惹かれ入職を希望致しました。

大学病院でありながら地域密着型の医療を提供している当院で研修できることに感謝し、より多くのことを学び、後悔せぬよう1日1日を大切に研修医一同、日々精進して参りますので、ご指導ご鞭撻のほど宜しくお願い致します。



左から村上 弘吉、中川 俊一郎、吉峰 悠斗、林 明慶、川又 吾朗

## 専門看護師 (CNS)

専門看護師は、日本看護協会が認定している水準の高い看護を効率よく行うための技術と知識を深め、卓越した看護を実践できると認められた看護師です。看護師として5年以上の実践経験を持ち、看護系の大学院で修士課程を修了した後、専門看護師認定審査に合格することで取得できる資格です。私は2002年に集中ケア認定看護師資格を取得し経験を積んでいく中で「集中ケア領域における看護とは何か」について深く学びたいと思うようになりました。多くのサポートを得て、働きながら大学院で学び2017年に資格を取得し、当センターの専門看護師第一号となりました。

生命が危機状態の患者の多くは、自らの思いを伝えられる状態ではありません。また、そのような状況の家族の心労は計り知れません。専門的な視点、知識、技術で重症な患者・家族の思いを汲み取り、少しでも早く危機的状況から脱することができるよう、患者様中心のチーム医療の推進・他職種間の調整役割を担い、多岐に渡った組織横断的活動を行っていきたいと思います。



集中ケア認定看護師  
急性・重症患者看護専門看護師  
石塚かつ子



# 医療連携紹介

当院との医療連携登録医療機関を紹介するコーナーです。  
第48回目は、松本クリニック(龍ヶ崎市)をご紹介します。

## 松本クリニック

皮膚科一般・形成外科手術・美容外科手術・レーザーなど

龍ヶ崎市馴柴町650-1

TEL 0297-62-4747(代表)  
美容外科専門ダイヤル 0297-85-4120



院長  
まつもと ふみあき  
松本 文昭

当院は旧松本皮膚科医院を継承して移転・開院してから今年でちょうど10年になります。

院長は皮膚科専門医・形成外科専門医ですので皮膚疾患から美容治療まで幅広く診療できるのが特徴で、入院を必要とする重症の方や悪性腫瘍などを除き、出来る範囲ではありますできるだけ地元で治療できるように最新設備を整えております。

東京医科大学茨城医療センターには重症の方や治療の難しい方を診て頂いており大変お世話になっています。地域医療をさらに充実させていくためにも病院とクリニックの連携がとても重要となりますので、これからもよろしくお願ひ申し上げます。



### 診療時間

皮膚科 9:00~12:30 14:30~18:00 月・火・水・金・土(午前のみ)  
形成外科 9:00~12:30 14:30~18:00 月・金・土(午前のみ)  
美容外科 火曜日午前・水曜日午前・土曜日午後(完全予約制)  
内科 9:00~12:30 月・水・金

### 休診日

木曜日  
日曜日  
祝祭日

## 市民公開講座のご案内



### 第66回 「脳腫瘍は本当にこわい？」 画像や機器を駆使した治療法

平成30年6月30日(土) 14:00~15:00

講演者:脳神経外科 齋田 晃彦

会場 東京医科大学茨城医療センター医療福祉・研究センター1F 多目的ホール

入場無料  
申込み不要

どなたでも  
ご自由に参加できます

### 東京医科大学茨城医療センター小児科 第1回 子育てあみ〜ご

平成30年6月23日(土)

10:50~12:30(10:30受付開始)

場所:東京医科大学茨城医療センター中会議室

参加費  
無料

①小児科の上手なかかり方  
小児科助教 高橋 英城

②意外と知らない子どもの眠りのお話し  
小児科科長 呉 宗憲

ご夫婦、お子さま連れでの  
ご参加、お待ちしております！

