

なんぶ メール

Vol.34

2023 Summer

TAKE FREE

ご自由にお持ちください

済生会横浜市南部病院広報誌

｜特集｜ あなたや身近なひとが、「がん」と診断されたらどうしますか？

- ・がん薬物療法とは
- ・放射線治療とは
- ・リハビリテーションを行うことも など

「もしも」に備えるRRT !!



社会福祉法人

恩賜財団 済生会横浜市南部病院

あなたや身近なひとが、「がん」と診断されたらどうしますか？

もしもあなたや身近なひとが「がん」と診断されたらどうするか、考えたことはありますか？治療は？入院？手術？外来通院？仕事は？家族は？など、いろいろな考え事が尽きないかと思えます。今回はがんと診断されたとき、当院ではどういった治療やサポート体制があるのかについてお話します。

手術はすぐに行うの？

手術や内視鏡で腫瘍を切除するかどうかについては、がんの種類や進行具合によります。がんの大きさや部位、患者さんの状態や希望などを考慮し、医師が手術で腫瘍の切除が可能かどうかを判断します。外来での検査などで現状を確認して、手術や内視鏡で切除が可能と判断すれば、主に入院で治療するという流れになります。一方、転移などで切除が難しいと判断した場合には、薬物療法など別の治療法を第一に選択することがあります。多くの場合が手術だけ、薬物療法だけではなく、複数の方法を組み合わせる治療を進めていきます。

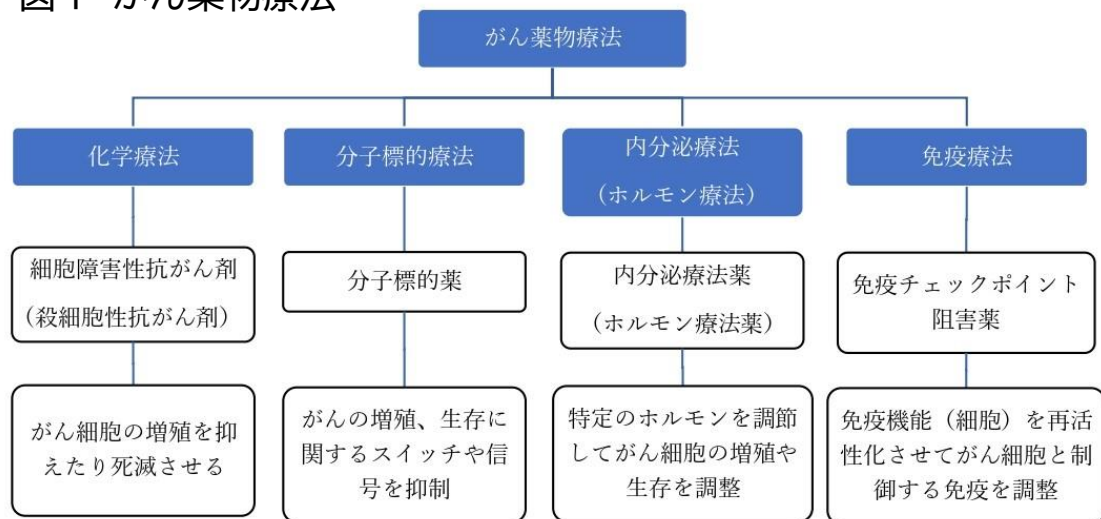
2022年度 入院患者数

肺がん	376
大腸がん	331
膵臓がん	203
膀胱がん	200
胃がん	184
乳がん	158
肝・胆嚢・胆管がん	139
女性器がん	100
食道がん	70
前立腺がん	50
その他がん	128

各がんの個別の解説はこちら



図1 がん薬物療法



がん薬物療法とは？

がん薬物療法とは、薬を使ったがん治療のことで、治癒(がんを治したり)、あるいは延命・症状緩和(がんの進行を抑えたり、がんによる身体症状を緩和したりすること)を目的として行います。

薬剤の種類

使用する薬剤の種類によつて、化学療法、分子標的療法、内分泌療法(ホルモン療法)、免疫療法などの種類(図1)があります。このうち化学療法は、細胞障害性抗がん薬、または殺細胞性抗がん剤と言われる種類の薬を使う治療のことです。いわゆる「抗がん剤」がこれにあたります。薬剤は、一種の薬剤だけを使う場合と、複数の薬剤を組み合わせる場合があります。

投与経路

薬の種類により飲み薬、点滴や注射があり、末梢静脈(腕の血管など細い静脈)や中心静脈(頸部や鎖骨下などの太い静脈)に注入

したり、皮下に埋め込んだ「ポート」(図2)を介して、必要な時に薬剤を注入する方法があります。他にも、筋肉注射や皮下注射などもあります。

薬物療法が実施されるタイミング

がんの種類や病状などによつて異なりますが、通常であれば、数週間から数ヶ月の間に何回かに分けて薬の投与が行われます。

集学的治療

薬物療法単独のことや、手術治療(術前、術後)や放射線治療などの他の治療と組み合わせる(集学的治療)こともあります。

副作用

細胞障害性抗がん剤の副作用には、治療直後に出現するアレ르기反応や、治療から1〜2週間程でみられる吐き気や食欲低下、だるさ、口内炎、下痢など

外来薬物療法

以前は入院による薬物治療が主流でしたが、支持療法と長期間の投与に適した医療機器を組み合わせ、外来での薬物療法が主流となりました。

の症状のほか、2週間以降からみられる脱毛や手足のしびれ、皮膚の異常(色素沈着や乾燥など)など、症状が出てくる時期がある程度一定しています。また、肝機能障害や腎機能障害、血液の異常(白血球減少や血小板減少、貧血など)といった採血でしかわからないものもあります(図3)。がんとその薬物療法による症状をやわらげるために鎮痛剤や制吐剤などを使って症状を抑える、支持療法の進歩により薬物療法の負担は軽減されています。

図2 ポート (経内頸静脈)

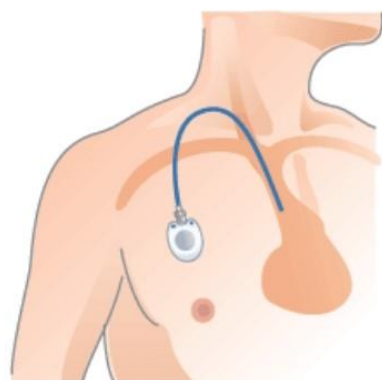
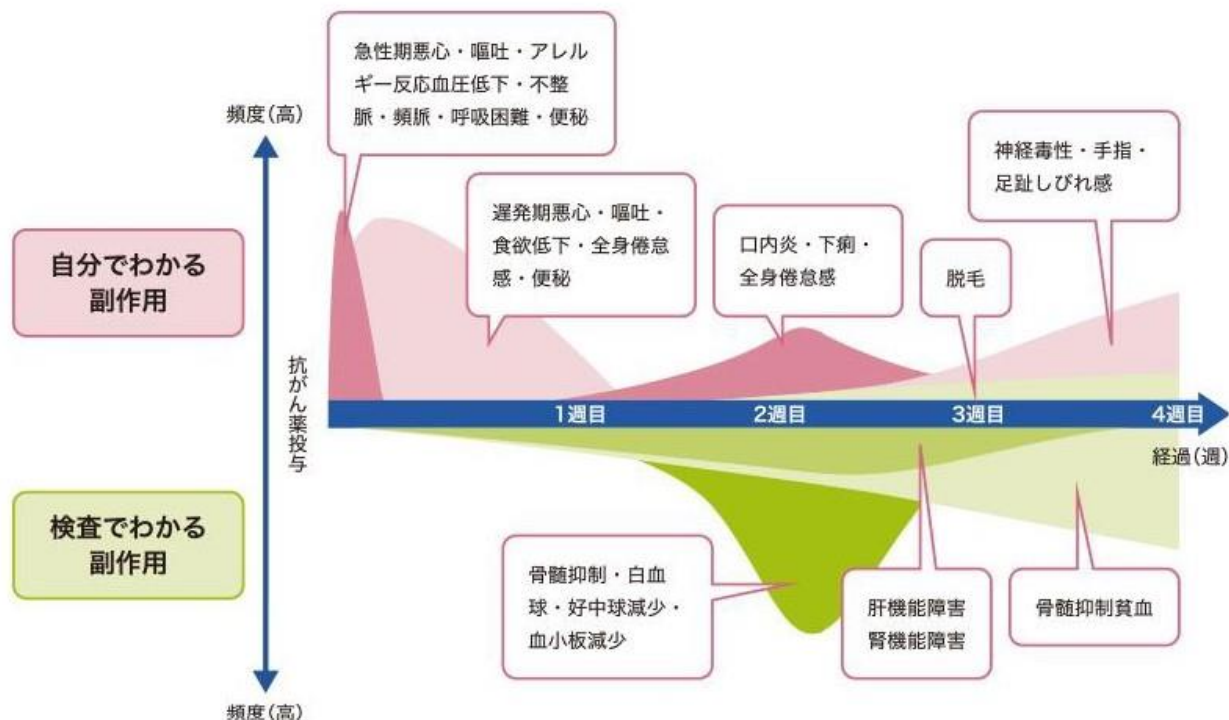


図3 有害事象



日本乳癌学会編:患者さんのための乳がん診療ガイドライン 2019 年版, 金原出版, 2019, p165

(インフォームドコンセントのための図説シリーズ 抗悪性腫瘍薬 肺がん 改訂版, p11, 医薬ジャーナル社, 2011 より一部改変)

働く世代のがん患者さんへの サポートにも力を入れています！

がん相談支援センターでは、お仕事をしながら治療をされている患者さんの「仕事と治療の両立」を支援しています。事前の予約制になりますが、社会保険労務士という就労に関する専門家との相談も可能です。

例えば

- ・仕事を休む時に、何か使える制度はあるの？
 - ・職場の上司や同僚にどのように話せばよいの？
- などなど

再就職をしたい方、やはり退職を考えたいなどのご相談もあります。

📞 お問い合わせ・予約についてはP 6 へ

今後の展望

がんゲノム診療は、がん細胞の遺伝情報を解析し、最適な治療法を選択する、個別化医療のひとつとして注目されています。その他にも新しい治療法や薬剤が開発されることにより、副作用を軽減しながら治療効果を高めることができるようになるでしょう。



放射線治療とは？

放射線治療とは、レントゲン撮影よりも高いエネルギーの放射線を、がんなどに毎日少しずつ当てる治療です。正常な箇所への副作用を最小限に抑えながら、治療効果を最大限に得ることができます。放射線治療期間中、平日は毎日来ていただき、決められた回数終了するまで行います。（通常1か月半〜2か月ほど、土日祝日は休み）

治療前

まずは放射線治療医の診察を受け、治療の方法や方針の相談を行います。次に放射線の当て方を決めるためのCT撮影を、診療放射線技師が行います。（図1のCTを使用）実際に放射線治療をする姿勢になっていただき、この画像をもとに放射線の当て方を決めるため、とても重要です。毎日同じ姿勢で同じ箇所当てるように、身体にペンやシール（図2）で印をつけさせていただきます。撮影終了後、看護師から詳しい治療の流れを説明します。



図1



図2

治療開始

初回はCT撮影の際につけた印をもとにして身体的位置を合わせ、X線画像を撮影し、当てる位置を確認したうえで放射線治療を行います。（図3のリニアックを使用）最初は15〜20分ほどかかり、回数が増え、慣れていくと時間は少し短くなります。放射線を当てているときは痛みや熱感はありません。

治療期間中

週に1度、放射線治療医の診察を受けていただき、当てる箇所や体調の変化を確認します。回数が進むと様々な症状が出てきますので、日々看護師と診療放射線技師で観察します。必要なときは医師に相談し、治療中も安心して生活を送れるよう、サポートいたします。



図3

放射線と聞くと、「こわい」「危ない」などのマイナスのイメージを持たれる方も少なくないと思います。もちろん、むやみやたらに使用すれば危険でこわいものですが、放射線治療では当てる放射線の量や箇所など、毎日確認しながら厳密に管理しています。当たってほしいところには必要な量しっかり当てる、当たらないところには当たらないよう、細心の注意を払いながら放射線治療を行っています！



診療放射線技師

リハビリテーションも大切

がんのリハビリとは？

がんそのものから生じる「症状」や「がんの治療」から生じる問題に対して予防や改善を図ることが、主ながんのリハビリの『目的』となります。また、がんのリハビリでは病期（がんの進行度）によって目的が異なります。その病期は大きく4つにわけることが出来ます。「がんの発見期」では、がんと診断された早い時期から開始します。機能障害はおこっていないがその予防が目的となります。「治療開始期」では、機能低下・能力低下に対して最大限の機能回復が目的となります。「再発・転移期」ではがんが増大し、機能障害が進行しつつある患者さんの運動能力の維持、改善を試みます。そして、自助具の使用、日常生活の指導、筋力低下や関節拘縮などの予防を図ることが目的となります。「積極的治療が難しい時期」では、患者さんの要望を尊重しながら、身体的、精神的、社会的にも質の高い生活が送れるように援助することが目的となります。

セラピストも一緒に

がんの予防や治療に向けた身体機能向上、治療に伴う安静やがんの影響による身体機能低下の予防や改善に対して筋力トレーニング等の運動療法を提供します。がんや治療により動作に制限が生じた際には安全に遂行できるような動作や、症状が緩和されるような姿勢や動作と一緒に考えていきます。また自宅退院に向けて自宅の環境や介護のアドバイス、社会資源の導入が必要な場合には多職種と協働して行っていくきます。それ以外にも、がんの発症部位や治療により生じる症状や心理的な問題に合わせて、一人ひとりにあったリハビリを提供いたします。

運動するにあたっての注意点

食事の前後1時間は運動を控えましょう。いたみや動悸、息苦しさを、強い倦怠感がある場合は速やかに中止し、担当医などに相談を。翌日までに疲れが残らない程度が運動量の目安です。

お手軽筋力トレーニング

上記及び下記の注意点を一読してからはじめましょう。回数は、10～15回（左右1分間ずつ）を1セットとし、各運動3セットを目標、頻度は2～3回/週を目途にし、息を止めないように回数（時間）を数えながら行いましょう。

かかとあげ運動

- なるべく膝をのびしたまま、かかとを上げて背伸びをします。
※後ろや前に倒れそうときは前につかまるものを準備しましょう。



片足立ち

- 床につかない程度に片足を上げ、姿勢をまっすぐにして片足立ちをします。
- 転倒しないように机や椅子、壁に手について行いましょう。



スクワット

- 足を広げて立ち、スクワット運動をします。
- 膝をしっかり曲げ、ゆっくりお尻を下ろします。
- 膝を伸ばすときは、お尻をすばやく上げます。



体調の悪いときは、無理せず、勇気をもって休むことも大切です。長く続けるためには無理は禁物です。



相談などサポート体制が整っています

がん相談支援センター

南部病院では、がんの診断を受けた患者さんやそのご家族を全面的にサポートする体制を整えています。がんに関する様々なご相談に専門のスタッフが対応しています。

一人で悩まず、まずは「がん相談支援センター」でご相談ください。南部病院にかかったことがない患者さんやご家族でも利用できます。

- ・がんについて「知りたい」
- ・緩和ケアについて「知りたい」
- ・セカンドオピニオンについて「知りたい」
- ・療養生活について「聞いてみたい」
- ・自分の家から近い病院について「知りたい」
- ・心の悩みを「誰かに聞いてほしい」
- ・仕事や経済的なことで「心配がある」
- ・家族のことを「相談してみたい」

電話と面談による相談ができます。

毎週月～金曜日
9:00～17:00
予約不要・無料



がんサロン「ももの会」

がんの患者さんやご家族が自由に語り合い、交流を深める場所として「ももの会」という患者サロンを開いています。

「他の人はこんな時どうしているんだろう」「同じ病気のひとと語り合いたい」という方は、お気軽にお越しください。

毎月第1木曜日
14:00～15:00
事前予約制・無料



緩和ケア教室

がん患者さんの大きな心配事の一つに痛みがあります。

「痛みがでたらどうしよう」「痛みがあるけれど大丈夫?」

緩和ケア教室は、がんによる痛みとはどういうものか、痛みを和らげるためにはどのような方法があるのかを知るための勉強会です。

がんの痛みはうまくコントロールすればこわいものではありません。一度参加してみませんか。

毎月第2水曜日
13:30～14:30
事前予約制・無料



アピアランスケア外来

アピアランスケアとは、「医学的・整容的・心理社会的支援を用いて、外見の変化を補完し、外見の変化に起因するがん患者の苦痛を軽減するケアである」と定義されています。がん治療による脱毛や皮膚・爪の障害などの外見の変化のために、前向きになれない、外に出たくないといった悩みを抱える方が、自分らしさを取り戻すことができます。当院では、外見の変化への対策について個々の患者さんの相談悩みに対応するためのアピアランスケア外来と、外見の変化への対策について皆で学ぶためのアピアランスケア教室を行っています。

月曜日～金曜日
11:00～16:00
事前予約制・無料



※問い合わせ・予約について

各QRコードからご確認ください

南部がんサポートLINE、開設しました！

「がん相談」や「緩和ケア」についてのコラム、「生活支援(就労や家族等について)」や「療養の仕方」などについての情報を定期的に配信していきます！

ぜひ右のQRコードから友だち登録をお願いします！



新任主任部長ご挨拶

～略歴～

1992年 関西医科大学医学部卒業
 1992年 岡山大学第2外科 入局
 1997年 岡山大学第2外科 医員
 2002年 米国ペンシルバニア州
 ピッツバーグ大学医学部
 研究員
 2004年 東京大学医科学研究所
 先端医療センター
 外科・臓器細胞工学 助手
 2007年 帝京大学医学部附属
 溝口病院外科 講師
 2015年 横浜市立大学附属
 市民総合医療センター
 消化器病センター 外科講師
 2019年 済生会横浜市南部病院
 外科 部長
 2023年 済生会横浜市南部病院
 外科 主任部長

● 専門：大腸

外科

むしあけ ひろゆき
 虫明 寛行



私たち南部病院の外科は、ヘルニア、虫垂炎、胆のう結石症などのいわゆる一般的な良性疾患から、がん診療連携指定病院として専門医のもとに食道がん、胃がん、大腸がん、肝がん、膵がんなどの消化器がんと乳がんを診療しています。
 常に患者さんを中心に考え、妥協を許さない質の高い手術、高難易度手術、患者さんの身体に優しい手術のみならず、化学療法や先端の知識と技術を皆さまに提供できるよう日々研鑽を続けています。
 また、地域の先生方からの信頼と絆をより深め、医療連携をすすめていきたいと考えております。どうぞよろしくお願い申し上げます。

～略歴～

2001年 横浜市立大学医学部卒業
 2001年 日本赤十字社医療センター
 研修医
 2003年 横浜市立大学大学院
 運動器病態学
 2006年 米国オハイオ州
 クリーブランドクリニック
 リサーチフェロー
 2009年 横浜市立大学附属市民総合
 医療センター 指導診療医
 2012年 横浜市立大学附属病院 助教
 2017年 国立病院機構
 横浜医療センター 医長
 2020年 国際医療福祉大学熱海病院
 准教授・副部長
 2021年 横浜保土ヶ谷中央病院
 診療部長
 2023年 済生会横浜市南部病院
 整形外科 主任部長

● 専門：膝関節

整形外科

こばやし ひでお
 小林 秀郎



令和5年4月より済生会横浜市南部病院の主任部長として赴任しました。私は平成15年に横浜市立大学整形外科に入局し、整形外科全般に幅広く経験を積んで参りました。その中でも、膝関節疾患、特に各種膝周囲骨切り術、人工関節手術を専門としております。
 整形外科領域のさまざまな疾患に対して的確な診療を行い、最適な治療を提供すると共に、専門分野の膝関節疾患についても積極的に取り組んでまいります。患者さん一人ひとりの気持ちに寄り添った医療を行い、地域の整形外科医療に貢献していく所存です。どうぞ宜しくお願い申し上げます。

「もしも」に備えるRRT !!

こんにちは、済生会横浜市南部病院の急変時対応チーム (Rapid Response Team; RRT) メンバーで救急科医師の廣見太郎です！今回はRRTの取り組みを紹介します！

RRTってなに？

万が一、院内で急に具合が悪くなった患者さんがいた場合、早期に発見して速やかに治療介入をすればするほど、大事に至る前に、後遺症を少なく患者さんを回復させることができます。また、具合が悪くなる前に患者さんに早期に治療を行うことで、大事に至ることを防ぐことができます。

通常は主治医の先生がこれらの具合の悪化や、その前兆に対応し、事なきを得ていることがほとんどです。しかし、主治医の先生方も外来業務や、検査、手術などですぐに対応できないこともあります。そのような場合に、具合が悪くなった患者さんへの治療介入が遅れてしまうことのないように立ち上がったチームがRRTです。



なにをしているの？

Check!



RRTは、救急科医師と診療看護師で構成されています。毎朝RRTのメンバーで病棟を回診して、具合の悪い患者さんや、体調の悪化など、心配されている患者さんがいないか確認しています。そこでRRTで対応が必要な具合が悪くなった患者さんに主治医の先生と共に治療介入を行って、大事に至ることを防いでいます。

また、常に様々な病棟から具合の悪い患者さんや、病棟で心配されている患者さんがいた場合の相談を受け付けていて、RRTで患者さんの治療や看護ケアの提案をしています。概ね月8件程度の患者さんの治療のサポートを行っています。2021年に立ち上がり、患者さんの予測外の状態悪化を減らすことができます。

このように、RRTは病院にいる患者さんの安全を主治医の先生と共に守っています。南部病院に来院される患者さんが安心して当院で治療を受けられるよう、今後もサポートしていけたらと考えています！

初診Web予約が 可能な科が増えました！



初診の場合、一部の診療科を除きWebで予約が取れるようになりました！ぜひご活用ください！

〈Web予約が可能な科〉

消化器内科	皮膚科
呼吸器内科	泌尿器科
腎臓高血圧内科	産婦人科(婦人科疾患のみ)
糖尿病・内分泌内科	眼科
神経内科	耳鼻咽喉科
リウマチ・膠原病内科	歯科口腔外科
外科	心臓血管外科
乳腺外科	

し込みください。



Web予約はこちら



電話での初診予約はこちら



予約専用☎：045-832-8337

受付時間：平日9時00分～17時00分

面会再開のご案内

新型コロナウイルス感染拡大防止のために入院患者さんへの面会を禁止していましたが、2023年5月8日より再開いたしました。

面会可能時間

- ・大部屋 : 14時～17時
15分以内
デイルームの場合 2名まで
病室の場合 1名まで
- ・個室・2人室 : 14時～17時
15分以内、2名まで

受付方法

1階正面玄関・西口玄関近くに面会受付がございます。面会受付にて手続き後、病棟のインターホンを押してください。

注意事項

- ・体調の悪い方、マスクの着用ができない方は、面会できません。受付時の健康チェックにより、面会できない場合がございます。
- ・入院患者さんへの荷物受渡しのみの際は、上記面会時間内に限り、病室への訪室が可能です。できるだけ短時間で行ってください。
- ・ICU・CCUでの面会は、ご家族のみ10分以内です。
- ・産科・小児病棟での面会については、病棟へご相談ください。



当院の最新トピックやイベント情報・診療科の紹介などを日々ツイートしています。
@yokohama_nanbu

ご寄付のお願い

当院は、1983年の開院以来、横浜市の地域中核病院として安全で質の高い医療を地域の皆様方に提供することを理念とし、日々努力を重ねて参りました。

開院から40年近くが経過し、今後も地域中核病院としての役割を果たすため、移転新築による再整備事業を開始しています。当院が将来にわたって使命を果たし続けるために、皆様方のご寄付が大きな助けとなります。ご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。



お問い合わせ

総務課庶務係
045-832-1111 (内線209)

詳しいお申込み方法など



脳神経外科 完全予約制について

外来待ち時間短縮のため、脳神経外科では2023年4月1日より初診外来を完全予約制に変更しております。ご予約無くご来院いただいてもご受診いただけませんのでご注意ください。尚、現在完全予約制の診療科は以下の通りです。

完全
予約制

血液内科／脳神経外科／
皮膚科／眼科

初診のご予約は上記の通りお電話もしくは一部診療科に限りWEBにてお申込みいただけます。患者さんにはご面倒をお掛けいたしますが、ご理解いただけますようお願い申し上げます。

今回のなんばメールはいかがでしたか？

宜しければアンケートへご協力ください（登録不要・所要時間3分）。



済生会横浜市南部病院の理念

思いやりの心と質の高い医療で、地域の皆さまから信頼される病院を目指します

済生会横浜市南部病院の基本方針

- 一、良質な地域医療、救急医療による地域への貢献
- 二、他の医療機関との密接な連携と、患者さん中心の医療の実践
- 三、医療・保健・福祉サービスの総合的な提供
- 四、地域医療関係者および職員の相互研鑽

受付時間・休診日

- 受付時間** 毎週月曜日～金曜日
8時30分～11時00分
※再診・予約の方はこの限りではありません
- 休診日** 土日祝日
年末年始（12月29日～1月3日）
- 急患の方** 救急センター
※受診の際は必ず事前にお電話ください
電話：045-832-1111（代表）

紹介状をお持ちください

当院は原則として「紹介外来制」となっています。初診の際は、他の医療機関からの紹介状をご持参のうえ受診してください。

※小児科・新生児内科、産婦人科については紹介状がなくても受診可能ですが、その場合、初診時選定療養費をご負担いただきます。

また、症状が安定している患者さんは、かかりつけ医等への紹介を推進しております。

済生会横浜市南部病院広報誌

なんぶメール vol. 34 2023年7月発行

発行人／院長 竹林 茂生
編集制作／地域医療連携室



社会福祉法人

恩賜財団 済生会横浜市南部病院

〒234-0054 神奈川県横浜市港南区港南台3-2-10
TEL：045-832-1111（代表） FAX：045-832-8335
HP：<https://www.nanbu.saiseikai.or.jp/>