

らいふ

2013.7 No.58



「夏の薔薇(えにわガーデニング)」白石セツ子

●わかりやすい医学教室（泌尿器科）

「膀胱炎とは」

●もっと!!知りたい

「リンパ浮腫ケア外来」

●細胞検査士の紹介と抱負

●歯科シリーズ

ホームページ

<http://www.ojihosp.or.jp/>

—— 医療法人 王子総合病院理念 ——

「私たちは、みなさまの健康、医療、
介護を信頼と愛情で支えます。」

王子総合病院理念

みなさまの人格を尊重し、安全で最善の
医療を提供します。

基本方針

1. みなさまの意思（自己決定権）を尊重した、安全で信頼される医療の提供に努めます。
2. 地域基幹病院として、職員の研鑽に努め、人間愛に満ちた高度な総合的医療の提供に努めます。
3. 地域住民や医療機関との連携を緊密にし、地域の医療、福祉、保健の向上に努めます。



医療法人 王子総合病院

膀胱炎とは

泌尿器科医師 栗村 雄一郎



栗村 医師

膀胱炎とは？

膀胱は腎臓で作られた尿を一時的にためておく袋状の器官で、下腹部の中央に位置しています。膀胱内に尿がたまると尿意を感じ、膀胱が収縮することで排尿することができます。膀胱炎は、尿道から膀胱内に侵入した菌が膀胱内の粘膜に付着・定着し炎症を起こす疾患です。女性に多く、排尿時痛や残尿感など排尿に関する症状が出現しますが、発熱をきたすことはありません。膀胱粘膜は通常は肌色の平滑な粘膜ですが、炎症を起こすと赤く不整な粘膜となります。

原因

膀胱炎は、外界から膀胱内に侵入した菌によって引き起こされます。大腸菌が原因菌であることが多いですが、様々な菌が原因菌となります。解剖学的に女性は外尿道口と膀胱の間の距離が短いために外陰部の細菌が膀胱内に侵入しやすい構造をしています。そのため膀胱炎は女性に多く発症します。

通常は膀胱内に少数の細菌が入っても、膀胱粘膜に備わっている防御機能や尿の流れに伴う自浄作用によって細菌が洗い流されてしまうため、細菌が膀胱内に定着せず膀胱炎になることはありません。しかし、無理に排尿を我慢したり、冷えなどによって防御機能が低下したりすると、細菌が膀胱粘膜に定着しやすくなり膀胱炎が引き起こされます。

膀胱炎の重要な誘因としては、

性行為と閉経があります。性行為は会陰部に付着した細菌を尿道内に押し込んでしまうため膀胱炎になる危険性が高くなります。また閉経すると、女性ホルモン（エストロゲン）が分泌されなくなるために膣内の環境が変化し膀胱炎になりやすくなります。

男性は尿道が長く細菌が膀胱まで侵入しにくいため、排尿状態が悪くない男性に膀胱炎が起こる事はほとんどありません。よって男性に膀胱炎の症状がでた場合は、前立腺炎、尿道炎、膀胱癌、前立腺癌、尿路結石など膀胱炎以外の病気の存在や、また前立腺肥大症などで排尿状態が悪くなっているか検査する必要があります。

症状

膀胱炎の症状としては、排尿時または排尿後にしみる感じや疼痛がある（排尿不快感、排尿

時痛）、トイレへ行く回数が増える（頻尿）、排尿後にもまだ尿が残った感じがする（残尿感）、尿意が我慢しきれない（尿意切迫感）などがあります。膀胱炎のみで発熱をきたすことはなく、発熱があった場合は急性腎盂腎炎などの疾患に進展している可能性があります。急性腎盂腎炎まで症状が進展してしまった場合は入院治療が必要になることもあります。

診断

膀胱炎は、採尿した尿を遠心分離機にかけて、膀胱炎の原因となる細菌や炎症の細胞である白血球が尿中にいないかを顕微鏡で確認すると、すぐに膀胱炎の可能性があるかが判明します。また同時に尿の培養検査を行うことによって膀胱炎の原因菌を明らかにすることができず。培養検査は結果が判明するまでに数日かかりますが、抗菌薬治

療の効果がなかった際に原因菌に適した抗菌薬に変更することによって、確実に治療することができます。

治療

初期の膀胱炎の場合は飲水により尿量が増えただけで自然に治ってしまうこともあります。膀胱炎が完成してしまった場合は抗菌薬を服用する必要があります。通常の膀胱炎であれば、抗菌薬を3〜7日間ほど内服します。飲み始めて数日で症状は消失しますが、再発を予防するために最後まできちんと抗菌薬を服用する必要があります。抗菌薬をきちんと服用しても症状が改善しない場合や、一旦は症状が改善するもののすぐに同じ症状が出現する場合は、膀胱炎以外の病気がないか詳しく検査する必要があります。

膀胱炎の予防

膀胱炎の予防には、膀胱内に菌を侵入させない事と膀胱内に侵入した菌を定着させない事が重要です。

菌を侵入させないためには、外陰部を清潔に保ち、肛門付近の菌を尿道内に侵入させないようにしましょう。また、性行為の前後や排便後などは入浴やシャワーで外陰部を清潔に保つようにしましょう。排便後にトイレトペーパーを使用する際、「後ろから前へ」拭くと、肛門付近の細菌を尿道口に押し込んでしまうことになるので「前から後ろへ」拭くように心がけましょう。

菌を定着させないためには、水分を多めにとり尿をたくさん出し膀胱内の細菌を洗い流すようにする事が重要です。尿意を感じたら我慢しないで排尿すること、膀胱粘膜への定着を阻

害し菌数を減少させる事ができます。また、過労や冷えは自己免疫機能の低下をきたし、菌が膀胱に定着しやすくなります。睡眠を十分にとり規則正しい生活を心がけましょう。また下腹部や下半身を冷やさないようにしましょう。

（表）膀胱炎にならないためのポイント

水分	水分を多くとりましょう
排尿	尿意を我慢しないで排尿しましょう
清潔	外陰部は清潔に保ちましょう
過労	疲れをためないようにしましょう
トイレ(排便時)	「前から後ろへ」拭きましょう

もつと!! 知りたい

「リンパ浮腫ケア外来について」



産婦人科外来

正木久恵



外科外来

目黒早苗

リンパ浮腫って知っていますか？

最近では、テレビや雑誌にも多く報道されるようになりました。

がんを発症し手術を受けられた方達の中で「リンパ節郭清（リンパ節を切除すること）」について「リスクとしてリンパ浮腫になる事もあります」と説明を

受けた方もいるでしょう。

多くの方たちは「リンパ節郭清って何だろう?」「リンパ浮腫って何だろう?」と不安に思ったのではないかと思います。

過去に子宮がんで手術をし「足が重い」「足の浮腫み（むくみ）をどうにかしてほしい」と訴える方や、乳がんで手術をした方達も、手の浮腫みで悩んでいる方達がた

くさんいました。

私たちは皆さんの不安や合併症のリスクを少しでも和らげるためのお手伝いをしたいと考えて、2010年9月よりリンパ浮腫ケア外来を設立しました。

当院で手術を受けた、乳がんと子宮がんの方を対象に、日常生活の注意点やセルフケアの自立を目的とした指導を行っています。

そこでリンパ浮腫について理解していただく為にお話ししたいと思います。

なぜリンパ節郭清をするのでしょうか

栄養を含んだ血液は動脈を流れ、毛細血管で老廃物と交換され静脈へと流れます。毛細血管で吸収できなかった細胞の老廃物や白血球成分を心臓に戻す経路をリンパ管といい、血管に沿って全身を流れています。そのリンパ管の経路の要所に点在してあるのがリンパ節といえます。

リンパ管に流れるリンパ液は、たんぱく質や脂質を多く含み、1日に2〜4リットルが全身をゆつくりと流れています。深呼吸や筋肉の収縮、腸の動きや動脈の拍動、皮膚への刺激によりリンパ液の流れが促進されます。リンパ節は細菌や異物を取り除くフィルターの役割をします。病的な細胞はリンパ節で増殖しリンパ節を介して全身をめぐる可能性があるので、リンパ節を取り除く必要があるのです。

リンパ浮腫ってなに

手術でリンパ節を取ると、リンパ液の流れが遮断され体内の組織へ漏れ出ます。

リンパ液は水分を引き込む性質があり浮腫みとして症状に現れます。骨盤内のリンパ節を切除すると下肢に浮腫が起こりやすくなります。リンパ節を切除しても今まで機能していなかった皮膚表面のリンパ管や新たに

再生されたリンパ管によってリンパ液が流れるようになります。しかし細く弱い管のため手術前に比べると流れが弱いのです。

すべての人に症状が現れるとは限りませんが、手術をしたことによりリンパ浮腫の起こる可能性は誰にでもあります。

早期発見と早期介入

2008年の診療報酬改定により、弾性着衣等の保険適用が開始されました。そのため、手術後にリンパ浮腫に対して、生活指導やセルフケア指導の早期介入が出来るようになりました。

リンパ浮腫の病態やセルフケアを知ることにより、患者さんが早く異変に気づき医師や看護師に相談することが早期介入につながります。そして「いつ浮腫むのか」という不安が軽減できるため精神的効果も大きいのです。

最後に

多くのリンパ浮腫患者さんは、劇的な浮腫の改善と完治を期待しています。しかし、リンパ浮腫には根治療法はなく、患者さんはリンパ浮腫とうまく付き合っていくしかありません。そのため患者さんのライフスタイルに合わせたセルフケアと日常生活の指導が必要です。

リンパ浮腫ケア外来では、当院で乳がん及び子宮がんの手術を受けた患者さんを対象としております。

「なにか変だな?」「リンパ浮腫かな?」と感じたら、気軽に声をおかけ下さい。医師の診察後、私たちリンパ浮腫ケア外来で担当させていただきます。



サロン

がんに関する様々な情報の提供、患者さんやご家族の交流・情報交換の場として、どなたでもご利用いただけます。(予約不要、参加費用無料)

開催要項

開催日時：毎月第3水曜日 13時30分～15時

場所：王子総合病院 がん相談支援室

内容：交流会(毎月)と勉強会(奇数月)の組み合わせで行っています。

勉強会内容

日程	活動内容
7月17日(水)	知っていますか? がん情報の正しい取り方、生活を支える様々な制度
9月18日(水)	がん患者さんの食欲 不振美味しく食べる工夫!
11月20日(水)	術後後遺症のリンパ浮腫 日常生活の注意点とセルフマッサージの方法を学ぼう!
1月15日(水)	抗がん剤治療による薬の副作用を知ろう!
3月19日(水)	がんの痛み 我慢しないで痛いと言おう!

【お問い合わせ先】

王子総合病院 がん相談支援室
☎(0144)32-8111 内線263・390

がんサロン
いずみ会のお知らせ



細胞検査士の紹介と抱負



小山内翔祐

査が行われています。

今回は細胞検査士とその業務について紹介させて頂きます。細胞検査士という職業は聞きなれない方も多いと思いますが、主な業務はがんの早期発見・診断を目的に患者さんから採取された細胞を顕微鏡で観察し、がん細胞やがんになる可能性がある細胞などを見つけ出し、その疾患を推定する事です。この検査は細胞診と呼ばれています。

細胞検査士が行う細胞診という検査の歴史は19世紀にさかのぼり、現在の子宮がん健診のもととなる子宮頸がんの細胞の発見に始まりました。超音波やCTおよびPET等の画像診断の進歩により、より微小な早期病変が多く発見されるようになり、このような病変に対し細胞診の重要性が高まりました。現在では子宮、膀胱、肺を代表として、甲状腺・唾液腺・乳腺・脾臓・胆管・胸腹水等を対象に検

人間の体は約60兆個の様々な細胞から成り立っており、がん細胞もその特徴は様々で一目でがん細胞と分かるものもあれば、正常の細胞と区別が難しい（似ている）がん細胞もあります。細胞検査士はこれらを見分ける必要や、時に数千〜数万個の正常の細胞の中から数個しかないがん細胞を見つける事が求められます。これには専門的な知識・技術が必要になるため、日本臨床細胞学会主催の細胞検査士認定試験に合格する必要があります。資格取得後は最新の知識や検査の精度を保つため、学会や講習会に参加して資格更新に必要な単位を取得し、4年に一度免許の更新を行っています。この検査は世界中で行われており、日本では約6000人が細胞検査士の免許を取得しています。当院では3名の細胞検査士がこの業務を行っています。

細胞はもともと無色透明に近く、日常の細胞診はパパニコロウ染色という染色を行い観察します。これにより細胞はオレンジやライトグリーンなどの色に鮮やかに染められます。この

他にも細胞質内の糖質、粘液などを染めて細胞の種類を調べる染色や、細胞が持っている特徴的な成分(目印)に対する抗体を反応させ発色させる染色などもあります。

細胞診は主にがんという疾患を対象とした検査ですので、これに携る細胞検査士はその責任を十分に認識する必要があります。特にがん細胞のなしい陰性の検体は、細胞診専門医を介さず細胞検査士のみによつて報告されるので、見逃しは絶対あつてはならない事です。当院ではこれを防止するために、少しでも疑問のある細胞は複数回の細胞検査士でダブルチェックを行い、細胞診専門医と連携し診断を行っています。また、近年では新しい分子標的薬の登場により、診断だけではなく治療方法の選択に細胞診の結果が関わる場面も増えてきており、さらに細胞診検査の精度の向上が求められています。

細胞検査士が患者さんと直接関わる機会が少ないですが、チーム医療の一端としての責任を果たし、細胞診という検査を通して患者さんによりよい医療情報を提供出来るよう、これからも精度の向上にスタッフ全員で努めていきます。

シリーズ

歯なじにならない話



歯科衛生士
井馬 加奈美

第38回

むし歯に負けない強い歯を

むし歯に負けない、なんでも食べられる。おいしく食事ができることは、それだけでも生活を豊かにしてくれます。そのためには強い歯が必要です。

強い歯をつくるための基本は、なんとといっても毎日の歯磨きです。ブラッシングでむし歯の原因となるプラーク（歯垢）をしっかりと取り除くことが重要です。

よい強い歯をつくるのに、フッ素が有効な働きをします。フッ素イオンが歯の再石灰化を促進して歯質を強化し、むし歯の発生を防ぐ効果があるのです。

歯科医院では、むし歯の有無や、ブラッシング指導、プラーク除去、フッ化物歯面塗布などの予防を行うフロフエッショナルケアを定期的

そして普段から正しいブラッシングとフッ素が配合されている歯磨き粉を使用するセルフケアを行う。むし歯に負けない強い歯をつくるためには、この両方が欠かせません。

外来診療案内

平成25年7月1日現在（都合により変わる場合があります。）

		月 曜 日		火 曜 日		水 曜 日		木 曜 日		金 曜 日	
		午 前	午 後	午 前	午 後	午 前	午 後	午 前	午 後	午 前	午 後
		担当医	担当医	担当医	担当医	担当医	担当医	担当医	担当医	担当医	担当医
内 科	内 科 診療室		藤 瀬			藤 瀬		藤 瀬		藤瀬 ※1	
循環器内科 午前 新患受付11:00	1 診	伊 藤		斉 藤		堀 田 (不 定 （パースメーカー外来）)		伊 藤	不 定	堀 田	
	2 診	大 畑	不 定	吉 田	不 定	吉 田	不 定	大畑 ※12		大 畑	不 定
	3 診	大 岩		大 岩		大 岩		不 定 ※11 (パースメーカー外来)		不 定	
	4 診	斉 藤		松 本		加 藤		松 本		加 藤	
神経・精神科	4 診										出張医 注④
呼吸器内科 午前 新患受付11:00	1 診	小 栗	鈴 木 (出張医)	河 井	小栗 ※3	小 栗	河 井	河 井	朝比奈 (出張医)	小 栗	猪 村 (出張医)
消化器内科 午前 新患受付11:00	3 診	奥 田	不 定 ※13	中 嶋	不 定 ※13	植 村	不 定 ※13	奥 田	不 定 ※13	植 村	不 定 ※13
	4 診	南		早 坂		南		中 嶋		早 坂	
	5 診										
血液腫瘍内科 午前 新患受付11:00	2 診	藤 見 (移植外来)	蟹 澤 (移植外来)	蟹 澤	神 原	藤 見	蟹 澤	蟹 澤	藤 見	蟹澤 ※4	神 原
外科・呼吸器外科	2 診	狭 間	細 井	京 極		狭 間	松 井	岩井 ※5		渡 邊	京 極
	3 診	渡 邊		岩井 ※5		岩 井	岩井 ※6 (乳腺外来)			松 井	岩井 ※10 (緩和ケア外来)
心臓血管外科	1 診	村 上				牧 野				村 上	森 (静脈瘤外来)
脳神経外科 午前 新患受付11:00	1 診	本 田 (出張医)		本 間		出張医		出張医		本 間	
神 経 内 科	2 診					久 原 (出張医)注④					
整 形 外 科 午前 受付11:00	1 診	鈴 木	鈴 木 (スポーツ外来)	鈴 木		小 甲		鈴 木	小甲／藪内 (スポーツ外来)	小 甲	
	2 診	小 甲		藪 内		藪 内		鈴木(裕)		藪 内	
産 婦 人 科	1 産	中 郷	不 定 (産後検診のみ)	勘 野		定免／前田		野 村		定 免	
	2 婦	野 村		中 郷		野 村		勘 野		定免／前田	
	3 診	定 免		定免／前田		勘 野		中 郷			
眼 科 午前 受付11:00	1 診	北 谷		北 谷		北 谷	北 谷	北 谷		北 谷	
	2 診	鴫 澤 (出張医)		鴫 澤 (出張医)		鴫 澤 (出張医)	鴫 澤 (出張医)	鴫 澤 (出張医)		鴫 澤 (出張医)	
耳鼻咽喉科 午前 受付11:00	1 診	太 田		太 田		太 田		太 田		太 田	太 田
	2 診	佐々木		佐々木		佐々木		佐々木		佐々木	佐々木
皮 膚 科	1 診	出張医 ※5				出張医 ※5				出張医 ※5	
泌 尿 器 科	1 診	田 口		栗 村	不 定	田 口		不 定	不 定	不 定	
	2 診	不 定		不 定		不 定		不 定		不 定	
小 児 科	1 診	小 林	福 島	小 林		鈴 木		鈴 木		小 林	鈴 木
	2 診	福 島		福 島	鈴 木 (エコー外来)		不 定 (乳児健診) (予防接種) 14:00開始	小 林	不 定 (予防接種)	鈴 木	鈴 木
	3 診		不 定 (1ヶ月健診)								
	4 診				武田 ※2 (心臓外来)		岡本 ※2 ※8 (腎臓外来)		田島 ※2 (内分泌外来)		
放射線治療科	1 診	北 原		北 原		出張医		北 原		出張医	
麻 酔 科 新患受付 11:00	1 診	田 中				渡 辺				浅野 ※9 (出張医)	
	術前診察	石 岡		田 中		菅 野		渡 辺		宇 野	
歯 科	1 診	岡 田	岡 田	岡 田	岡 田	岡 田	岡 田	岡 田	岡 田	岡 田	岡 田
	2 診	出張医	出張医	出張医	出張医	出張医	出張医	岡 田	岡 田	岡 田	岡 田 14:00～

※1：予約患者のみ／※2：月1回／※3：予約・新患は紹介患者のみ／※4：連携室又は医師(蟹澤・藤見)に直接連絡をしている予約のみ／※5：11:00まで／※6：新患のみ／※7：麻酔科外来にて／※8：受付13:30～15:00まで／※9：再来・予約のみ 9:00～10:30診療で受付10:30まで／※10：完全予約制13:30～15:00／※11：第1週・第3週／※12：第2週・第4週・第5週／※13：予約及び緊急紹介患者のみ

【ご注意】

- ①都合により診療時間、医師が変わる事がありますので、あらかじめご了承下さい。
 ②初診受付時間、午前（8：30～11：30）午後（13：00～15：00）
 但し、各診療科及び医師により異なる場合があります。

- ③再来機受付時間、午前（7：00～11：30）午後（12：15～15：00）

- ④神経内科・精神科は、当院他科医師の紹介が必要。新患は受け付けていません。
 ⑤歯科は予約制になっております。

ふれあい看護体験

5月17日、看護週間の催しの一環として市内の高校生が参加して、「ふれあい看護体験」が行われました。患者さまとふれあう中で看護の大切さ、やりがいを実感したようです。



予防健診のお知らせ

- 健診日：月曜から金曜日
- 時 間：午前8時～12時頃まで
 1. 一般健診 22,197円
 2. 日帰り人間ドック 29,400円
 3. 追加項目
 - ①乳がん検診
(2方向 5,500円・1方向 4,500円)
 - ②子宮がん検診 5,831円
 - ③PET-CT検診 92,000円
 - ④その他
 4. その他

～～～お気軽にお問い合わせ下さい～～～

申込み・問合わせ先

健診センター：☎0144-32-8111(代)
内線 295・296

夏祭り

7月6日(土)に恒例の「ケアライフ王子夏祭り」を開催いたしました。

今年は数えて第16回目の夏祭り。皆さんの大きな「ワッショイ」の掛け声のもと、お神輿が練り歩き、お祭りが始まりました。

そのほかにも南京玉すだれ、ひょっとこ踊りや駒沢幼稚園の園児さんによるマーチングバンドをご披露いただき、利用者様もご家族様と一緒に楽しんでおられました。



表紙写真の募集

条件

- 1人何点でも結構です。
- 風景写真(人物は写らない方が良い)
- カラー写真
- 原則として応募写真は返却いたしません。(返却ご希望の方はお申出下さい。)

応募方法

- 写真の裏にタイトル、住所、氏名、電話番号を記入願います。
- 提出先は「らいふ」事務局まで。
- 採用の方には「らいふ」郵送にて発表します。お写真下にお名前を掲載させて頂き、粗品を呈いたします。

糖尿病教室のお知らせ

下記の日程で開催します。参加費 無 料
どなたでも参加できます。

お気軽にご参加ください

- 開催日： 8月16日(金)
9月20日(金)
10月18日(金)
- 時 間：午前10時30分～
- 場 所：王子総合病院 講堂(3階)
- 講 師：医師、理学療法士、薬剤師
管理栄養士、看護師
歯科衛生士、臨床検査技師

※直接会場において下さい。

※講師の都合により開催中止の場合もありますので電話にてご確認ください。(☎0144-32-8111 循環器外来まで)

「らいふ」の掲載内容についてご意見、ご要望がございましたら遠慮なく事務局までお申しつけ下さい。