

TRIANGLE

2021 | vol.82

TAKE FREE

（自由にお持ちください）



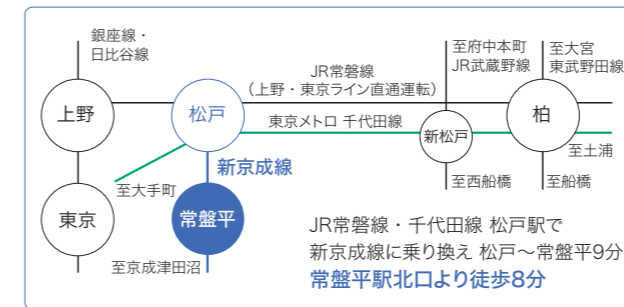
ふむふむメディカル・大腸がんのはなし

TRIANGLE

発行日：2021年10月
発行：千葉西総合病院

〒270-2251 千葉県松戸市金ヶ作107-1
TEL.047-384-8111
<http://www.chibanishi-hp.or.jp>

Access



- 無料バス運行中
- 1 千葉西 ⇄ 常盤平駅北口 往復バス
 - 2 千葉西 ⇄ 常盤平駅北口 ⇄ 小金原 循環バス
 - 3 千葉西 ⇄ 光ヶ丘団地 ⇄ 新柏駅 ⇄ 増尾駅 ⇄ 柏南部 循環バス
 - 4 千葉西 ⇄ 新八柱駅 ⇄ 牧の原団地 ⇄ 常盤平 循環バス



千葉西総合病院の基本理念

“生命だけは平等だ”を基本理念に、
誰もが最善の医療を受けられる社会をめざして

(生命を安心して預けられる病院、健康と生活を守る病院)

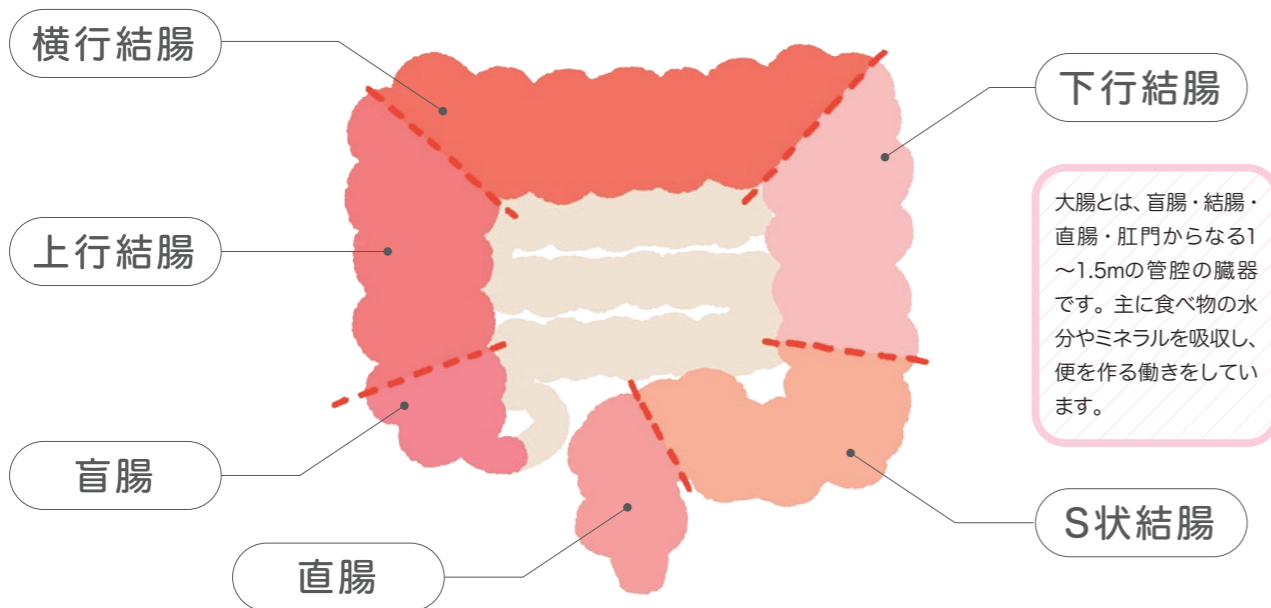
[基本方針]

- 1 年中無休・24時間オープンで救急を絶対断らない。
- 2 地域医療機関との連携を確立し、高度な医療を担います。
- 3 病める人の生命を尊厳し、倫理観をもって良質の医療を提供します。
- 4 安心と安全の医療、行って良かったと感動を与える病院をめざします。
- 5 チーム医療の推進で、患者様を癒しの場、家庭へ早く復帰できるよう支援します。

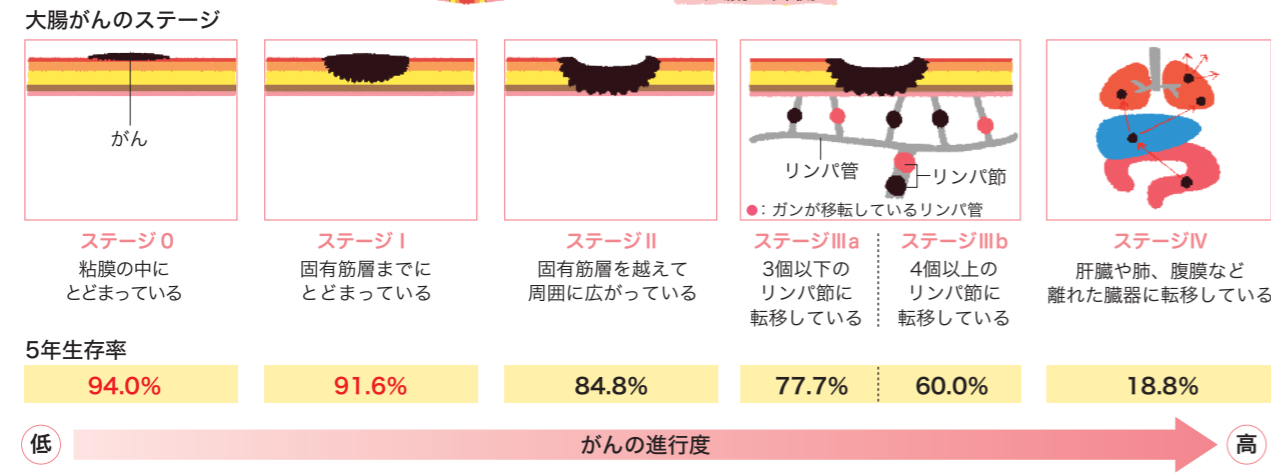
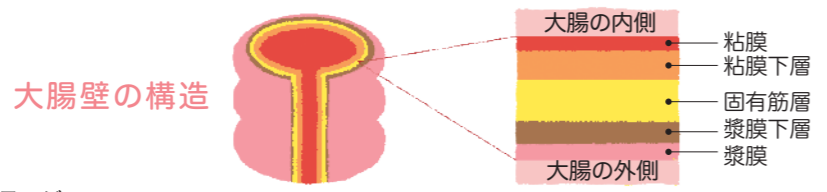


Contents ちばにし医心伝心／らくらくエクササイズ／Information／季節のひとさら

大腸の構造と大腸がんのステージ



大腸とは、盲腸・結腸・直腸・肛門からなる1~1.5mの管腔の臓器です。主に食べ物の水分やミネラルを吸収し、便を作る働きをしています。



大腸がんのはなし

治療のカギは早期発見

増加傾向にある大腸がん

生涯で日本人の2人に一人がかかるといわれるがん。近年、その中でもトップクラスの罹患率、死亡数となっているのが大腸がんです。

高齢になるほどかかりやすい病気ですが、近年では食の欧米化などの影響もあって若年層の罹患も増えており、その割合は他のがんと比較しても増加傾向にあります。発症の要因としては、肥満、飲酒、喫煙のほか、食生活も一因に指摘されています。具体的には赤肉(牛・豚・羊)や加工肉(ハム・ベーコン・ソーセージ)などの摂取量の増加です。そのほか、高身長の人ほど発症リスクが高いことや直

系の親族に家族性大腸腺腫症、リンチ症候群があるなどの遺伝的要因もあります。

予防方法は？

予防においては適度な運動のほか、食生活ではニンニクや牛乳(カルシウム)の摂取が効果的といわれています。そのほか、まだエビデンスが不十分ですが、栄養成分として葉酸やビタミンD、セレンなども予防要因として挙げられます。

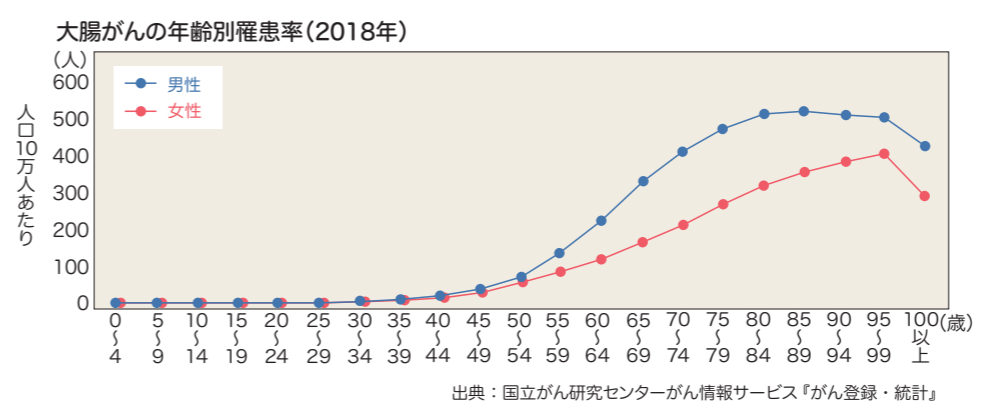
大腸がんの症状は？

大腸がんの恐いところは初期段階では自覚症状がほとんど表れないことです。そのため、知らない間にがんが進行し、気づいたとき

がん罹患数の順位と大腸がんの年齢別罹患率(2018年)

がん患者の順位(2018年)

	1位	2位	3位	4位	5位	
総数	大腸	胃	肺	乳房	前立腺	大腸を結腸と直腸に分けた場合、結腸3位、直腸6位
男性	前立腺	胃	大腸	肺	肝臓	大腸を結腸と直腸に分けた場合、結腸4位、直腸5位
女性	乳房	大腸	肺	胃	子宮	大腸を結腸と直腸に分けた場合、結腸2位、直腸7位



には手遅れになっていくという場合も少なくありません。

進行するにつれて腸管が塞がったり、粘膜にあるがんの表面から出血したりして、血便や下血、お腹の張りや腹痛、下痢、便秘、便が細い、残便感、貧血、体重減少などの症状がみられます。しかし、日常の体調不良のひとつと考え、長期間放置してしまう方も多いようです。

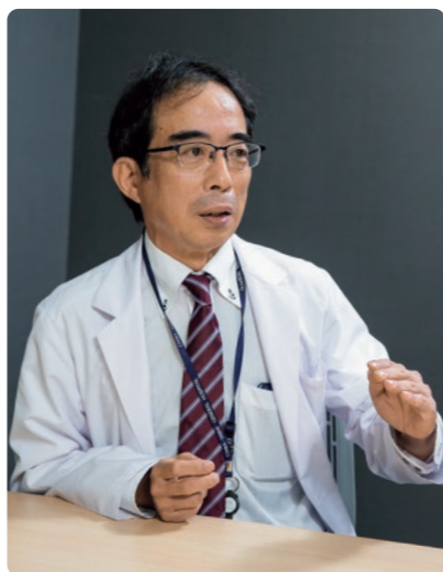
大腸がんは治りやすい!?

一方で、大腸がんは早期に発見できれば、高い確率で完治が可能ながんでもあります。だからこそ、無症状でも定期的な検査をしっかりと受け、手遅れになる前に治療を行うことが大切です。

次のページでは、大腸がんの具体的な検査・治療方法について、専門医が解説します。

Doctor Interview

外科部長
小林 昭広



【こばやし・あきひろ】高知医科大学卒（1993年）／日本外科学会 専門医・指導医／日本消化器外科学会 専門医・指導医・消化器がん外科治療認定医／日本大腸肛門病学会 専門医・指導医／日本内視鏡外科学会 技術認定証（消化器・一般外科）・評議員／日本内視鏡外科学会 ロボット支援手術プロクター認定（消化器・一般外科）／日本ロボット外科学会 Robo-Doc Pilot認定 国内B級 / da Vinci Surgical System 術者認定取得

最新のロボット技術の導入により
高難易度の直腸がん手術も
より安全・正確な施術が可能です

大腸がんの検査方法は？

大腸がんは、早期であれば完全に取り除ける可能性が高い病気です。そのため、症状が出る前の段階で、検査によって早期に発見することが重要になります。

大腸がんの検査には段階があり、一般的な検診ではまず便に潜む血液の有無を調べる「便潜血検

査」、いわゆる検便を行います。

大腸がんやポリープがあると、便と腸内組織が擦れて血液が付着します。そのため、血液を検知した場合、さらに精密な検査（大腸内視鏡検査など）を行います。

内視鏡検査では、肛門から内視鏡を挿入し、大腸内部のポリープやがんが疑われる場所の範囲や個数、性状を直接観察します。

また、組織を採取し、病理検査で詳しく調べることで、がんの確定診断を行うことができます。その際、良性のポリープや初期の粘膜がんであれば、内視鏡による切除（EMR・粘膜切除術やESD・粘膜下層剥離術）を行うことも可能となっています。

検査の目安は？
検査のタイミングとしては昨今、若年層の罹患も増えていきますので、当院では症状がなくても40歳からの定期的な検診をおすすめしています。

急速に悪化する可能性がある肺がんや胃がんなどと比べ、大腸がん

の進行は比較的緩やかであるため、

毎年の便潜血検査で、統計的に多い発症箇所であるS状結腸と直腸のがんの8割以上を発見することができます。ただし、なかには出血をしない病変もあるため、便潜血検査で陰性となった場合でも、やはり数年に一度は精密検査を行うべきでしょう。

治療方法は？

大腸がんの治療には内視鏡治療や手術、化学療法（抗がん剤）、放射線治療などがあり、がんの進み具合（病期）や全身状態、合併する病気などによって治療法を選ぶこととなります。

前述のように初期のがんであれば内視鏡による切除が可能です。さらに病期が進行しているケースでは、手術が第一選択となるでしょう。

当院では、結腸がんのほぼすべの症例において、通常の開腹手術に比べて体への負担が少なく術後の回復も早い腹腔鏡下手術を

施しています。

直腸がんにおいては、2018年よりロボット手術が保険適用となり、それに合わせてロボット支援手術システム「ダビンチXi」による施術を開始しています。直腸がんの手術は、狭い骨盤の中での手技を求められるため、極めて可動域が広い関節構造を持つロボットアームが非常に有効で、スムーズかつ精度の高い手術が可能です。手術件数は累計162件（2021年9月時点）を数え、全国でも有数の実績だと自負しています。

患者様へのメッセージ

現在はコロナ禍による外出自粛もあり、来院・検査を控えている方も多くおられるかと思えます。しかし、そのためにがんの発見・治療のタイミングを逸してしまつては元も子ありません。そうならないためにも、ぜひ定期的な検診を。ご不安がある方はもちろん、セカンドオピニオンでの来院もお気軽にお越しください。



直腸がんのロボット手術の様子



最新型ロボット支援手術システム「ダビンチXi」
県内で先駆けて2台導入し、より質の高い治療の提供に努めています。

最善の医療を目指して日々奮闘する千葉西総合病院のエキスパートたち。
高い志を胸に成長する後輩、それを支える先輩、そんな彼らの「医のこころ」をお伝えします。

Information

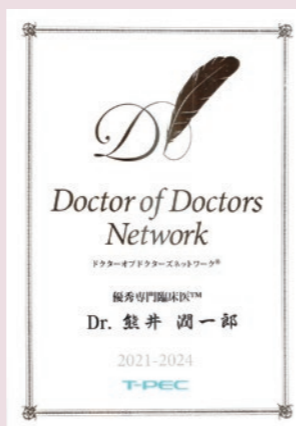
2 院内の撮影、録音はお控えください

当院ではプライバシーや個人情報保護の観点から、院内での写真、動画撮影や録音を原則禁止としています。撮影や録音等を希望される方は事前に職員へお申し出ください。



1 脳神経外科熊井主任部長が「ドクターオドクターズネットワーク」優秀専門臨床医に再任されました (2021年8月)

「ドクターオドクターズネットワーク」優秀専門臨床医は経験豊富な多数の医師からなる評議員の選考により選出されます。選考基準としてレベルの高い専門性を有していること、患者様の立場に寄り添った治療を行えること、などが挙げられており、選出されるのはこれらを満たすと評議員が認めた医師のみとなります。



ココロとカラダに美味しい野菜料理
季節のひとさだ

きのことかぼちゃのシチュー

みのりの秋は、おいしいものが盛りだくさんの季節です。今回は、おいしくてボリュームたっぷりの「きのことかぼちゃのシチュー」をご紹介します。きのこや野菜に含まれる不溶性食物繊維には、お通じの手助けをしてくれる整腸作用があります。食欲の秋を満喫して、ついにおなかの調子も整えちゃいましょう。



材料 (2人分)

- ベーコン…50g
- サラダ油…大さじ1
- たまねぎ…50g
- かぼちゃ…100g
- エリンギ…50g (大1本)
- 米なす…200g (大1個)
- 有塩バター…6g
- 小麦粉…6g
- 牛乳…200ml
- コンソメ…大さじ1/2
- しょう油…少々

作り方

- 1 鍋にベーコンを入れて炒める。
- 2 玉ねぎを加えてさらに炒めて火が通ったら、かぼちゃとエリンギを加える。
- 3 バターを入れて溶かし、小麦粉を少しずつ加えながら混ぜる。
- 4 牛乳を4～5回に分けて加えながら混ぜる。
- 5 コンソメ、しょう油で味を調える。

今回は、米なすをシチューの器にしてみました。中身をくり抜き、素揚げにしています。かぼちゃ、人参をシャトー切りにして、飾りつけにも使っています。

栄養価(1人分)

- エネルギー：350kcal
- たんぱく質：10.1g
- 脂質：22.5g
- 炭水化物：29.4g
- 塩分相当量：1.0g



栄養士 中野 志穂
調理師 石橋 香

後輩

2019年入職
森口 緋惟呂 (もりぐち ひろむ)



栄養管理のプロフェッショナルとして
食事の面から患者様の健康をサポートしたい

—2人の担当は？

森口 私たち管理栄養士は主に入院患者様の栄養管理を担当しています。患者様の身体状況や栄養状態に合わせて食事のメニューを考え、病態の改善に努めるのが私たちの仕事です。また、外来では食事の影響が大きい糖尿病や心臓病などの患者様を中心に食事のアドバイスも行っています。

—仕事のやりがいは？

森口 病気になると、好きな食べ物を我慢しなければならなかったり、量を制限されたりと、ストレスを感じることもあります。そんな中でも、私たちのアドバイスを実践してくださった患者様が「数値が良くなってきたよ」「助かったよ」と喜んでいただけたときにやりがいを感じます。

慶田盛 病気になると、味覚が変わったり、食欲不振になってしまったりすることがあります。病院食を美味しく食べてもらえるように工夫・改良するのも私たちの役割。患者様が美味しいと言って食べてくれたときは喜びもひとしおです。

—お互いの仕事ぶりについて

慶田盛 森口さんは頼んだ仕事をスマートにこなしてくれる頼もしい後輩です。3年目になり、自ら情報発信する機会も増えてきました。これからさらに積極性を磨いて、栄養管理科の中心になってくれることを期待しています。

森口 すべての患者様に丁寧かつ優しく接する慶田盛さんの姿は、常に私の目標です。私も慶田盛さんのように、患者様をはじめ医師や看護師、薬剤師、調理師から信頼される管理栄養士になれるよう、一人ひとりと誠実に向き合っていきたいです。

—患者様に向けて

森口 食に関する情報の中には根拠のない情報や視点が偏った情報も少なくありません。私たちは栄養のプロフェッショナルとして、正しい知識を患者様に提供できるように努めてまいります。分からないことがあればお気軽にお声がけください。

慶田盛 「食」は人生の大きな楽しみの一つ。病院であっても食事を美味しく召し上がっていただけるように、調理師とともに工夫・改良を続けていきたいと思います。

先輩

2018年入職
慶田盛 結衣 (けだもり ゆい)



♪やってみよう♪
らくらく
エクササイズ

肩こり対策体操

肩こりは運動不足による血行不良が原因で起こることがあります。鎖骨を動かして肩回りの筋肉をほぐし、肩こりの予防・解消をしましょう！

鎖骨を意識しましょう



痛みを感じない程度の動きで

理学療法士 三須 政樹 今村 達哉

EXERCISE 1 まず、少し下を向きながら肩をすくめます。次に、少し上を向きながら肩を下げます。



EXERCISE 2 まず、腕を外側にねじりながら胸を張ります。次に、腕を内側にねじりながら、腕と肩を前に突き出します。



※それぞれ2～3回繰り返しましょう