



泌尿器科 部長  
村田 太郎

## とても多い病気、尿路結石症 —治療や予防について—



治療可能となっております。当院でも、どちらの治療も対応可能です。

### 尿路結石症とはどんな病気？

尿路結石症は、泌尿器科で最も多く診療する機会のある疾患の1つです。統計上の計算では、男性は7人に1人、女性は15人に1人が一生に一度は尿路結石になるとされています。成因については不明な点も多いですが、腎臓の中で尿中の成分などが固まって形成されます。特徴的な症状は背中、わき腹の強い痛みと血尿です。検査はレントゲンやCT検査などを用い、比較的容易に診断することができます。

### 尿路結石の治療法は？

数ミリ程度の小さい結石であれば自然に排出される可能性が高いため、内服薬を処方して経過を見ることが多いです。しかし、1cm以上ある結石や1カ月以上経過を見ても排出されない場合は手術による治療が必要となります。昔は開腹手術が行われていましたが、医療機器の進歩によりほとんど見なくなりました。かなり大きな結石でなければ、ほとんどのケースは体外衝撃波破碎術(ESWL)または内視鏡による破碎手術(TUL)で

### 結石を予防するためには？

尿路結石症の大きな問題点は再発の多さです。せっかく1回治っても、5年以内の再発率は約50%と非常に高いのです。最近の調査では、肥満、高血圧、糖尿病といった生活習慣病との関連性が示されており、尿路結石症はメタボリックシンドロームの一疾患と捉えられます。尿路結石症の有効な予防法の一つは水分摂取です。食事以外に1日2000ml以上飲むようにします。ただし、糖分は結石形成を促進するので、砂糖を含む飲料は避けるべきです。食事としては、シュウ酸(葉菜類、茶やコーヒー、チョコレートなどの菓子類)、高プリン食品(肉、魚介、ビールやつまみ類)、塩分の多い食品は摂取しすぎないように注意が必要です。また、生活習慣においては、夕食を食べすぎないようにすることや、寝る前に食事をしない(夕食は寝る4時間前までに済ませる)ことも大切です。

当院では、泌尿器科専門医が尿路結石症の診断、治療、再発予防や生活指導にいたるまで行っております。なんでもぜひお気軽にご相談ください。



## 乳腺センターについて

このたび2019年1月より乳腺センター長を任されることになりました西村と申します。どうぞよろしくお願ひ致します。前任の緒方晴樹医師のもと乳腺外来を開始し、2016年4月より外来が地下1階に移り「乳腺センター」を開設しました。

乳がんはいまや日本女性の悪性疾患罹患率第一位となり、初発年齢も働きざかりである40～50歳代に多く診断されています。

当センターで診断用超音波装置を置き、初診でいらした方の乳腺疾患についてその場で診断を行い、各種画像診断を含めた良悪性の鑑別診断・治療を可能な限り早めに行っています。また、検診でのマンモグラフィや超音波検査で異常を指摘されるも、視触診で腫瘍（しこり）がわからないような早期の乳がんに対し、通常の針生検あるいは必要時にマンモトーム装置を用いた吸引式組織生検を行い、より小さい病変であっても確実に採取したうえで診断に結び付けるように努めています。

乳がん診療はより正確な画像診断とともに、手術を選択する場合でも乳房の形状をなるべく崩さないような乳房温存部分切除を行います。画像診断で乳がんが広い範囲に認められる場合は、乳腺を全摘することになっても皮膚を残して皮下にエキスパンダーを置くことで、乳房が左右差なく維持できるような乳房再建にこだわっています。早期の乳がんではない場合でも、手術前に全身治療としての化学療法や分子標的療法といった薬物治療を行い、腫瘍をできる限り小さくしたうえで温存手術を行います。薬物治療時には外来化学療法室との連絡体制を密にしており、副作用対策を含め、充実した診療体制を構築してきています。

乳腺センターでは、仕事や育児に追われている

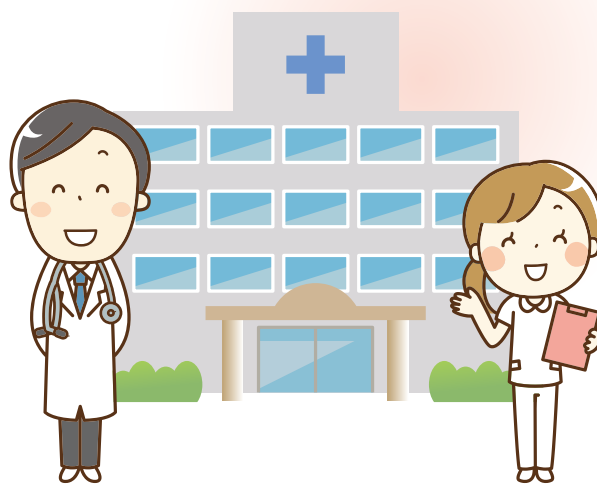
外科 医長  
乳腺センター長  
西村 基



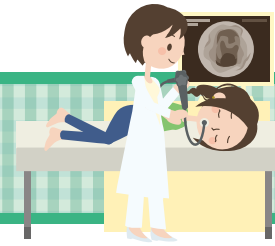
患者さんのニーズにあわせた適切な治療を行うべく、形成外科、放射線治療、放射線画像スタッフ及び診断医、病理医との連携をより密にし、患者さんに寄り添ったやさしい医療を続けています。

しこりかどうかよくわからない症状をお持ちの方、乳房に何かしらの心配事のかかえた方も、他の病院で診察を受けてもなお心配しているような方であっても、どなたでも気兼ねなく乳腺センターをご受診ください。

### 乳腺センター



# 新しい気管支鏡機器



気管支鏡は口から気管、気管支と進め、肺の組織を採取するために使用します。胃カメラでは病変が胃のどこにあっても、病変を直接、目視し組織を採取することができますが、気管支鏡ではそうはいきません。まず肺の特定の場所に到達するには気管支という通路を複雑に分岐しなければいけません。気管と気管支は木の幹と枝にたとえることができ、気管という幹に始まり、左右の気管支という枝に分れ、さらに細かく分れ、約20分岐で肺に到達します。分岐を間違えず20回選択して、ようやく目的の肺に到達できるのです。実際は肺に近づくほど気管支の径が細くなるため、気管支鏡では5から8回の分岐しか進めず、その先は細い補助具を伸ばして、肺の組織を採取します。補助具は直線状の硬い金属のため、その先の気管支の選択はできず、行き先任せになってしまいます。つまり気管支鏡では到達しやすい場所の肺組織しか採取できないこととなります。さらに補助具が病変にあたっていることを目視できないため、レントゲンの透視を利用し確認しています。透視の画像は二次元で奥行きがわからないことや画像が不鮮明なため病変にあたっているかどうか不確かです。こうした気管支鏡の欠点のために肺の組織の採取には限界があります。

肺癌の治療はこの二十年間で飛躍的に進歩しています。現在、肺癌の治療を適切に行うためには癌のタンパクや遺伝子の情報が必須で、そのためには癌の組織が大量に必要です。それに伴い肺癌の組織を採取する手段として気管支鏡の重要性が増してきています。

当院では気管支鏡の組織採取の精度を向上させるため、新たに気管支の3D画像を作成するコン

呼吸器内科 主任医長  
原 啓



ピュータ・ソフトと超音波システムを導入致しました。3D作成ソフトについては、肺を0.5mmきざみで撮影した約600枚のCT画像を元にして仮想の三次元の気管支の画像を作ります。この画像は気管支鏡で見える気管支の画像に一致します。そしてコンピューターに病変の位置を入力すると、地図ソフトのように、自動で病変に至る気管支の径路が示されます。仮想の気管支鏡画像の水先案内に従い、実際の気管支鏡を進めれば、分岐を間違えず、病変採取に適した気管支を選択できます。次に超音波システムは気管支鏡の補助具の先端に超音波の音源がついたもので、レーダのようなものです。音源を気管支に進め、超音波画像に切り替えると気管支の壁に邪魔をされず、周囲の病変の位置がわかります。レーダで自分の位置を中心にして相手の位置がわかるように補助具から病変までの距離が測れ、病変にあたっていることの確認がとれます。これらは従来の気管支鏡の欠点を克服するための機器です。

当科では新しい気管支鏡の機器を使い肺の病変の組織を正確かつ十分な量採取できるよう研鑽に努めております。他施設で気管支鏡が必要と言われた方も是非、外来でご相談ください。



# 交通のご案内



## ご利用案内

### 診療科

内科、内分泌・代謝内科、血液内科、神経内科、感染症内科、消化器内科、循環器内科、腎臓内科、呼吸器内科、精神科、外科(乳腺センター)、消化器外科、呼吸器外科、脳神経外科、整形外科(関節鏡・スポーツセンター)、婦人科、小児科、眼科、皮膚科、形成外科、泌尿器科、耳鼻咽喉科、放射線科、リハビリテーション科、麻酔科(ペインクリニック)、緩和ケア内科、歯科口腔外科、救急科、病理診断科

### 外来診療日

- 月曜日～金曜日(祝日及び年末年始を除く)

### 予約の方法・予約受付の時間帯等

- 電話での予約…9:00～17:00(土・日・祝日及び年末年始を除く)
- 電話番号……03-5214-7381

### 時間外(急患)診療

- 連絡先……03-5214-7768(救急診療室)

## 診療受付時間

窓口	午前の診療	8:30～11:00
	午後の診療	12:30～16:00
自動受付機(予約のある方のみ)		8:00～16:00

## 人間ドックセンター

- 連絡先……03-5214-7055、7167  
 オプションで脳ドック、肺がんドックも行っております。

## 注意事項

- **処方箋**は、使用期間[発行日を含めて4日(土曜・日曜・休日を含む)]を過ぎると無効になりますのでご注意ください。
- **お薬手帳**を携帯しましょう。入院、外来、薬局で必要になる他、外出時の急病・受傷時にも有用です。



# 「お仕事博覧会」に参加して

東京通信病院外科として、2017年・2018年と杉並区立永福小学校（八尋崇校長）のお仕事博覧会にゲストティーチャーとして招かれました。「お仕事博覧会」とは、6年生の授業の一環で、多数の職業が招かれ、それぞれの職業の担当が小グループに分かれた小学生にお仕事について説明したり質問を受けたりする企画です。

第一部では、寺下医師が医師とはどのような職業かを分かりやすく説明し、実際に聴診器や胃カメラなどを使ってもらいながら体験してもらいました。

第二部では、東京通信病院外科医療チームとして、小学生・保護者の方々に外科医および上部消化管外科疾患・手術について講演をした後に、腹腔鏡手術のトレーニング機材を用いて6年生全員に実際にさわってもらいました。実際にやってみるとかなり器用に腹腔鏡トレーニングをこなす子供達が多い印象でした。中には簡単だと思っていたのか「簡単だと思っていたのに）意外と難しかった!!」という意見の子供達も見受けられました。

小学生からは、「医師はつらいことがたくさんあるけど、やりがいのある仕事だと思った」「夢が広がりました」「僕が心臓外科医になって4倍の命を

外科 主任医長

山澤 邦宏

東京通信病院外科医療チームが杉並区立永福小学校へ行ってまいりました。永福小学校で作ってあったポスター。



救いたい」「つらいことも乗り越えられる強い意志が大切と思いました」「医師は暗いのかなあと思っていたけど意外に明るかった (!?)」「興味を持つことができました」「ゲームが楽しかった（本当は腹腔鏡手術であるが、、、）」などと、大変しっかりした意見・感想を持っている子供達が多くいました。

ゲストティーチャーとして参加した我々でしたが、小学生達の真剣なまなざしに、無垢な瞳に、一生懸命に向き合っている姿に、我々の方が初心を思い出させてもらえたような気がします。今回の企画が少しでも子供達の記憶に残り興味を持つことができそして将来の子供達の糧になってくれれば幸いです。

また、どこの小学校へもまいりますので東京通信病院外科医療チームにいつでもオファーをいただけたらと思っております。



第一部では、小学生達に医師という職業について説明し、質問を受けました。また、本物の胃カメラを胃の模型に挿入し操作してもらいました。



第二部では、外科医について講演し、最後に小学生全員に腹腔鏡手術トレーニングを実際にやってもらいました。



# ネコ先生の『神楽坂通信』Vol.2



消化器内科部長  
光井 洋

皆様、お元気でしょうか。ネコ先生こと光井です。

前回のコラムを読まれた方から、どうしてネコ先生なのか、という問い合わせを多くいただきました。有難うございます。

その理由は実は不明なのですが、しいてあげれば、ネコ的な生き方にあこがれるから、という所と思います。ネコは一般的には、気まぐれで、面倒くさがり、マイペースな性格というイメージではないでしょうか。

私も気まぐれな方ではないかと自分では思っています。好きなことわざは、「君子は豹変（ひょうへん）す」です。元々の意味は、君子というものは正しい道（真理）をみつけた時はすぐに誤った考えを改めなければならない、ということだと理解しています。一方、日常生活では、自分の言っていることが以前と食い違っていて、その点を周りから指摘された時には、このことわざを出すと便利です。君子は豹変す、というではありませんか、と（笑）。豹はネコ科でもありますし。

臨床においても「豹変する」ことが大事なことがあります。私たちは週1回、入院患者さんの検査・治療内容をグループで相談するカンファレンスを行っています。この場においても、自分が思っていたものと違う考え方や治療法が提案されることがあります。そちらの方がより良い選択だと思ったら、すぐに方針を変更して対処するようにしています。そのためには、人の言うことをよく聞くことが必要です。よく聞いて、必要であれば「豹変する」ことが、変化していく患者さんの病態を

理解することには重要だと思っています。

次に、面倒くさがりとはなかなか治せない性格だと思います。ですが、部長になって以来、処理しなくては行けない事務的書類が各段に増えました。以前は、そのうちにやりましょう、と思って横に置いておいたのですが、今それはできなくなりました。机の上が書類だらけになるからです。ですので、書類の処理はもらったらできるだけ早くするように努めています。ことわざで言うと、「今日できる仕事を明日に延ばすな」ということだと思います。なかなか日々実践することは難儀なので、「忙中 閑あり」と言っただけですぐに休憩を入れてしまいがすが…。

また、マイペースなネコ先生であっても、患者さんの話をよく聞いて、何が問題なのか自分の中で病態と関係させて、理解しなくては行けないと思っています。患者さんの訴えに対し、自分に何ができるかを判断し、自分でできないことは他科の医師に相談するように心掛けています。当院は、大学病院などの大病院と違って各科の垣根が低く、いつでも他科の医師に気兼ねなく相談できるような環境です。またチーム医療を重視しており、看護師、薬剤師、栄養管理室、リハビリ室、緩和ケアチーム、その他のグループの方々と緊密に連携して診療を行うことをモットーとしています。「和を以て貴し」と行きたいと思っています。

皆様とご家族の健康をお祈りいたします。



## 退職のご挨拶

前東京通信病院長 平田 恭信

この度、2019年3月末日をもちまして東京通信病院長を退職します。在職中の6年間は大変お世話になりました。行き届かない点も多くありました。この場をお借りしましてお詫び申し上げます。

都心の総合病院としまして診療レベルを上げることならびに安全な医療を提供できることを主な目標として努力してきましたが、これらは当院がいつまでも追求せねばならないこととして引き継いで行きたいと思えます。またこの2年間で10名の診療科部長の交代もありました。スタッフが若返った分、病院に新しい風を吹き込んでくれますよう期待しております。場所柄、当院の近隣には国内ばかりでなくアジアでも有数の大病院が林立しています。今後も親切的な医療を心がけ、その中で当院を選んでいただくための努力を続ける病院であって欲しいと願っております。写真にありま



すように当院手術室の回診の際に浮かんだ短歌で宮中歌会始の儀に参列できましたことは望外の喜びでした。最後に患者さん、職員の皆さんのおかげで任期を全うできましたことを心より感謝申し上げます。皆様のご健勝を祈念しまして退職の挨拶とさせていただきます。

当院を退職しました

2019年2月28日退職

伊藤 恵子 (内科 主任医長)

2019年3月31日退職

平田 恭信 (病院長)

江藤 隆史 (副院長兼皮膚科部長)

平石 禎子 (院長補佐兼麻酔科部長)

冲永 修二 (院長補佐兼整形外科部長兼リハビリテーション科部長)

津久井 元 (外科主任医長兼外来化学療法センター長)

3月31日退職医師及び4月1日採用医師は7月号で改めてお知らせいたします。



## ナースステーション

## けんこう家族ができるまで

受診者の皆様、数ある病院の中から当病院をご利用いただきありがとうございます。また、いつも「けんこう家族」をお読みいただきありがとうございます。

病院だよりである「けんこう家族」は、患者さんが知りたい情報は何かをモットーに、より当病院を知っていただくために、事務長が編集長を務め、薬剤部、栄養管理室、看護部等多部署の担当者総勢10名の「けんこう家族」編集プロジェクト委員が内容の検討を行っております。発行は年に4回で、各診療科の特徴ある治療や設備、また得意としている疾患などのご紹介をはじめ、薬剤部や栄養管理室からのためになる豆知識や、院内で活動している多部署で構成されているチーム活動の内容のご紹介など、患者さんに有効活用していただけるよう努めております。新年の病院長のご挨拶から始まり、院内で取り組んでいるチーム活動、着任退任医師の紹介などをメインに、ナースステーションでは看護部内のご紹介をはじめ、各種のイベントや季節に合わせたタイムリーな話題を提供できるように考えています。その他患者さんが知りたいであろう、また知っていただきたいことについてトピックスとして記載しております。

「こんなことが知りたい、こんなことが書いてあったらいいな」等、ご意見、ご要望がありましたら是非お声を聴かせて下さい。どんどん反映し、より内容の充実を図っていきたく思っております。

これからも病院の理念である「患者さんに満足いただける心のこもった良質な医療を提供し、社会に貢献していく」ために職員一同努力してまいりますので、どうぞ宜しくお願いいたします。



けんこう家族  
プロジェクト委員  
副看護師長  
福島久美子

## 人間ドックのおすすめ

## 人間ドックセンター

**もうすぐ「平成」も終了ですが、平成の内にご自身の健康管理！  
人間ドック新規オプション検査「骨密度検査(DXA法)」開始予定！**

まもなく「平成」の時代も過ぎ去ろうとしていますが、平成の内にご自身の健康管理のため、「人間ドック」を受けて見られてはどうでしょうか？お電話でのお申込みや、インターネットからもお申し込みいただけます。QRコードはこちら。

2019年4月以降準備出来次第開始する新しいオプション検査 骨密度検査(DXA法)についてご紹介いたします。日本の骨粗鬆症患者は推定1300万人といわれ、高齢化に伴いさらに増加しています。背骨や足のつけ根などの骨が骨折しやすい状態であるにもかかわらず、初期には症状はありませんので検診で早期発見することが大切です。

人間ドックでは、これまで超音波法で測定してきましたが、より正確に診断でき治療効果判定も可能な「DXA法」も測定可能な最新機種を導入しました。検査は横になっているだけで、痛みもなく、一部位10秒で測定可能です。一度検査を受けてみませんか？

**検査内容** 腰椎と大腿骨頸部の骨密度を測定します。

**料金** 5,940円(消費税込)

**申込方法** 検査をご希望される場合は、事前に **電話(03-5214-7055・7167)** か当日に、オプション申込書にてお申込ください。

### 検査を受けることができない方

- ・妊娠あるいは、それが疑われる方
- ・両足の大腿骨骨頭置換を行っている方
- ・腰椎に金属等が埋め込まれている方
- ・その他ご不明な点は下記へお問い合わせください。

