



東京通信病院ニュース

Vol. 91

けんこう家族

発行 / 東京通信病院

平成21年1月1日

〒102-8798 東京都千代田区富士見2-14-23
TEL 03 (5214) 7111(代)

東京通信病院は(財)日本医療機能評価機構が実施する病院機能評価の認定病院です。

認定第J C 2 1 5号

年頭のご挨拶



東京通信病院 病院長
木村 とし哲

皆様、新年明けましておめでとうございます。皆様におかれましては、気持ちも新たに爽やかな新春を迎えられ、今年の新目標指して早くも張り切っておられること存じます。東京通信病院も旧年にもまして、皆様から信頼される病院となるよう努力する決意を新たにし、新鮮な気持ちでスタートを切ったところでございます。本年もどうぞ宜しくお願いいたします。

私たちは昨年来、「救急難民を作らない急性期医療機関」を目指すこと、「がん難民を作らない総合的中核医療機関」を指すこと、「新しい医療・技術とエビデンスを創造する先進的医療機関」を目標として掲げ、邁進してまいりました。努力の甲斐あって、救急車の受け入れ要請や開業医の先生方からのご依頼はこれまで以上に対応でき、地域と利用者の方々に密着した医療、救急難民を作らない医療に貢献できたとともに思います。がん難民を作らないための手術、外来化学療法、放射線療法が充実でき疼痛緩和ケアチームの活動も軌道に乗り、また、各診療科とも高度の医療を目指すこと、「新しい医療技術の獲得・創造とエビデンス創生」に努めてまいりました。

今年、この三つの目標を更に推し進めると共に、看護とケアを人的にも内容的にも更に充実させたいと思っております。また、病院の機能を高め、皆様の安全とアメニティを高めるため幾つかの改修工事なども予定しております。外来関係では救急診療室と内視鏡センター、外来化学療法室が新しいものに拡充されます。病棟では要望にお応えし個室を増やし、トイレ・シャワー付個室も

設けることに致しました。透析室も独立し新しいフロアに開設いたします。検査関係でもコンピュータ断層(CT)撮影装置が高速のものに更新されますし、高性能の超音波検査装置が数台更新されます。その他、最新の手術機器の整備など全ての診療科で最先端の高度の医療がいつでもご利用いただけるようになります。診療を続けながらの工事であり、ご利用いただいている皆様には多少の不便、ご迷惑をおかけしますが、今後、より快適で高度の安全・安心な医療を可能にするための準備でありますので、どうかご理解とご協力のほどを宜しくお願いいたします。

私たちは今年も皆様の為の中核医療機関として信頼される質の高い医療を提供すべく頑張りますので、宜しくお願いいたします。

禁煙のすすめ



呼吸器科 部長
久田 哲哉

喫煙に関して、日本たばこ産業の2008年「全国たばこ喫煙者調査」の結果では、わが国の喫煙率は25.7%、推定喫煙人口2680万人で、年々わずかに減少傾向にあると報告されていますが、依然、欧米に比べて高い値を維持しています。

平成14年10月1日より千代田区においては、全国に先駆けて路上禁煙地区が制定され、道路上でタバコを吸う行為が禁止されました。また、平成20年10月1日から、その指定地区が拡大されています。その他、タバコ自動販売機用タスポカードの導入、たばこ税の増税予定など、最近喫煙、禁煙に関連した議論もにぎやかになってきています。これを期に、喫煙、禁煙について考えてみましょう。

喫煙が原因で死亡し、2020年には、年間840万人に増えてしまう恐れがあると警告されています。つまり、現在、世界中のどこかで、一時間毎に560人が亡くなっているという計算になります。

そのようなタバコが原因になる病気というと、真つ先に肺癌が思い浮かびますが、悪性腫瘍でも喉頭癌、食道癌、膀胱癌、胃癌、大腸癌など様々な腫瘍が喫煙と関連しており、悪性腫瘍以外にも、肺気腫などの慢性閉塞性肺疾患、動脈硬化、高血圧症などの病気との関連が挙げられています。また、身近なところでは、歯周病なども喫煙が影響するとされています。

タバコも、現在は、ニコチンやタールの含量が少なくなるといわれる「軽いタバコ」が主流となつていますが、減煙効果という点では、あまり好ましくありません。喫煙者、特にニコチン依存の強い人では、軽いタバコに変えたことによつて、かえつて無意識に深く吸い込んだり、煙を肺に長くとどめたり、喫煙本数が増えて、これまでのニコチン濃度を維持しようとしてしまうのです。これでは、ニコチンの総量が減らないばかりか、かえつて吸い込む煙の総量が増えるために、煙に含まれている有害物質の総吸入量は増えてしまっています。また、軽いタバコの「軽さ」自体にも問題があります。今、手元に軽いタバコがあったら見てみてください。軽いタバコのうち何種類かは、フィルタ周囲に、小さな穴が開いていて、ニコチンやタールの量の測定の際には、その穴から空気が出入りする状態で測定されているのです。しかし、実際にタバコを吸う際には、その穴は指や唇で塞がれる可能性も高いので、その場合、表示量以上のニコチンやタールが吸入されてしまうのです。

禁煙の方法

それでは、禁煙を思い立ったとき、実際にどういった方法で行えばよいのでしょうか。まず大前提として、どのような方法を併用するとしても、第一に本人の意志が最も重要だということを頭に入れておかなければなりません。しかし、タバコを吸う人の70-80%は、簡単な方法があるならばタバコを止めたいと願っているにもかかわらず、何度も失敗してしまう人が多くのも事実です。その失敗の要因には、ニコチン依存と心理的依存の2つが関わっているとされ、禁煙には、本人の禁煙の意志に加えて、その両者の克服が課題です。

ニコチン依存に関しては、そのチェックに良く用いられているファガストローム博士のニコチン依存度質問票を表1に挙げてありますので、まずチェックしてみてください。ニコチンは、麻薬

などと同様、依存症を作りやすい薬物であるため、ニコチン依存の人では、禁煙後30分程度で離脱症状が出現し、2-5日後にピークとなります。近年、禁煙の補助剤としてニコチン代替療法剤が、広く知られ普及してきています。ガム形式のニコチンガムや皮膚に貼るタイプのニコチンパッチは、ともにニコチン以外の有害物質を含まず、定期的な嚙んだり貼ったりしてニコチン濃度を維持したところから徐々に減量し、離脱していくという薬です。現在、これらのガムやパッチは、一般の薬局でも買えるようになってきました。また、平成20年5月からは、禁煙補助薬の飲み薬も発売されています。

一方、心理的依存の克服は、先にも述べたように、喫煙者にとつての年間2万2000回の定期的な脱却です。禁煙に向けての日常生活習慣の工夫も表2に一覧表にしてみましたので是非チャレンジしてみてください。

愛煙家のみならず、一度は禁煙を考えたことがあるのではないのでしょうか。また、新年を期に禁煙を誓った方も多々あります。前述の事柄を参考に、是非禁煙を成功させ、健康でさわやかな1年をお過ごしください。

タバコの害について

タバコの煙には、約200種類の有害物質と40種類以上の発癌物質が含まれているとされています。例えば、1日20本の喫煙者が1本を3服吸うと、年間約2万2000回それらの物質を吸入している計算になります。WHOによれば、現在、世界で年間490万人

が、喫煙が原因で死亡し、2020年には、年間840万人に増えてしまう恐れがあると警告されています。つまり、現在、世界中のどこかで、一時間毎に560人が亡くなっているという計算になります。

そのようなタバコが原因になる病気というと、真つ先に肺癌が思い浮かびますが、悪性腫瘍でも喉頭癌、食道癌、膀胱癌、胃癌、大腸癌など様々な腫瘍が喫煙と関連しており、悪性腫瘍以外にも、肺気腫などの慢性閉塞性肺疾患、動脈硬化、高血圧症などの病気との関連が挙げられています。また、身近なところでは、歯周病なども喫煙が影響するとされています。

タバコも、現在は、ニコチンやタールの含量が少なくなるといわれる「軽いタバコ」が主流となつていますが、減煙効果という点では、あまり好ましくありません。喫煙者、特にニコチン依存の強い人では、軽いタバコに変えたことによつて、かえつて無意識に深く吸い込んだり、煙を肺に長くとどめたり、喫煙本数が増えて、これまでのニコチン濃度を維持しようとしてしまうのです。これでは、ニコチンの総量が減らないばかりか、かえつて吸い込む煙の総量が増えるために、煙に含まれている有害物質の総吸入量は増えてしまっています。また、軽いタバコの「軽さ」自体にも問題があります。今、手元に軽いタバコがあったら見てみてください。軽いタバコのうち何種類かは、フィルタ周囲に、小さな穴が開いていて、ニコチンやタールの量の測定の際には、その穴から空気が出入りする状態で測定されているのです。しかし、実際にタバコを吸う際には、その穴は指や唇で塞がれる可能性も高いので、その場合、表示量以上のニコチンやタールが吸入されてしまうのです。

表1 ファガストローム博士のニコチン依存度チェック

質問	0点	1点	2点	3点
1日に何本タバコを吸いますか?	10本以下	11-20本	21-30本	31本以上
起床後何分で最初のタバコを吸いますか?	1時間以降	1時間以内	30分以内	5分以内
他の時間帯より、起床後数時間に多くタバコを吸いますか?	いいえ	はい		
ほとんど1日中床に伏している病気の時もタバコを吸いたいですか?	いいえ	はい		
図書館、映画館など、タバコを吸えない場所での禁煙することが難しいですか?	いいえ	はい		
一番うまいと思うのは、朝一番のタバコですか?	いいえ	はい		

判定: 合計点が7点以上の方は、ニコチン高度依存
4-6点の方は、ニコチン中程度依存
3点以下の方は、ニコチン依存度が低い

表2 禁煙に向けての日常生活上のヒント

- 禁煙環境を整える(禁煙の失敗は、「ちょっと1本だけ」から!)
 - 周囲に禁煙宣言をする
 - たばこ、ライター、灰皿などを処分する
 - 吸いたくなる場所(パチンコ、喫茶店など)に行かない
 - 吸えない場所(図書館、スターバックスなど)を利用する
 - 宴会は避ける
 - 食後はすぐ食卓を離れる
 - コーヒーやアルコール類を控える(特にアルコール類)
 - ストレス、過労、夜更かしを避ける
 - 吸いたくなくなると、気分を紛らす(砂糖不使用ガム、手拭き布などを紛らす(趣味、仕事など)
 - 冷たい水や熱いお茶を飲む
 - 野菜や果物をよくとる
 - こまめに体を動かす
 - 散歩、深呼吸
- 吸いたくなくなると、気分を紛らす(砂糖不使用ガム、手拭き布などを紛らす(趣味、仕事など)
- 冷たい水や熱いお茶を飲む
- 野菜や果物をよくとる
- こまめに体を動かす
- 散歩、深呼吸

特集

がん特集 第5回

◆皮膚科・病理科◆

皮膚がん



皮膚科部長 江藤 隆史

〈メラノーマとほくろ〉

メラノーマとは悪性黒色腫と呼ばれる皮膚がんの一種です。

皮膚がんといっても色々な種類がありますが、その中でも最もたちが悪く、他の臓器のガンと比べても転移する能力がとても高いとされる悪性腫瘍の代表の一つです。

黒い色素(メラニン)を作る細胞が色素細胞(メラノサイト)と呼ばれ、この細胞ががん化したものがメラノーマです。

「ほくろのガン」と言われた方がわかりやすいかも知れませんが、通常の「ほくろ」が悪性化することは滅多にありません。

の過剰曝露は子どもの頃から避けるべきでしょう。

〈メラノーマのタイプ〉

メラノーマのタイプは表1に示すように、4つに分けられています。

表1. メラノーマのタイプ

Table with 4 rows and 2 columns: Type, Description. (1) 表在拡大型黒色腫, (2) 悪性黒子型黒色腫, (3) 末端黒子型黒色腫, (4) 結節型黒色腫



図1 爪の黒い線が次第に拡大したものが、爪の黒い線は良性的なサインですが、爪の基部や黒色の染み出しが出てきたら悪性のサインです。

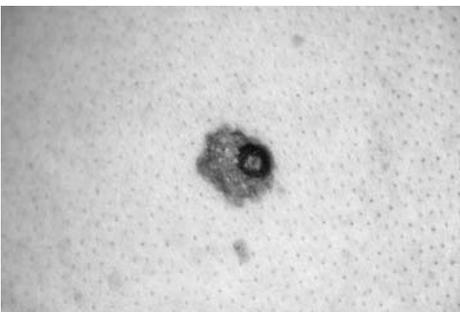


図2 背中に生じた表在拡大型。進行して一部がドーム状に隆起してきて、「やけに黒い」のが気になります。



図3 下腹部に生じた表在拡大型。「いびつ」な型になり、メラノーマのMの字になっています。

糖尿病闘病記

第1回



精神科部長 亀山 知道

認知症の父を介護する母を休ませるために、私100センチあります。腹囲が100センチあります。...

「杖を持つていなくて老人なら良いんだよ。」と私が言うと、「そうか。おまえも座って大丈夫だ。」という答えが返ってきました。...

- ① ういようだ
② まい魚と
③ 減らし
④ の酒やめ
⑤ うんどうをする

乳房外パジェット病



皮膚科(形成外科)
主任医長
とねがわ まもる
利根川 守

ちよつと変わった病名ですが乳房外パジェット病という病名は1984年にバジェット氏が乳頭、乳輪に生じた上皮内癌(表皮にとどまり転移を起さない癌)を報告して、乳房パジェット病とよばれるようになり、その後外陰部に生じた同様の臨床所見と組織学的特徴をもつ病変が報告されたために乳房外パジェット病と呼ばれるようになりました。

皮膚癌の一種で皮膚原発性上皮性悪性腫瘍の中では3番目に多い疾患です。全皮膚癌の10%程度をしめるとされています。わが国では60歳以上の男性に多く、女性は男性の3分の1から2分の1の発生率です。基本的にアポクリン腺というの元となる汗を分泌する腺がある外陰部、肛門、会陰、腋窩、臍周囲に生じうる疾患ですが、ほとんどの症例が外陰部に生じて他の部位に生じることはまれです。

初発症状としては、湿疹様の紅斑や脱色素斑と

して気づかれ、かゆみでもなう事も多く、進行するとじゅくじゅくして汁が出たりします。よくあるケースとしては、湿疹や股部白癬(いんきんたむし)として、皮膚科が専門でない医療機関で治療されていたが治らず皮膚科を受診したのち当院を紹介され受診するケースがよくあります。

また外陰部に多いため、受診をためらったり、痛みが少なくは気づかないで病変が拡大してから受診される方も多く見受けられます。初期は皮膚の浅いところを広がり、上皮内癌の長い期間があり、それが徐々に深部に浸潤していくとパジェット病になります。癌になると所属リンパ節や他の臓器に転移して命にかかわります。しかしパジェット病は癌になる前に発見される事が多く、早期に治療すれば経過はよい疾患です。

治療法は病変を外科的に切除することが治療の中心となります。抗がん剤や放射線治療は効果に

個人差があり一般的には単独で使われる事は少なく、外科的な治療後の補助療法として使われます。まず病変の一部を切除(生検といえます)して病理検査で細胞を調べパジェット病であるかを確認します。パジェット病と診断がついたら腫瘍辺縁と思われるところより3~5cm離して一塊に切除するのが一般的な治療です。これは眼に見えないところに病変が存在するので確実に切除するために広く切除する必要があります。しかし男女とも陰部の形状は複雑でまた粘膜部での病変はわかりづらいため、大きく切除しても後の病理検査で取りきれないことがあります。その時は追加の切除が必要になります。他の部位から皮膚をもってくる皮膚の移植が必要になります。しかし、広範な皮膚の切除は、患者さんの精神的、肉体的苦痛につながりますのでなるべく切除範囲を狭く、また確実に切除するためマッピング生検という検査を最近では術前に行っていきます。腫瘍辺縁と思われるところより1cm外側の点を病変の周りに8~12箇所程度とり、さらにその外側に1cmと円を外側に広げていき各点の皮膚に腫瘍細胞が存在しているかを病理検査

で確認します。細胞が存在していないところをポイントで結んで切除範囲を決めます。

手術は全身麻酔下もしくは腰椎麻酔下で皮下脂肪層もしくは筋膜上で一塊に切除し、縫い縮めることが可能な時はそのまゝ縫い縮めますが、通常は皮膚の移植が必要になります。また乳房外パジェット病では15%程度に胃癌、膀胱癌、大腸癌などの内臓原発の腺癌を伴う事があるため、通常は治療の経過中に内臓の精査を行います。

術後、切除した標本で悪性な細胞が取り切れていないことが確認できれば定期的な経過観察のみで他の治療の必要ありません。しかし取り切れていない場合は再手術が必要になり、上皮内にとど



図1 男性の陰嚢部に生じたパジェット病の現症

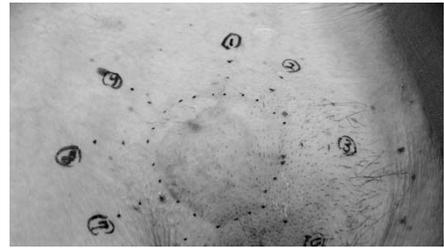


図2 女性の恥丘部に生じたパジェット病のマッピング生検直前の現症

がんの病理診断



病理科
部長
たむら こういち
田村 浩一

がんとは、限りなく細胞分裂をくりかえし、周囲の組織に入り込んだり(浸潤)、他の組織に飛び火(転移)しながら増殖する「悪性腫瘍」です。「がん」は、胃癌・肺癌など上皮(身体の表面をおおう細胞)消化管も肺も管(くだ)で外界とつながっています。から発生する「癌」と、骨肉腫・線維肉腫など外界とつながりのない組織から発生する「肉腫」とに大きく分けられます。その他、血液のがんと言われる白血病、アスベストで話題になっている中皮腫などもあり、発生する臓器や組織によって分けることができます。

図1 大腸のポリープの組織写真

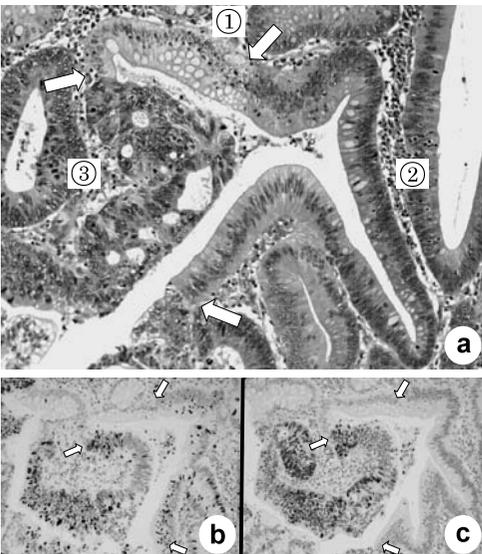


図2 大腸ポリープ(拡大)

「がん」が発生するものと、じわじわと悪性に進んでいくものがあります。後者の場合、白か黒かはつきりしない、つまりグレーの領域が存在します。これをよく5段階にわけてグループ分類します。図1は大腸ポリープの組織写真です。①から⑥まで、良性に近いものから悪性と考えられるものまで並べていますが、6例すべてのグループ分類が病理専門医の間で100%一致することはないでしょう。病気が先にあって、それを後から「分類」したわけですが、人間の顔が全部違うように、がんの顔も一つとして「同じ」ものはないので、医によって異なるのです。ただし判定が違っても、ポリープが全て取りきれれば、「完治」したことになります。

このような「主観」による病理診断に客観性を持たせるために、細かい判定基準が設けられ、診断講習会が開催され、コ

各臓器や組織に発生する「がん」にも、多くの種類があります。たとえば卵巣がんは50種類以上に分類されている上、それぞれでも分類に入らず「分類不能」とされるものもあります。このようながんの種類は、すべて病理組織学的所見により決定されます。これが「病理診断」であり、あらゆる臨床各科からさまざまな方法で採取された「病気の部分」を観察して、報告を提供しているのが病理医です。がんの病理診断は「良性か悪性か」というだけでなく、その組織型(がん細胞の種類)、分化度(正常にどのくらい近い)、病期(どのくらい進行しているか)などを判定します。このような情報によって、予後が推測され、治療方針が決まりますし、治療開始後の病理診断では、治療効果の判定も行います。

病理診断は材料や方法によって、①細胞診、②生検組織診断、③手術で摘出された臓器・組織の診断、④手術中の迅速診断、⑤病理解剖、にわけることができます。その基本は顕微鏡で細胞や組織を観察して、「正常か」「同じ」ものはないので、医によって異なるのです。ただし判定が違っても、ポリープが全て取りきれれば、「完治」したことになります。

このような「主観」による病理診断に客観性を持たせるために、細かい判定基準が設けられ、診断講習会が開催され、コ

ンサルテーション・システムが整備されています。さらに最近では、蛋白や遺伝子レベルの違いを見ただ目で判定できるようになってきました。図2は大腸ポリープの一部を拡大したものです。①は普通の顕微鏡写真、②は増殖期の細胞の核だけを染め出したもの、③は異常ながん抑制遺伝子を発現している核を染めたものです(図で濃い黒い点が陽性の核)。3つの矢印の部を境界として、①の領域の核は②で、③では②で、④では③で、⑤では④で、⑥では⑤で、⑦では⑥で、⑧では⑦で、⑨では⑧で、⑩では⑨で、⑪では⑩で、⑫では⑪で、⑬では⑫で、⑭では⑬で、⑮では⑭で、⑯では⑮で、⑰では⑯で、⑱では⑰で、⑲では⑱で、⑳では⑳で、㉑では㉒で、㉒では㉑で、㉓では㉒で、㉔では㉓で、㉕では㉔で、㉖では㉕で、㉗では㉖で、㉘では㉗で、㉙では㉘で、㉚では㉙で、㉛では㉚で、㉜では㉛で、㉝では㉜で、㉞では㉝で、㉟では㉞で、㊱では㉟で、㊲では㊱で、㊳では㊲で、㊴では㊳で、㊵では㊴で、㊶では㊵で、㊷では㊶で、㊸では㊷で、㊹では㊸で、㊺では㊹で、㊻では㊺で、㊼では㊻で、㊽では㊼で、㊾では㊽で、㊿では㊾で、1では2で、2では1で、3では4で、4では3で、5では6で、6では5で、7では8で、8では7で、9では10で、10では9で、11では12で、12では11で、13では14で、14では13で、15では16で、16では15で、17では18で、18では17で、19では20で、20では19で、21では22で、22では21で、23では24で、24では23で、25では26で、26では25で、27では28で、28では27で、29では30で、30では29で、31では32で、32では31で、33では34で、34では33で、35では36で、36では35で、37では38で、38では37で、39では40で、40では39で、41では42で、42では41で、43では44で、44では43で、45では46で、46では45で、47では48で、48では47で、49では50で、50では49で、51では52で、52では51で、53では54で、54では53で、55では56で、56では55で、57では58で、58では57で、59では60で、60では59で、61では62で、62では61で、63では64で、64では63で、65では66で、66では65で、67では68で、68では67で、69では70で、70では69で、71では72で、72では71で、73では74で、74では73で、75では76で、76では75で、77では78で、78では77で、79では80で、80では79で、81では82で、82では81で、83では84で、84では83で、85では86で、86では85で、87では88で、88では87で、89では90で、90では89で、91では92で、92では91で、93では94で、94では93で、95では96で、96では95で、97では98で、98では97で、99では100で、100では99で、101では102で、102では101で、103では104で、104では103で、105では106で、106では105で、107では108で、108では107で、109では110で、110では109で、111では112で、112では111で、113では114で、114では113で、115では116で、116では115で、117では118で、118では117で、119では120で、120では119で、121では122で、122では121で、123では124で、124では123で、125では126で、126では125で、127では128で、128では127で、129では130で、130では129で、131では132で、132では131で、133では134で、134では133で、135では136で、136では135で、137では138で、138では137で、139では140で、140では139で、141では142で、142では141で、143では144で、144では143で、145では146で、146では145で、147では148で、148では147で、149では150で、150では149で、151では152で、152では151で、153では154で、154では153で、155では156で、156では155で、157では158で、158では157で、159では160で、160では159で、161では162で、162では161で、163では164で、164では163で、165では166で、166では165で、167では168で、168では167で、169では170で、170では169で、171では172で、172では171で、173では174で、174では173で、175では176で、176では175で、177では178で、178では177で、179では180で、180では179で、181では182で、182では181で、183では184で、184では183で、185では186で、186では185で、187では188で、188では187で、189では190で、190では189で、191では192で、192では191で、193では194で、194では193で、195では196で、196では195で、197では198で、198では197で、199では200で、200では199で、201では202で、202では201で、203では204で、204では203で、205では206で、206では205で、207では208で、208では207で、209では210で、210では209で、211では212で、212では211で、213では214で、214では213で、215では216で、216では215で、217では218で、218では217で、219では220で、220では219で、221では222で、222では221で、223では224で、224では223で、225では226で、226では225で、227では228で、228では227で、229では230で、230では229で、231では232で、232では231で、233では234で、234では233で、235では236で、236では235で、237では238で、238では237で、239では240で、240では239で、241では242で、242では241で、243では244で、244では243で、245では246で、246では245で、247では248で、248では247で、249では250で、250では249で、251では252で、252では251で、253では254で、254では253で、255では256で、256では255で、257では258で、258では257で、259では260で、260では259で、261では262で、262では261で、263では264で、264では263で、265では266で、266では265で、267では268で、268では267で、269では270で、270では269で、271では272で、272では271で、273では274で、274では273で、275では276で、276では275で、277では278で、278では277で、279では280で、280では279で、281では282で、282では281で、283では284で、284では283で、285では286で、286では285で、287では288で、288では287で、289では290で、290では289で、291では292で、292では291で、293では294で、294では293で、295では296で、296では295で、297では298で、298では297で、299では300で、300では299で、301では302で、302では301で、303では304で、304では303で、305では306で、306では305で、307では308で、308では307で、309では310で、310では309で、311では312で、312では311で、313では314で、314では313で、315では316で、316では315で、317では318で、318では317で、319では320で、320では319で、321では322で、322では321で、323では324で、324では323で、325では326で、326では325で、327では328で、328では327で、329では330で、330では329で、331では332で、332では331で、333では334で、334では333で、335では336で、336では335で、337では338で、338では337で、339では340で、340では339で、341では342で、342では341で、343では344で、344では343で、345では346で、346では345で、347では348で、348では347で、349では350で、350では349で、351では352で、352では351で、353では354で、354では353で、355では356で、356では355で、357では358で、358では357で、359では360で、360では359で、361では362で、362では361で、363では364で、364では363で、365では366で、366では365で、367では368で、368では367で、369では370で、370では369で、371では372で、372では371で、373では374で、374では373で、375では376で、376では375で、377では378で、378では377で、379では380で、380では379で、381では382で、382では381で、383では384で、384では383で、385では386で、386では385で、387では388で、388では387で、389では390で、390では389で、391では392で、392では391で、393では394で、394では393で、395では396で、396では395で、397では398で、398では397で、399では400で、400では399で、401では402で、402では401で、403では404で、404では403で、405では406で、406では405で、407では408で、408では407で、409では410で、410では409で、411では412で、412では411で、413では414で、414では413で、415では416で、416では415で、417では418で、418では417で、419では420で、420では419で、421では422で、422では421で、423では424で、424では423で、425では426で、426では425で、427では428で、428では427で、429では430で、430では429で、431では432で、432では431で、433では434で、434では433で、435では436で、436では435で、437では438で、438では437で、439では440で、440では439で、441では442で、442では441で、443では444で、444では443で、445では446で、446では445で、447では448で、448では447で、449では450で、450では449で、451では452で、452では451で、453では454で、454では453で、455では456で、456では455で、457では458で、458では457で、459では460で、460では459で、461では462で、462では461で、463では464で、464では463で、465では466で、466では465で、467では468で、468では467で、469では470で、470では469で、471では472で、472では471で、473では474で、474では473で、475では476で、476では475で、477では478で、478では477で、479では480で、480では479で、481では482で、482では481で、483では484で、484では483で、485では486で、486では485で、487では488で、488では487で、489では490で、490では489で、491では492で、492では491で、493では494で、494では493で、495では496で、496では495で、497では498で、498では497で、499では500で、500では499で、501では502で、502では501で、503では504で、504では503で、505では506で、506では505で、507では508で、508では507で、509では510で、510では509で、511では512で、512では511で、513では514で、514では513で、515では516で、516では515で、517では518で、518では517で、519では520で、520では519で、521では522で、522では521で、523では524で、524では523で、525では526で、526では525で、527では528で、528では527で、529では530で、530では529で、531では532で、532では531で、533では534で、534では533で、535では536で、536では535で、537では538で、538では537で、539では540で、540では539で、541では542で、542では541で、543では544で、544では543で、545では546で、546では545で、547では548で、548では547で、549では550で、550では549で、551では552で、552では551で、553では554で、554では553で、555では556で、556では555で、557では558で、558では557で、559では560で、560では559で、561では562で、562では561で、563では564で、564では563で、565では566で、566では565で、567では568で、568では567で、569では570で、570では569で、571では572で、572では571で、573では574で、574では573で、575では576で、576では575で、577では578で、578では577で、579では580で、580では579で、581では582で、582では581で、583では584で、584では583で、585では586で、586では585で、587では588で、588では587で、589では590で、590では589で、591では592で、592では591で、593では594で、594では593で、595では596で、596では595で、597では598で、598では597で、599では600で、600では599で、601では602で、602では601で、603では604で、604では603で、605では606で、606では605で、607では608で、608では607で、609では610で、610では609で、611では612で、612では611で、613では614で、614では613で、615では616で、616では615で、617では618で、618では617で、619では620で、620では619で、621では622で、622では621で、623では624で、624では623で、625では626で、626では625で、627では628で、628では627で、629では630で、630では629で、631では632で、632では631で、633では634で、634では633で、635では636で、636では635で、637では638で、638では637で、639では640で、640では639で、641では642で、642では641で、643では644で、644では643で、645では646で、646では645で、647では648で、648では647で、649では650で、650では649で、651では652で、652では651で、653では654で、654では653で、655では656で、656では655で、657では658で、658では657で、659では660で、660では659で、661では662で、662では661で、663では664で、664では663で、665では666で、666では665で、667では668で、668では667で、669では670で、670では669で、671では672で、672では671で、673では674で、674では673で、675では676で、676では675で、677では678で、678では677で、679では680で、680では679で、681では682で、682では681で、683では684で、684では683で、685では686で、686では685で、687では688で、688では687で、689では690で、690では689で、691では692で、692では691で、693では694で、694では693で、695では696で、696では695で、697では698で、698では697で、699では700で、700では699で、701では702で、702では701で、703では704で、704では703で、705では706で、706では705で、707では708で、708では707で、709では710で、710では709で、711では712で、712では711で、713では714で、714では713で、715では716で、716では715で、717では718で、718では717で、719では720で、720では719で、721では722で、722では721で、723では724で、724では723で、725では726で、726では725で、727では728で、728では727で、729では730で、730では729で、731では732で、732では731で、733では734で、734では733で、735では736で、736では735で、737では738で、738では737で、739では740で、740では739で、741では742で、742では741で、743では744で、744では743で、745では746で、746では745で、747では748で、748では747で、749では750で、750では749で、751では752で、752では751で、753では754で、754では753で、755では756で、756では755で、757では758で、758では757で、759では760で、760では759で、761では762で、762では761で、763では764で、764では763で、765では766で、766では765で、767では768で、768では767で、769では770で、770では769で、771では772で、772では771で、773では774で、774では773で、775では776で、776では775で、777では778で、778では777で、779では780で、780では779で、781では782で、782では781で、783では784で、784では783で、785では786で、786では785で、787では788で、788では787で、789では790で、790では789で、791では792で、792では791で、793では794で、794では793で、795では796で、796では795で、797では798で、798では797で、799では800で、800では799で、801では802で、802では801で、803では804で、804では803で、805では806で、806では805で、807では808で、808では807で、809では810で、810では809で、811では812で、812では811で、813では814で、814では813で、815では816で、816では815で、817では818で、818では817で、819では820で、820では819で、821では822で、822では821で、823では824で、824では823で、825では826で、826では825で、827では828で、828では827で、829では830で、830では829で、831では832で、832では831で、833では834で、834では833で、835では836で、836では835で、837では838で、838では837で、839では840で、840では839で、841では842で、842では841で、843では844で、844では843で、845では846で、846では845で、847では848で、848では847で、849では850で、850では849で、851では852で、852では851で、853では854で、854では853で、855では856で、856では855で、857では858で、858では857で、859では860で、860では859で、861では862で、862では861で、863では864で、864では863で、865では866で、866では865で、867では868で、868では867で、869では870で、870では869で、871では872で、872では871で、873では874で、874では873で、875では876で、876では875で、877では878で、878では877で、879では880で、880では879で、881では882で、882では881で、883では884で、884では883で、885では886で、886では885で、887では888で、888では887で、889では890で、890では889で、891では892で、892では891で、893では894で、894では893で、895では896で、896では895で、897では898で、898では897で、899では900で、900では899で、901では902で、902では901で、903では904で、904では903で、905では906で、906では905で、907では908で、908では907で、909では910で、910では909で、911では912で、912では911で、913では914で、914では913で、915では916で、916では915で、917では918で、918では917で、919では920で、920では919で、921では922で、922では921で、923では924で、924では923で、925では926で、926では925で、927では928で、928では927で、929では930で、930では929で、931では932で、932では931で、933では934で、934では933で、935では936で、936では935で、937では938で、938では937で、939では940で、940では939で、941では942で、942では941で、943では944で、944では943で、945では946で、946では945で、947では948で、948では947で、949では950で、950では949で、951では952で、952では951で、953では954で、954では953で、955では956で、956では955で、957では958で、958では957で、959では960で、960では959で、961では962で、962では961で、963では964で、964では963で、965では966で、966では965で、967では968で、968では967で、969では970で、970では969で、971では972で、972では971で、973では974で、974では973で、975では976で、976では975で、977では978で、978では977で、979では980で、980では979で、981では982で、982では981で、983では984で、984では983で、985では986で、986では985で、987では988で、988では987で、989では990で、990では989で、991では992で、992では991で、993では994で、994では993で、995では996で、996では995で、997では998で、998では997で、999では1000で、1000では999で、1001では1002で、1002では1001で、1003では1004で、1004では1003で、1005では1006で、1006では1005で、1007では1008で、1008では1007で、1009では1010で、1010では1009で、1011では1012で、1012では1011で、1013では1014で、1014では1013で、1015では1016で、1016では1015で、1017では1018で、1018では1017で、1019では1020で、1020では1019で、1021では1022で、1022では1021で、1023では1024で、1024では1023で、1025では1026で、1026では1025で、1027では1028で、1028では1027で、1029では1030で、1030では1029で、1031では1032で、1032では1031で、1033では1034で、1034では1033で、1035では1036で、1036では1035で、1037では1038で、1038では1037で、1039では1040で、1040では1039で、1041では1042で、1042では1041で、1043では1044で、1044では1043で、1045では1046で、1046では1045で、1047では1048で、1048では1047で、1049では1050で、1050では1049で、1051では1052で、1052では1051で、1053では1054で、1054では1053で、

ナースステーション

看護師の育成



看護部
看護師長(教育担当)
まさとう りんね
正藤 倫音

「おはようございます。今日はいいお天気ですよ。ご気分はいかがですか。」病棟の朝ははじまります。今、医療は日進月歩、秒進分歩の勢いで進歩し、医療に関する情報は巷に溢れています。そんな中で、学校で学んだ看護や医療の知識だけでは取り残されてしまいます。そのため、看護師となり働き始めてからも、医療の知識・技術に対しての情報や技術の習得が必要で、また、看護は日常生活の援助技術が求められます。学生時代に看護の基礎を学びますが、あくまでも基本であり、看護師になってからは実践の中で日々習得しています。先輩看護師の指導や経験を重ねて一人前の看護師として成長していきます。更に、研修や勉強会に参加することで知識や技術の共有を図っています。研修は経験年数等に応じて行っていますが、新人看護師には月1回の研修や勉強会を行っています。このように研修は、同期が集まる機会であり、同じ立場での悩みや喜びを共有

「看護は観察に始まり観察に終わる。」と言って、今、必要としていることは何か。」を常に考え、接しています。広い視野で看護を行うことが求められています。例えば、車いすに移る時は、筋力の弱い方、麻痺のある方など、患者さまをよく観察して、病気や治療からくる身体の変化を考えてお手伝いをしていきます。そのために、身体の仕組みや病態生理を学びます。また、食事の摂り方、身体の拭き方、頭の洗い方など普段何気なく行っている日常生活について、身につけていく必要があります。

新任医師紹介

☆平成20年10月1日付採用



整形外科医師
なかやま しゅういち
中山 修一

本年10月より整形外科に着任いたしました。専門はスポーツ整形外科、膝関節外科です。よろしくお願いします。



写真2 中堅看護師研修



写真1 看護技術研修



メリークリスマス
クリスマスコンサートを開催

内容充実 人間ドック

“当院の人間ドックで積極的な健康づくりを”
各種の専門科を有する東京通信病院の人間ドックですから、サポート体制も確実です。皆さまの健康づくりを応援しています。



マンモグラフィー(乳房撮影装置)
新機種導入予定



超音波診断装置



上部消化管 X線撮影装置
新機種導入済

検診日 男性：月、火、木、金、第1・2・3土曜日
女性：水、第4土曜日
※詳細は、人間ドックセンターにお尋ねください。
電話 03-5214-7055、7167

東京通信病院のご利用案内 ~全科診療予約制を実施しています~

診療科
一般内科、内分泌・代謝内科、血液内科、神経内科、消化器内科、循環器内科、腎臓内科、呼吸器内科、精神科、一般・消化器外科、呼吸器外科、心臓血管外科、脳神経外科、整形外科、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、麻酔科、リハビリテーション科、歯科口腔外科、救急総合診療科

外来診療日
●月曜日～金曜日(祝日及び年末年始を除く。)
※診療科によりましては、診療しない曜日があります。
※土曜日、日曜日、祝日、年末年始及び夜間は、時間外(急患)診療を行っています。

診療受付時間
診療は予約されている患者さまが優先されます。予約なしでご来院された場合は、当日の予約をお取りしますが、予約の空きがない場合は、診療の受付ができないことがあります。(急患及び紹介状をお持ちの方を除きます。)できるだけ事前にご予約をお取りください。

窓口	午前の診療	8:30~11:00まで
	午後の診療	12:30~14:30まで
自動受付機(予約のある方のみ)		8:00~16:00まで

※初めて来院された方、予約のない方は、窓口へお越しください。
※診療科により休診の時間帯があります。
診療の予約をされた方で、初めてご利用される方及び初めて受診される診療科をご利用される方は、予約時間の30分前までに来院ください。

予約の方法・予約受付の時間帯等
●電話での予約…9:00~17:00
●電話番号……………03-5214-7381
●外来診療日に限ります。
※ご希望の日時に予約できないことがありますので、ご容赦願います。

予約の受付開始時期等
●受付開始日……………予約希望日の3カ月前
●受付締切日……………予約日の前日の17時まで
●変更・取消し……………予約日の前日の17時まで
※外来診療日に限ります。
※取消しの場合は、上記の日時後であってもご連絡ください。

時間外(急患)診療
休日や夜間に急病になったときは、時間外(急患)診療がご利用いただけます。
電話で連絡の上、ご来院ください。
●連絡先……………03-5214-7768 (救急診療室)

交通のご案内

- JR「総武線」飯田橋駅西口 徒歩5分
- 地下鉄「有楽町線・南北線」飯田橋駅B2a出口 徒歩約6分
- 地下鉄「東西線・大江戸線」飯田橋駅A4出口 徒歩約9分

ご意見募集

より充実した紙面にするため読者の皆さまからのご意見ご要望をお待ちしております。

〒102-8798 東京都千代田区富士見2-14-23
東京通信病院管理課「けんこう家族」編集部あて

ホームページアドレス <http://www.tth-japanpost.jp/>
メールアドレス admin@tth-japanpost.jp