

肺炎について



呼吸器科部長
大石 展也

“肺炎”という病気について、どのようなイメージをお持ちでしょうか？今日は、肺炎について簡単にご説明したいと思います。

肺は、気管が左右の肺に向かう太い気管支に枝分かれした後、さらに気管支が繰り返して、最後に肺胞という

直径0.1～0.2mmの袋状の構造になり、それが約3億個集まってできています。肺胞では、体に必要な酸素を取り込んで、不要になった炭酸ガスを排出するという重要な機能が営まれています。その肺胞に、主に気道を介して病原菌が侵入して感染をおこした状態が、肺炎です。

肺炎の症状は、発熱、咳、痰、息切れなどですが、これらの症状は、風邪の症状と似ています。肺炎であるかを確かめるには、胸部X線写真を撮影する必要があります。肺炎が生じると、肺胞の空気が炎症細胞や水分に置き換わるため、X線を通しにくくなり、X線写真で白い影として見えますが、風邪では白い影は生じません。基礎疾患のない健康な方の風邪には、通常、抗菌薬の投与は不要ですので、風邪と肺炎を区別することは大切です。

肺炎をおこす病原菌には多くの種類があり、病原菌に有効な抗菌薬を使って肺炎を治療するには、その種類をつきとめることが必要です。そのために痰・血液・尿などを調べますが、病原菌が

明らかになるのは、半分程度です。そこで、患者さんが肺炎になった状況や個々の患者さんの背景因子から、可能性の高い病原菌を推定して、適切な抗菌薬を使う方法が、一般的に行われています。肺炎は、自宅で日常生活をされている方がかかる場合と、入院中の患者さんに生じる場合とで、病原菌の種類や頻度が大きく異なります。前者では、肺炎球菌やマイコプラズマ、クラミドフィラ、ウイルスなどが多く、後者では、本来は腸の中にいるグラム陰性桿菌と言われる細菌や、ブドウ球菌、嫌気性菌（空気が乏しい状態で繁殖しやすい菌）などが多くなります。また、ホテル・温泉などの旅行（レジオネラ）、動物との接触（オウム病クラミドフィラなど）、口の中が不潔な状態（嫌気性菌）、大酒家（肺炎桿菌など）、気管支拡張症の既往（緑膿菌など）など、患者さんの背景因子も頻度の高い病原菌を予測する手がかりになります。

肺炎は、高齢の方ほど罹患率・死亡率が高く、特に75歳以上で急速に増加します。高齢者の肺炎は、大部分が口腔内貯留物の誤嚥によると考えられており、予防には、口腔内の病原菌を減らすために、口腔を清潔に保つこと（歯磨き・口腔ケア）が非常に大切です。また、毎年秋のインフルエンザワクチン接種に加え、昨年度から定期接種（一部公費負担）の始まった肺炎球菌ワクチン接種も併用することで、高齢者の肺炎の予防が期待できます。

当科では、日常的に、肺炎の患者さんを外来・入院で診療しておりますので、“肺炎？”、と思われましたら、すぐに受診されてください。

学童期に多い 「起立性調節障害」



小児科主任医長
中澤 聡子

起立性調節障害という病気についてお聞きになられたことがありますか。

- ・朝なかなか起きられない
- ・目が覚めても頭痛や腹痛がして寝床から出られない
- ・起きてから時間が経たないと食事ができない

・午前中は気分が優れず、午後になると元気が出てきて、夜なかなか眠れない

学童期のお子様にごような症状がみられた場合、「起立性調節障害」という病気からくる症状である可能性があります。

起立性調節障害は、自律神経の調節の乱れによって起こります。自律神経は交感神経、副交感神経の2種類の神経からなり、内臓のいろいろなところに分布し、前者は活動させる状態に、逆に後者は休める状態にする働きをします。脳の自律神経中枢の機能が悪くなると、交感神経、副交感神経のバランスが崩れます。人は直立歩行するため四つ足動物に比べると、心臓を中心とした身体の上へへの血液循環は重力からみてかなり無理があります。全身の血液の動きを調節している自律神経に問題が起きると、起立していることによって心臓より上部では血液が不足し、下部では血液が

たまってしまい、さまざまな症状が出現します。起立時に脳血流が低下するために、立ちくらみ・めまい、ふらつき、頭痛、気分不良、倦怠感があり、さらに動悸、腹痛、食欲不振、朝起きられない、夜寝つけないことや、時には失神発作を起こしてしまうこともあります。多彩な症状のため診断がつかず治療が遅れることがあり、また本人の訴えでしか判断できない症状が多く、午後や夜には元気になることから怠けや学校嫌いと思えられ場合もあります。

起立性調節障害は自律神経の機能障害の上に、季節や気候の変化、生活リズムの乱れ、心理社会的ストレス等が発症、悪化において複雑に影響を及ぼします。小学校高学年、中学生の年齢から発症する頻度が高く、中学生の時点では約1割に存在するといわれ、遅刻や欠席が増え不登校になることもあります。真面目で周囲の期待に応えて頑張ろうとするお子様に多い傾向がみられ、心理的な要因が関与している場合はそのサポートも必要となります。

起立性調節障害の診断は、10分以上の臥床の後、安静時の血圧・脈拍を測定し、起立後の血圧低下からの回復時間、その後10分後まで血圧・脈拍を測定する検査等によって行います。症状から起立性調節障害が疑われ診療を希望される場合は、当院小児科外来までお問い合わせください。



大腸癌の内視鏡治療



消化器科医長
大久保 政雄

近年、食事の西欧化や生活習慣の変化に伴い、大腸の病気が増加しています。なかでも大腸癌の増加は著しく、早期の発見が大切です。今回は大腸検査の必要性、そしてその検査で早期発見できた大腸癌は、大腸内視鏡

で腹部にメスをいれずに切除出来るようになったのでそのことについてお話したいと思います。

大腸内視鏡を行う目的は、病気診断と大腸腫瘍（ほとんどは良性のポリープ）切除です。しかし、2Lもの下剤を服用し、便をなくした状態で検査を行いますので身体的負担は少なくありません。ですから、まず便検査を施行し、鮮血反応が陽性となれば大腸検査をするという流れになります。

検査で大腸に腫瘍があった場合、大多数はポリープ（主に腺腫：前癌病変ですが、必ずしもそれが癌になるというわけではありません。）であり、ポリープを切除すれば癌を予防できるという点から、検査時に癌化する可能性のある小さなポリープは外来検査時に切除しています。大きい病変は、切除後に出血する可能性が高く入院で治療します。内視鏡で切除できる病変は、基本一括で切除できることが原則で、従来、20mm以下の早期大腸癌や大腸ポリープの治療は、内視鏡的ポリープ切除術（ポリペクトミー）や粘膜切除術（EMR）が行われてきました。早期大腸癌も、一部分割してでもEMRで切除してきましたが、分割して切除する場合は、切除した部分にわずかに癌細胞が

残存する可能性があり、再発しやすいことや、遠隔転移が一部あることも事実でした。そのため、早期大腸癌で20mmを超える大きなものや、良性腫瘍でも内視鏡治療が困難なものは、腹腔鏡下の補助手術や開腹手術が行われてきました。

しかし、近年の医療技術の進歩より、このような病変でも外科的手術をせずESDという方法で内視鏡的治療が出来るようになってきました。ESDは、高周波メスで直接病変の周囲切開を行い、病変下の粘膜下層を視認しながら剝離していく手技で、腫瘍径に関わらず病変を一括で切除することが可能で、そのため、詳細な病理診断が可能で、根治性が高く、もし追加治療が必要な病変であったとしても、その後の明瞭な治療方針を提示できる優れた手技です。また、腸を切除しないので、外科手術と比べ術後の負担の軽減につながります。術後、翌日までは絶食し点滴で経過をみます。術後合併症がなければ術後3日目から食事が摂取でき約1週間で退院となります。大腸ESDは、大腸壁が薄いため、胃や食道に比べ合併症がおきやすく高度な技術を要するため、平成24年3月まで厚生労働省から技術と設備が十分と認められた施設のみ施行できる先進医療として治療が認められてきました。そして平成24年4月から厚生労働省の施設基準を満たした場合、保険診療として行えるようになりました。当院も平成24年からこの治療を開始しました。大きな大腸ポリープ、早期大腸癌の治療選択肢を増やすことで、我々も患者様の負担軽減につとめて参ります。しかし、一番大切なのは早期発見ですので、まず便の検査から施行して早期発見に取り組みましょう。



医療安全研修の紹介

医療安全対策室

『医療安全研修』は患者さんの安全を確保するために国が医療法で各病院に年2回開催するように定めた研修です。この研修は全職員が参加して医療に関係した安全管理、感染対策、薬や医療機器の正しい使い方などを中心に専門の職種が講師を担当しています。病院では医師、看護師、栄養士、技師、ソーシャルワーカー、薬剤師、事務など多くの職種が患者さんのために働いています。医療安全研修に全職員が参加することは、患者さんの安全に関する情報を共有することに繋がります。

また、東京通信病院では国が定めた研修以外にもより良い医療が提供できるように、さまざまな医療安全研修を行っています。その一部をご紹介します。1年目の研修医の注射・採血研修などの基礎的なことから急変した患者さんを再現した人形での医師・看護師の対応研修など専門的な事まで行っています。

今回は、医療安全研修について紹介させていただきました。患者さんには診療で実感することは少ないと思いますが、病院ではこのような研修を通して患者さんの安全確保に常に努めています。



医療安全研修（劇）



研修医の注射・採血研修



患者さん急変時の対応研修（医師・看護師）



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、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
オプションで脳ドック、肺がんドックも行っております。



ていしん 通信 寄り道 マップ



地下鉄大江戸線
地下通路より
A4 出口へ

西口出口から
病院まで
徒歩約6分
約430m

地下鉄南北線
有楽町線**B2a**出口
病院まで徒歩
約6分、約450m

地下鉄東西線
A4 出口から
病院まで徒歩
約9分、約670m

善國寺神楽坂毘沙門天
病院から徒歩約11分、850m

東京大神宮
病院から徒歩約4分、300m

ていしん
東京逡信病院
〒102-8798
千代田区富士見2-14-23
(代) **03-5214-7111**

東京逡信病院
人間ドックセンター
03-5214-7055

靖国神社
病院から徒歩約11分、850m

日本武道館
病院から徒歩約15分、1.2km

A1 出口病院まで
徒歩約14分、約1.1km

北の丸公園

千鳥ヶ淵



筑土八幡神社

神楽小路

JR 飯田橋駅

牛込神楽坂駅

飯田橋郵便局

外濠公園

飯田橋グラン・ブルーム

パークコート
千代田富士見ザタワー

赤十字発祥の地

大村益次郎銅像

法政大学

妙法寺

常燈明台

品川弥次郎銅像

麹町郵便局

千代田年金事務所

工芸館



防衛省

市ヶ谷見附跡

JR 市ヶ谷駅

早稲田通り

袖摺坂

牛込橋

呼聲田圃S

富士見出張所

白菊稲荷

靖国通り

田沼

千代田区立

神経症の話 第1回 不安神経症



精神科部長
亀山 知道

今回からは、神経症について書きます。

神経症とは、精神的なストレスが原因となって、種々の精神症状や身体症状が出る病気です。不安神経症と強迫神経症が代表的なものですが、対人恐怖、視線恐怖、赤面恐怖、高所恐怖、閉所

恐怖、不潔恐怖など、色々な恐怖症も神経症に分類されます。

今回は、不安神経症について述べます。

不安神経症は、最近ではパニック障害と呼ばれることが多くなりました。不安と不安発作（パニック発作）を主な症状とする神経症です。不安発作とは、強い不安に襲われ、動悸がしたり、息苦しくなったり、異常なほどの大量の汗をかいたりする発作です。初めて不安発作を起こした時には、死の恐怖を感じる事が少なくないのです。息苦しきのあまり、呼吸が速くなってしまふこともしばしばあります。これは過換気発作とか過呼吸発作と呼ばれています。ひどい時には、呼吸のしすぎで、身体中の二酸化炭素の量が少なくなつてしまふ、手足がしびれたりします。そのため、過呼吸発作が起きたら、「自分のはく息を紙袋に入れ、二酸化炭素の多く含まれている、その空気を吸いなさい。」と言われます。

仕事のストレスがたまっている時などに、出勤時の満員電車で不安発作を起こす方が時々います。この方は、翌日また同じ出勤電車で不安発作を起こすのではないかと不安（これを予期不安といいます）を持って生活することになります。

そして、予期不安を持って出勤電車に乗ると、実際に不安発作が起きてしまいます。不安発作が起きると、また起きるのではないかと不安が強まります。このように、「不安の悪循環」ができてしまうと、そこから抜け出せなくなります。

不安神経症の治療は、この「不安の悪循環」を断ち切ることです。具体的な対処方法は、まず内科を受診して、動悸や息苦しさが、心臓や肺の病気のせいではないかを確認することです。そして、心臓や肺に異常がないことがわかったら、不安発作が起きた時に、「これはストレスが原因で起きた発作であり、身体に異常はない。死ぬことはない。」と自分に言い聞かせ、落ち着くことが重要です。

症状が軽い方の場合には、「身体の病気ではない」と、わかっただけで不安が軽くなり、不安発作が治まることもあります。症状が比較的重い方の場合には、精神安定剤（抗不安薬）を飲んでいただきます。1日に2～3回、定期的に飲んでいただくこともありますが、精神安定剤を常に何錠か持っていて、不安が強い時や不安発作が起きそうに感じた時に、精神安定剤を頓服として飲む方もいます。

このように、身体の病気ではないことを確かめ、不安発作の発生メカニズムを理解し、必要に応じて精神安定剤を服用することによって、「不安の悪循環」を絶つことができれば、不安発作は治まっていきます。そして、朝の満員電車で出勤しても、不安発作が起きなかったという体験を繰り返すことで自信を回復することができて、さらに、不安発作を起こすきっかけとなった、もともとのストレスがきちんと解決すれば、不安神経症は治ります。



看護の日

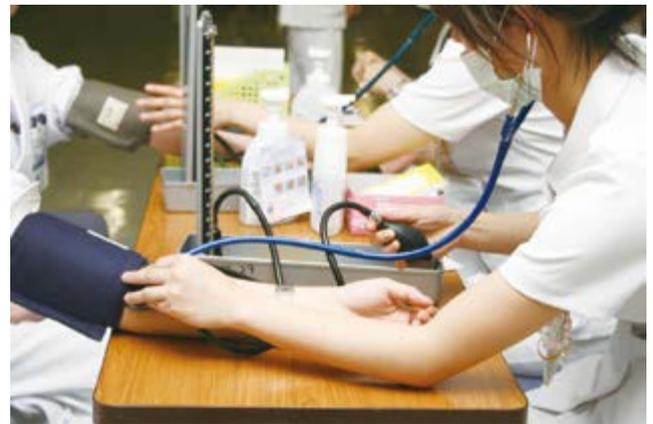
9階西病棟
看護師長 渡邊 茂子

看護の日は近代看護を築いたフローレンス・ナイチンゲールの誕生日に因み、5月12日に制定されました。そして12日を含んだ日曜日から土曜日までを看護週間として、日本看護協会をはじめ、全国でさまざまなイベントが開催されています。

当院でも、看護週間の期間中毎年イベントを開催してまいりました。

今年は昨年に引き続き、「忘れられないエピソード」の掲示と血圧測定・AEDの操作説明とデモンストレーションを行いました。「忘れられないエピソード」では、患者さん・ご家族の方々と医療者の日々の関わりの中でエピソードを紹介させていただきました。また、血圧測定やAEDの説明にもたくさんの方のご参加をいただきありがとうございます。

来年も様々な企画を計画いたします。このイベントを通して患者さん・ご家族の方々がより身近に「看護」を感じていただけたらと思います。



新任医師紹介

2015年7月1日採用

麻酔科 医師

榎本 有希

7月に採用になりました榎本です。安全な手術の実施に貢献できるよう努力します。よろしく申し上げます。



ナースステーション

摂食嚥下障害看護 認定看護師 主任 **おさ 長 政美**

テーマ **「食事を安全に楽しめるために」**

皆様は食事や水分を飲む時に“飲み込みづらさ”や“むせ”を経験したことはありませんか？「摂食・嚥下障害」は病気やその治療のためのお薬・手術・放射線療法の影響などによっておこることがあります。でも実は加齢によってもおこりやすい身近な問題なのです。総務省主要死因別死亡者数統計によると肺炎による死亡数は、近年第3位になりました。その一因として、摂食・嚥下障害によって引き起こされる誤嚥性肺炎について注目されるようになってきました。予防のためには適切な口腔ケアによって口腔内細菌を減らし、バランスのとれた栄養摂取で体力をつけることが必要です。そして、筋力の低下を予防してお口と飲み込みの機能を保てるようにしていくことが大事です。

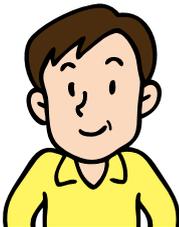
口は「食べる」「話す」「呼吸する」働きをする体と心の入り口です。主治医や他職種、院内看護師と連携し、患者さまがご家族とともにおいしく安全に食事を楽しめるようお手伝いをしたいと考えています。

人間ドックのおすすめ

人間ドックセンター

1 年に1回は健康チェック

人間ドック 男性



身体測定
呼吸器系
循環器系
腎・尿路系
代謝系

肝・胆道系
消化器系
血液系
炎症・その他

眼科
耳鼻科

当日、約8割の「当日分の成績書」で医師がご説明します。
東京通信病院の予約も取れます。
追加でオプション検査もございます。

人間ドック 女性



身体測定
呼吸器系
循環器系
腎・尿路系
代謝系

肝・胆道系
消化器系
血液系
炎症・その他

眼科
耳鼻科
婦人科(子宮頸がん検診)
外科系(乳房撮影+触診)

当日、約8割の「当日分の成績書」で医師がご説明します。
東京通信病院の予約も取れます。
追加でオプション検査もございます。

当院の人間ドックは「男性」と「女性」で曜日が分かれていますので、気兼ねなくご受診いただけます。

当院では、当日約8割の結果をお出ししてそれに基づいた成績書をお作りし、検査結果を医師がご説明いたします。所見があった場合でも当院での診療の予約が直ぐにとれ、場合によっては当日の内にご受診いただけます。

人間ドック男性 44,300円

人間ドック女性 51,500円 ですが、プラスして胃の検査を内視鏡に変更されるのが、お勧めです。(その場合プラス5,400円かかりますが、ごく初期のガンもわかります。)

追加のオプション検査や、詳しい内容につきましては、人間ドックセンター 電話03-5214-7055、7167へお問合せください。(平日8:00-16:45)

検査料金	
(基本コース)	
男性	44,300円
女性	51,500円
(オプション)	
胃の内視鏡検査 (FGS)	5,400円
脳ドック	41,200円
肺がんドック	20,600円
前立腺がん腫瘍マーカー (PSA)	2,600円
卵巣がん腫瘍マーカー (CA125)	3,100円
甲状腺刺激ホルモン (TSH)	2,200円
脳性ナトリウム利尿ペプチド(BNP)	2,200円
骨密度 (超音波法)	2,200円
血管しなやかさ検査 (ABI)	2,200円
胃がんハイリスク検査 (ABC)	5,400円
頸動脈エコー検査	5,200円
簡易脳ドック	41,200円

2 トピックス

「何かしらの運動をしている人は、まったく運動をしない人に比べて寿命が5年延びる。」との研究報告もあるようです。

何歳になってからでも遅いことはないそうです。普段の生活を見直して、運動を日常生活に取り入れることで少しでも健康で長生きしたいものですね。