

新年のごあいさつ



病院長

平田 恭信

東京逓信病院に通院されている皆様
明けましておめでとうございます。

昨年の体調はいかがでしたでしょうか？おうかがい申し上げます。病気の種類を問わず病状の回復あるいは安定化には受けている医療を心より信じるのが大切と言われています。患者さんと医療者の間に信頼関係が築かれていないと軽症の病気でもすぐには治らないことがあります。私どもを全面的に信じていただけますよう診療レベルの向上はもとより人材育成にも励んで行きたいと願っています。

東京逓信病院は日本郵政株式会社の企業立病院です。ご承知のように昨年の11月に日本郵政(株)の株式が上場され、いよいよ本当の意味での郵政民営化に向かって一步を踏み出しました。西室社長も後戻りのできない道と宣言しております。これまでもその意識で職員一同働いて来ましたが、今後は一層、民間企業としての活力と公共的企業としての公共的責任を念頭に置き、社会貢献に努めて行きたいと思っております。

日本郵政女子陸上部も実質的デビューをはたし、女子実業団駅伝大会では強力チームを相手によく健闘しました。当院が整形外科を中心としてチームドクターとなっているので、自ずと応援に力が入っております。駅伝に興味をお持ちの方には是非、ご覧になっていただければと思います。

今年は東京逓信病院の日頃の診療活動を世間にアピールしたいと考え、当院で診療機会の多い101疾患について解説書を出版します。今やこの種の本は沢山出版されていますが、患者さんがより知りたいと思っておられる治療にかかる日数や費用の実際までも示すのがこの本の特徴です。今夏には院内のローソンでも入手できるように致しますので、ご興味のある方は是非、お読みください。

昨年は当院の救急診療部には昼夜を問わず8,000名の方が受診されました。また毎月26,000名の外来患者さんと750名の新規入院患者さんの診療に当たらせていただきました。本年もこれまで以上に救急医療、がん医療に力を注ぎ、断らない医療を目指して行きます。そのために必要な最新知識や技術の習得や医療機器の購入に努力したいと思っております。

さらに予防医学の提供も私どもには大切な使命です。現在の保険診療では原則として、おかかりの病気以外の疾患の検査には制限があります。そのため当院では全身を診るという姿勢で人間ドックを開設しております。そのご利用もどなたでも簡単に予約できますので、ご一考ください。

今年は暦学的には物事の形が明らかになる年だそうです。私どもの診療姿勢が一層、皆様の健康維持のお役に立てるような年になることを願ひまして、年頭の挨拶とさせていただきます。皆様にとりまして2016年が明るく健康的な年になりますよう心より祈念しております。



成長する ほくろ ほくろの癌 ついて



形成外科主任医長
利根川 守

子供の頃からあったほくろが年齢と共に大きく盛り上がってくることはよくあることなのですが、知らぬ間に生じたほくろが近頃、急に大きくなってきたという方は注意してください。ほくろも悪性と良性があり、つまり癌とそうでないものがあります。ほくろの癌の中には皮膚癌の一種である基底細胞癌や悪性黒色腫

と呼ばれる癌があります。いずれも形の不正や色むらがあったり、時に出血を伴うこともあります。基底細胞癌は日常診療でよく見かける癌で50歳以上の高齢者に多く、日光の当たる場所、特に眼瞼、鼻周囲に発生することが多い癌です（図1）が体幹に



図1 前額部に生じた基底細胞癌

もまれに生じます。癌といっても転移などの心配はほとんどなく、局所的に浸潤して深部に広がっていきます。長期間放置すると顔面では眼球や鼻骨にまで浸潤して顔面の変形をきたすことがあります。また悪性黒色腫は皮膚癌の中で最も悪性度の高い癌の一つで、10万人に1~2人の頻度で発生し、生まれながらではなく後から生じた場合が多く、全身のどこにでも生じ成人以降の発症がほとんどです（図2・3）。悪性黒色腫は4型に分けられ、四肢末端の手のひらや足の裏、爪に生じるものが日本人に多いタイプです。手のひらや足裏のもともと色素の無いところ（黒色人種の方でも色の黒くない部分）に生じた6mm以上あるほくろは注意が必要です。癌が成長してある一定の深さまで達すると転移を起こして全身に広がっていきます。

基底細胞癌も悪性黒色腫も早期発見早期切除が最

も確実な治療法です。癌の摘出は通常の良性腫瘍とは異なり周りに正常な皮膚や組織をつけて大きく切除するのが基本ですので腫瘍が大きくなると切除範囲も大きくなります。そのため生じた皮膚欠損部を縫いあわせることができないときは皮膚移植等が必要になります。



図2 左母指悪性黒色腫



図3 右大腿部の悪性黒色腫

一般の方が新しく生じた成長の速

いほくろを心配されて外来を受診されるケースでは前記のもの以外に加齢により生じるいぼ（脂漏性角化症）であったり、皮膚線維腫と呼ばれる別の良性腫瘍などのときもあるので、自己判断せずに専門機関を受診してください。当院の形成外科・皮膚科ではダーモスコープ（図4）という拡大鏡を使うことにより診断の正確性を高めて、迅速な治療を心がけています。また形成外科と皮膚科が連携協力して、診断から切除、そして術後の追加の治療やフォローアップに至るまでをトータルにケアしています。手術は術後の傷を目立たなくするために、形成外科的な手技にておこなっています。



図4 ダーモスコープ

形の不整や色むらがあったり、また成長が速いほくろを気にされている方は一度形成外科にてご相談下さい。



痔核について



外科医長
村田 祐二郎

痔核の種類

痔核は、直立歩行を始めた人類の宿命ともいわれ、日本人の3人に1人といわれるほど、一般的で身近な病気です。排便、出産、重労働などを契機に、肛門周囲の毛細血管の一部がうっ血して、こぶ状になったものを痔核といいます。

られる処置法です。痔核の組織を鉗子でつかみ、「結紮器」に装着した小さなゴム輪を根部にはめ込んで結紮します。これにより痔核への血流が遮断され、1~2週間で痔核は壊死し、ゴム輪と一緒に脱落排泄されます。

手術療法と比較すると「根治性」は劣るものの、入院を必要とせず、外来で繰り返し何度でも行えるというメリットがあります。

(2)結紮切除法（半閉鎖法）

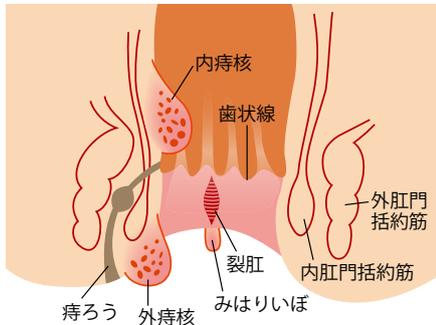
中等度から重度の内痔核が対象となります。もっとも一般的に行われる手術法で、痔核に流入する血管をしぼり、痔核とその外側の皮膚を切除するというものです。あらゆるタイプの痔核に適応でき、根治性は高いという利点がある反面、多少痛みが強かったり、後出血を起こしたりするおそれもあります。

(3)PPH（procedure for prolapse and hemorrhoid）

直腸から粘膜が脱出するような内痔核に対する手術法で、筒状の器具を肛門内に挿入し、痔核の2~3cm奥の直腸粘膜を環状に切除縫合して、垂れ下がる痔核や直腸粘膜を吊り上げることで、効果を発揮します。肛門周囲皮膚や肛門粘膜に手を加えないため、術後の痛みが少なく、手術時間が短いというメリットがあります。

症状

直腸と肛門の境界（歯状線）より内側にできた痔核を内痔核、外側にできた痔核を外痔核といいます。外痔核は痛みを伴いますが、内痔核は痛みを感じないため、出血や痔核の脱出があって初めて自覚することが多いです。



痔核の分類

内痔核は、脱出の程度によりI度~IV度に分類（Goligher分類）されます。

*外痔核には、急性で激しい痛みを伴う「血栓性外痔核」があります。

痔核の治療法

1. 薬物療法

Goligher分類のI度からII度に相当する軽度の痔核に対する治療法です。治療薬には、「座薬」「軟膏」を肛門内に挿入、注入します。「内服薬」では、漢方薬や緩下剤などが用いられます。

2. 手術療法

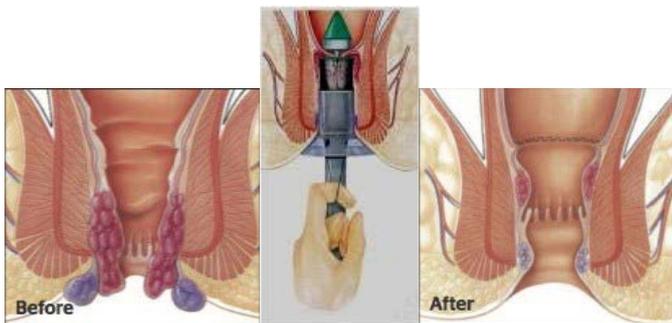
(1)ゴム輪結紮法

軽度から中等度で、比較的限局した内痔核に対して用い

		分類	主な症状	主な治療法
内痔核 (Goligher分類)	I度		●痔核の脱出はない。 ●痛みはなく、排便時に出血することが多い。	保存療法
	II度		●排便時に脱出するが、自然に戻る。 ●出血があり、痛みも出てくる。	保存療法 外科的療法
	III度		●排便時に脱出し、手で押し込まないと戻らない。	外科的療法
	IV度		●痔核を手で押し込んでも戻らない。 ●硬くなって痛みも出血もなくなる。 ●嵌頓して激しい痛みを伴うものもある（嵌頓痔核）	外科的療法
外痔核	血栓性外痔核		●肛門周囲に血栓が作られたもの。 ●皮膚が破れて出血することがある。 ●はげしく痛む。	保存療法 外科的療法

Goligher JC : Surgery of the Anus Rectum and Colon. Bailliere Tindall, London, 1984:101, 一部改変





【J&J社提供】

(4)注射療法（硬化療法）

最近では、手術の適応とされていた内痔核に対して注射療法「ALTA療法」が注目されています。薬剤を痔核に注入して痔核に流れ込む血液を凝固させ、痔核を固めて筋層に癒着・固定させるものです。出血や痛みがないという特徴があります。ただ、この治療は、講習を受けた一部の専門医に限定して行うことが許されており、どこの病院でも行えるものではありません。

入院期間と療養

疾患の重症度や治療法の難易度によっても変わりますが、当院では入院から退院までの工程を5日間とするスケジュール（クリニカル・パス）を標準としています。

す。退院しても痛みや出血の恐れ、創部のセルフケアに対応するため、術後2週間程度の療養が必要と考えられます。

排便は術後1～3日目ぐらいにあります。できるだけ、いきんだりせず、排便後は洗浄機能付き便座、シャワーなどで洗浄してください。必要に応じて、軟膏を使用します。

食事の制限はありませんが、アルコールや刺激物の摂取に関しては医師の指示を仰ぎましょう。

痔を予防する日常生活のケア

肛門周囲の血行を良くし、肛門に強い圧力や、長時間の圧迫がかからないような生活や、肛門に刺激の少ない食事が基本となります。

- 毎日お風呂に入る
- お尻は清潔に
- トイレで強くいきまない
- 便秘・下痢は禁物
- 腰回りを冷やさない
- 長時間の座りっぱなしを避ける
- アルコール類や刺激物は控えめに

**寒い冬はお尻を暖かくして過ごしましょう！
新年会などで飲みすぎないようにしましょう！**

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。



神経症の話

第3回 恐怖症



精神科部長
亀山 知道

今回のテーマは恐怖症です。

恐怖症には、色々なものがありますが、対人恐怖症、視線恐怖症、不潔恐怖症、高所恐怖症、閉所恐怖症が主なものです。

対人恐怖症と視線恐怖症は、近い関係にあります。

すなわち、人の視線が気になり、人が怖いと訴える方が多いのです。しかし、中には、他人の視線が気になるのではなく、「自分の視線が気になる」と訴える方もいます。つまり、自分の視線が周りの方々に不快感を与えるなど、悪影響を与えているのではないかと気にする方がいるのです。いずれにせよ、対人恐怖、視線恐怖の方は、人中出现のを避けることが多く、無理に出ると、不安神経症の話の時に述べた不安発作（パニック発作）を起こす方もいるのです。不潔恐怖症の方は、汚れが気になり、何回も手洗いを繰り返してしまい、強迫神経症（洗手強迫）と診断されることが少なくありません。

恐怖症には、抗不安薬や抗うつ薬など、向精神薬がある程度効きますが、強迫神経症と同じように、薬だけですっきり治ってしまう病気ではありません。したがって、強迫神経症の方と同じように症状をかかえながら、どのように社会生活を送っていくか、本人の工夫や努力が必要な病です。

私自身に閉所恐怖の症状があるので、私がどのように対処しているかをお話します。

私は小学校低学年の時に、狭い暗い迷路に長時

間、閉じ込められた経験があり、それ以来、狭い空間に閉じ込められることに耐えられません。特に、エレベーターが苦手です。そのため、できるだけ階段を歩くようにしています。一度、精神科病棟のある9階まで、階段を上ってみたところ、息があがってしまい、30分間くらい休まないと、入院患者さんの診察ができませんでした。これでは仕事にならないため、上りのエレベーターには、我慢して乗ることにしました。下りは必ず歩いています。

また、4年前の東日本大震災の後、大地震で生き埋めの状態になることを想像してしまい、窓のない地下のレストランに入るのが苦痛になりました。

この例のように、いやな状況や苦手な状況は、できる限り避けることにしています。そして、どうしても避けられない場合には、できる限り短時間、必死に我慢することにしています。

実は、最も苦手だったのは、以前あった精神科病棟の静養室でした。静養室は、症状が不安定で落ち着かない入院患者さんを、安全に保護する目的の部屋なのですが、外から鍵をかけると、自力では出られなくなります。一度この部屋で入室中の患者さんと話をしていたら、外から鍵をかけられたことがあります。思わず、「開けてくれ。」と、大声で叫んでしまいました。あわてて看護師さんが飛んできましたが、一番びっくりしたのは、入室中の患者さんでした。頭では安全な部屋とわかっているのですが、身体が反応してしまい、動悸がしたり、息苦しくなったり、冷や汗が出たりして、散々な目に遭いました。



東京逡信病院クリスマス会

2015年12月11日(金)に、患者さんやご家族の方々に楽しいひと時を過ごしていただくため、診療棟1階の薬渡し口前ロビーを会場にして、今年もクリスマス会を開催しました。

今年は4演目と、昨年よりも盛りだくさんとなりました。

前半は、ピアノとクラリネットの演奏で、クラシックの優しい音楽の時間と、サイガバレエ研究所の皆様による優雅なバレエの舞を堪能させていただきました。

後半は、アコースティックギターでの暖かい音楽の弾き語り、終盤では、けんこう家族ではご存じの、精神科の亀山部長がデュエットで力強く美しい歌声を響かせ、会場の皆さんと一体となり、クリスマスいっぱいの雰囲気の中で会は終了となりました。

今後もこのような行事を計画していきたいと思っておりますので、皆さんお誘いの上、参加をお待ちしております。



新任医師紹介

2015年10月1日採用



整形外科 医師
さめしま しん
鮫島 慎

膝・スポーツ障害や外傷を中心に、患者さんの満足度の高い治療を目指しています。
何でもご相談ください。



整形外科 医師
さかもと りゅうじ
坂本 龍司

整形外科で勤務させていただく事となりました。患者さんの痛みを改善できるよう頑張っ参ります。よろしくお願ひ致します。



神経内科 医師
は お あきひと
羽尾 曉人

10月より神経内科に赴任致しました。より良い医療を提供すべく、尽力する所存です。
どうぞよろしくお願ひ致します。



呼吸器内科 医師
しおざき さちこ
汐崎 紗知子

10月より呼吸器内科所属になりました汐崎紗知子と申します。患者さんの思いを第一に、安心かつ安全な医療を行っていきたくお願ひしておりますので、よろしくお願ひ致します。

当院を退職しました

2015年9月30日退職

中里 啓佑 (整形外科)
石橋 祐貴 (整形外科)
杉山 雄亮 (神経内科)

2015年10月16日退職

葛岡美津穂 (婦人科)



ナースステーション がん相談支援センター

がん相談支援センター 副センター長 渡邊 茂子



11月1日よりがん相談支援センター、副センター長に就任いたしました。

がん相談支援センターは、医師・看護師・ソーシャルワーカー・医療クラークが業務を担当しています。

私達は、がんの患者さん・ご家族や地域の方々に対して、がんに関してのご相談を受けています。病気のこと、医療費のこと、不安に思っていること、自宅での生活のこと、心配ごとや困っていること、悩みなどです。継続的にサポートが必要な方に対しては、担当制をとって必要なケアを途切れずに提供できるようにしています。

また、毎月1回がんサロン「語り合いの会」を開催しております。

この会は、がんの患者さん、ご家族のかた、同僚、友人などの憩いの場所として設けています。がんに関連した講義や参加者同士で

の語り合いをおこない、交流を深めてもらっています。

今後も私達が、皆様の生活のお役に立つことをできるようにと考えて、活動をしていきたいと思っています。気になることがありましたら、いつでもがん相談支援センターにお声かけください。場所は、1階ホールの薬渡し口の隣、中庭側になっております。



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	肝・胆道系	眼科
呼吸器系	消化器系	耳鼻科
循環器系	血液系	
腎・尿路系	炎症・その他	
代謝系		

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	肝・胆道系	眼科
呼吸器系	消化器系	耳鼻科
循環器系	血液系	婦人科(子宮頸がん検診)
腎・尿路系	炎症・その他	外科系(乳房撮影+触診)
代謝系		

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)

2 トピックス

「最近、芸能界や著名人で病気が見つかる報道が相次いでいますね」人間ドックで毎年のように検査していたにも関わらず... という報道もあります。確かに進行の早いタイプのもも存在しています

ので発見にも限界はあります、だからと言って検査をしなくていい訳ではありません。やはり早期発見、早期治療が大事です。特に受診者全員の方が内視鏡検査を受けて早期がんの発見を逃さないよう、内視鏡検査室を増設しております。

また、当院の女性人間ドックは子宮頸がん検診、乳がん検診を必須としています。オプション検査にしまうと、恥ずかしさなどから受診されない場合があると早期発見がなれないため必須項目としています。

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

