東京逓信病院ニュース
vol. 139
けんこう家族

〒102-8798
東京都千代田区富士見2-14-23
TEL 03（5214）7111㈹
http://www.hospital.japanpost.jp/tokyo/

発行／東京逓信病院　2021年1月1日

新年のご挨拶

年頭にあたり謹んで新年のごあいさつを申し上げます
新型コロナウイルス感染症流行が一日も早く収まり
新しい年が皆さまにとり幸多き年となりますよう
心よりお祈り申し上げます

病院長　安原　洋

令和という新たな時代は、新型コロナウイルス感染症流行という思わぬ形で幕を開けることになりました。しかしながら、私たち東京逓信病院の職員にとって、日々患者さんに向き合い、質の高い医療を提供するという姿勢には変わりはありません。逆に、このコロナウイルス感染症流行は、医療サービスをとおして、私たちがどのように皆さまのお役に立つことができるかをあらためて考える貴重なきっかけとなりました。“心のかよった医療サービス”、“地域に密着した医療機関”、“医療をとおした生活支援” など、ともすればお題目を並べただけの表面的なものになりがちですが、当院がこれまで目指してきたこの目標が、新型ウイルスが流行し始めた昨年初めの先の見えない状況の中で、私たちの大きな支えとなりました。

当院は新型コロナウイルス感染症流行の早い段階から「帰国者・接触者外来」を開設し、初動対応を開始しました。また、それと並行して、現有の設備、人員で、この感染症に対してどこまでの対応ができるかを慎重に検討いたしました。その結果、東京逓信病院は、軽症から中等症の地域の患者さんを受け入れ、ハブとしての医療機関の役割が重要であるという認識に至りました。現在は、手指衛生やマスク着用など、これまでの感染予防策を徹底し、それに加えて病院入り口での発熱者の振り分け、スクリーニング外来の新型コロナウイルス感染者の発見、PCR検査による診断など、皆さまが安心できる形で感染症への対応を確実に行っております。

新型コロナウイルスに対する対応は、決して当院が単独で行えるものではありません。これまで、地元の医師会や、千代田区、東京都といった行政からも多大なるご支援をいただきました。そして、このことこそが、地元、地域との深いつながりを示すものであったと私たちは考えています。

感染対策を実施するにあたっては、面会者や入館時間の制限など皆さまにも大きなご負担をおかけいたしました。この書面にてお詫びするとともに、今後はより多くの皆さまにもご理解をいただけるよう、ご説明や周知を心がけてまいります。

昨年から私たちが行ってきた感染症対策をはじめとする医療サービスが、皆さまのご期待に添うようなものであったのかは、当院を利用する皆さまに判断していただきたいと思っています。私たちは、より良い医療を目指して、「ご利用者の声」などで、皆さまのご意見を真摯にお聞きいたします。

東京逓信病院は、この困難な時にこそ皆さまの健康な日々の生活を支えてまいります。今年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

トイレが近い、我慢できない!! …
それって過活動膀胱かも？

泌尿器科　部長
村田　太郎

皆さん、まずは表１をご覧になって回答してみてください。何点だったでしょうか？

過活動膀胱とは？

表１の回答で、質問３（尿意切迫感）が２点以上、合計点が３点以上なら過活動膀胱と診断されます。過活動膀胱とは、尿意切迫感を必須症状として通常は頻尿を伴う症状症候群です。切迫性尿失禁（トイレまで間に合わずに漏らす）を伴うこともあります。

過活動膀胱の症状を有する方は年齢とともに増加します。脳血管や神経の病気が原因となることもありますが、多くの場合は原因不明（特発性）です。膀胱の血流障害や自律神経系の活動亢進が原因ではないかとも考えられています。

過活動膀胱の治療法は？

まず行うのは膀胱訓練です。これは尿をなるべく我慢させる訓練法で、約75%の方が改善し、副作用もないので第一に推奨される治療です。症状が重い方は内服薬による治療も併用します。治療薬には膀胱を弛緩させて尿をためやすくする作用があります。最近は内服薬の種類が増え、高齢者でも内服しやすく工夫されたものもあるので、いろいろな選択ができるようになりました。しかし、内服薬で症状が改善しない、あるいは副作用で継続できない方もいます。そのような方には、ボツリヌス毒素（ボトックス）膀胱壁内注入療法が勧められます。内視鏡を使って膀胱に細い針でボトックスという薬を注射します（図１）。この治療法は高い有効性と安全性から90か国以上で認可されており、日本でも2020年から保険適応となりました。当科でもすでに８例実施しており、内服薬が不要になるほど症状が改善した方もいます。

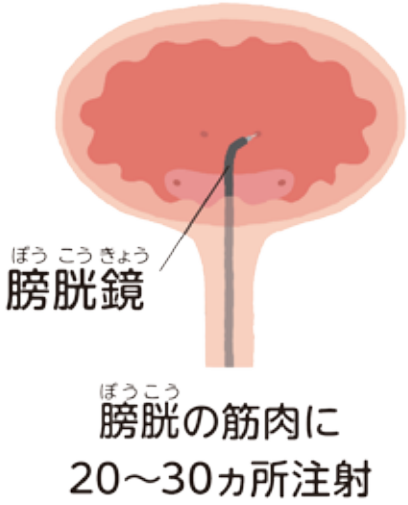
国内の調査では、40歳以上の日本人の12.4%が過活動膀胱とされました。この結果から、国内の患者数は1,000万人を超えると推定され、多くの方が過活動膀胱に罹患していると言われています。思い当たる症状がある方は、ぜひためらわず泌尿器科を受診してみてください。

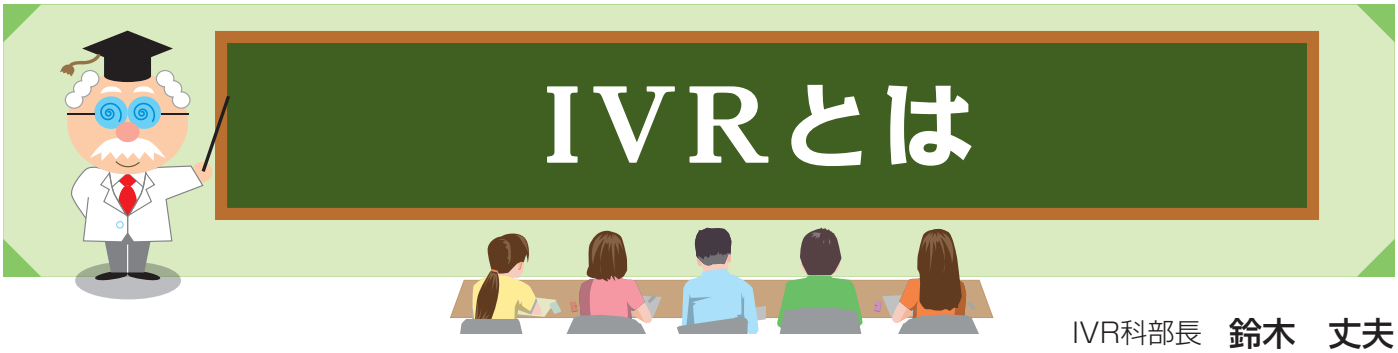
表１

以下の症状がどれくらいの頻度でありましたか。この１週間のあなたの状態に最も近いものを、ひとつだけ選んで、点数の数字を○で囲んで下さい。

質問	症状	点数	頻度
1	朝起きた時から寝る時までに、何回くらい尿をしましたか	0	7回以下
		1	8～14回
		2	15回以上
2	夜寝てから朝起きるまでに、何回くらい尿をするために起きましたか	0	0回
		1	1回
		2	2回
		3	3回以上
3	急に尿がしたくなり、我慢が難しいことがありましたか	0	なし
		1	週に1回より少ない
		2	週に1回以上
		3	1日1回くらい
		4	1日2～4回
		5	1日5回以上
4	急に尿がしたくなり、我慢できずに尿をもらすことがありましたか	0	なし
		1	週に1回より少ない
		2	週に1回以上
		3	1日1回くらい
		4	1日2～4回
		5	1日5回以上
合計点数		点	

図１





IVRとは

IVR科部長　**鈴木　丈夫**

IVR(アイ・ブイ・アール)とは、さまざまな医療場面で活躍の場を広げている患者様に優しい治療法です。正確には、「interventional Radiology＝インターベンショナルラジオロジー」、日本語では「画像下治療」と訳しています。また「低侵襲性治療」、「血管内治療」とも呼ばれています。

IVRは、X線（レントゲン）や血管造影像、超音波像、CT像などの画像診断装置を用いて体の中を透かして見ながら、カテーテルと呼ばれる細い管や針を用いて診断・治療をする方法です。外科手術のようにお腹や胸を切らずに臓器や血管の治療ができ、また処置後の傷もほとんど残らないので、患者さんの体への負担が圧倒的に少ないという特徴を持っています。

IVRは、血管を介して行う「血管系IVR」とそうでない「非血管系IVR」に分かれます。

血管系IVRには、がんを養っている血管に抗がん剤を注入したり、血管を詰めてがんを死滅させる血管塞栓術があります。主に肝細胞がんや転移性肝がんなどに行います。

血管塞栓術は外傷などによって破れた血管や動脈瘤をコイルなどで詰めることで、一刻も早い止血も可能です。また、動脈硬化による血管狭窄や閉塞部をバルーン（風船付き）カテーテルやステント（細い金属の管）を用いて拡げる血管拡張術も行なわれます。また、当院では、栄養状態の悪い患者さんや、長期間経口摂取ができない患者さんに、末梢挿入型中心静脈カテーテル（PICC）を超音波を用いて安全に挿入しています。

非血管系IVRには、お腹に溜まった膿（肝膿瘍や胆嚢炎）を体外に排液するドレナージ術や、肝がんに直接針を刺して死滅させるラジオ波治療、さらに膵がんや胆管がんで起きる黄疸を、ステントを用いて治すことも可能です。さらに、さまざな臓器にできた腫瘍に細い針を刺し一部を採取して確定診断をする組織生検と呼ばれる手法も行っています。

当院ではこれらの治療法の専門医であるIVR学会認定の「IVR専門医」を中心に、診療放射線技師や看護師（IEN:インターベンショナルエキスパートナース）と三位一体となり、また消化器内科医、循環器内科医や外科医の協力のもとに腫瘍や血管病変などの幅広い疾患に対して積極的にIVRを行っています。昨年は500例ほどの実績があります。

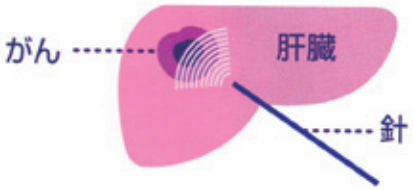
なお、IVR科では超音波診断（肝臓、胆のう、膵臓、脾臓、腎臓などの腹部領域や乳腺甲状腺、皮下腫瘤などの表在領域、さらには頸動脈などの血管領域）も行っています。

日本超音波学会認定の「超音波専門医」の指導のもと、超音波検査士を中心に年間8000例ほどの患者さんの診断に携わっています。

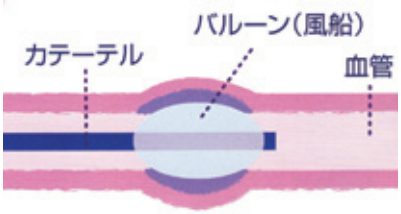
なお、IVRの詳細は、日本IVR学会のホームページで閲覧できます。

日本IVR学会

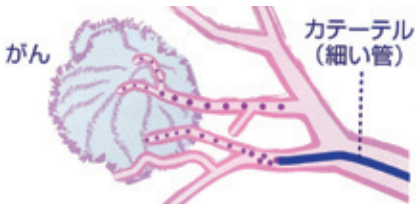
ラジオ波治療



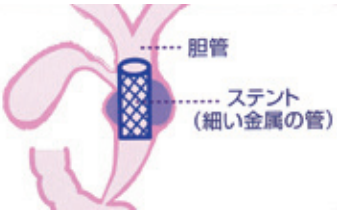
血管拡張術



血管塞栓術



胆管ステント



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	予約のある方	午前　8：30～11：00 午後12：30～16：00
	予約のない方	午前　8：30～11：00 午後12：30～14：30
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下さい。
- **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。

理　念

私たちは、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、社会に貢献します。

公開講座を開催しました

2020年10月31日（土）午後２時から、当院の講堂において、第16回 **東京逓信病院「公開講座」**を開催しました。新型コロナウィルス感染症の流行により５月から延期していたものですが、入口での健康チェックの実施、定員制とし座席の間隔を空けるなど、必要な感染防止対策を行い、多少緊張感のある中での開催となりました。

今回は、人間ドックセンター 古畑 総一郎 部長から、「人間ドックオプション検査の選び方」と題し、早期がんの発見に関する講演を行いました。特にがん死の多い、大腸がん、肺がん、胃がん、膵がんについて、画像やデータを示しながら、適切にオプション検査を選択していただけるように解説を行いました。

また、神経内科 佐藤 達哉 医師からは、皆様から要望の多かった「認知症について」と題した講演を行いました。副題を「病気と平気の「あいだ」を考える」とし、どこからが病気なのか、加齢に伴う自然な物忘れと何が異なるのかを考えながら、認知症について理解を深めていく内容でした。

どちらの講演も、参加者はとても真剣な表情で講師の話を聞いておりました。今回は感染対策に万全を期すため、全体での質疑応答を省略させていただきましたが、終了後のアンケートでは、「分かりやすい話が良かった。」「本日はとても楽しかった。」「人間ドックを受けます。」などの感想があり、内容についても全員の方から「大変良かった」又は「良かった」との評価をいただきました。

通常期は東京逓信病院「公開講座」を年２回開催しております。当面は感染症流行の動向を見極めながらの判断となりますが、今後も病院理念である『患者さんへの心のこもった良質な医療の提供』に向け、社会貢献の一助となるよう、皆様への情報発信を継続していきたいと考えております。

なお、当院のホームページでは診療のご案内のほか、各種イベントの情報や疾患解説リンク集などの記事を掲載しておりますので、ぜひ一度ご覧いただけると幸いです。

ネコ先生の『神楽坂通信』Vol.8

消化器内科　部長
光井　洋

皆様明けましておめでとうございます。昨年は新型コロナウイルスの影響で社会的・経済的にとても厳しい日々でしたが、今年はV字回復になることを祈念します。

さて、今回は肝臓についての血液データのお話です。皆様は健診や外来の採血結果で「肝障害あり」と言われたことはないでしょうか。一口に肝障害と言ってもいろいろなものがあります。

肝臓には何種類かの細胞がありますが、一番多くの体積を占めるのが肝細胞です。タンパク質を作ったり、薬物を代謝・解毒したりという肝臓の主要な仕事をしています。この肝細胞の中に含まれている酵素の中にGOT（AST）やGPT（ALT）といったものがあり、二つまとめてトランスアミナーゼ（以下TAsと略します）と呼ばれます。これらTAsの血中濃度が上昇しているということは、肝細胞がつぶれてその中の酵素タンパク質が血管内に漏れ出している、つまり肝炎だということになります。これが一つ目の肝障害です。

肝炎の原因として有名なものにはC型肝炎ウイルスやB型肝炎ウイルスがあります。それら以外にも、アルコールや薬剤の副作用によるもの、自己免疫病による肝炎なども見られます。また、最近注目されているのが脂肪肝によるものです。脂肪もたまり過ぎると肝細胞をこわし、TAsが上がります。この脂肪肝による肝炎は、進行して肝硬変に至る場合もあり、そのように活動性の高いものは非アルコール性脂肪性肝炎（NASH：ナッシュ）と呼ばれます。特にTAsが100（IU/L）以上の場合は要注意です。もし、肝炎ウイルスは陰性でお酒も飲まない、しかし最近体重が増えてきて、TAsが高いという場合にはナッシュではないか調べることが大事です。消化器内科や代謝内科の医師に相談してみてください。

もう一つの肝障害は、γ-GTPやALPといった胆管細胞に多く含まれる胆道系酵素の上昇です。有名なのは多量の飲酒によるγ-GTPの上昇ですね。アルコールの影響で、胆管細胞でこの酵素の産生が高まることが原因です。また、脂肪肝でもγ-GTPの血中濃度が上がることがあります。さらに、胆石症や胆管・膵臓・肝臓の腫瘍によって上昇することもあります。これらの疾患は、胆汁を運ぶ胆管を圧迫し、その表面にある胆管細胞に障害を起こすことによって胆道系酵素を上昇させます。

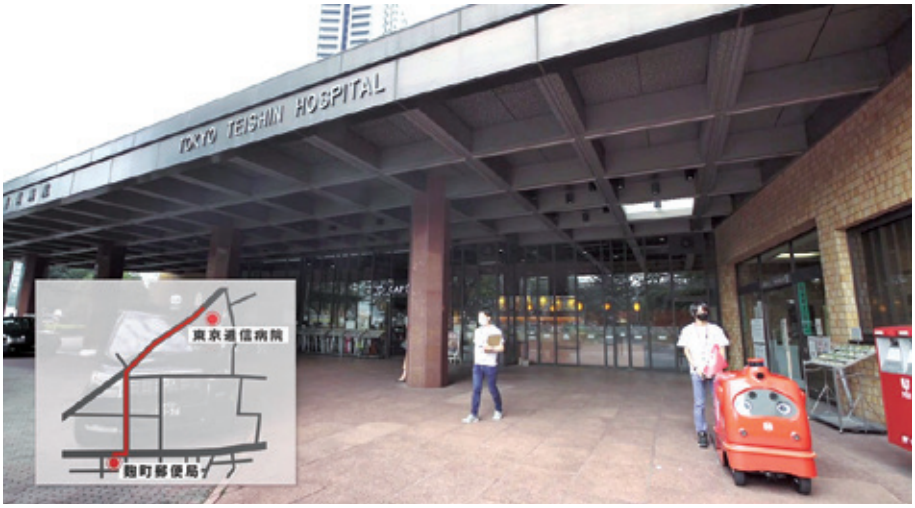
どちらの肝障害においても画像検査（超音波、CT、MRI）がとても役に立ちます。病歴に加えて、血液検査と画像検査を組み合わせることで、肝障害の原因がわかります。もし肝障害を指摘された場合は、外来でこれらの検査を受けてください。

寒さが厳しい折ですが、マスク・手洗い・うがいを徹底していただき、風邪・インフルエンザ・新型コロナウイルスに打ち勝ちましょう。皆様の変わらぬご健康をお祈りします。

国内初！ 自動配送ロボット公道走行実験が東京逓信病院で実施されました

グループ会社である日本郵便は、10月７日、荷物を自動で配送するロボットの公道走行実験を、「東京逓信病院」と「麹町郵便局」間で実施しました。

自動配送ロボットが公道を走るのは、国内初であり、早ければ2023年度の実用化を目指しています。



病院正面玄関からスタートする様子

配送ロボット
ZMP社製「デリロ(TM) (DeliRo)」

新　任　医　師　紹　介

2020年10月1日採用

内科医師
中島（なかしま）　英俊（ひでとし）

2020年10月より内科医として勤務している中島英俊です。
患者さんの気持ちに寄り添った医療を心掛けて参りますので、どうぞよろしくお願いいたします。

腎臓内科医師
寸村（すむら）　玲奈（れな）

10月からお世話になっています。
半年間と短い期間ではありますが、逓信病院の皆様と診療させていただける機会を大切に日々精進していきたいと思います。
どうぞよろしくお願いいたします。

2020年11月1日採用

皮膚科医師
松田（まつだ）　洋樹（ひろき）

2020年11月から皮膚科の一員として働いております。
至らないことばかりなので日々精進して参ります。宜しくお願い致します。

整形外科医師
髙橋（たかはし）　尚大（なおひろ）

10月より当院整形外科勤務となりました。
患者さんに分かりやすい説明を心がけて診療させていただきます。
よろしくお願い申し上げます。

整形外科医師
大野（おおの）　孝義（たかよし）

10月より整形外科に赴任いたしました。
患者さんに安心して受診していただけるよう努めて参ります。
どうぞよろしくお願いいたします。

当院を退職しました

2020年9月30日退職

飯山　光子（血液内科　主任医長）
山田　直樹（整形外科　医師）
九原　利京（整形外科　医師）
河上　慶太郎（内科　医師）

ナースステーション

～食べる力を保ち、誤嚥性肺炎を予防するために～

摂食・嚥下障害看護認定看護師　長（おさ）　政美

皆さんは、食事中などに“むせ“たり飲み込みにくさを経験したことはありませんか。

飲んだり食べたりする時の口の動きや舌の動き、飲み込む時の喉の感覚をイメージしてみてください。筋肉と関節と神経の絶妙な連携運動によって、私たちは食べる楽しみと共に必要な栄養を体に摂り入れています。こうした口から食べたり飲んだりすることを「摂食嚥下」と呼んでいます。

摂食嚥下機能の低下や障害は、病気やその治療のためのお薬・手術・放射線療法などの影響でみられることがあります。でも、実は加齢による筋力の低下によっても起こりやすいのです。摂食嚥下機能が低下すると誤嚥しやすくなり、場合によっては誤嚥性肺炎を引き起こします。

誤嚥性肺炎の予防のためには、①口腔ケアで口腔内細菌を減らす②体力・免疫力を保つために栄養を摂る③噛む力・飲み込む力・しっかり咳払いする力を維持する、などが大切だといわれています。

食べる力を保つためには、総合的なケアが必要です。当院では、患者さん・ご家族の「食べたい」思いを支えるために、医師や歯科医師、看護師、歯科衛生士、言語聴覚士、管理栄養士などが協力・連携しながら対応させていただいております。入院中のお食事は、患者さんの噛む力や飲み込む力に合った嚥下調整食を選び、ご提供しています。

協会けんぽ　生活習慣予防健診のおすすめ

名　称	生活習慣予防（一般健診）	＋	付加健診	乳がん		子宮頸がん	肝炎ウイルス
区　分			40・50歳	40～48歳	50～74歳	36～74歳 偶数Ｆ	35～74歳
自己負担額	**7,169円**		**4,802円**	**1,686円**	**1,086円**	**1,039円**	**624円**

資格により受診できる検診に制限があります。詳しくは、人間ドックセンターへお問合せください。

協会けんぽ加入の方で35歳～74歳の方へお知らせ
「生活習慣予防健診」（協会けんぽが、費用の約６割を補助します。）はお済みですか？

中小企業で働く従業員やその家族の皆様が加入する「協会けんぽ」では生活習慣予防健診の費用助成を実施しています。例えば「**一般健診（採血・心電図・胸部レントゲン・便潜血検査・胃バリウム検査など）**」の場合、約4割の自己負担7169円で受けることができます。さらに該当年齢の方は「**付加健診（腹部エコー、眼底検査など）**」「**乳がん検診**」「**子宮頸がん検診**」「**肝炎ウイルス検査**」を約3割～5割の自己負担で受けたり、希望する方全員に当院の豊富なオプション検査を自費にて受けることもできます。

2020年4月から当院では協会けんぽ健診を開始しました。今年度は2021年3月31日までに御受診できます。まだお済みでない方はこの機会に是非、御受診ください。2月3月は、比較的すいていますのでこの機会にご利用をお待ちしています。

コロナ禍ですが、いわゆるがん検診などを１年以上受けないことは、がんリスクを上昇させてしまいます。年に1回は検査をして、みんな健康で笑顔で過ごしましょう！