

## 閉塞性睡眠時無呼吸症候群



院長補佐兼  
呼吸器内科部長  
大石 展也

閉塞性睡眠時無呼吸症候群（OSAS）は、睡眠中に上気道（咽頭）を開大する筋肉群の緊張が低下し、咽頭が虚脱して、気道が閉塞・狭窄するために、呼吸が止まったり、いびきが生じたりする病態です。気道閉塞

（窒息）の繰り返しにより、頻回に覚醒が生じ睡眠が分断され、不眠や日中の眠気が生じます。また交感神経系が刺激され血圧上昇や頻脈をきたすと同時に、気道閉塞時の胸腔内の過剰な陰圧に伴う心負荷の増大、無呼吸に伴う低酸素血症の反復による酸化ストレスなどから、長期的に、心筋障害・心不全・動脈硬化など心血管系の障害を生じます。

発症の危険因子には、肥満、男性、加齢のほか、顎・顔面の形態、上気道軟部組織の肥大などがあります。最も重要な因子は肥満ですが、日本人では、顎・顔面の形態から、肥満がなくてもOSASの頻度が高いことが知られています。親兄弟では顔の形が似ているため、家族内発症も多いです。

症状は、日中の眠気が強い、疲れがとれない、不眠、夜間の多尿などですが、最も信頼性の高い症状は、睡眠中の窒息感やあえぎ呼吸です。周囲の人から、いびきや呼吸が止まるのを指摘されて受診される方も多いです。

診断は、上記のような症状、または、高血圧・冠動脈疾患・脳卒中などの疾患があり、睡眠ポリグラフ検査（PSG）あるいは簡易モニター検査で、1時間あたりの閉塞性優位の無呼吸・低呼吸の回

数（AHI）が5回以上、または、症状・疾患の有無によらず、1時間あたり15回以上認められることによってなされます。簡易モニター検査は、外来で可能ですが、脳波の測定ができないため睡眠時間が判定できず、PSGよりAHIが低く見積もられることに注意が必要です。

治療には、持続陽圧呼吸（CPAP）療法、口腔内装置（OA）、減量、手術療法などがあります。CPAPは、顔面に密着させた鼻マスクなどを介して、大量の空気を気道に送り込んで上気道に圧をかけて、咽頭の虚脱を防ぐ装置で、中等症から重症のOSAS治療の第一選択です。軽症から中等症や、CPAPがうまく使用できない場合は、OAを用います。OAは下顎を少し前方に移動させて咽頭のススペースを広げる装置です。肥満がある場合、減量は重要な治療法で、OSASが改善する場合があります。口蓋扁桃やアデノイドなど切除にて気道開大が見込める場合は手術の対象となります。最近、ペースメーカーに似た装置を皮下に埋め込み、睡眠中に舌下神経の刺激を介して上気道を開大する筋肉群を刺激し咽頭を開大させる舌下神経電気刺激療法が承認され、今後の評価が待たれます。

OSASは、一般人口の5～20%に見られる頻度の高い疾患で、日本では、現在50万人近い方がCPAP療法を受けておられます。OSASは、交通事故の危険因子となるだけでなく、新型コロナウイルス感染症の重症化リスク因子にも挙げられ、最近さらに注目されています。本稿をお読みいただき、「もしかして?」と思い当たられた方は、是非、受診をお勧めします。





## 大腸内視鏡検査のすゝめ

先日受けた検診の結果が返ってきました。便潜血検査が陽性のため、医療機関を受診して下さいと書いてあります。さて、あなたならこの後どうしますか？ ①症状がないので放置する。②来年もう一度検査を受けて、陽性だったら受診する。③勧められた通りに受診する。

一次検診で便潜血陽性を指摘された後の、二次検診の受診率は60～70%とされています。残り的人たちは何らかの理由で、精密検査を受けていないこととなります。検診を受けましょうという言葉はよく耳にすることがあると思いますが、検診で引っかけたら精密検査を受けましょうという言葉は、聞く機会が少ないかもしれません。検査を受けない理由としては、「自覚症状がないから」、「忙しくて時間がないから」、「単純に忘れたから」、「痔からの出血だと思ったから」などが考えられます。しかしながら、そもそも便潜血陽性であることが、どれくらいの確率で大腸癌の危険があるということなのかピンと来ない、ということが根底にはあるのではないのでしょうか。実際に、便潜血陽性で精密検査を受けた人たちの中で、癌が見つかる確率は4%程です。ちなみに、ポリープが見つかる確率は30%程になります。4%を高いとみるか低いとみるかは、人によって判断が分か

れるかもしれません。25人に1人しか当たらないと言われれば、自分は運が強いから大丈夫という人もいるでしょう。しかし、もし当たっていたら命に係わるかもしれないとなると、途端に心配になってくるのではないのでしょうか。



外科 医長  
土屋 剛史

では実際に病院を受診すると、どんな精密検査が行われるのでしょうか。一般的には大腸内視鏡検査が行われます。まず検査当日の朝に、1～2Lの下剤を飲みます。何度もトイレに行って、便が透明になってきたところで、検査が始まります。おしりから内視鏡を挿入して、大腸全体を直接観察するので、精度の高い検査です。検査中に一緒に画像を見ながら、お話しすることもできます。自分の内臓を見る機会など滅多にありませんから、とても貴重な経験ですよ。一点ご注意いただきたいのは、検査前日ないしは数日前から、繊維分の多い食事は控えるということです。これを怠ると、何度トイレに行っても便がきれいにならないだけでなく、残った便のために大腸をくまなく観察することが難しくなり、検査の精度も落ちてしまいます。

コロナ禍に入ってから、癌の手術件数が減っていると言われていています。原因としては、検診の受け控えや、病院の受診控えなどが考えられます。癌の発生そのものが減るとは考えにくいので、今後、早い段階で癌が見つかる人が減り、進行した状態で見つかる人が増加することが予想されます。自分の体を守るのは自分だけです。せっかく検診を受けたのなら、その結果もしっかり受け止めて受診しましょう。





# アトピー性皮膚炎の治療について



## はじめに



アトピー性皮膚炎は、明らかなきっかけがないのに、かゆい湿疹を繰り返してしまう病気です。アトピー素因と言われる体質や、皮膚のバリア機能の異常などが原因として考えられています。アトピー性皮膚炎を「完治」させる治療法はまだありませんが、近年、塗り薬や飲み薬、注射薬など治療の選択肢は増え、湿疹が目立たない「寛解状態」にできることが増えました。ここでは、その治療の一部を紹介いたします。

## 塗り薬



アトピー性皮膚炎の治療法が増えたとはいえ、ステロイド外用薬が治療の基本となります。

ステロイド外用薬については「こわい」イメージをもっている方もいらっしゃると思いますが、外用薬では全身的な副作用がでることは非常にまれです。アトピー性皮膚炎の治療では、まずステロイド外用薬をつかって皮膚の炎症をしっかりとおさえることがとても大切です。塗る量も大切で、少ない量で塗っていても効果がでません。不適切にステロイド外用薬を使い続けると、皮膚がうすくなったり、血管が増えた赤い皮膚になったりといった副作用がでることがありますので、皮膚の状態にあわせて、ステロイド外用薬を調整していきます。

上記のような長期外用による副作用が少ないのが、タクロリムス軟膏です。ひりひりする感じがでることがありますが、慣れて気にならなくなる場合も多くあります。近年使用できるようになったデルコシチニブ軟膏は、長期外用による副作用が少なく、ひりひりする感じもでにくい外用薬です。

皮膚の状態にあわせて、これらの塗り薬を使いわけていきます。

当院では、医療スタッフとともに外用する薬の種類や量を学んでいただく「アトピー教育入院」も行っています。

## 飲み薬



塗り薬で効果が不十分な場合、「免疫抑制薬」という飲み薬が治療の選択肢になります。ばい菌やウイルスと戦うための免疫を抑える薬なので、感染症に注意が必要です。シクロスポリン、効果が高いのですが、長期使用により腎臓に負担がかかってしまうという問題点があります。近年使用できるようになったバリシチニブは、腎臓への負担は比較的少なく、長期使用できる薬です。



皮膚科  
林 剛生

## 注射薬



塗り薬で効果が不十分な場合、「生物学的製剤」という注射薬も治療の選択肢になります。現在使用できるのはデュピルマブという薬だけですが、今後新たな薬が開発されることが期待されています。デュピルマブは安全性の高い薬で効果も高いのですが、費用が高いのが問題点です。デュピルマブの注射は2週間に1回で、おなかなどの皮膚の下に注射します。患者さん自身で注射することができるため、通院自体は1-3か月に1回ですみます。

## 最後に

簡単にアトピー性皮膚炎の治療について紹介いたしました。当院では、このほかに光線療法も行っており、各々の患者さんにあわせた治療を御提案いたします。アトピー性皮膚炎でお悩みの方は、お気軽に御相談ください。



# 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 □	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。



← 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。





# ネコ先生の『神楽坂通信』 Vol.11



皆様こんにちは。新型コロナウイルスのワクチン接種を済まされた方も多と思います。しかし感染性の高い変異株の出現もあり、今しばらくはマスク・手洗い・うがいなどで感染を予防してください。

さて今回は胸やけと食道炎のお話です。胸やけは、胃液や食事内容が胃から食道に逆流することで起きる症状です。胃液は強い酸性で、食べ物を溶かして消化しやすくします。胃の粘膜は粘液で覆われているので、胃液の刺激から守られています。一方、食道の粘膜は胃と違って、胃液が逆流すると刺激により不快感が起きます。この不快な症状が胸やけです。この食道への逆流が繰り返されると、食道の下部の粘膜が傷つくようになります。これが逆流性食道炎で、胃カメラで検査すると、食道と胃のつなぎ目において食道粘膜が白く濁ったり切れ込みが入ったりします。この障害の程度によって、最も軽いM(白濁)から最もひどいD(3/4周以上の粘膜障害)までの5段階に分けられます。

では、なぜ胃液の逆流が起きるのでしょうか。原因の一つにヘルニアがあげられます。普通、胃と食道のつなぎ目は横隔膜を通る穴の部分(食道裂孔)で括約筋によって閉じられており、食事や水分が来た時のみにそれが開く仕組みになっています。しかし、このつなぎ目が横隔膜より上に来ると、常に開き気味になるため、胃の内容物が逆流

しやすくなります。この状態が(食道裂孔)ヘルニアで、肥満などによる腹圧の上昇や加齢により起こります。逆流の他の原因としては、胃内容が多いこと(食べ過ぎ)、食べ物が胃にとどまる時間が長いこと(高脂肪食、飲酒過多)、あおむけの姿勢(食後すぐに寝る、長期臥床)などが考えられます。

次に、なぜ胸やけや食道炎が続くと良くないのでしょうか。まず、逆流が何回も起きると、食事の摂取を含めた日常生活に支障をきたします。胸の痛みや睡眠障害が起きたり、仕事の効率が落ちたりします。食道の粘膜から出血して貧血になることや、慢性的な咳の原因になることもあります。また、食道炎が治った部位では、食道粘膜が胃の粘膜に置き変わります。これをバレットと言いますが、これが大きくなると腺がんが発生する原因になることが知られています。

最後に逆流性食道炎の治療ですが、まず前記の逆流しやすい生活パターンを変えること。食べ過ぎ、飲み過ぎ、早食い、脂っこい食事を控え、食べた後はすぐ横にならない、体重を減らす、などを心がけましょう。それでも症状が続く場合は、胃カメラ検査をして、食道炎の程度と症状に応じて、胃酸を抑える薬を服用してください。プロトンポンプ阻害剤という薬が最もよく使われます。症状が改善したら、減らしたり止めたりすることも可能です。

以上、逆流性食道炎のお話でした。胸やけの症状でお困りの場合は、消化器内科の外来でご相談ください。皆様のご健康をお祈りいたします。



院長補佐兼  
消化器内科 部長  
**光井 洋**



## World's Best Hospitals 2021に選出されました

米国週刊誌「Newsweek」が毎年発表している、世界基準の優良な医療機関を評価したランキング「World's Best Hospitals 2021」日本版に、当院が選出されました。

日本国内では、8,000を超える病院から163病院が選出され、今回、東京通信病院が3年連続でランクインしました。

評価は、世界25カ国の医療機関に対し、次の3つの基準で行われています。

1. 医療関係者（医師、病院管理者、看護師など）の推薦、評価
2. 患者視点の満足度を含む病院の評価
3. 診療実績や治療体制など病院のKPIs

※KPIsとは：重要業績評価指標のことで、病院の機能や体制の定量的指標。  
日本では診療報酬請求の基となる医療機関別係数の一部を使用。

今回のランキングでは、新型コロナウイルス感染症への対応や、地域医療への貢献、患者さんに寄り添った診療が評価されたと考えています。

今後も、職員一丸となって取り組みを継続し、さらに良質な医療を提供できるよう努力して参ります。



## 臨床検査科 技師長就任のご挨拶



臨床検査科 技師長  
中井 達郎

本年4月に臨床検査技師長に就任いたしました。当院の臨床検査科は70年以上の歴史を有しております。諸先輩方が築き上げてきた良い伝統を引き継ぎながら、常に改善や変革を意識して、さらに臨床検査科の発展のために全力を尽くしていく所存です。

臨床検査は診療目的で行われる患者さんの傷病などの状態を評価するための検査で、当院では国家資格を有する臨床検査技師40名、看護師6名（非常勤含む）で行っております。これらに加えて採血室での採血業務や糖尿病療養指導、栄養サポート、感染対策や抗菌薬適正使用支援などのチーム医療へも積極的に参画しています。また、緊急性

のある検査は24時間体制で対応しております。昨年度からは新型コロナウイルスのPCR検査を開始しており、抗原定量検査は夜間休日にも実施しております。

私たちは迅速で正確、そして質の高い検査情報を医師、患者さんに届けるために研鑽に励み各専門領域の学会認定資格などの取得を心がけております。ちなみに私は感染制御認定臨床微生物検査技師です。どうぞよろしくお願い申し上げます。

臨床検査の種類	調べているもの
一般検査	尿検査や便の潜血、寄生虫など
血液検査	血液中の血球成分（白血球、赤血球、血小板）の数や形態、血液を凝固する成分など
生化学検査	血液中の酵素、脂質、糖質、ホルモンなど
免疫血清検査	肝炎ウイルスや梅毒、HIV、腫瘍マーカーなど
輸血検査	血液型や輸血が必要な時に、輸血する血液と患者さんの血液が適合するかなど
細菌検査	便、尿、喀痰、膿、血液などを培養し、感染症の原因となる微生物を特定し、どの薬が効くか（効かないか）など
生理機能検査	お腹や心臓の超音波や心電図、呼吸機能、脳波、聴力検査など

※臨床検査には細胞などを顕微鏡で観察し、悪性細胞などをみつける病理・細胞診検査がありますが、当院では病理診断科で行っております

## 新任医師紹介

2021年8月1日採用



泌尿器科 医師  
やじま あいじ  
矢島 愛治

8月より、泌尿器科に赴任致しました。患者さんの各疾患に対して丁寧な診療を行って参りたく思います。よろしく申し上げます。



## ナースステーション

# 「自宅で過ごす環境を より良いものにするために」

7階東病棟看護師長 清原 夕紀



7階東病棟は、神経内科・呼吸器外科・外科（乳腺・内分泌疾患）の混合病棟となっています。

神経内科では、脳、脊髄、末梢神経、筋肉にわたる神経疾患・筋疾患などの診断や病状の進行に伴い動かしにくくなった身体のリハビリや薬剤調整のため、呼吸器外科では、肺、縦隔、胸壁、胸膜の腫瘍性病変や気胸などの気腫性病変や膿胸など乳腺・内分泌外科では、乳がん、甲状腺がん、甲状腺腫など手術を目的として入院してきます。

どの診療科も、手術や病状の進行だけでなく加齢に伴い今まで日常生活でできていたことが徐々にできなくなってしまう。

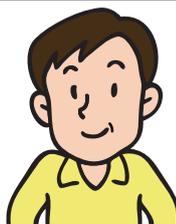
そこで私たち看護師は、入院された患者さんが安心して快適な入院生活が送れるように療養環境を整え、患者さんのそのときの状態に合わせたケアを提供しています。

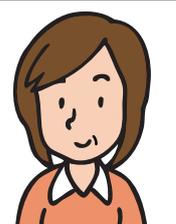
また、入院中の生活が快適に過ごせるだけでなく退院後の自宅での生活も快適に過ごせるような環境を整える準備を医師、看護師、リハビリチーム、退院支援チーム、在宅療養をサポートしてくれるケアマネジャーや訪問看護師とともにカンファレンスをひらき検討しています。いつも患者さんとともに、スタッフも元気で笑顔にあふれた病棟にしたいと考えています。

## 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

男性 基本検査			
	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		
<b>料金 45,100円</b>			
追加でオプション検査もございます。			

女性 基本検査			
	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		
<b>料金 52,360円</b>			
追加でオプション検査もございます。			

まもなく開始

## 新型コロナウイルスS(スパイク)抗体定量検査

新型コロナウイルスのワクチン接種を済ませた方も多いと思います。

当院人間ドックセンターでは、過去の新型コロナウイルスの感染による抗体に加え、ワクチン接種により産生された抗体を確認する「新型コロナウイルスS(スパイク)抗体定量検査」をオプション検査として準備しています。

- お勧めの方**
- ① ワクチン接種前に感染歴(=抗体があるか)を調べたい。
  - ② ワクチン接種後に抗体が産生されているかどうかを確認したい。(接種完了後、2週間以降を推奨)

- 留意事項**
- ① 本検査は研究用試薬(富士レビオ)を用いており、診断目的に使用することはできません。
  - ② 抗体が陽性でも感染しないことを100%保証するものではないため、引き続き感染対策を徹底ください。

- 検査方法等**
- 1 検査方法 採血するだけでわかります。
  - 2 オプション料金 5,500円(税込)

