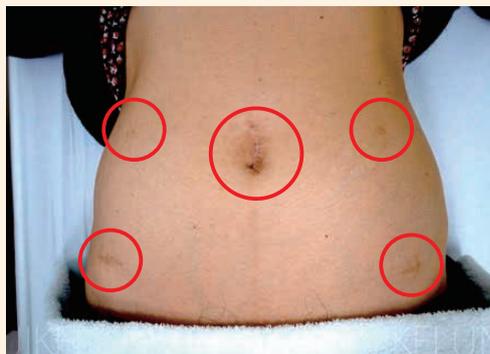


## 大腸癌に対する腹腔鏡下手術の変遷

外科部長 村上 雅一

近年日本では大腸癌が急速に増加しており、65歳以上の高齢者において2014年現在罹患率は男性では胃癌、肺癌に続いて第3位、女性では第1位となっています。

大腸癌に対する腹腔鏡下手術は日本では1992年に始められましたが、初めの頃は主に早期癌、しかも右側結腸やS状結腸など部位も限定されたものでありました。しかし、技術や器械の進歩によって2000年代半ば頃から大腸癌に対する腹腔鏡下手術は急速に普及し、横行結腸や下部直腸といった以前は熟練した術者だけが行っていた部位に対しても、また進行癌に対しても行われる手術手技となりました。



腹腔鏡下大腸切除術の手術の傷跡

腹腔鏡下手術は、傷が小さく術後の痛みが軽い、体の回復が早い、傷が小さいので美容上優れる、肺炎や無気肺などの呼吸器合併症が少ないなど、患者様にとって大きなメリットがあります。しかしその反面、手術に長時間かかる、手術時間や体位の関係で術中の循環器系負担

がやや大きい、他臓器への浸潤癌などの治療には選択できないなど、デメリットもあります。しかし、手術時間は長くなっても術後の回復は明らかによく、「思ったよりも楽だった。」などうれしそうに話される方が大勢おられます。また腹腔鏡下手術では部位や経過にもよりますが、術後約10日間程度で退院可能な状態になります。当院外科では大腸癌症例をカンファレンスで十分検討し、可能な症例はできる限り腹腔鏡下手術を行う方針としています。

当然ですができる限り早期に発見することが、癌の根治する上で最も重要なこととなります。大腸癌はかなり進行した状態で発見されることもありますが、たまたま受けた便潜血検査で陽性となり、精査のために大腸内視鏡検査を受けたところ癌が発見されたという方が多数おられます。また、検診を受けることは癌による死亡率を低下させます。検診を受けた方では大腸癌による死亡率が60%以上低下、進行癌でも約50%減少し、他の癌に比べて大腸癌は健診による死亡率低下の効果が最も大きいとされています。しかしながら、兵庫県では男性の約37%、女性では約28%しか検診を受けておられないのが実情です。

便秘異常や血便にお困りの方、健診の便潜血の検査結果に不安のある方、また原因不明の貧血がある方などは大腸内視鏡検査など大腸の精査についてご相談いただければと思います。まずは当院窓口、またはかかりつけの先生にご相談ください。

## 新入職医師のご紹介



内科医員

安田 美奈 (やすだ みな)

専門分野：呼吸器内科

趣味：散歩、テニス

1月より診療させていただくこととなりました安田でございます。少しでも皆様のお役に立てるように、精一杯頑張りますのでよろしくお願い致します。

「春は名のみ風の寒さや 谷の鶯歌は思えど 時に  
あらずと声も立てず 時にあらずと声も立てず」

大正2年に作られ、日本の歌百選に選ばれた早春賦です。この時期になると毎日の朝夕のサイクリング中、決まって口ずさみたくなります。でも登坂になると、一転ふっふっと息も荒くとにかく頂上目指してこぎ上がるのみです。

頂上で脈拍数を計ると大体120回/分程度で、これは私の場合、階段をやや急いで4階まで上ったときのレベルで、立ち止まらなくともそのまま平地なら歩き続けられますが、やはりややきつく一度はふーと息をつきたくなります。

心臓リハビリテーションにおいて重要な因子である有酸素運動は筋肉を収縮させる際のエネルギーに酸素を使う運動で、その上限界である無酸素性閾値(AT)は自分にとってややきついと感じる程度の運動であり、この間

のレベルの有酸素運動を毎日20分程度繰り返すと生活習慣病に効果あり、また心臓病のある人達にはその人にあった有酸素運動が心機能の維持回復に役立つといわれています。目安は自分にとって、楽であるからややきつい、の間の運動を状態に応じて選びます。初めは、楽なレベルの運動からが良いでしょう。

早春賦は長野県の大町から安曇野一带の景色を歌ったとされますが、これからの時期全国ほとんどの地域で感じる情景です。今年は川崎病院から近いひよどりごえ森林公園の坂を相手に有酸素運動から無酸素性閾値の範囲の歩行運動をこの歌を道連れに実行したいと考えています。



## くらしの教室 のご案内

くらしの教室とは…「できるだけ長く、自分らしく住み慣れた自宅で生活を継続してもらう」ことを目的として、患者さんやご家族を対象として開催している勉強会です。これからのくらしに備えて、院内の各分野の専門職が講師を務め、医療、介護などの様々な内容について勉強しています。興味のあるテーマがありましたら是非ご参加ください。

実施年月日	時間	テーマ	講師	場所
2020年2月20日(木)	10:30 ~ 11:10	健康食品とお薬について	内山薬剤部長	東館5階 第1会議室
2020年3月19日(木)	10:30 ~ 11:10	人生会議ってご存じですか? Part1 人生最期のことを考えてみませんか?	森本医院 森本有里院長	東館5階 第1会議室
2020年4月16日(木)	10:30 ~ 11:10	人生会議ってご存じですか? Part2 人生最期のことをみんなで 話し合いませんか?	森本医院 森本有里院長	東館5階 第1会議室

### ● ● ● 講義内容を一部ご紹介します ● ● ●

昨年12月のくらしの教室では、『～認知症について～認知症と上手につきあっていくために』をテーマに市原医師がお話させていただきました。

みなさん健康寿命はご存じですか? 健康寿命とは「健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間」のことで、この健康寿命と平均寿命の差は、何かしらの介助が必要となる期間と考えられます。この期間は男性9.02年、女性12.40年です。

高齢者が何かしらの介助が必要となる原因の1位がなんと認知症です。これは脳出血や高齢による衰弱、骨折などの原因を抑えての1位であり、元気に長生きするには認知症への対策が不可欠です。

しかし残念ながら、認知症には未だ有効な治療法や予防法は確立されていません。そのため、早期診断がとても大切です。認知症の診断には身体所見や問診による検査、脳画像検査が用いられます。神戸市では、認知症の方を支援する体制として、認知症の早期受診を推進するための診断助成制度や、認知症の方が外出時などで事故に遭われた場合に救済する事故救済制度から成る「神戸モデル」を全国に先駆けて開始しています。こちらの制度を有効活用して認知症を早期診断し、みなさんには元気に安心して長生きしていただきたいです。

# 川崎病院外来糖尿病教室のお知らせ(2020年1月~2020年3月開催)

## 【糖尿病基本講座(外来糖尿病教室基本コース)】

糖尿病基本講座は、はじめて糖尿病と診断された方とご家族、糖尿病について基本から知りたい方、糖尿病境界型の方を対象にして開催しております(テーマごとに深く知りたい方は【糖尿病実践講座(外来糖尿病教室応用コース)】にご参加下さい)。

**目的:** 糖尿病についての基本的知識の習得  
**内容:** ビデオ鑑賞、糖尿病の講義、栄養の講義  
**場所:** 全コースとも西館4階 糖尿病教室  
**受講料:** 無料(テキスト代210円のみご負担下さい)

**第287回** 令和2年1月31日(金) 午後1時30分~4時

**第288回** 令和2年2月28日(金) 午後1時30分~4時

**第289回** 令和2年3月27日(金) 午後1時30分~4時

## 【糖尿病実践講座(外来糖尿病教室応用コース)】

糖尿病実践講座では糖尿病について基本的知識のある方とそのご家族を対象に開催しております。

**第109回** 令和2年1月24日(金)

**糖尿病食バイキング109:** 糖尿病食をおいしく減塩する  
山本管理栄養士  
**講演:** 肥満と糖尿病: 小太りは意外に長生きかも  
内科 大塚副院長

**第110回** 令和2年3月13日(金)

**糖尿病食バイキング110:** 動脈硬化を防ぐ糖尿病食  
秋田管理栄養士  
**講演:** 心血管疾患の診断に役立つ検査  
土井臨床検査科技師長  
糖尿病に合併しやすい心血管疾患  
総合診療科 高井医師

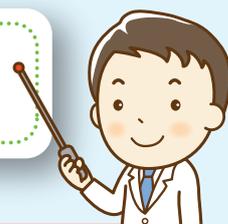
### 申込方法

基本コース、応用コースともに東館1階の内科外来にてお申し込み下さい。

※川崎病院糖尿病教室には川崎病院に通院していない患者さんも参加できます(診察不要)。



## 地域の健康講座でお話しました



2019年11月29日(金) 夢野地区地域福祉センター

夢野地区地域福祉センターで行われた健康講座で当院の感染制御実践看護師の後藤看護師が「インフルエンザとかぜの予防 この冬、乗り切りましょう」と題してお話をさせていただきました。

インフルエンザと風邪の違いや感染経路、インフルエンザの検査や診断の方法などについてお伝えしました。インフルエンザは身近な病気ではありますが、ご高齢の方や小さな子供、基礎疾患がある方などでは重症化のリスクもある病気です。そのためインフルエンザを予防することは非常に大切なことです。手洗い・うがいをする、マスクを着用する、体を冷やさないなど日々の生活で取り入れられる予防法をご紹介させていただきました。またインフルエンザワクチン接種の重要性についても併せてお伝えしました。



参加いただいたみなさまには、講演後に手洗い練習用のジェルを用いて実際に手洗いを行っていただきました。このジェルは専用のラ



イトで照らすと光るため、手に塗って手洗い後にライトを当てると、光った部分に洗い残しを見つけることができます。親指の周りや指先に洗い残しが多く見られ、みなさん今後の手洗いの参考にしていただいているようでした。

川崎病院では病院外でも様々な講演活動を行っています。お近くで開催されるときにはお誘い合わせのうえでご参加ください。最後になりましたが、ご参加いただいたみなさまありがとうございました。

人間ドック

新規受診者限定  
4,000円分



# オプション プレゼント キャンペーン

2020年 1月6日(月)～3月31日(火)

上記の期間限定で、すべての人間ドックに、気になるところの検査4,000円分を無料で追加できる、「オプションプレゼントキャンペーン」を実施します。  
多数のオプション検査をご用意していますので、ぜひこの機会にご利用ください。

対象者：当院で初めて人間ドックを個人利用(全額自己負担)で受診される方  
上限金額：4,000円税別(追加検査の合計額)

※オプションのみでのご利用はできません。

申込締切：2週間前

申込方法：人間ドック予約時に、合わせてお申込みください。



お申込み  
お問合せ

医療法人 川崎病院 健診センター

【電話予約】078-511-3621

【お問い合わせ時間】

平日(月～金) 13:00～17:00  
第1・3・5土曜 9:00～12:00

## 川崎病院医療理念

### 「良質な医療を提供し、信頼される病院に」

#### 基本方針

1. 地域の人々の疾病の治療と健康の維持に、他の医療機関と連携し貢献します。
2. 患者さんの権利と尊厳を尊重し、病状と治療方針を十分に説明し、理解していただくよう努めます。また、患者さんの個人情報とは決して第三者に漏らすことはありません。
3. 患者さんが心地よく治療に専念できるように患者サービスに努力します。
4. 医療人としての使命感を持ち、より高い知識と技術の習得に努力し、安全で高度な医療を提供します。
5. 働きがいのある職場環境を形成します。

#### 患者様の権利

1. 良質で適切な治療を受ける権利
  2. 医療上の情報の説明を受ける権利
  3. セカンドオピニオンを受ける権利
  4. 人格を尊重され治療を自己決定する権利
  5. プライバシーを尊重される権利
  6. 尊厳を擁護される権利
- すべての患者様が等しく、上記の権利を行使できるように、患者様には病院の規則を守り、他の患者様や職員、その他の人々に迷惑をかける責務があります。