



Tea Time

日赤医療センターの基本理念
赤十字精神『人道・博愛』の実践

『人道・博愛』の赤十字精神を行動の原点として

治療のみならず

健康づくりから

より健やかな生涯生活の維持まで

トータルでの支援サービスを提供します

特集

胃がん・ 食道がんの 外科治療が 変わる

HOT TOPIC

ウェスティンに泊まる

宿泊ドック

外来の診療時間を拡大し、
フロアの配置換えをしました

Series

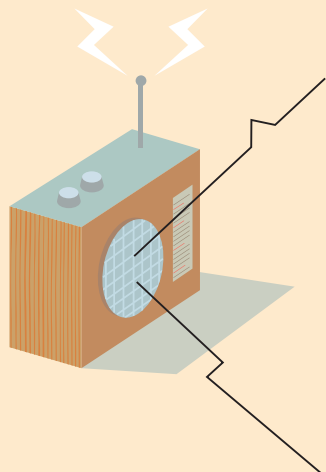
葉のはなし

ママと赤ちゃんの

HAPPY BIRTH ROOM

アロマセラピーの魅力





ウェスティンホテル東京と提携しました

宿泊ドック

当センターでは、1泊2日の宿泊ドックを実施しています。

これまでは院内でご宿泊・お食事をしていただいていたのですが、

10月1日より宿泊先がウェスティンホテル東京に変わり、

1日目の検査終了後の時間をより快適にお過ごしいただけるようになりました。



健康管理科 部長

小松 淳子

こまつ・じゅんこ

さまざまなメリットがある 宿泊ドック

宿泊ドックのメリットは、糖負荷検査があること、脳ドックのオプションなど一日ドックにはないメニューがあること、胃内視鏡検査の予約を取りやすいことなどが挙げられます。コンパクトな一日ドックに比べると空き時間は多くなりますが、その分、スタッフと接する時間が長く取れます。看護師・管理栄養士・運動療法士との面談があることや、医師から検査結果の説明を詳しく聞けることも大きなメリットです。忙しい毎日を過ごされている方には、休息・気分転換を兼ねてご利用いただくことができ、また、わざわざ病院を受診するほどではないけれど医療スタッフに聞いてみたかったことなども、お気軽にご相談いただけます。

1日目の検査終了後は ホテルで快適に過ごす

宿泊ドックには、「一泊ドック」「消化器精査ドック」「総合精査ドック」の3つのコースがあり、いずれのコースも宿泊先がウェスティンホテル東京になりました。「一泊ドック」ではデラックスルーム、「消化器精査ドック」ではエグゼクティブルーム、「総合精査ドック」ではスイートルームをご用意しております。1日目は、検査終了後、タクシードックへ移動していただきます。ホテルでゆっくり過ごしていただいても、周辺を散策していただいても構いません。お食事は、ドック料金に含まれる5000円分のお食事券を利用してお楽しみいただけますが、コースによっては内容に多少の制限があります。また、翌日の検査のために午後8時以降の飲食は控えていただきます。

2日目の朝はタクシーで当センターに来院していただき、昼頃にはほとんどの検査が終了します。なお、「一泊ドック」「消化器精査ドック」は、以前に比べて利用料金がお得になりました。また、ご夫婦などお2人で宿泊ドックを利用し1



人間ドックの待合室

室を使用する場合、ドック料金の割り引きがあります。夫が宿泊ドック、妻が一日ドックの場合、妻も一緒にホテルに宿泊できます。2日目、夫は検査、妻は渋谷でショッピングというのもあります。

人間ドックの主な目的は病気の予防や早期発見ですが、当センターでは、日々の小さな心配事を解決したり、良い結果を見て安心したり、また悪い結果でも「生活習慣を改善して健康になろう」と前向きに、元気になれるドックを目指しています。ウェスティンホテル東京に宿泊する新しい宿泊ドックで、ご自身はもちろん、家族や友人とともに、さらに元気になっていただければと願っております。



宿泊ドックの 3つのコース

胃と大腸をしっかりチェック!

消化器精査ドック

一日ドックの検査内容に胃・大腸内視鏡検査、ピロリ菌検査を加えたコースです。ほかのドックと同じく脳ドックなどのオプションがあります。

- 料金：14万8050円(旧料金15万4350円)

※ドック料金には、ホテルまでの往復タクシー券と、ホテル内のレストランで使用できる5000円分のお食事券が含まれます。

- 実施日：毎週月曜日と水曜日に開始
- お部屋：エグゼクティブルーム



エグゼクティブ
ルーム

高層階から東京の街並みが楽しめます

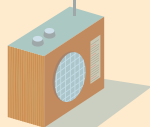
お気軽にお問い合わせください

宿泊ドックのご利用をお考えの方は、健康管理センターまでお気軽にお問い合わせください。なお、当センターからウェスティンホテル東京まではタクシーで5～10分の距離です。ドック料金に含まれる往復タクシー券をご利用いただけます。



日本赤十字社医療センター
健康管理センター
電話番号：03-3400-0372～3

ウェスティンホテル東京
〒153-8580 東京都目黒区三田1-4-1
(恵比寿ガーデンプレイス内)
URL <http://www.westin-tokyo.co.jp/>



検査をしながらゆったり過ごす

一泊ドック

1日目に糖負荷検査、2日目に胃の検査を受けるために、1泊していただきます。通常の日ドックにはない脳ドックや睡眠時無呼吸症候群スクリーニングのオプションがあることに加え、胃内視鏡検査の予約も取りやすくなっています。また、受診者一人一人に合わせた管理栄養士による食事指導や、運動療法士による運動療法が受けられます。

- 料金：一般コース / 10万5000円(旧料金12万3900円)
健康連コース / 9万2400円(旧料金11万1300円)

※ドック料金には、ホテルまでの往復タクシー券と、ホテル内のレストランで使用できる5000円分のお食事券が含まれます。

- 実施日：毎週月曜日と水曜日に開始
- お部屋：デラックスルーム



デラックス
ルーム

クラシカルなインテリアが特徴です

専門医の詳しい検査が受けられる

総合精査ドック

もっとも詳しい検査をするコースです。基本的な検査の内容に加え、頭部MRI・MRA検査、肺CT、胃・大腸内視鏡検査、心臓関連の検査(超音波検査、ホルター心電図など)、各科専門医の診察などが含まれます。このドックは、少しハードなスケジュールになります。

- 料金：28万5600円

※ドック料金には、ホテルまでの往復タクシー券と、ホテル内のレストランで使用できる5000円分のお食事券が含まれます。

- 実施日：毎週月曜日と水曜日に開始
- お部屋：スイートルーム



スイート
ルーム

ゆったりとしたスペースでくつろげます

胃がんや食道がんの治療といえば、
胸やおなかを大きく切って行う「開腹手術」を思い浮かべるかもしれません。
開腹手術は確かに治療の基本ですが、医療技術の進歩に伴って、
おなかに小さい傷をつくるだけでがんを切除できる「腹腔鏡手術」をはじめ、
「放射線治療」や「抗がん剤治療（化学療法）」など、
治療の選択肢は広がっています。
日赤医療センターの胃がん・食道がん治療をご紹介します。

特集

胃がん・ 食道がんの 外科治療が 変わる





完治を目指すためには、 早期発見・早期治療が欠かせません。

胃がん、食道がんの発見と治療について、
胃・食道外科部長の酒井に聞きました。

胃・食道外科 部長
酒井 敬介 さかい・けいすけ

胃がん

— 胃がんはどんな病気ですか。

「胃の最も内側の壁（粘膜）から発生するがんです。がん細胞は大きくなるにつれて胃壁の中に潜り込んでいき、さらに進行すると胃の外側にこぼれ落ち、近くにある大腸や膵臓などの臓器へと広がっていきます。このようにがんが広がることを浸潤（しんじゆん）といいます」

— 胃がんの原因は何でしょうか。

「明らかに becoming しているのはピロリ菌です。感染経路として有力なのは飲料水で、日本では上下水道が完備されていない時代に生まれた世代の

感染率が高く、60歳以上では7割程度が感染しているといわれています。実際、高齢の患者さんのほとんどがピロリ菌に感染しています。

ピロリ菌以外の原因として、喫煙や食生活なども指摘されていますが、ピロリ菌に感染していない若い世代には胃がんになる人が少ないため、因果関係は不明です。遺伝的な要因は、胃がんに関してはありません」

**がんが小さいうちは
自覚症状が出ないことも**

— どんな自覚症状が出ますか。

「がんが噴門（胃の入口）や幽門（出口）付近にあれば、胃痛や食べ物のつかえ感などの症状が出やすいのですが、初期の段階ではむしろ、自覚症状が出るこのほうがまれです。噴門や幽門から離れたところにあるがんの場合は、病状がある程度進行しても自覚症状の出ないことが少なくありません。吐血や下血、貧血などの症状が現れたときは、かなり進行していると考えられます」

— 胃痛や食べ物のつかえ感は、胃潰瘍の症状と似ていますが、区別は付きませんか。

「胃がんとそのほかの胃の病気の症

状はとてもよく似ているので、自分で区別するのは難しいと思います。同じ『痛み』でも、胃潰瘍は小さい病変でも痛みが出ますが、胃がんはそれなりに大きくならないと出ません。自覚症状から自己判断するのは危険です」

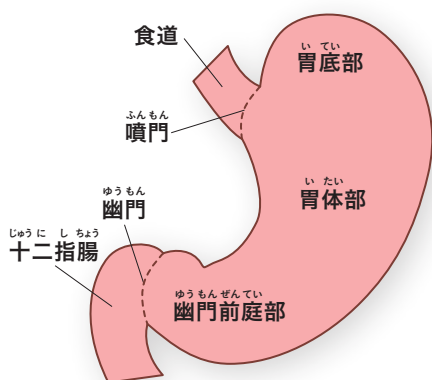
**早期に発見できれば
完治も可能**

— 日赤医療センターには、どのような患者さんが来院しますか。

「受診のきっかけは大きく2つに分かれています。一つは、会社や地域の検診で精密検査が必要になった患者さん。もう一つは、ほかの診療所や病院の紹介で来院する患者さん。前者（検診で見つかった患者さん）は早期がんであることが多いのですが、後者（他院の紹介で来院する患者さん）ははっきりとした自覚症状があり、がんが進行しているケースが大半です。これは、後でお話しする食道がんにも共通しています。

進行がんでも治療の道はありますが、完治を目指すためには、やはり早期発見・早期治療が肝心です。幸い、胃がんは他のがんに比べて発育速度が遅いので、年に一回の検診で早期発見が可能です。ぜひ検診を受

● 胃の構造

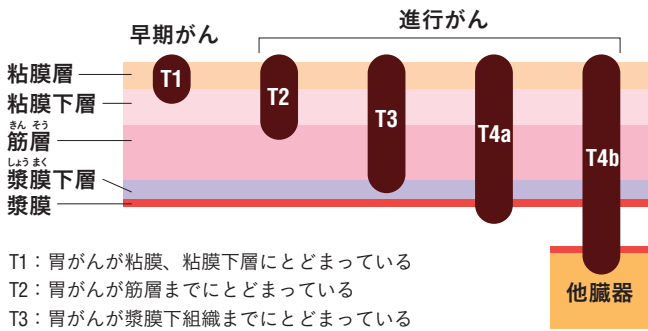


けてください」

「治療はどのように進められるのでしょうか。」

「治療の第一歩はがんの進行状態を正確に把握することです。生検※1、レントゲン検査、CTやMRIなどの検査をして、がんの大きさや位置、広がりなどを調べ、ステージ（病期）を判断します。胃がんのステージは、胃壁のどのくらいの深さにまで達しているか（深達度）と、周辺のリンパ節や臓器に転移しているかどうかによって1〜4期に分類されます」

●がんの深達度



- T1: 胃がんが粘膜、粘膜下層にとどまっている
- T2: 胃がんが筋層までにとどまっている
- T3: 胃がんが漿膜下組織までにとどまっている
- T4a: 胃がんが漿膜を越えて胃の表面に出ている
- T4b: 胃がんが胃の表面に出た上に、ほかの臓器にもがんが広がっている

腹腔鏡手術が普及 治療法は確立されている

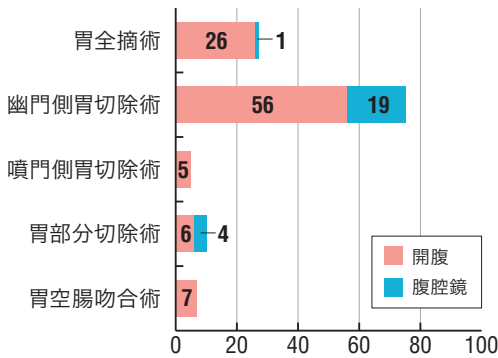
「どのような治療をしますか。」

「胃がんの治療は、日本胃癌学会が作成したガイドラインに沿って進めるのが原則です。ガイドラインには、がんの進行度に応じた適切な治療法が示されています。」

がんが粘膜層にとどまり、リンパ節への転移の可能性が極めて低い早期がんなら、口から挿入する内視鏡でがんを取り除けますが、それ以外は外科手術の対象です。手術方法は、おなかを15〜20センチ切開して行う従来型の開腹手術と、腹腔鏡という器具をおなかに挿して行う腹腔鏡手術があります。

●胃がんの治療実績

(日赤医療センター 胃・食道外科/2011年)



腹腔鏡手術はおなかを大きく切る開腹手術に比べて傷が小さいことや、術後の痛みが少なく回復も早いなど数々の利点があり、広く普及している手術法です。当センターでも2008年に開始して以降、早期がんの患者さんに対して積極的に実施しており、多くの患者さんに喜ばれています」

「抗がん剤治療（化学療法）も行うのでしょうか。」

「かつては、胃がんには抗がん剤は効かないといわれていましたが、近年は研究が進み、抗がん剤の効果が認められています。対象となるのは、手術が難しい進行がんや術後に再発した場合です。進行を遅らせることが主な目的なので、早期がんの場合には基本的には行っていません。」

手術の難しい進行がんの患者さんに対しては、術前の抗がん剤治療（術前化学療法）も行っています。そのままでは手術ができない人でも、抗がん剤を投与することでがんが小さくなれば、手術できる可能性が出てきます。

胃がんの抗がん剤は日進月歩です。現在、分子標的薬※2という新しいタイプの抗がん剤の臨床研究が始まっ

統計

胃がんは日本人のがん1位

直近の統計によると、日本人が罹るがんの中で最も多いのが胃がんで、死亡数は肺がんに次いで第2位です。ただし近年は、検診の普及や治療技術の向上などにより、死亡率（高齢化の影響を除く）は減少傾向です。男女別では、男性が罹患数・死亡数ともに女性の約2倍で、男性は40歳を過ぎると急増することが特徴です。

「手術前後のケアやサポートは、当科で作成されているクリニカルパスに沿って進められます。クリニカルパスとは、いつ、どんな検査や処置を行うのか、術後の歩行や食事はいつから開始できるのか、などの目安が分かるスケジュール表で、手術を受ける全ての患者さんにお渡ししています。入院期間は、開腹手術の場合で2週間弱、腹腔鏡手術は10日くらいです」

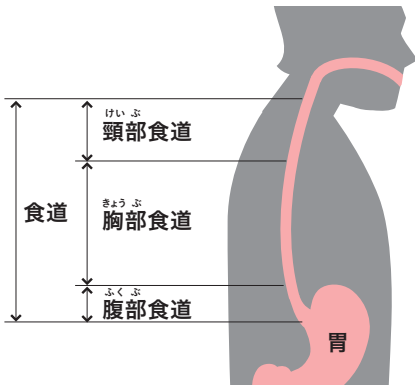
「入院中のケアについて教えてください。」

「手術前後のケアやサポートは、当科で作成しているクリニカルパスに沿って進められます。クリニカルパスとは、いつ、どんな検査や処置を行うのか、術後の歩行や食事はいつから開始できるのか、などの目安が分かるスケジュール表で、手術を受ける全ての患者さんにお渡ししています。入院期間は、開腹手術の場合で2週間弱、腹腔鏡手術は10日くらいです」

※1 がんが疑われる組織の一部を専用の器具で切り取り、顕微鏡で観察する検査。

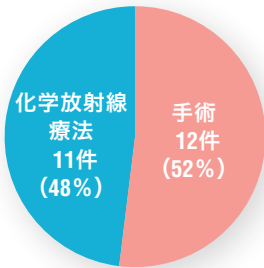
※2 がん細胞が持つ特異的な性質を分子レベルで捉え、それを標的として攻撃する薬剤。

● 食道の構造



● 食道がんの治療実績

(日赤医療センター 胃・食道外科 / 2011年)



統計

男性に多い食道がん

食道がんにかかると罹る人は胃がんの5分の1以下で、ほかのがんと比べても少ないのですが、それでも年間1万人以上が死亡しています。最大の特徴は、罹患数・死亡数ともに男性が女性の5倍以上であること。お酒もたばこもたしなまない女性が罹ることはまれです。

「食道がんは周辺への転移が早く、無症状のうちに見つかれば早期がんであることが多いので、治る確率が高くなります。早期発見に有効なのは内視鏡検査です。レントゲン検査で早期がんを見つけることは難しいでしょう」

「手術を受ける場合の入院中のケアについて教えてください。」
「胃がんと同じく、クリニカルパスに沿って進められます。食事がとれるようになるのは平均して術後9日目から。順調に経過すれば入院期間は術後3週間ぐらいです」

食道がん

— 食道がんはどんな病気ですか。

「食道がんは、胃や腸などの消化管のがんの中で最も悪性度の高いがんです。食道の周りにはリンパ管や血管など重要な組織が密集しているため、がんが小さいうちにほかの器官に転移しやすく、粘膜下層にとどまっているがんの場合でも半分は確率でリンパ節に転移します。胃がんや大腸がんでは、粘膜下層までのものが早期がんに分類されるのに対し、食道がんは早期がんに該当するのは、粘膜層にとどまっているがんだけです」

— 食道がんの原因は何でしょうか。

「飲酒、喫煙、熱い食べ物や辛い食べ物などによる食道への直接的な刺激との関連が指摘されています。女性よりも男性のほうに圧倒的に多いがんです。」

中でも注目されているのは飲酒です。アルコールが体内で分解されるときに生じる有害物質アセトアルデヒドが、食道がんの発がんに関係しているというエビデンス（根拠）が2009年に世界保健機関（WHO）から発表されています。飲むと顔が赤くなる人は、アセトアルデヒドを分解する酵素の働きが弱いので、食道がんになるリスクが高くなるといわれていますので、要注意です。なお、遺伝的な要因はありません」

無症状のうちに見ることが重要

— 自覚症状はありますか。

「初期のころは、食べ物を飲み込んだときに痛むとか、熱いものがしみるなどの症状が出る場合があります。しかし、がんが相当に大きくなるまで自覚症状がないことも珍しくありません。食べ物がかえたり、声がかすれたりといった症状が出た段階では、かなり進行している状態だと考えられます」

— 自覚症状が出てからでは遅いというのでしょうか。

「食道がんは周辺への転移が早く、根治の難しいがんですが、無症状のうちに見つかれば早期がんであることが多いので、治る確率が高くなります。」

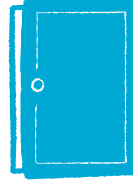
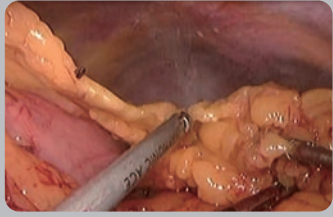
手術と化学放射線療法の効果はほぼ同等

— どのような治療をしますか。

「ステージ0期の早期がんは内視鏡治療の対象となります。ステージI～III期の治療法は、手術と化学放射線療法の2とおりがあり、がんの進行度や年齢を踏まえ、患者さんと相談しながら選んでいます。」

化学放射線療法は、抗がん剤と放射線を併用する方法です。食道がんは抗がん剤や放射線療法が効きやすく、どちらかを単独で行うより2つを併用したほうが効果が上がります。また最近の研究により、化学放射線療法は体に対する負担が小さい上に、手術と同等の治療成績を有することが確認されています。」

なお、ステージIIまたはIIIで手術を選ぶ場合は、術前化学療法と組み合わせで行うのが一般的です」



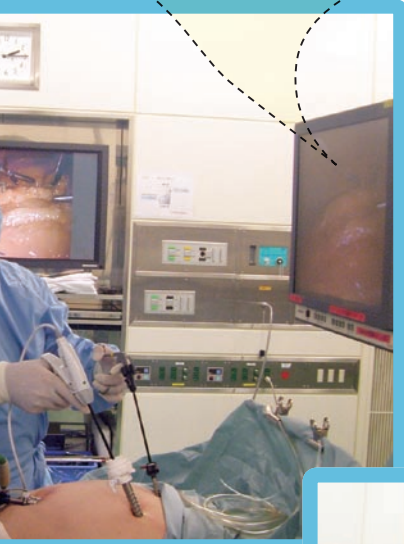
腹腔鏡手術

腹腔鏡手術は、おなかに開けた数力所の穴から、腹腔鏡と呼ばれるビデオカメラ装置や手術器具を挿入し、モニターの映像を見ながら胃やリンパ節を切除する方法です。

きれいに
早く
出血
少なく

最新手術の 現場に潜入！

患者さんにとって安全で体への負担が少ない治療を目指し、胃がんや食道がんの外科手術では、新しい手技や手術器具を積極的に導入しています。



腹腔鏡の先端には高性能のビデオカメラが付いており、おなかの中の様子がテレビモニターに大きく、鮮明に映し出される。肉眼では分かりにくい小さな血管や神経も確認できる

自動吻合器 ふんこう

消化管や血管同士を吻合（つなぎ合わせる）器具です。腹腔鏡による胃切除や胃全摘出後の吻合がスムーズに行えます。



レバーを握ると、リング状に配置されたステープラー針が打ち込まれると同時に、組織が切れる構造

▼腹腔鏡手術専用の縫合器。おなかに開けた穴から挿入する。開腹手術で使うこともある



自動縫合器 ほうこう

組織の縫合や切断を、従来のように糸ではなく、ステープラー針で行う器具です。組織を切除すると同時に、切除した組織の切り口を自動的に縫合します。

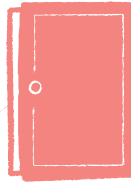


▲手前の金属部分に組織を挟んでレバーを動かすと、組織が切れ、同時に切り口がステープラー針で閉じられる

手術時間短縮と出血量低減に貢献
進化した手術器具

開腹手術

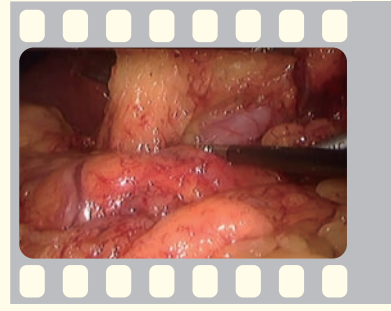
開腹手術は胃がんに対する標準的な手術方法です。おなかを15~20cmほど切り、外科医が胃や食道を直接見て触りながら、がんやリンパ節を切除します。



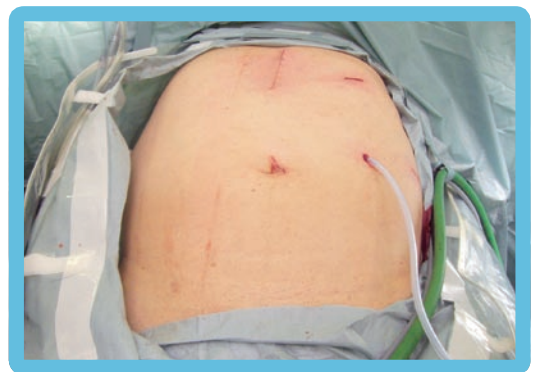
開腹手術で、上部正中切開にて15cmほど切り開いたところ



止血切開用電気メスを用いて、手術を行っているところ



当センターで最近増えてきた腹腔鏡補助下胃部分切除術の様子。おなかに二酸化炭素を入れて膨らませ、腹部に開けた穴から腹腔鏡や超音波メスなどの手術器具を挿入し、モニターの映像を見ながら手術する。胃の切除の仕方や再建の方法は開腹手術と同じ



おなかに、直径1~2cmの穴を4カ所と、切除した胃を取り出すための7cmの穴を開ける

写真提供…ジョンソン・エンド・ジョンソン株式会社
メディカルカンパニー

▼持ち手が開腹手術用の鉗子に近い形状をしているメス。これ1本で凝固・切離・把持・剥離が可能



▲二股に分かれたワニぐちクリップのような金属部分から超音波が発振される構造

電気エネルギーを超音波の振動に変換し、刃先を高速振動させて血管などの組織を凝固または切開する器具です。従来の電気メスに比べ、低温でより確実な凝固や切開が可能です。

超音波メス



写真の器具は、太さ7mm以下の血管を止血することが可能

止血切開用電気メス

高周波の電流を用いて血管などの組織を止血する器具です。血管を縛って止血する必要がないので、手術時間が大幅に短縮できます。



患者さん サポート

患者さんやそのご家族は、栄養のこと、治療のこと、生活のこと、これからのことなど、
いろいろな悩みや不安を抱えていらっしゃいます。

日赤医療センターでは、さまざまな職種のスタッフや関係部門が連携しながら、
患者さん一人一人に寄り添ったケアやサポートを提供しています。

がん 相談



がん相談支援センター
がん看護専門看護師

黒木 由里子

くろき・ゆりこ

がん相談支援センターでは、面談と電話の2つのルートから、院内外の患者さんやご家族のがんに関するご相談を受けています。主な活動は、医療用語や病気についての一般的な情報の提供や、気持ちの整理のお手伝い、関連する部門や機関への橋渡しです。

胃がんの患者さんは、「痩せ」が生じることが多く、“食べても太れない”“自分らしくなくなった”と落ち込まれる方がいらっしゃいます。栄養指導を受けて食事の内容やとり方を工夫できても、やるせない気持ちでいっぱいになることもあります。このようなとき、お話を伺って気持ちの整理をつけたり、身に付けている体調管理の工夫と一緒に振り返ったりすることがあります。また、当センターには患者会がないため、同じ病気の患者さん同士で話したい方には患者支援団体をご紹介したり、院内で月に1回「がんサポートプログラム」を開催して、がん付き合う知識や力を身に付ける機会をつくったりもしています。患者さんご家族の治療や生活の困り事を一緒に考える部門です。ぜひご利用ください。

チーム 医療



看護部 副部長
診療チーム支援委員会 副委員長

古川 祐子

ふるかわ・ゆうこ

「チーム医療」の重要性が唱えられて久しいですが、現在では質が高く、安心・安全な医療を提供するためのキーワードとして注目を集めています。中央社会保険医療協議会^{※1}においても新しい診療チームが評価され、その重要性はますます高まっています。

栄養サポートチームは、チーム医療の典型モデルとして早くから中央社会保険医療協議会での評価がなされてきました。当センターでは、胃・食道外科医師を中心に体系づくりに取り組み、全部署を巻き込んだサポート体制を実現しています。今後はこのような、医師、看護師、管理栄養士さらには薬剤師など多職種協働型の、横の連携を重視した医療が主流になっていくでしょう。

チーム医療を進める上で重要なことは、各医療スタッフがそれぞれの専門性を高め、互いに連携を図りながら患者さんの状況に対応していくことです。そのためには各医療スタッフが自由に意見交換できるチーム運営が大切です。栄養サポートチームには、当センターで活動している他の診療サポートチーム^{※2}のモデルとなる活動を期待しています。

※1 健康保険の診療報酬を決定する組織

※2 緩和ケアチーム、褥瘡(じょくそう)対策チーム、糖尿病ケアチーム、呼吸ケアチーム、透析予防支援チーム、移植サポートチーム

栄養 サポート



胃・食道外科 副部長
栄養サポートチーム

風間 義弘

かざま・よしひろ

当センターでは、栄養サポートチーム(NST)という医療グループが活動しています。医師、看護師、管理栄養士、薬剤師により構成され、私たち胃・食道外科の医師2人もメンバーです。栄養障害の状態にある患者さんや、栄養管理をしなければ栄養障害の状態になることが見込まれる患者さんに対し、生活の質の向上やがんの治癒促進、および感染症などの合併症の予防を目的として、栄養管理に関わる診療を行っています。

具体的には、毎週上述に該当する患者さんをリストアップしてミーティング・診察を行い、その患者さんにとって、現時点でどの経路(口からの摂取、点滴、胃瘻)からのくらいの栄養(炭水化物、蛋白質、脂肪などの種類と熱量)を投与するのが最善であるかを提案します。栄養は投与する量が多ければいいというわけではなく、そのときの全身状態に合った適量があります。継続的な栄養管理が必要な患者さんについては毎週ミーティング・診察を行い、その時点での最善の提案を行います。

胃がんも食道がんも、早い段階で見つければ治るんです。しかし、どちらのがんも、早期は自覚症状が出にくいのが難点。そこでお勧めしたいのが胃内視鏡検査（通称“胃カメラ”）です。この検査に関する4つの疑問にお答えします。



検査で何が分かるの？

内視鏡検査は、先端に超小型の高性能カメラを搭載した細長い管を口（もしくは鼻）から挿入し、食道・胃・十二指腸の各臓器の粘膜を直接観察する検査です。がんの位置や大きさだけでなく、数や広がり、ある程度の深さなども確認できます。

口からと鼻から、どっちがいい？

口から入れる内視鏡は、内視鏡が喉を通過するときに「オエッ」という咽頭反射を起こし、吐き気をもたらします。この苦痛を軽減するために開発されたのが、鼻から挿入する経鼻内視鏡です。当センターでも希望する方には経鼻内視鏡で検査していますが、カメラが細いために視野が狭く、検査に時間がかかることや、精密な検査や処置ができない場合もあるなどデメリットもあります。検査後に鼻からの出血や鼻の痛みが続くことがありますので、過去に鼻の手術をした方や慢性鼻炎の方、血が止まりにくい方は、口からの検査をお勧めします。

レントゲン検査と何が違うの？

レントゲン検査は、胃や食道、十二指腸の粘膜に造影剤（バリウム）を付着させ、表面のおうつを白黒の濃淡で映し撮る検査です。胃がんや食道がんの早期発見を目的に広く普及している検査ですが、平坦な形をしたがんや早期の微小ながんは見逃しやすいので、レントゲン検査では正常であっても内視鏡検査で異常が見つかることは少なくありません。ただし、胃がんの中でも悪性度の高い「スキルス性胃がん」については、内視鏡検査よりもレントゲン検査で見つかるケースのほうが多いので、できれば両方受けておくと安心です。

日赤医療センターの人間ドックで受けられますか？

当センターの人間ドックは全部で9コース。このうち検査項目に胃内視鏡検査が含まれているのは「消化器精査ドック」「総合精査ドック」「プレミアム一日ドック」の3コースです。「一泊ドック」と「一日ドック」は、希望により胃内視鏡検査を追加することができます。詳しくは当センターのホームページ (<http://www.med.jrc.or.jp/hospital/dock/>) をご覧ください。

バックナンバーのご案内

胃内視鏡検査については、『TeaTime』33号(2009年・秋冬合併号)でも詳しくお伝えしています。当センターのホームページに掲載しているPDFファイルをダウンロードしてお読みください。



当センターに来院する高齢の患者さんに進行がんが多いのは、退職後に健康診断や人間ドックを受ける機会を失ってしまうことが原因の一つではないかと感じています。例えば「誕生日に検診を受ける」など、年に一回の検診を習慣にしましょう。





逆流性食道炎



薬剤部 調剤課
近藤 佐代子
こんどう・さよこ

逆流性食道炎は、もともと日本人には少ない病気でしたが、近年、食生活の変化などによって患者さんが増えています。今回は、逆流性食道炎の治療に使う薬についてご紹介します。

胸焼けがするのは 逆流性食道炎の兆候？

逆流性食道炎は、強い酸性の胃液や、胃で消化される途中の食物が食道に逆流してそこにとどまるために炎症を起こし、びらん（粘膜がただれること）や潰瘍を生じる病気です。「最近胸やけがする」—そんな方は、逆流性食道炎かもしれません。

治療の中心は 食生活の改善と服薬

逆流性食道炎の治療は、食生活をはじめとする生活習慣の改善と、薬による症状緩和が中心となります。

逆流性食道炎の薬として最も効果が高く、よく使われているのは、胃酸の分泌を抑える薬です。逆流する胃酸の量を少なくすることで、逆流性食道炎の症状を改善します。食道の粘膜を保護する薬や胃酸を中和する薬、胃の運動を活発にする薬を一緒に飲むこともあります。

数日間薬を内服すれば、通常、ほとんどの人は自覚症状がなくなりませんが、食道粘膜の炎症が治まるまでには2カ月ほどかかります。症状がなくなっても自己判断で服用を中止しないでください。

胃酸分泌抑制薬

●プロトンポンプ阻害薬 (PPI)

処方薬 (商品名)：タケプロン[®]、パリエット[®]、オメプラール[®]、ネキシウム[®]

働き：胃壁の細胞には、胃酸を分泌するプロトンポンプといわれる部分があります。この薬はプロトンポンプの働きを妨げ、胃酸の分泌を抑えます。効果は最も強力です。

●H₂受容体拮抗薬

処方薬 (商品名)：ガスター[®]、タガメット[®]、ゼンタック[®]、プロテカジン[®]

働き：胃壁の細胞には、ヒスタミンという物質が結合すると胃酸が分泌されるH₂受容体があります。この薬は、ヒスタミンがH₂受容体に結合するのを妨げることによって胃酸の分泌を抑えます。プロトンポンプ阻害薬（上述の薬）に比べて副作用が少なく効果が強力なために多く使われます。ただし、腎臓から薬が排泄されるため、腎機能が低下している患者さんの場合は量の調節などが必要です。

腸管運動促進薬

処方薬 (商品名)：ガスモチン[®]、ナウゼリン[®]、プリンペラン[®]

働き：消化管機能と蠕動運動^{*}を改善し、胃液や食物の逆流を起こりにくくします。

※消化管などの臓器の収縮運動

粘膜保護薬

処方薬 (商品名)：アルロイドG[®]

働き：食道の粘膜を覆って、損傷した食道粘膜部位をガード・修復し、さらなる胃酸刺激による損傷を防ぐとともに、炎症の改善を助ける働きがあります。通常、空腹時に薄めずに内服します。

制酸薬

処方薬 (商品名)：マルファ[®]、マーロックス[®]

働き：胃で分泌された胃酸や、食道に逆流してきた胃酸を中和して、食道粘膜が損傷する程度を軽くし、症状を速やかに和らげる働きがあります。透析をされている患者さんはお飲みいただけません。下痢などの副作用が起こることがあります。



子どもの入院は、母乳育児にとって試練の時。 私たちが全力でサポートします



6B病棟 看護師長
長内 佐斗子
おさない・さとこ

子どもの入院は母乳育児にとって試練の時です。子どもが入院してい



母乳育児が続けられるよう
支えます

の病床の状況によって異なります。小児病棟への入院の際、母乳育児のため、あるいは子どもの精神安定のために親が希望すれば、個室または4人部屋のどちらかで付き添うことができます。ただし、全ての部屋で付き添えるわけではなく、入院時の



小児病棟は
こんなところですよ！

小児病棟は、15歳未満の子どもが医学的なサポートを受けるために入院している病棟で、9人の子どもに對して、看護師1名の体制をとっています。私たちはいつも、「病院のこども憲章^{*}」に記されている子どもたちの権利を意識しながら、看護に当たっています。

る間、母親は常に不安を抱えているように思います。

また、入院前に母乳だけで食を維持できていた子どもは、入院中、母乳以外の人工乳など絶対に受け付けません。そこでお母さんが搾乳した母乳を哺乳瓶で与えようとしても、人工の乳首を嫌がって口にくわえてもくれないのです。

このように、母乳育児を行っている乳児の入院は、母子共につらい状況に置かれます。この様子を見てみると、おっぱいが大好きな子どもとお母さんの、素晴らしい母子関係を感じさせられ、「病棟内でも母子分離のない環境を提供しなければならぬ」と強く思います。

けれど、母親に付き添ってもらえる子どもは恵まれています。実際には、きょうだいがいるために付き添いが難しいケースが少なくありません。お母さんは朝早く病院に来て授乳し、また家に帰るといいうように、家と病院の往復を何度も繰り返し、きょうだいの面倒を見てくれる人を探したりと、それはそれは翻弄されます。

母乳は素晴らしい栄養ですので、日頃元気なときは、母乳育児が理想です。しかし病気になる場合は、その限りではありません。時に小児病棟では、母子に負担を強いることもあります。そんなときは私たちが全力で支援していきます。



授乳中のお子さんが 入院するとき

母子分離の前に 覚えておきましょう。

- 入院前は子どものペースで授乳していたと思いますが、入院後は直接授乳できないため、3～4時間の間隔で搾乳しましょう。搾乳回数が減ると、母乳の分泌も減ります。子どもが元気になったときのために十分な分泌量を維持するには、搾乳の回数が重要です。また、搾乳の手技を習得しておくことも大切です。

小児病棟でも 全力でサポートします。

- 搾乳した母乳は母乳パックに入れて冷凍し、小児病棟に持参しましょう。小児病棟では、お預かりした冷凍母乳を保存し、子どもに哺乳する際に解凍します。
- 母乳育児のために付き添いを希望する方のために、食事と簡易ベッドを有料で用意しています。さらに不定期ではありますが、お母さんに30分程度のアロママッサージを無料で行っています。

^{*}「病院のこどもヨーロッパ協会」(European Association for Children in Hospital: EACH)が1988年にオランダのライデンで開いた第1回目のヨーロッパ会議で作成した「ライデン憲章」のこと。ライデン憲章には、「1. 必要なケアが通院やデイケアでは提供できない場合に限って、子どもたちは入院すべきである」「2. 病院における子どもたちは、いつでも親または親替わりの人が付き添う権利を有する」など全10項目にわたり、子どもたちの権利が記されている。

アロマセラピーの魅力 第12回 暮らしに役立つアロマレシピ

アロマセラピーに使用する精油や植物油に含まれる成分を上手に利用して、日々のセルフケアに役立てましょう。加えて素敵な香りで癒やされて、自己免疫力もアップしましょう！

健康管理センター 看護師
日本アロマセラピー学会認定看護師
堀川 富美子 ほりかわ・ふみこ

生活

虫除け効果
除菌効果

→ エアフレッシュコロンやリネンウォーターに

スプレー容器に、レモングラス3滴・ペパーミント2滴・真正ラベンダー5滴・消毒用アルコール25cc・精製水25ccを入れて混ぜる。



レモングラスの香りには抗菌・抗真菌作用がある

→ 虫刺されに

シアバター20gに、ティートゥリー3滴・ラベンダー3滴・サイプレス2滴を混ぜて、刺されたところに塗布する。

→ クローゼットの虫除けに

シナモンスティックに、スイートオレンジやラベンダーなどお好みの精油を数滴垂らし、クローゼットにつるしたり、隅に置く。

→ 台所の除菌に

コルク栓などにペパーミントやティートゥリー、ヒノキオイルなどお好みの精油を数滴垂らし、食器棚の隅や、キッチンの流し台の下に置く。

美容と健康

生活習慣病予防
肥満対策

→ 食べ過ぎ防止に

レモンの精油をアロマポットやデフューザーで芳香浴。生のレモンの皮をむいて、部屋の隅に置いてよい。



レモンの香りは、摂食中枢に働きかけ、食欲を抑える

→ 脂肪燃焼促進には

- スプレー容器に、グレープフルーツ6滴・ローズマリーカンファー2滴・パチュリー2滴・消毒用アルコール25cc・精製水25ccを混ぜて、ルームコロンとして芳香浴。
- スイートアーモンドオイル20ccに、グレープフルーツ2滴・サイプレス2滴・ジュニパー2滴を混ぜてマッサージオイルを作り、気になるところをマッサージする。

*柑橘系の香りを持つ、血行促進や消化促進などの作用により、ダイエット効果が期待できます。

ベビーケア

→ ベビーマッサージに

サンフラワーオイルで、手や足、おなかやお尻を優しくマッサージする。

→ オムツかぶれに

シアバター20gに、ティートゥリー3滴・ラベンダー3滴・サイプレス2滴を混ぜて、かぶれているところに塗布する。

睡眠

不眠対策
昼と夜のメリハリをつけて

→ 昼間は、すっきりと

ペパーミントやローズマリーカンファー、レモンなどお好みの香りの精油をアロマポットやデフューザーで芳香浴。

あることによる興奮・強壮作用がある



→ 夜は、リラックス

- スイートオレンジやベルガモット、ラベンダー、プチグレンなどお好みの香りの精油をティッシュに数滴垂らし、枕元に置いておく。
- スプレー容器に、真正ラベンダー10滴・消毒用アルコール25cc・精製水25ccを入れて混ぜ、ルームコロンとして使用する。

介護

→ 誤嚥^{ごえん}防止に

食事のときに、ブラックペッパー^{えんげ}(嚥下中枢に働きかけ、誤嚥防止の効果がある)の精油をティッシュに数滴垂らして食卓の上に置いておく。*食べ物や異物が誤って気管内に入ること

→ 床ずれ^{えんげ}予防に

ホホバオイル5mlに、ティートゥリー1滴とラベンダー1滴を混ぜて、皮膚に塗布する。

注意事項

1. 妊娠中、病氣治療中の方は、医師にご相談ください。
2. 皮膚に塗布する場合は、腕の内側に塗布し、アレルギー反応が出ないことを確認の上で使用しましょう。
3. 効能効果には個人差があります。



外来の診療時間を拡大し、フロアの配置換えをしました



外来業務課 課長
小野 清
おの・きよし

当センターは本年7月2日(月)に、外来診療に関して2つの改善を図りました。
外来診療時間の延長と、外来フロアの配置換えです。その目的と変更内容をご説明します。

外来の待ち時間の短縮を目指す

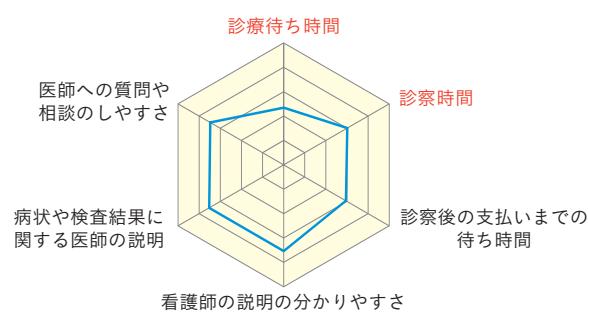
当センターは、常に患者さんの声に耳を傾け、患者さんの声をサービスの向上に生かしながら、皆さまに選ばれる病院を目指しています。2010年2月に当センターの患者サービス委員会が実施した満足度調査では、新病院に移転した直後だったことから、施設面に関しては好評をいただきました。しかし、その一方で診療サービス面については、前年度の調査を大きく下回ってしまいました。

特に多くの改善要望をいただいたのが、外来における診療待ち時間です。私たちはこのご要望を真摯に受け止め、このほど、診療待ち時間の短縮を目的に2つの改善を図りました。

病院の運営にあたっては、安定的な医療サービスを提供し、患者さん、そして地域住民の皆さんの安心と安全に応

えていくことが大切だと考えています。信頼される病院であるために、皆さまに選ばれる病院であるために——。日赤医療センターはこれからも、サービスの向上に積極的に取り組んでまいります。

● 外来の診療サービス面満足度 (2010年2月に実施した患者満足度調査より)



改善点 1 外来診療時間の延長 (原則、全ての診療科)

受付時間
8:30 ~ 11:00 (または11:30)
↓
8:30 ~ 15:00

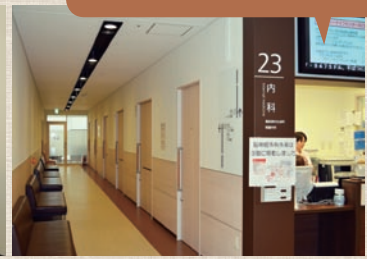
当センターが各診療科に対して実施したアンケート結果を踏まえ、外来診療の受付時間について検討しました。その結果、一部例外の診療科はありますが原則8時30分から11時または11時30分までとなっていた従来の受付時間を、全診療科で原則8時30分から15時まで拡大しました。ただし、診療科により異なる場合がありますので、詳しくは各診療科の受付にてご確認ください。

改善点 2 内科外来の拡張と待合スペースの確保

内科外来の待合スペースを拡張するため、検査説明コーナーを中央処置室前に移設



脳神経外科外来を2階から3階に移設し、内科外来を拡張



メンタルヘルス科外来を3階から2階の治験センター隣に移設



従来メンタルヘルス科外来があった場所に、脳神経外科外来を移設



外来診療時間の拡大に伴い、外来フロアの運用方法を再考する必要が生じました。特に内科外来周辺は混雑するため、従来の待合スペースのまま受付時間を延長すると、待ち時間がさらに長くなったり、待合スペースに患者さんがあふれてしまったりして、混乱を招く可能性があります。そのような事態を回避すべく、複数の委員会で議論・検討し、フロア配置の再編が行われました。

2012年10月1日から **駐車料金が変わりました**

日赤医療センターの駐車場の利用料金が2012年10月1日から変わりましたので、お知らせします。赤字が変更点です。

| | 対象 | 変更前 | 変更後 | | 対象 | 変更前 | 変更後 |
|---|--|---|---|---|----------------|--|---|
| 1 | 外来受診/ 健診受診 | 最初の15分：無料 5時間以下：300円 5時間超：100円/20分 | 最初の15分：無料 5時間以下：300円 5時間超： 200円/20分 (1日最大2400円) | 4 | 入院/宿泊ドック 利用 | 最初の15分： 無料 15分超： 1000円/24時 間 | 最初の15分：無料 1時間以下：300円 1時間超～ 2時間以下 ： 200円/20分 2時間超 ～24時間以下：1000円 24時間超：1000円/24時間 |
| | | 最初の15分：無料 9時間以下：300円 9時間超：100円/20分 | 最初の15分：無料 6時間以下 ：300円 6時間超 ： 200円/20分 (1日最大2400円) | | | 5 | 登録医/緊急招集 された職員/郵便 集配/宅配業者 |
| 2 | 血液浄化セン ター利用(透析) /1日ドック受 診/マタニティ クラス等参加 | 最初の15分：無料 9時間以下：300円 9時間超：100円/20分 | 最初の15分：無料 6時間以下 ：300円 6時間超 ： 200円/20分 (1日最大2400円) | 6 | 障害者手帳所持者 | 1～4の対 象 者と同様 | 無料 (1階守衛室へ駐車券とともに 障害者手帳をご提示ください) |
| | | 最初の15分：無料 1時間以下：300円 1時間超～3時間以下： 100円/20分 3時間超～24時間以下：1000円 24時間超：1000円/24時間 | 最初の15分：無料 1時間以下：300円 1時間超～ 2時間以下 ： 200円/20分 2時間超 ～24時間以下：1000円 24時間超：1000円/24時間 | | | 7 | 一般利用者 |
| 3 | ご面会/お見舞 い/入退院の 送迎(ご家族) | 最初の15分：無料 1時間以下：300円 1時間超～3時間以下： 100円/20分 3時間超～24時間以下：1000円 24時間超：1000円/24時間 | 最初の15分：無料 1時間以下：300円 1時間超～ 2時間以下 ： 200円/20分 2時間超 ～24時間以下：1000円 24時間超：1000円/24時間 | 8 | 月極契約者 | 5万5000円 | 4万5000円 |
| | | 最初の15分：無料 1時間以下：300円 1時間超～3時間以下： 100円/20分 3時間超～24時間以下：1000円 24時間超：1000円/24時間 | 最初の15分：無料 1時間以下：300円 1時間超～ 2時間以下 ： 200円/20分 2時間超 ～24時間以下：1000円 24時間超：1000円/24時間 | | | | |

※1～6に該当する方は、必ず守衛室で検印(証印)を受けてください。

診療のご案内

| 診療科目 | 外来診療を行わない科もあります |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> ●糖尿病内分泌科 ●腎臓内科 ●消化器内科 ●呼吸器外科 ●大腸肛門外科 ●脳神経外科 ●耳鼻咽喉科 ●小児科 ●化学療法科 ●リハビリテーション科 ●健康管理科(健康管理センター) | <ul style="list-style-type: none"> ●血液内科 ●緩和ケア科* ●循環器内科 ●乳腺外科 ●心臓血管外科 ●皮膚科 ●産科* ●小児外科 ●放射線特殊治療科 ●内視鏡診断治療科 |
| <ul style="list-style-type: none"> ●感染症科 ●神経内科 ●小児保健 ●胃・食道外科 ●骨・関節整形外科 ●泌尿器科(紹介のみ) ●婦人科 ●麻酔科 | <ul style="list-style-type: none"> ●アレルギー・リウマチ科 ●呼吸器内科 ●メンタルヘルス科* ●肝胆脾外科 ●脊椎整形外科 ●眼科 ●新生児科 ●集中治療科 ●放射線診断科 ●放射線治療科 ●救急科(救命救急センター) |

※初診予約制

健康管理センター

☎内線2213・2217

病気の早期発見・発症予防につながる各種プログラムをご用意しています(原則、予約制)。

●人間ドック ●一般健診 ●海外渡航健診 ●予防接種 ●禁煙外来 ●特定保健指導

小児保健

☎内線2836

●乳幼児健診 ●予防接種 ●心理相談(完全予約制)

受付時間

●初診の方：午前8時30分～午後3時 ●再診の方：午前7時50分～午前11時30分

※初診の受付時間については、診療科により異なりますので、診療科受付窓口へお問い合わせください。また、診療科が異なる場合や最終来院日から1カ月以上経過した場合は、初診扱いとなりますのでご注意ください。

急病の場合：曜日・時間に関係なく救急外来で診療します。ご来院の前にお問い合わせください。

診察カード：全科共通で永久に使用します。ご来院時には必ずお持ちください。

健康保険証：ご来院時に確認させていただいております。特に、更新・変更の際は必ずご提出ください。

院外処方せん：すべての診療科で発行しております。全国の保険薬局でお使いいただけます。

外来休診日

●土曜日 ●日曜日 ●祝日 ●12月29日～1月3日 ●5月1日(日本赤十字社創立記念日)

お問い合わせ

☎03-3400-1311

交通のご案内

- JR 渋谷駅東口から 都営バス「学03」系統 日赤医療センター行 終点下車(約15分)
- JR 恵比寿駅西口から 都営バス「学06」系統 日赤医療センター行 終点下車(約10分)
- 港区コミュニティバス「ちいばす」 青山ルート「日赤医療センター」下車 徒歩(約2分)
- 地下鉄(東京メトロ) 日比谷線広尾駅から 徒歩(約15分)
- 首都高速道路3号線 (下り)高樹町出口で降り、すぐの交差点(高樹町交差点)を左折。
(上り)渋谷出口で降り、そのまま六本木通りを直進。青山トンネルを抜けてすぐの交差点(渋谷四丁目交差点)を右斜め前方に曲がる。東四丁目交差点を直進し、突き当たり左の坂を登る。

総合医療相談

医療相談

(月)～(金) 9:00～16:30

ソーシャルワーカーがご相談を承ります。患者さんやそのご家族と一緒に、さまざまな悩みについて考え、問題解決へのお手伝いをします。どうぞお気軽にお越しください。

主な相談内容

経済的な問題(医療費、生活費)/家族など人間関係/社会復帰/医療機関や福祉施設の紹介/社会保障制度や福祉サービスの利用

看護相談

(月)～(金) 9:00～16:30

療養生活全般に関する、患者さんやご家族からのご相談を承ります。

主な相談内容

在宅医や訪問看護の紹介/介護保険の利用方法/福祉用具・医療機器の紹介

栄養相談

主に生活習慣病(糖尿病・高脂血症・高血圧など)、心臓病、妊娠中毒症の方の食事について、医師の指示に基づき管理栄養士が栄養指導を行います。ご希望の方は主治医にお申し出ください。

主な食事療法

腎臓食、肝臓食、糖尿食、肥満、胃潰瘍食、貧血食、膵臓食、高脂血症食、痛風食、濃厚流動食、無菌食

お薬相談

薬に関するご相談・ご質問について、薬剤師がお答えします。

がん相談支援センター

(月)～(金) 9:00～16:30

がんの療養に関するさまざまな疑問やお悩みをご相談いただけます。

主な相談内容

がんに関する療養上のご相談/セカンドオピニオン/緩和ケア/医療費

表紙の花

【アレンジメント制作】

いまむら そうぎょく
今村 草玉先生

(当センター共済会華道部講師・草月流師範会理事)

紅葉し始めたカンボクの清々しさに魅せられました。詩情豊かな色を持つ秋の野草とあしらうと、天高く涼やかな秋風が吹き渡るようです。

今村先生のホームページ <http://sougyoku.com/>

【撮影】古島 万理子

ホームページ
アドレスのご案内

日赤医療センターに関すること <http://www.med.jrc.or.jp/>
赤十字全般に関すること <http://www.jrc.or.jp/>

●外来診療の最新スケジュールは、当センターのホームページでご確認ください。『TeaTime』のバックナンバー(PDF版)もご覧いただけます。



QRコード
モバイルサイトは
こちらから。
(docomo/au/SoftBank対応)