

馬肉医心

ぽかんいしん

vol.44
2025
新年号

水天門

【理 念】

我ら全国ネットのJCHOは
地域の住民、行政、関係機関と連携し
地域医療の改革を進め
安心して暮らせる地域づくりに貢献します

【キャッチフレーズ】

安心の地域医療を支えるJCHO

【基本方針】

3つのクライアントを大切にします。

- 患者・家族の求める医療を提供する。
- 周辺の医療介護施設との良質な連携を築く。
- 職員にとって働きやすく、スキルアップできる
職場環境を整える。



独立行政法人 地域医療機能推進機構

下関医療センター

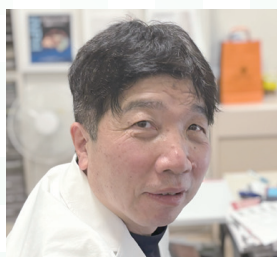
郵便番号750-0061 下関市上新地町3丁目3番8号
TEL.083-231-5811(代表) FAX.083-223-3077
TEL.083-231-7887(健康管理センター)

I N D E X

診療科リレー	P2.3
画像紹介	P4
くすりのはなし	P5
検査のはなし	P6
認定看護師より	P7
冬のレシピ	P8

チーム脳神経外科

下関医療センター脳神経外科は、厚生病院時代より「下関で脳の病気といえば厚生病院」と言われ、下関の脳神経外科疾患を支えてきました。そこで当院の脳神経外科を皆様により知っていただくため当院の脳神経外科のメンバーを御紹介したいと思います。

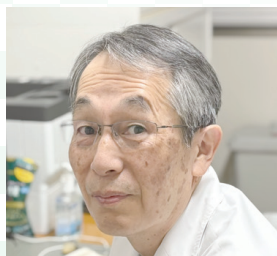


大下 昇 院長

厚生病院時代より、30年間にわたり勤務され、前大田脳神経外科部長のもと手術を叩き込まれ、その後を引き継ぎ当院脳神経外科を引っ張ってこられました。

特に下関で初めて血管内治療を始められ、血管内治療専門医（下関で唯一人）として素晴らしい成績を収められています。もちろん脳腫瘍、脳血管障害、脊椎脊椎手術などマルチな手技を誇るスペシャリストです。

実は、筋金入りの鉄道マニアです。



定永 浩 脳神経外科部長

2015年より、下関医療センターに勤務。1999年より、神の手の福島孝徳先生に師事し福島先生の手技を学び始め、福島先生の手術拠点である、小文字病院グループに2001年より移り福島先生と共に数々の難手術に従事、教えを受けました。

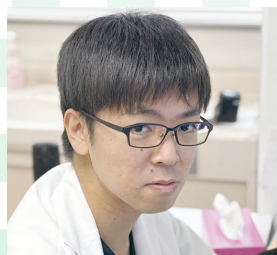
手術全般(脳腫瘍、頭蓋底手術、下垂体、脳血管障害等)のスペシャリストです。家では、猫の下僕です。



梅野 哲也 医長

諫早総合病院より、当院に2023年に加入。冷静沈着で、クールに見えますが非常に内に秘めた情熱が熱いです。当院にて、大下、定永の元で手術を学びながら、次世代の脳神経外科を支える一人です。

川釣りのプロ?です。

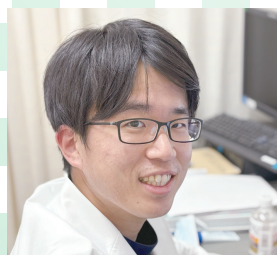


中溝 一允 医師

2015年より下関医療センターで初期研修医として研修、そのまま当院脳神経外科に就職し、大下、定永のもとで手技を学び、途中熊本大学脳神経外科での研修を経て当院脳神経外科に戻って来ました。

次世代脳神経外科のホープです。

本業は、漁師です。(笑い)



中川 雄大 医師

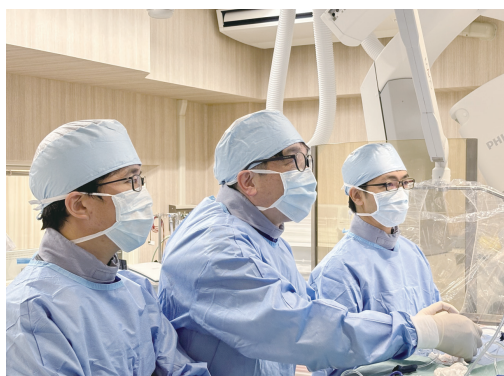
熊本大学より、2024年より派遣された、後期専修医です。非常にガッツあふれる働き者で、ほぼ全て手術に関与し手技を学んでいます。

軟式テニスの鬼と呼ばれています。

手術症例 233例 (2024年度)

脳腫瘍・	35例
脳血管障害・	24例 (脳動脈瘤クリッピング術10例)
頭部外傷・	43例
三叉神経痛、顔面痙攣・	7例
血管内治療・	66例
脳動脈瘤塞栓術・	31例
頸動脈ステント留置・	18例
血栓回収・	11例 など

血管内手術治療中



開頭手術中



文責 脳神経外科 定永 浩

MRI検査の前準備について



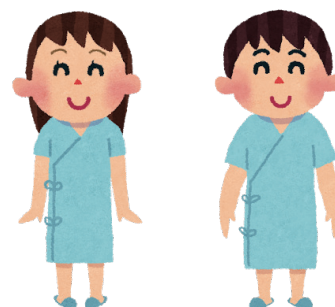
MRI検査

MRI検査は、強力な磁石の中に入り、電磁波を用いて、目的部位の画像を撮像する検査です。

特殊な環境下で検査を行うので、**吸着事故**や**火傷**に注意しながら検査を行っています。

その為、MRI検査を受けられる患者様は、必ず**検査着**に着替えを行います。

下記の表の物は、検査室に持ち込めません。**火傷**や**機器の故障**の可能性がありますので、当日は、なるべく控えるよう、ご協力をお願いします。



検査着

	検査室に持ち込めません
1. 身に付けているもの	時計、指輪、ネックレス、イヤリング、ヘアピン、メガネ、補聴器、入れ歯、コルセット（金属含む）、ベルト       
2. 金属のついている下着	ブラジャー、キャミソール  
3. 機能性下着	保温肌着 
4. 化粧・ネイル	鉄粉が含まれた化粧品（マスカラ、アイシャドウ）、マグネットつけまつげ、ネイル（マニキュア、ジェルネイル、マグネットジェルネイル、ペディキュア）    
5. 貼り物	湿布、家庭用磁気治療器、カイロ  
6. 所持品	診察券、定期券、クレジットカード、スマートフォン、鍵     

手術で体内に金属がある方や、処方されたお薬を体に貼っている方、刺青やアートメイクをされている方、妊娠中の方は、主治医に確認をされてください。

その他、ご不明な点や心配なことがございましたら、遠慮なくご相談ください。

文責 診療放射線部 今村俊貴

がん薬物療法について

今や日本人が一生のうちにがんと診断される確率は男性62.1%、女性48.9%と報告されており（2020年のデータより）、国民の半分以上ががんに罹患すると言われています。

がんの治療に対して使用される薬剤は、「細胞障害性抗がん薬」「内分泌療法薬（ホルモン療法薬）」「分子標的薬」「免疫チェックポイント阻害薬」などに大別されます。今回はこれらの薬剤についてお話したいと思います。

細胞障害性抗がん薬

がん細胞が分裂・増殖する際のDNAなどに対して働きかけ抗がん作用を示します。一般的に細胞増殖が盛んな細胞に作用する薬剤が多く、細胞分裂が活発でないがんに対しては効果が乏しいとされており、正常な細胞に対しても毒性が生じることもあるため、脱毛や口内炎、吐き気などの消化器症状を引き起こすこともあります。

内分泌療法薬（ホルモン療法薬）

乳癌、前立腺癌、子宮体癌などの性ホルモンによって増殖するがんに対してホルモンの分泌や働きを阻害することで効果を発揮します。内分泌療法薬の特徴的な副作用として、ホットフラッシュ（ほてり）や生殖器での症状、関節痛や骨・筋肉痛の症状が出る場合があります。

分子標的薬

がん細胞の分化や増殖に関わるタンパク質や、栄養を運ぶ血管などを標的にしてがんを攻撃する薬が分子標的薬です。標的とされたタンパク質だけでなく、それ以外のタンパク質にも影響を及ぼすことがあるため、皮膚のにきびなどの症状や薬剤性肺炎、下痢、肝機能障害、高血圧など多岐にわたる副作用が出る場合があります。

免疫チェックポイント阻害薬

体の中には、異物の侵入を防いだり、侵入してきた異物を排除したりして、体を守る抵抗力を備えた免疫細胞があり、がん細胞も排除してくれています。がん細胞の中には、免疫細胞と結合することによって、免疫細胞にブレーキをかけ、その攻撃から逃れる仕組みをもっているものがあります。このような、がん細胞と免疫細胞の結合を「免疫チェックポイント」といいます。免疫チェックポイント阻害薬は、がん細胞と免疫細胞が結合できないように邪魔をすることで、免疫細胞にかけられたブレーキを外して、自分の免疫細胞を活性化することでがん細胞を攻撃できるようにする薬です。一方でブレーキを外れた免疫機構が自分の正常な細胞を攻撃して、さまざまな臓器に症状が出る副作用を招く危険性もあります。

現在抗がん剤治療中の方で、治療中のお薬について気になること・気になる症状等ありましたら医師、薬剤師、看護師などお気軽にお尋ねください。



文責 薬剤部 山田健一

ABPIって何だろう

今回は動脈硬化の検査であるABPI検査を紹介します。ABPI検査って何だろう？計測値の意味は？どう検査するの？基本的な部分のみを説明します。

*ABPIって何だろう。

Ankle Brachial Pressure Index (足肢・上腕血圧比) を略して、ABPIと言います。足の血圧が腕に比べてどのくらいあるかで、足動脈の狭窄、閉塞の有無を診ている検査です。これはどういうことかと言いますと、通常、足と腕の血圧を比べてみて、正常では、足の血圧のほうが上腕と同じか1~3割ほど高いです。足の血圧が低下するということは、足の血液の流れが悪くなっているということ、つまり、足の血圧が上腕より1割以上低くなる(=ABPIが0.9以下) 場合には、狭窄、閉塞などの動脈硬化が起こっていると考えられます。これの進行した状態を閉塞性動脈硬化症 (ASO: Atherosclerosis obliterans) と言います。さらに足の動脈硬化が進行しているということは、全身の血管が同様に進行しているということになります。つまり、心筋梗塞、脳梗塞などの発症率は高くなります。

つぎのような症状や疾患のある人が検査の対象となります。

症状 (足の症状)

- ・間歇跛行 (かんけつはこう)
一定の距離を歩くと痛くなる。
- ・安静時疼痛・冷感
さらに進行し安静時にも痛くなるとともに冷たくなる。
- ・壊死、潰瘍
最終的に血行不良で壊死になる。

疾患

- ・糖尿病
- ・高血圧
- ・高脂血症
- ・その他
動脈硬化性疾患
血管障害性疾患



ABPIの正常・異常値「TASCIIガイドラインより」

ABPI ≤ 0.90 PAD

注: 0.91 ≤ ABPI ≤ 1.0はグレーゾーンで狭窄を否定できない。

0.91 ≤ ABPI ≤ 1.3 正常範囲

ABPI ≥ 1.40 PAD疑い

PAD (末梢動脈疾患) とは —
ASOなどを含む末梢動脈の疾患群の総称です。ここでは狭窄、閉塞と考えてください。

ABPI ≤ 0.90意味: 下肢動脈に有意狭窄あり。

上肢動脈に対して下肢動脈の血圧が1割以上低いということです。

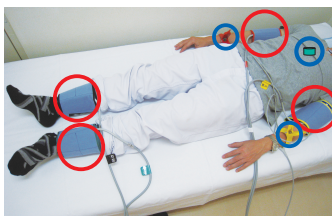
ABPI ≥ 1.40の意味: 下肢動脈に狭窄を疑う。

下肢動脈に石灰化あって圧力を過剰にかけないと血圧が測れない状態です。

つまり、見かけ上、血圧が高く見えます。(偽高血圧)

動脈硬化の進んだ状態で、強い石灰化のため狭窄疑いとなります。

*ABPI検査の実際 (ABPI測定前に10分から15分の安静を保ってもらいます。)



マンシェット (圧迫帯)

ABPIの四肢血圧と脈波の測定

心電図・心音センサー

*脈のタイミングを測定

検査時間は5分程度です。(待ち時間を含め20分程度)

*ABPI検査の勧め

多くの動脈硬化性疾患は生活習慣から発生します。症状や基礎疾患のある方は、特に重要な検査となります。また、糖尿病や高血圧等の方が早期に検査を受けることで、生活習慣病の改善や重症化を防ぐため医療機関にて検査をお勧めします。

文責 臨床検査部 戸成 弘

認定看護師が主催する下関いきいき健康教室

私は2013年からがん化学療法看護認定看護師として勤務しています。患者・家族によりよい看護を提供できるよう、認定看護分野ごとの専門性を発揮しながら認定看護師の3つの役割「実践・指導・相談」を果たして、看護の質の向上に努めています。

日本看護協会は、2017年度から、医療提供体制の変化や将来のニーズへ対応し、2019年2月には認定看護師規定を改定しました。地域へと看護現場が広がることが期待されるため、「あらゆる場で看護を必要とする対象に」を追加しています。

認定看護師の役割



①実践

個人、家族及び集団に対して、高い臨床推進力と病態判断力に基づき、熟練した看護技術及び知識を用いて水準の高い看護を実践する

②指導

看護実践を通して看護職に対し指導を行う

③相談

看護職等に対しコンサルテーションを行う

改 正 前	改 正 後
特定の看護分野において、熟練した看護技術及び知識を用いて、水準の高い看護実践のできる認定看護師を社会に送り出すことにより、看護現場における看護ケアの広がりや質の向上を図ることを目的とする。	特定の看護分野における熟練した看護技術及び知識を用いて、 <u>あらゆる場で看護を必要とする対象に</u> 、水準の高い看護実践のできる認定看護師を社会に送り出すことにより、看護ケアの広がりや質の向上を図ることを目的とする。

この改定をきっかけに、病院から、地域へと認定看護師の視点は広がりました。そして2023年から、「下関いきいき健康教室」を開催しました。参加された方と一緒に楽しく学ぶことをスローガンにして各分野の認定看護師がテーマを決めて担当しました。これまでの一覧表です。

2023年	テーマ	担当名	2024年	テーマ	担当名
6月8日	新型コロナウイルス感染症 5類になって何かわかる?	感染管理特定認定看護師 坪根淑恵	5月2日	熱中症に気をつけて	クリティカルケア認定看護師 石丸弘子 クリティカルケア認定看護師 福永沙織
8月3日	私は大丈夫! 熱中症にならないためには?	クリティカルケア認定看護師 石丸弘子	5月2日	褥瘡って知っていますか? ちょっとした知識で 早期発見	皮膚・排泄ケア特定認定看護師 山中なみ子
8月3日	糖尿病にご用心 ちょっと血糖値たかいた けと放置していませんか?	糖尿病看護認定看護師 黒瀬実樹	6月6日	検診に行こう Go! 「検診と健診の違い 最新の検診のご紹介」	緩和ケア特定認定看護師 木下和子 がん化学療法看護認定看護師 園山好恵
10月5日	かゆみや傷で悩まし いそのお肌あきらめ る前に一肌足そう	皮膚・排泄ケア特定認定看護師 山中なみ子	10月3日	お肌を守ろう 「スキンケアのススめ」	皮膚・排泄ケア認定看護師 榎 由佳
12月7日	人生会議していますか? ～もしもの時・・・自分と大 切な人のために～	緩和ケア特定認定看護師 木下和子	11月7日	冬に備える! 知って得す る感染防止の豆知識	感染管理特定認定看護師 坪根淑恵
12月7日	備えていますか? 大規模災害 ～治療を継続するために～	がん化学療法看護認定看護師 園山好恵			

これからも継続できるように努めてまいります。皆さまのご参加をお待ちしています。

文責 がん化学療法看護認定看護師 園山好恵

冬の
レシピ

簡単クッキング♪

調理時間 10 分！簡単豆乳キムチ鍋！

【材料 1人分】

●鶏もも肉……………	約 1/3 枚(80g)
●白菜キムチ……………	60g
●長ネギ……………	1/5 本(30g)
●ごま油……………	小さじ 2
●無調整豆乳……………	150ml
●水……………	150ml
●醤油……………	小さじ 1



【作り方】

- ①鶏肉の皮を取り除き、キッチンばさみで、鶏肉を一口大、キムチも一口大、長ネギは斜め薄切りに切る。
- ②鍋にごま油を熱して鶏肉を炒め、鶏肉のまわりが白くなってきたら、キムチを加えてさっと炒め、長ネギを加える。
- ③②に水を加えてひと煮立ちさせ、豆乳を加え、醤油で味を調える。

※豆乳を沸騰させるとダマになるので注意しましょう。

※キムチによっては辛さ、塩分が違うので調整してください。

めに冷ごはんと白すりごまをを加えると絶品雑炊に！

1人分の栄養量

エネルギー：262kcal タンパク質：22.4g 塩分：2.6g

豆乳の豆知識

『畑の肉』といわれる『大豆』は、からだに必要なたんぱく質、脂質をたくさん含む栄養価が高い食材です。

大豆を水につけてすりつぶし、煮たものを、こしてしぼると豆乳ができます。

豆乳の製造過程でできるもので『豆乳』『調整豆乳』『豆乳飲料』の3種類があります。

『豆乳』は、原材料が大豆、大豆固形分（製品から水分を除いた残り大豆の成分の量）が8%以上のものです。

『調整豆乳』は大豆固形分が6%以上、植物油、糖、カルシウムなどの添加が認められているものです。

『豆乳飲料』は豆乳、または調整豆乳を50%以上含むものです。

無調整豆乳は、ダイエット効果や筋肉づくりのサポートなどの効果が期待できます。

調製豆乳は飲みやすいように砂糖や食塩、植物油脂などを添加しており、無調整豆乳よりもカロリーや糖質があるので健康や美容のために飲む場合は無調整豆乳を選ぶのがおすすめです！

畑の肉とも言われる『大豆』ですが、間違った飲み方にならないように注意して、正しく豆乳を食生活に取り入れていきましょう。

