

あおぞら

2013 7月号

この広報誌は、田園調布中央病院と患者さまが一体となって、病気やけがと闘うために少しでもお役に立てるよう、スタッフ一同が心をこめて皆さまへお送りする情報誌です。

今月の TOPICS

- 「胃がん」
- 「認知症予防と運動

外科部長 富永 幸治

～転ばぬ先の知恵」 リハビリテーション科 飯島 史



内科:(一般・リウマチ・膠原病・呼吸器・消化器)
外科:(一般・消化器・呼吸器外科・肛門 内視鏡外科)
小児科:(一般・感染症・アレルギー・予防接種・育児相談)
整形外科:(一般・骨折・各関節痛・ひざ・骨粗鬆症)
眼科:(一般・白内障・網膜剥離・緑内障)
 泌尿器科・循環器内科・皮膚科・疼痛外来
 形成外科・脳神経外科

医療法人社団七仁会

田園調布中央病院

〒145-0071

東京都大田区田園調布 2-43-1

TEL:03(3721)7121

田園調布中央病院ホームページ

<http://www.tmg.or.jp/denencyofu>

発行:田園調布中央病院 広報委員会



病院理念

支える医療を実践する

基本方針

- ・救急・急性期医療に全力で取り組む事で、命を支えます。
- ・地域の方々と共に地域医療へ貢献する事で、地域を支えます
- ・疾病の早期発見・予防に努める事で、健康を支えます

患者様の権利

当院では患者様の

1. 良質で公平な医療を受ける権利
2. 医師による説明を受ける権利
3. 医療を選択し自己決定する権利
4. プライバシーを尊重される権利
5. 事故情報の開示を求める権利
6. 個人情報を守る権利

患者様の権利を尊重し安全で良質な医療の提供を行うために患者様のご協力をお願いいたします。

●胃がん



外科部長 富永幸治

< 疫学 >

胃がんは女性より男性に多く、癌の死亡者数において男性は肺がんに次いで2位、女性は大腸がん、肺がんに次いで3位となっています。また、国際比較では日本や中国、韓国など東南アジアに多く、欧米では少ないがんです。

< 症状 >

胃がん特有な症状はありませんが、胃がんに伴う胃炎や潰瘍による症状がみられます。上腹部痛や腹部の不快感、膨満感、食欲不振などですが、早期がんの場合には無症状のことも多いです。進行胃がんでは出血による吐血や黒色便がみられることもあります。貧血として発見されることもあります。腫瘍が大きくなると通過障害などもみられます。

< 診断 >

診断方法は上部消化管内視鏡検査と胃 X 線検査があります。胃がん検診で行われている胃 X 線検査は病変の部位や浸潤範囲の診断に有用です。上部消化管内視鏡検査は病変の部位や原発巣の範囲の他、胃がんの組織学的検査（生検）が可能です。また、近年は内視鏡検査で NBI (narrow band imaging) の使用により早期胃癌の診断もより正確に行えるようになってきました。その他、転移や浸潤の診断には CT 検査や大腸内視鏡検査なども行います。

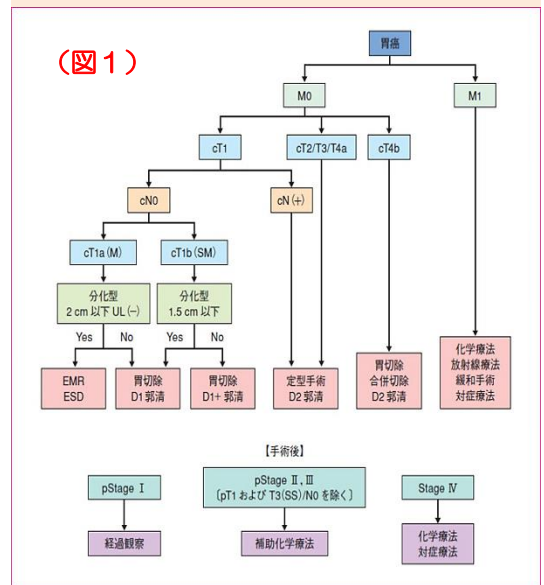
< 治療 >

ほとんどの場合、治療方針は「胃癌治療ガイドライン」に沿って行われます (図1)。進行度 (がんの浸潤程度、リンパ節転移程度、遠隔転移の有無) により (表1) 治療法を決定します。早期胃がんの一部では内視鏡的切除や腹腔鏡下切除も行っています。また、場合によっては外科治療ではなく抗癌剤による治療 (化学療法) を行うこともあります。

日常診療で推奨される治療法選択のアルゴリズム

ただし、T/N/M および Stage の定義は、胃癌取扱い規約第14版による。

(胃癌治療ガイドラインより抜粋)



T: がんの浸潤程度 N: リンパ節転移の程度 M: 遠隔転移の有無

N1: 領域リンパ節 (No.1~12, 14v) の転移個数が1~2個, N2: 3~6個, N3: 7個以上
M1: 領域リンパ節以外の転移がある (CY1 も含む)

(表1) 進行度分類 (Stage)

	N0	N1	N2	N3	M1
T1a (M), T1b (SM)	IA	IB	IIA	IIB	IV
T2 (MP)	IB	IIA	IIB	IIIA	
T3 (SS)	IIA	IIB	IIIA	IIIB	
T4a (SE)	IIB	IIIA	IIIB	IIIC	
T4b (SI)	IIIB	IIIB	IIIC	IIIC	

(胃癌治療ガイドラインより抜粋)

早期の胃がんは5年生存率が90%以上であり、早期発見・早期治療が大変重要です。そのためにも検診や腹痛、腹部不快感、食欲不振などが継続する場合は内視鏡検査を受ける事をお勧めします。

● 「認知症予防と運動～転ばぬ先の知恵」



リハビリテーション科 飯島 史

<転倒してしまうと>

転倒は、足の骨折など、大きな怪我につながる事が多く、それにより「寝たきり」になってしまう恐れがあります。また、怪我をしなくても「また転んでしまうのではないか。」と不安になってしまい、外に出ることが怖くなり、家の中でもあまり動かなくなってしまうこともあります。



<転倒の原因>

なぜ転んでしまうのか、というと、その原因は、足を高くあげる筋力や、バランスをとる能力、視力などの身体の機能が衰えてしまうことです。また、自宅の敷居や段差、滑りやすい浴室などの「環境」も原因となります。



<転倒と認知する能力の関係>

「認知する能力」とは、一体、何でしょうか。それは、人が「見る事」や「聞く事」により、自分の周りに誰がいて、物がどの位置にあるかなど、自分の置かれている状況を理解する能力です。この中には、注意力や記憶力なども入ります。この能力は、年をとると、少しずつ衰えていきます。アルツハイマー病や脳卒中などの病気によっても、障害をうけて、能力が下がってしまいます。

歩いている時には、ただ歩いているだけではありません。例えば、人は敷居や絨毯の事、テレビの音や人の声などにも注意をしながら歩いているのです。この無意識に行っている事が、年をとると上手くできなくなってきます。いわゆる「注意散漫」となり、咄嗟の出来事にうまく対応できなくなってしまうのです。例えば、歩いている時に話しかけられると、段差に気づかずにつまずいたり、床で滑ったりすることも起こります。このように転倒と認知する能力は関係しています。

<認知する能力と運動について>

認知する能力を衰えさせないために、新聞や本を読んだり、手を動かしたり、ということがニュースとなっています。しかし、転倒予防を目的にすると、「運動」と「考えること」を組み合わせた運動に効果があります。ここで座ったまま行える運動を1つ紹介します。(図1)

この運動は、椅子に座った状態で、5秒間に、「動物の名前」をできるだけ多く言う課題と、できるだけ速く足踏みをする課題を同時に行います。「動物の名前」の他に、「100から順次3を引く」などの計算や、「国の名前」、「頭に『か』がつく言葉」などに変えても良いです。慣れてきたら、時間を5秒間から10秒間に伸ばして行います。座ったままの足を動かす運動でも、歩く能力が良くなるといわれています。この運動は、座ったまま1人で、安全に行うことができます。



65歳で1週間に約10キロ以上歩くと、脳の衰えを予防する報告があるように、体を動かして、運動することが、認知症を予防します。このように身体の機能と認知する能力は、密な関係であり、お互いの衰えの防止が転倒を未然に防ぎます。



7月から実施される検診のご案内

検診名	対象者（大田区民）	実施期間	備考
胃がん検診	35歳以上	7月1日～9月30日	病院窓口予約
肺がん検診	40歳以上	7月1日～12月31日	病院窓口予約
大腸がん検診	40歳以上	7月1日～9月30日	病院窓口予約
大腸がん検診 （無料クーポン券使用）	平成25年4月1日現在 40・45・50・55・60歳	7月1日～2月28日	病院窓口予約
乳がん検診	平成26年3月31日現在 40歳以上の女性	7月1日～1月31日	電話予約
乳がん検診 （無料クーポン券使用）	平成25年4月1日現在 40・45・50・55・60歳女性	7月1日～2月28日	電話予約
39歳以下 基本健康診査	18歳以上39歳以下で、職場など で健診を受ける機会のない方、及 び平成25年4月以降に「39歳 以下区民健診」を受診していない 方。	7月1日～11月30日	予約なし
緑内障検診	平成26年3月31日現在 45・50・55・60・65歳	7月1日～9月30日	電話予約

※ 検診の予約は6月中に始まっていますので、検診をご希望の方は定数に達していないかご確認のうえ受診いただきますようお願い致します。

※ 検診について詳しくお知りになりたい方は
大田区保健所 健康づくり課 成人保健担当係 ☎(5744)1265 へお問合せ下さい。

診療受付時間

受付時間：午前の部 8:00～12:00（小児科 11:30） 午後の部 8:00～16:30

診療時間：午前の部 9:00～ 午後の部 14:00～

面会時間：11:00～20:00

◆診療科により受付・診察時間が異なる場合があります。

詳細につきましては、お気軽にお電話または受付までお問い合わせください。

◆ご面会は他の患者様に迷惑のかからないよう、面会時間をお守りください。