

# いしづち

愛媛労災病院広報紙第16巻第3号

（通巻第81号）

2017年7月5日発行

発行人：院長 宮内文久

## 理念

当院は働く人々のために、そして地域の人々のために信頼される医療を目指します

## 基本方針

1. インフォームドコンセントの実践
2. 安全かつ良質な医療の提供
3. 勤労者医療の推進

当院では、医の倫理と病院の理念に基づいた医療を積極的に推進していくため、患者さんの基本的な『権利と責務』を、以下のように宣言します。

### 【患者さんの権利】

- 1) 人としての尊厳を保ちながら、良質の医療を受ける権利
- 2) 十分な説明と情報提供を受け、自らの意思で治療法の決定やセカンドオピニオンを希望する権利
- 3) 個人に関するプライバシーを保護される権利

### 【患者さんの責務】

- 4) 疾病や医療を理解するよう努力する義務
- 5) 医療に積極的に取り組む義務
- 6) 快適な医療環境づくりに協力する義務



乳がん検診と診断の流れについて .....	2
口から食べる .....	3
北5階病棟紹介 .....	3

復職医の紹介 .....	4
ふれあい看護週間行事 .....	4

## 乳がん検診と診断の流れについて

外科部長 八木 隆 治

がん検診で癌と診断されたもののうち愛媛労災病院外科では、肺癌、胃癌、大腸癌、乳癌の治療を行っております。今回は乳癌検診と診断の流れについてお話します。

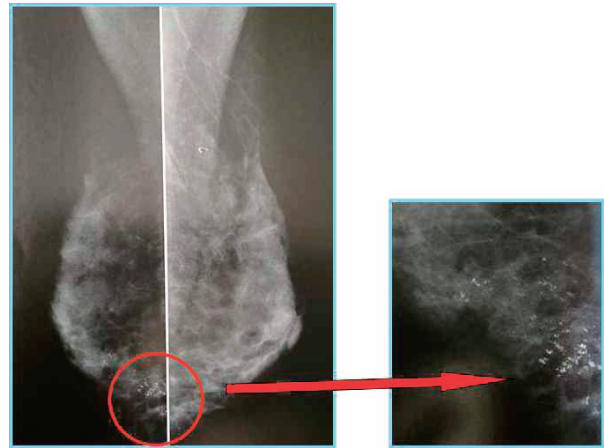
### ◎『検診』とは

『検診』とは「病気にかかっているかどうかを調べるための診察・検査」のことをいいます。つまり、『がん検診』とは、なにも自覚症状がない集団や個人に対して、癌の早期発見と死亡率低下を目的に行われる検査のことです。すでに自覚症状や何か気になることがある場合は、検診を待つのではなく速やかに一般の外来を受診し精密検査を受けるようにしてください。

### ◎検診での検査について

一般的に乳がん検診の方法には視触診、乳房エックス線（マンモグラフィ、以下MMG）検査、乳腺超音波検査（エコー）があります。MMG検診は40歳以上の女性に対して乳がんによる死亡率を低下させることが証明されたことから、現在は40歳以上の女性に対しMMG検診が行われています。MMG検診で精密検査が必要とされた方には2次検診で超音波検査が行われることから、後から施行される超音波検査の方が精度が高いと誤解され、初めから超音波単独での検診を希望される方がおられます。確かに超音波検査は癌か否かに関わらず、しこりを見つけるのは得意ですが、しこりが存在せず小さな石灰化のみをきっかけに発見されるタイプの乳癌を診断するには不向きです。これら石灰化で早期発見できる乳癌を見つけるにはMMG検査の方が断然有効です（図1）。

現在では厚生労働省が勧める乳がん検診の方法は、『問診及び乳房エックス線検査とする。なお、視診及び触診（視触診）は推奨しないが、



（図1）MMG検査での乳腺の石灰化

MMG検査は超音波検査では確認しづらい石灰化で発見される早期乳癌を検出できる

仮に実施する場合は、乳房エックス線検査と併せて実施すること。』と、視触診も推奨されなくなっております。このような情報を参考に視触診や超音波検査を行うにしても、必ずMMGを併用していただくことをお勧めいたします。

### ◎診断と治療について

最終的に癌か否かを診断するには顕微鏡検査が必要になります。病変が疑われる部位に体表から針を刺し細胞や組織を採取し顕微鏡で診断を行う検査です。仮に癌であった場合は、乳癌のタイプや、CTやMRIなどの検査で病変の広がりを確認します。そして乳がん治療のガイドラインや患者さん各々の希望を踏まえて治療の方針を検討していきます。手術についていえば、乳房切除、乳房温存という従来の術式から最近では切除したあとに乳房を作り直す乳房再建という術式も選ばれつつあります。すべての症例に対応できるわけではありませんが当院で対応できない場合は愛媛大学医学部の乳腺外科をはじめ近隣医療機関と連携して診療にあたっております。

## 口から食べる

言語聴覚士 野村 裕子

「食べる」ことは生命活動に必要な栄養の維持のほか、人生の喜びのひとつで、生きる意欲にも繋がります。しかし、高齢者の増加に伴い、食べる機能が低下している人が多く存在しています。食欲の低下や痰の量の増加、むせる、やせ・体重の変化などが当てはまる場合は、摂食嚥下障害が疑われます。水や食物がうまく飲み込めなくなったり、肺の方へ行ってしまうようになる（誤嚥）ことを「嚥下障害」といい、食べられないこと全般を広い意味で「摂食嚥下障害」と呼びます。そこで、食べる前の

準備体操として『藤島式嚥下体操セット』をご紹介します。

むせにくい体づくりをして、いつまでも美味しく「口から食べる」ようにしましょう。

**1 食べる前の準備体操** 毎日1セット実施 (1~2分)  
 意義/頸部の緊張をとり嚥下をスムーズにする  
 a 深呼吸 (数回繰り返す) 鼻から吸って、ゆっくり口から吐く。おなかがふくらむように。おなかがへこむように。  
 b 首を回す  
 c 首を倒す  
 d 肩を上げ下げする  
 e 頬を膨らませたりすぼめたり (2~3回繰り返す)  
 f 舌で左右の口角を触れる (2~3回繰り返す)  
 g 息がどどと出るように強くすって止め、三つ数えて吐く  
 h パパパ ラララ カカカカと ゆっくり言う  
 i 深呼吸 (数回繰り返す) 鼻から吸って、ゆっくり口から吐く。おなかがふくらむように。おなかがへこむように。

**2 嚥下おでこ体操 (または頸部挙上訓練)** 毎日1セット実施 (5~10分)  
 意義/嚥下筋力強化  
 頸部挙上訓練 仰臥位で肩を床につけたまま、頭だけをつま先が見えるまでできるだけ高くあげる。  
 嚥下おでこ体操 顔に手を当てて抵抗を加えおへそをのぞきこむ。

**3 発音訓練** 毎日1セット実施 (5~10分)  
 意義/声門閉鎖の改善、呼吸筋力強化訓練  
 あー!  
 カラオケでも閉鎖でもよい、なるべく大きな声を出す。

**4 ペットボトルブローイング** 毎日1セット実施 (5~10分)  
 意義/嚥下改善、呼吸改善、鼻咽腔閉鎖機能-口唇閉鎖機能改善  
 ペットボトルに穴を開けてストローを差し、ぶくぶくと吹く。

**5 アクティブサイクル呼吸法** 毎日1セット実施 (5~10分)  
 意義/呼吸力強化、喉頭感覚改善  
 呼吸のサイクル: 吸 → 吐 → 安静呼吸 → 吸 → 吐 → 安静呼吸 → 吸 → 吐 → 安静呼吸 → 吸 → 吐 → 安静呼吸

## 北5階病棟紹介

看護師長補佐 和田 司

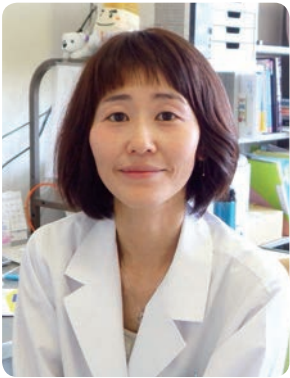
北5階病棟は、循環器内科、呼吸器内科の混合病棟です。循環器内科では、狭心症、心筋梗塞、心不全、不整脈の患者様、呼吸器内科では、肺がん、慢性閉塞性肺疾患 (COPD)、非結核性抗酸菌症の患者様が多く入院しています。

心不全や呼吸不全で入退院を繰り返し、生活習慣の改善を余儀なくされる患者様に対して、自己管理ができるように家族の方にも協力を得ながら計画的に生活指導を行っています。患者カンファレンスをはじめ、MSW (医療ソーシャルワーカー)・地域連携室看護師との退院支援カンファレンス、がん化学療法認定看護師・緩和ケア認定看護師・リハビリスタッフとの他職種カンファレンスを行い、患者様を自分の家族と思いながら、どのような看護が提供できるか日々考え実践しています。

昨年度より、安全で質の高い看護を提供することを目的に、PNS (パートナーシップ・ナーシングシステム) を試験的に導入しています。「一人では不安なこともパートナーに相談できることで、安心して患者様に対応できる。」という声も聞かれています。良きパートナーとして互いの特性を活かし、互いに協力し合って、患者様の看護にあたっています。



## 復職医の紹介



小児科副部長 山岡理恵

私は、平成25年4月より当院小児科に勤務しておりますが、昨年2月に第3子を出産し、1年間の育児休暇を頂いた後、今春より復職致しました。

自宅が東温市にあるため、運転が苦手ながらも毎朝1時間弱の高速通勤をしております。まだまだ手のかかる3人の子供達（1歳、5歳、小学2年生）との朝の準備風景

はまさに戦場で「こら～！早くして～！」という私の声が、家中にいつも響き渡っております。が、母の言うことなど大して気にしないマイペースな彼らの笑顔に結局は癒されつつ、今の自分のできる限りのお仕事をさせていただいています。

当科は常勤小児科医1名での外来診療しか行っておらず、非常に微力ではありますが、少しでも地域の子供達に寄り添い、かかりつけ病院の立場を確立できるよう今後も努力していきたいと思っております。皆様、今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

## ふれあい看護週間行事

ふれあい看護週間担当 大山淳子

近代看護の母と呼ばれるフローレンス・ナイチンゲールの誕生日が5月12日です。それにあわせて、今年度は5月7日～13日までの期間を看護週間と定めて、様々な行事が全国で開催されました。当院でもこの期間中、1階廊下に病棟紹介をはじめ、各部署紹介のパネル展示を行い、入院・外来患者さまや地域の人々に見て頂く事ができました。

また、5月9日は、院内薬局前ロビーで看護相談を行い、普段気軽に聞く事ができない薬剤の話や、栄養に関する事など、外来通院中の方を中心に参加して頂き、好評に終わりました。その他病棟では、看護体験も実施し、血圧測定や足浴などの体験をして頂き、看護を身近に知って頂く機会となりました。



広報誌編集メンバー 委員長：福井脳神経外科部長 委員：山田第2内科部長、荒井看護師長、横井看護師長補佐、加地看護師、大成薬剤師、西原作業療法士、正岡診療放射線技師、豊島臨床検査技師、今村管理栄養士、住本総務課長、森総務課員、中山診療情報管理士、久次総務課員