

体温計

vol.142
2019 12月号



静岡交響楽団 心のコンサート 2019 を開催しました



10月15日(火)に、静岡病院西館12階講堂にて「静岡交響楽団 心のコンサート 2019」を開催しました。このコンサートは「病気療養中の患者さんや、ご家族のみなさんに楽しいひと時を過ごしてもらえれば幸い」との思いから静岡交響楽団のご厚意により開催され、患者さん・職員を含め、多くの方にご参加いただきました。

弦楽四重奏が織りなす癒しの音楽は参加者の心に深く染み入り、演奏終了後会場から大きな拍手が沸き起こり、コンサートは大いに盛り上がりました。演奏に来ていただいた静岡交響楽団の皆様には心から感謝申し上げます。病気と闘っている患者さんたちも、またの来演を楽しみにされていました。

Topics

- 今月の診療科「血液内科」〈「血」の通った、心のこもった診療がモットーです〉
- 今月の診療科「耳鼻咽喉科・頭頸部外科」〈首から上の総合診療科です〉
- 看護部だより〈糖尿病患者さんの足を守るために〉
- 病院からのお知らせ ● 外来担当医・特殊外来一覧表 ● 医師人事異動情報



血液内科



「血」の通った、心のこもった診療が当科のモットーです



副病院長
血液内科主任科長
前田 明則

今回は「血液内科」を紹介させていただきます。当科は、貧血、白血病、悪性リンパ腫など、様々な血液の病気を担当しています。よく「血の通った」とか「血も涙もない」という表現を使うことがありますが、この場合の「血」とは単に血液を指しているわけではなく、「人間らしい温かみ」といった意味を含んでいます。血液内科は血液の病気を担当する診療科ですが、当科は文字通り「血の通った」診療をモットーとしており、医師、スタッフ全員が心のこもった診療を心がけています。

残念ながら血液内科医は全国的にも不足しており、静岡県はその中でも人口当たりの血液専門医の数が最も少ない県のひとつです。当院も、私(前田)と緩和ケア内科主任科長でもある岩井一也科長の二人体制が長い間続いていましたが、今年度になり山崎寛章医長、平野暁子専攻医のフレッシュな若手二人が加わりパワーアップしました。これからもこの地域の血液疾患診療の充実のためスタッフ一同尽力してまいりますので、よろしくお願いたします。

貧血について

血液内科で最も一般的な疾患である貧血についてお話しします。

血液の細胞には、酸素を運ぶ役割をする赤血球、菌やウイルスをやっつける白血球、そして血を止める働きをする血小板の3つがあります。このうち赤い色をしているのは赤血球だけで、血の赤い色は赤血球の色です。血がうすくなって酸素を運ぶ能力が落ちている状態を貧血と呼び、動悸や息切れといった症状が出ます。

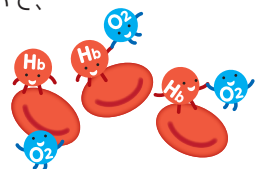
赤血球の中にはヘモグロビンという分子が詰まっています。これが酸素を運んでくれます。

貧血かどうかはヘモグロビンの濃度で決まります。赤血球の数は正常でも、一つ一つの赤血球が小さくて、含まれているヘモグロビンが少ない場合には貧血になります。

ご自分の検査データをお持ちの場合は、図の①のヘモグロビン濃度の項目を見てください。おおまかに、男性では13、女性では12、妊婦さんでは11を下回っている場合は貧血です。その下のヘマトクリットという値(②)は、血液全体の体積のうち赤血球だけの体積

が何パーセントを占めているかという値で、だいたいヘモグロビンの3倍の数値になります。さきに述べましたように、赤血球数は貧血の指標にはなりません。もし貧血がある場合は、次に③のMCVという項目を見てみてください。

*末梢血液算定
*WBC(白血球数)
*RBC(赤血球数)
① *HB(ヘモグロビン濃度)
② *HT(ヘマトクリット値)
③ *MCV
*MCH
*MCHC
*PLT(血小板数)



小さい貧血・大きい貧血

ヘマトクリット値の下にMCVという検査項目がありますが、これは赤血球一つ一つの大きさを表す項目です。80~100が通常の大きさで、この値が80より小さい場合は赤血球が小さいタイプの貧血(小球性貧血)、100より大きい場合は赤血球が大きいタイプの

貧血(大球性貧血)ということになります。大きさが正常の貧血は正球性貧血と呼ばれます。

	小球性貧血 ●	正球性貧血 ●	大球性貧血 ●
代表的な疾患	鉄欠乏性貧血 慢性疾患に伴う貧血	再生不良性貧血 溶血性貧血	ビタミンB12欠乏性貧血 葉酸欠乏性貧血

鉄欠乏性貧血

では次に、最も一般的な貧血、小さい貧血の代表である鉄欠乏性貧血についてお話しします。

鉄欠乏性貧血は若い女性などに多い最も一般的な貧血です。ヘモグロビン分子の構成成分の中には鉄が含まれていますので、鉄が足りなくなると一つ一つの赤血球の中に含まれるヘモグロビン量が少ない、小さい赤血球になってしまい、小球性貧血になってしまいます。

ではどうして鉄が足りなくなってしまうのでしょうか。古い赤血球が壊される時に鉄は回収されて、新しい赤血球を造る時に再利用されます。ですからよほど極端な偏食でない限り鉄が足りなくなることはありません。ただ、出血で赤血球が体外に出て行ってしまった場合には、赤血球に含まれる鉄も一緒に失われることとなります。ですから鉄欠乏の原因は、ほとんどが慢性出血であり、女性であれば生理出血、男性と閉経後の女性では消化管出血が大半の原因です。

鉄が足りなくなると貧血以外にも症状が出ます。一つは匙状爪(スプーンネイル)です。正常な爪は膨らむようにカーブしていますが、鉄欠乏状態では図のように凹んだようなカーブになり、スプーンのような形になります。

もう一つ、鉄欠乏では変わった症状が出ます。異食症です。これは普段では

食べないようなものを食べたくなってしまふというちょっと変わった症状です。昔の教科書には、生米や壁土を食べたくなると書いてありますが、そういう患者さんは見たことがありません。実際に多いのは「氷をガリガリ食べたくなる」という症状です。

健康な爪



匙状爪(スプーンネイル)



異食症



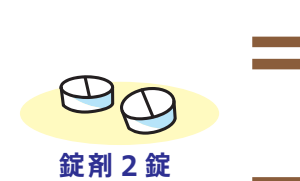
鉄欠乏性貧血の治療

治療は、出血の管理と、欠乏している鉄分を補うことです。鉄の補給については、鉄剤の内服が原則です。吐き気などの消化器症状で内服できない場合は鉄剤の注射で補います。食事だけで治療することはできませんかと質問を受けることがよくありますが、薬に含まれている鉄分と、食事に含まれている鉄分は全く量が違います。

豚のレバーやひじきなどが鉄分を多く含む食材の代表ですが、一日分の内服薬と同じ鉄の量となると、豚のレバーで約800g、乾燥ひじきで約180g(水に戻すと約1400g)となってしまう、とても1日で摂れる量ではありません。

ただ、軽度の鉄欠乏性貧血や、鉄剤で治療した後の再発予防の意味では、食事

療法も十分に効果がありますので、そのような場合には鉄分を多く含んだ食事の摂取を心がけてください。また、鉄鍋など鉄の調理器具で料理すると、鉄分が溶出し鉄分補給に効果があるとされていますので、ぜひお試しください。



耳鼻咽喉科・頭頸部外科

Otolaryngology, Head and Neck Surgery

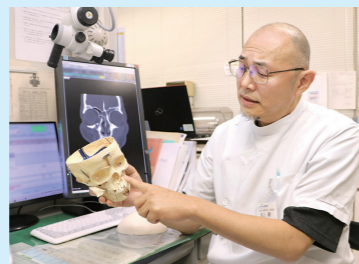
首から上の総合診療科です

耳鼻咽喉科・頭頸部外科は、目と脳を除く首から上のすべてを診察、治療する「首から上の総合診療科」です。当科のスタッフは、全員、耳鼻咽喉科専門医ですので、耳、鼻、のど、そして首から上のできものをまんべんなく診察します。耳鼻咽喉科に来られる患者さんの病気の状態は一人ひとり異なっていますので、当科ではカンファレンスを開いて、治療方針をみんなで相談して、それぞれの患者さんに合った治療を行っています。総合病院の耳鼻咽喉科・頭頸部外科ならではの、専門的な検査や治療のいくつかをご紹介します。

頭頸部腫瘍について

首から上のできものを診る当科が「頭頸部外科」を名乗るのは、首から上のできものの多くが外科治療を必要とするからです。首から上のできもの（頭頸部腫瘍といえます）には、良性のものと悪性のものがあります。当院では、頭頸部がん治療専門医が、近隣の診療所や病院から紹介いただいた多くの悪性腫瘍の患者さんの治療に日々力を注いでいます。口の中やのどの悪性腫瘍は、お酒やたばこが原因となることから、男性の患者さんが多いのが特徴です。

治療は、音声や嚥下などの機能を最大限温存する方針をとっており、口の中からのアプローチでがんを切り取る手術や、抗がん剤と放射線療法を組み合わせる根治させる治療で、高い温存率を誇っています。



模型も使って、わかりやすく説明しています

音声と嚥下について

声帯が振動することで声が出るのですが、声帯に炎症や変形、麻痺が生じ、安定して振動なくなると声がうまく出ません。声帯は1秒間に100-300回も振動する、とても柔らかでデリケートな粘膜を持つところなので、正しい使い方をしないと、容易に傷ついてしまいます。見た目は正常でも、癒痕ができて、うまく振動しない場合もあるため、当科ではストロボ撮影法を用いたビデオ診察を行い、毎週、音声カンファレンス（2018年132例）で言語療法士とともに検討しながら、

音声リハビリ治療を積極的に行っています。半分弱の症例は、音声リハビリのみで治ってしまいますが、治らない場合は、手術も検討します。代表的な病気としては、声帯ポリープ、声帯の腫瘍、喉頭麻痺などがあります。また同様に、嚥下についてもビデオ撮影を行い、言語療法士だけでなく栄養士とともに、毎週、嚥下カンファレンス（2018年176例）を行い、栄養法やその内容、嚥下リハビリの方法や手術治療について、多角的に検討しています。



ファイバースコープを鼻から入れ、のどの動きや、飲み込みの様子を観察します

主任科長 池上 聡



モニターで細かく観察して安全に手術します



医師 白 康晴

副鼻腔炎手術について

俗に蓄膿症と言われている副鼻腔炎は、耳鼻咽喉科を受診する患者数が最も多い疾患の一つです。薬による治療がまず選択されますが、効果がない場合は手術を行います。以前は歯茎の上を切開して頬の骨に穴を開けて手術していましたが、現在では内視鏡を使って鼻の穴からのみの操作で済ませるのが主流です。この方法は以前の手術に比べて痛み等の体の負担が非常に軽く、患者さんにとって楽です。当院はほとんど全て内視鏡で行っています。またCT画像を利用したナビゲーションシステムを採用し、合併症を防ぎ安全な手術が行えるように努めています。

患者さんの不安を軽減し、安心して治療を受けていただけるようがんばります

難聴、補聴器について

「最近聞こえにくくなってきたから、近くの補聴器店に行って手頃な補聴器を買おう」と思っている方はいませんか？ そういう方は、補聴器を購入する前に、耳鼻咽喉科を受診しましょう。医師の診察を受けずに補聴器を購入した方の中には、本当は手術などの治療が必要であったり、適した補聴器をつけていない場合があります。また知識・技術不足の補聴器販売店から直接購入したことでトラブルになるケースもあります。

補聴器外来では、学会から認定を受けた補聴器相談医が、耳の状態を診察し精密な聴力検査を行うことで、自分に合った補聴器を購入することができます。補聴器相談医は聞こえが不自由を感じるようになった人に対して、まず難聴の種類を診断し、治せる難聴に対しては治療を行います。治せない難聴に対しては本当に補聴器が必要なのかどうかを診断し、



顕微鏡で耳の状態をくわしく診察します

舌下免疫療法について

アレルギー性鼻炎に悩む患者さんは非常に多く、アレルギー性鼻炎は「日本の国民病」とも言われています。抗ヒスタミン薬などの従来のアレルギー治療薬は、アレルギー体質を治しているのではなく、症状を抑えているだけですので、基本的には一生涯、薬の使用が必要でした。ところが、「舌の下にスギ花粉やダニから作った薬を置いてアレルギー性鼻炎を治す」という新しい治療法が出た、というニュースを新聞やテレビで見たことはありませんか？ これが舌下免疫療法です。

舌下にアレルギーの原因となるアレルゲンを毎日投与して、アレルゲンに対する過敏性を減少させます。舌下免疫療法では、アレルギー体質そのものを治しますので、一定期間内服すればアレルギー治療薬が不要になる可能性があります。症状が完全に抑えられない場合でも、症状を和らげ、アレルギー治療薬の減量が期待できます。また、他のアレルギー疾患や喘息の発症を予防できる可能性があります。



スタッフ一同、子どもから大人まで一人ひとりの声をていねいにお聞きして診察します。よろしくお願ひいたします！

医師 山原 康平



赤外線で目の動きを診る機械です

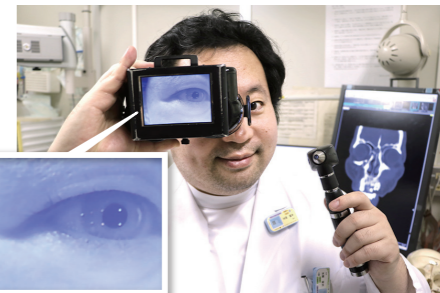
困りごとを気軽にご相談ください

医師 水越 彬文

めまいについて

めまいや軽いふらつきは、疲れや寝不足を契機に日常でよく経験する状態です。最近忙しいから、頭の写真をとって問題ないといわれたからと、放置していることはありませんか？ 長らくめまいは耳や首が原因で起こる場合もあります。当科は目の動き（眼振）の検査、各種聴力検査といった基本的な検査から、重心動揺検査、カロリックテスト、VEMPやMRIといった専門検査まで取り揃え、最新知見に基づき診療を行っています。

また、薬物療法やめまい体操の指導の他、難治性メニエール病に対する最新の中耳加圧療法機器も取り揃えており、患者さんの体への負担の少ないめまい治療を目指し、日々診療に取り組んでいます。めまいやふらつきでお困りの際には、お気軽にご相談ください。





内分泌・代謝内科
フットケア外来
糖尿病看護認定看護師
今井 憲二

皆さん、フットケアという言葉を知っていますか？
フットケアとは足の状態を観察したり、足を洗ったり、爪を切ったり、足の手入れをすることをいいます。

糖尿病の合併症の一つに神経障害があります。神経障害が進行すると知覚が麻痺し、痛みを感じにくくなります。足をケガしたり、靴ずれができたりしても気がつかず、悪化すると感染を起こし足が腐り、最悪の場合には足を切断することがあります。

足の病気にはケガ、ひび割れ、タコ、ウオノメ、外反母趾、深爪、火傷などがあります。足の病気の予防や悪化を防止するためには、フットケアが重要になります。

昨年度から、外来受診をしている糖尿病患者さんに対して、医師の指示のもとで、フットケア外来を担当しています。患者さん一人ひとりの足の状態や生活に合わせて、正しい方法を実践できるようにするためにはどのようにしていけばよいのか、適切な方法を患者さんと一緒に考え、お伝えしています。

足のことで気になることがありましたら、主治医や医療スタッフへご相談ください。



フットケア外来で使われる器具たち

患者さんにお湯に足をつけてもらい、洗い方をお伝えします



まず
問診します



クリスマスコンサート 開催のお知らせ

CHRISTMAS



12/20 金

午後6:30より

今年も院内クリスマスコンサートを開催します。静岡雙葉高等学校・中学校の皆さんによるハープの演奏や、医師ら職員によるギターやフルートの演奏を予定しています。どうぞ、ご期待ください。

会場 当院東館 3階ラウンジ 入場無料（※病院駐車場は有料です）



12/23(月) 休診のお知らせ

■ 5月6日(月・祝)を通常診療日としたため、12月23日(月)は振替休診日とさせていただきます

- 外来診療時の受付時間 **8:00~11:30**
(一部、受付曜日や時間が異なる診療科があります)
- 担当医は、都合により変更することがあります
(土・日曜日・祭日は休診です)

急病時の連絡先

24時間 受け付けています

- 救急外来 **054-253-3125**
- 心臓救急 **054-252-4399**

人間ドック

予約制、当日結果説明、昼食付

脳ドック

予約制、毎週火曜日実施、当日結果説明
(予約受付 月~金 **10:30~16:00**)

健康診断

予約制
(予約受付 月~金 **10:30~16:00**)

レディース検診

予約制
(予約受付 月~金 **10:30~16:00**)

予約と受付は、
市民健診センターへどうぞ

TEL: 054-253-3125 (内線 5350)
FAX: 054-253-3237

