



No.45 (2013.10)

地域と結ぶ

順天堂大学練馬病院ニュース



地域の皆さまの
心と身体のおアシスで
ありたいと願っています。
何なりと
ご相談ください。

認知症から脳を守る、そのためには？

脳神経内科 科長 三輪 英人

高齢化が進んでいる本邦では、認知症はもっとも深刻な病気であると言えます。では、認知症にならないためにはどうしたら良いでしょうか。

老化現象による物忘れと認知症は明らかに違いますが、認知症の最大のリスク(危険因子)は加齢(歳をとること)です。

65歳を過ぎたあたりから認知症は急に増え、その発病の割合は5歳ごとに2倍になっていきます。歳をとらなければいいのですが、それは無理というものです。したがって脳の老化を防ぎ、若々しい脳の状態を保つということが大切です。



科長 三輪 英人

そのための方法として重要なことを下記に記しました。脳は血管が豊富ですから、血管の老化(=動脈硬化)を防ぐことも必要です。さらに、様々な調査の結果、運動の習慣がアルツハイマー病の予防にもっとも効果的であることが明らかにされています。

認知症を予防するには・・・

生活習慣病を
治療しよう！

高血圧、糖尿病、高脂血症、
肥満を改善しよう

禁煙しよう



前向きな楽しい生活、
バラエティーに
富んだ生活を心がけよう

運動の習慣を作ろう



ご存じですか？“乳房再建”

乳腺外科 小坂泰二郎

現在、乳がんにかかる方は年々増加しており、14人に1人(国立がん研究センター調べ)となっています。皆さまの意識の向上に伴い、乳がんが早期(2cm以下)で見つかる方も増えていますが、乳がんがある場所(乳頭の近くなど)や広がり度で乳房を安全、きれいに残せない場合があります。そのような時には、乳房を全て取るしか方法がないのでしょうか？



小坂泰二郎

乳房を全て取ると男性の胸のように筋肉(大胸筋)の上を皮膚が被い、平らな状態になります。その筋肉の下に人工の風船を入れて数ヶ月かけてゆっくり皮膚を反対の乳房と同じくらいになるまで伸ばします。(皮膚を伸ばすという意味で「エキスパンダー」と呼ばれます。)

風船を入れるタイミングは乳房を取る手術のとき(一期再建)、または手術後一定期間おいてから(二期再建)と二通りあり、乳がんの状態で変わります。

皮膚が十分に伸びたあとに、シリコンでできた乳房の基礎と風船を入れ替え、皮膚に乳頭を作ります。



患者さんのためのガイドラインより引用(金原出版)

乳がんという精神的なダメージだけでなく、乳房をなくすという喪失感を補う意味でも、再建について考えることは重要なことです。

*保険適応に関しては施設認定が必要です。詳細は担当医にお尋ねください。

足は第2の心臓です！

循環器内科 西野 顕久

皆さん、歩くのにお困りではありませんか？

通常、歩行時の足の痛みから連想されるのは筋肉や関節の病気ですが、実は足の血管が詰まっていることが往々にしてあるのです。

足の血管が詰まると歩行時に十分な血流が確保できなくなるため、腰や太ももからふくらはぎなどに痛みやだるさが出て、一休みしないと歩けない状況になります(間欠性跛行^{かんけつせいはいこう})。放置すると杖歩行・車椅子移動となり下肢壊疽を来すこともあります。大抵の方は“もう歳だからねー”ということで放置されますが、しっかり治療すれば再び歩けるようになります。間欠性跛行の患者さんの5年生存率は約7割で大腸がんとほぼ同じ割合です。

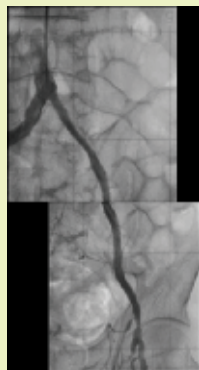


西野 顕久

例) 左総腸骨動脈～外腸骨動脈(完全閉塞)



治療前



ステント留置しました

治療後



左足指の潰瘍も・・・



綺麗になります！

まずは放置しないで、一度ご相談ください。
毎週月曜日午後1時から末梢動脈疾患外来・毎月第3土曜日午前中に動脈硬化外来を開設しています。(事前に予約をお取りになってからご来院ください。)

診察の後、動脈硬化の度合いを測るABI検査を行います。この検査は、仰向けになっていただき、約15分ほど行います。両腕・両足の血圧測定で分かります。ABIの測定値(足関節・上腕血圧比)が0.9未満だと動脈硬化の疑いがあります。

ABI検査で血管の狭窄・閉塞が疑わしければCT検査等を行い、治療方針を決定します。

もし、数値が正常であれば動脈硬化性の病気は考えにくいので、他の治療方法をご提案させていただきます。

病診連携懇話会を開催しました

耳鼻咽喉・頭頸科 科長 飯塚 崇

8月31日（土）、『第1回順天堂練馬ENT病診連携懇話会』と題して、日頃当院の耳鼻咽喉・頭頸科に患者さんをご紹介いただいている皆さまのお近くの先生方と、懇話会を開催しました。



科長 飯塚 崇

当院の耳鼻咽喉・頭頸科の紹介のほか、順天堂大学医学部耳鼻咽喉科学講座の教授・池田勝久先生より「副鼻腔炎症の診断・治療のup-to-date」-アレルギー性炎症・好中球・好酸球の関わり-についてもご講演いただきました。

講演後には情報交換も行われ、当院における診療内容を知っていただくことにより、皆さまのお近くの医療機関の先生方と医療における連携の強化を図り、今まで以上に地域医療の拡充に努めて参りたいと思います。



当科の紹介をしているところです。

※順天堂練馬ENT病診連携懇話会のENTとは…
耳（Ear）鼻（Nose）咽喉（Throat）の略です。



第1回開催を記念して集合写真を撮影しました。

C-cube(シーキューブ)プロジェクト 看護部

本年も8月10日(土)に、5回目の病院体験イベントを行いました。

この催しは、練馬区内(Community)のこども(Children)たちとの交流(Communication)を深め、地域に根差し開かれた病院になることを目指し、「C-cube プロジェクト」と称して開催しています。



聴診器を使って心音を聞いています。



縫合の練習をしています。



顕微鏡で血液の細胞を見ています。



心電図をつけて波形を見ています。真剣な表情です。



4階の庭園を見学!



みんなで記念撮影です。

当日は、練馬区内の小学生 32 名が参加しました。実際に聴診器を用いて自分やお友達の心臓の音を聞いたり、傷を縫い合わせる練習など、様々な医療体験に挑戦しました。初めは緊張気味のこどもたちでしたが、一つひとつ体験するたびに、「むずかしいね」「おもしろい」など感想を言い合いながらも、真剣な表情で取り組んでいました。

今回の体験をしたこどもたちの中から「大きくなったら病院で働いてみたい」と思ってくれるこどもたちが一人でも多く誕生してくれることを願っています。そんなことを夢見て、これからも「C-cube プロジェクト」の活動を進めていきたいと思えます。

順天堂醫院の歴史

順天堂醫院のロビー

順天堂醫院は、明治8年（1875）に湯島に新築開院したが、当時の他の大病院は大名屋敷の大広間に、患者が雑魚寝している状態であった。順天堂では、開院にあたり個室を設けることにしたが、個室のある大きな建物が珍しい時代であった。やむなく吉原の郭をモデルに、2階建の建物が建てられた。

下図は、患者が玄関で履物を脱いで待合室にあがり、畳を敷いた大広間で一段高い場所にある会計の前にひざまずいている。それから100年後、病院はホテルと紛うような広々としたエントランスになり、患者さんへの対応も大きく変わった。



順天堂大学医学部医史学研究室
特任教授 酒井シヅ

練馬区災害医療コーディネーターに 任命されました！

平成25年3月の練馬区地域防災計画改定に伴い、練馬区災害医療コーディネーターの設置が定められました。

東京都の災害医療救護体制と整合性を図るとともに、練馬区内の災害医療救護活動を円滑に行うためです。大規模災害時に練馬区災害対策本部に参集し、区内の人的被害を踏まえ、医療救護班や応援医療チームの活動や、医療救護所の設置、運営にかかる医学的な助言や調整等を行います。

8月27日(火)、練馬区災害医療コーディネーターの任命式があり、当院の救急・集中治療科の杉田 学医師が任命されました。



救急・集中治療科
科長 杉田 学

練馬区
志村 豊志郎区長

「かかりつけ医」を持ちましょう！

当院は、皆さんのかかりつけの先生と連携した診療を行っています。地域に密着した診療を行うために、そして患者さん一人ひとりに安全で根拠に基づく適切な質の高い医療を提供するために、ご自宅や職場の近くに「かかりつけ医」をお持ちいただくことをお勧めします。

