



特集 災害派遣医療チ

Green

<u>√°.</u>

相模原協同病院と地域をつなぐコミュニケ

SAGAMIHARA KYODO HOSPITAL

Vol.8 2024.3

地域医療の最前線		2
特集 topics		5
ちょっといい話	•••	8
Bein' Green 一連載コラムー	•••	9
街のあかり	•••	10
News&Communications		1 1

編集後記

春のうららの相模原。隅田川からの眺めほど ではないかもしれませんが当院からも緑豊 かな丹沢山地を望むことができます。皆さん は眺めを何に例えるでしょうか。

病院外来アプリ「Sma-pa」をご利用いただく とお手持ちのスマートフォンで診察・会計待 ち番号の確認ができます。待ち時間に敷地内 でお気に入りの景色を探してみるのはいか がでしょう。緑を眺めて過ごすのは癒されま

春の季語には「山笑う」という語があります。 来院いただいた皆さんが笑顔を咲かせるお 手伝いができれば幸いです。

次号は相模原市の花、あじさいが盛りの頃に 発行を予定しています。お楽しみに。



神奈川県厚生農業協同組合連合会

〒252-5188 神奈川県相模原市緑区橋本台 4-3-1 TEL: 042-761-6020 代)

FAX: 042-713-3525

H P: www.sagamiharahp.com







YouTube







株式会社P栄文舎

地域医療の

消 化器病セン タ 消

食道がんとは?

合して「がん」と定義されます。 発生するものが「癌」と呼ばれま 外部とつながっているもの)から 皮組織(消化管粘膜などからだの を総称した名称です。そのうち上 ンパ腫」などがあり、それらを総 す。他には「肉腫」や「白血病」、「リ 「がん」とはすべての悪性腫瘍

臓器で、胸の中(胸腔内)では心臓、 胃・腸へ運ぶ働きがある臓器です。 あります。口から摂った食べ物を 大動脈、肺、気管に囲まれた部位に なぐ長さ 25cmほどのくだ状の 食道はのど(咽頭)と胃の間をつ

新生物の死亡者数の約3%に相当 性新生物であり、日本での全悪性 し、男性では肺がん、胃が 食道がんはその臓器に生じる悪

ンター 発見することが非常に重要です。 死亡率は高く、悪性度が高いと考 死亡順位はそれほど高くないよう 道がんは罹患数(その疾患にかか となっています(国立がん研究セ がんに次いで、がん死亡の第7位がん、膵臓がん、肝臓がん、肝臓がん えられています。そのため早期に に見えますが、他のがんと比べて る人数)が多いがんではないため、 ・がん対策情報センター)。食

食道がんの症状

 \bigcirc

鉗子でつまみ生検を行います。そ

組織を病理組織検査で調べ、が

と診断がつきます。

食道がんの進行度(ステ

ージ、

ん細胞が検出されれば食道がん

重減少、咳、嗄声(させい)(かすれかえる感じ、胸や背中の痛み、体る感じがするなど)、飲食物がつ熱いものを飲み込んだ時にしみ 声) などの症状が出ます。 込んだ時にチクチク痛むことや につれ、胸の違和感(食物を飲み はほとんどありません。進行する 初期には自覚症状が出ること

(ステージ)に応じて治療法を考査を行います。「ステージ」は食道査を行います。「ステージ」は食道産の浸潤程度、領域リンパ節への軽移のに下記の検渉のはいます。「ステージ」は食道

食道がんの検査

詳細に観察を行い、腫瘍の組織をを行います。腫瘍が認められれば く場合は、上部消化管内視鏡検査 これらの症状が1 2カ月続

潤程度を検査します。

C T 検査

んの局所での広がりや

他

 \mathcal{O}

内視鏡検査

査で、食道壁内や近接臓器への浸超音波装置を備えた内視鏡検

えていくこととなります。

超音波内視鏡検査

消化器病センター 消化器外科 部長

食道がん 上部消化管造影<mark>検査</mark>

心臓





がん診療連携拠点病院としての幅広い外科治療



精密検査です 臓器への転移がな

う検査です。他の臓器への転移状(FDG)を静脈内に投与して行がんに取り込まれやすい物質 況をより詳しく調べる検査です 必要に応じて追加します。 が、全例に行われるわけではなく

どを調べる検査です た上中下どこの部位にあるかな 上部消化管造影検査(バリウム) 食道というくだの前後左右、ま

食道がんの治療法

法があります。 の全身状態に応じて、4つの治療 進行度(ステ ージ)と患者さん

離術: ESD) 切除術:EMR、 .術:EMR、内視鏡的下層剥内視鏡的治療(内視鏡的粘膜

手技的に難易度が高いですが 腔鏡手術は開胸手術と比べると が大きい「開胸手術」と侵襲が少 ています。手術には身体的に侵襲 い「胸腔鏡手術」があります。胸

戦略を考えていきます。院では胸腔鏡手術を第一に治療

ſλ

かを調

べる



放射線療法」があります。 法」、放射線治療と合わせる「化学 手術治療と合わせる「術前化学療 3 化学療法(抗がん剤治療)…





4放射線治療

食道がんに対する手術

と言います。と言います。と言います。

除を目的に行います。 の食道と領域リンパ節の完全切 根治術ではがんを含む約25c 転移をする能力をもって がんの進行度と患者さんの状態 !域リンパ節や他の臓器などにがんは進行するとその臓器の います。 m

そのポー 具を操作 護的に手術が行えます。 り細部まで詳細に観察しながら愛 が、カメラによる拡大視効果によ です。高度な技術を必要とします ラを入れ、映像を見ながら手術器 をつけ手術器具を出し入れする す。胸部に5~12mmの小さな傷 手術」を第一に治療を考えていま を考慮しますが、当院では「胸腔鏡 トというものを挿入 し手術を行うというもの から胸腔鏡というカメ べします。

食道がんはどういう人に多い?

ます。飲酒では日本酒1合以上か危険因子は喫煙と飲酒が挙げられ に分けられます。扁平上皮がんの ておおむね扁平上皮がんと腺がん く罹患する(かかる)と報告されて 女性に比べて男性の方が約5倍多 います。食道がんは組織型によっ 食道がんは60~ 70歳台に多く

> 中部~下部食道に約75%が存在 になります。日本では扁平上皮が 言われています。喫煙では喫煙指 するとされています。 んが約8%と圧倒的に多く、胸部 数に伴いリスクは約2・1~5倍 上の禁酒期間でリスクは下 らリスクは上がり摂取量に応じて ~5倍になります。5年以 -がると

食道がんの予後は?

た人の内、5年後に生存している 示されます。食道がんと診断され 人の割合のことを指します。 がんの予後は「5年生存率」で

が低いステージ Iでは約8%とますが、食道がんは全体で約4%と言われぞれ全体で約60~70%と言われえます。大腸がんや胃がんはそれとなった腸がんであることが言 れます。早い段階で治療に移れる階では十分根治が可能と考えら 率は低下していきますが、早い段言われます。進行するにつれ生存 により早期発見ができること ように内視鏡検査を含めた健診 100%に近いほど治療で 生

DMATとは

大規模な災害や事故 が発生した際に、現地 で医療活動を行うた め、専門的な訓練を受 けた医師、看護師、業務 調整員により構成され る医療チーム。

5人。今回の活動についてイ 看護師2人、業務調整員2人の 町、震度6強を七尾市や珠洲市、穴度7を観測したのは石川県志賀 現地に派遣されたのは、医師1 洲市総合病院へ派遣されました。 から19日まで、石川県珠洲市の珠 奈川県の要請に基づいて1月12日 派遣医療チーム(DMAT)は、神 水町で観測しました。当院の災害 マグニチュードは7・3でしたの た。阪神・淡路大震災、熊本地震の 示すマグニチュードは7・6でし 方で深さは16キロ、地震の規模を ました。震源は石川県能登半島地 度7の揺れを観測する地震が起き 分ごろ、石川県能登半島で最大震 で、それよりも大きな規模です。震 令和6年1月1日午後4時







新生児·救急専用

Doctor Car





業務調整員

加藤 貴彦さん (施設用度課)

- 2015年9月に発生した茨城県常総市の鬼怒川氾濫にDMAT隊と して出動し、救急車を運転し、患者搬送を行いました。
- 道路状況が非常に悪く、隆起や陥没、がけ崩れが多発しており、 また民家に目を向けると倒壊家屋が至る所にあり、言葉が出ま せんでした。
- DMAT隊としては、珠洲市総合病院で病院支援として、患者の転 院搬送調整や物資調達支援、ER・病棟支援を行いました。その中 で私は、珠洲市総合病院の支援指揮所で本部長付となり連絡役 として業務を行いました。
- 1月12日にDMAT隊として、珠洲市総合病院に入りましたが、1 月1日の被災からずっと勤務を続けている職員がいることを 知った時です。食事やシャワー、洗濯も十分にできない中、病院 のために勤務を続けていることを知り驚いたことがとくに印象 に残っています。
- 今回の派遣活動を通して、被災地でDMAT活動に不足している 物品等の整備を進めていきたいと思いました。
- 1歳と3歳の子どもと遊ぶことです。また、野球やゴルフでリフ レッシュしたりします。



業務調整員

(放射線室)

- 私はドクターカーを運転していまし た。道路は応急処置程度はしてありましたが状況が悪く、段差や割れ、崩落などが起きてい て、パンク等注意しながら進みました。通常なら到着まで2時間の道のりですが、6~7時間 かかりました。本部指示により珠洲市へ向かっていましたが、能登半島の奥地へ向かってい くにつれ、家屋の損傷や倒壊が多く見られ地震の影響を再認識しました。
- 珠洲市のDMAT調整本部より、珠洲市総合病院の病院支援指揮所の本部活動を藤沢市民病院 DMATと一緒に行うように伝えられ活動していました。私は業務調整員のサブリーダーとし て全体の業務(搬送調整・記録・物資等)を把握し、安定・安全に運用できるような活動をして いました。2回目の派遣はロジスティックチームとして石川県庁の方で保健医療福祉調整 本部の中で高齢者施設を担当し支援活動をしました。
- 珠洲市総合病院のスタッフに感謝されたこと。つらい環境でも文句や弱音を言わずに頑 張っている被災地の病院スタッフ、他のDMAT隊の仲間たちやチームの仲間。帰りの事です が、DMATの制服を見た一般の方から「被災地のためにありがとうございました。」とお声を かけていただけた事は忘れられません。
- 災害はいつどこで起きるかわからないです。今回もそうですが有事の際の備え、準備は出来 るときにしっかり行っておくのが大事だと思いました。また我々も被災者になることも考 えておくことも重要で、支援を受けるための考え方、または後方支援をする考えも重要かと 思います。
- 休日は子供と一緒に運動や剣道をしています。体を動かすことがリフレッシュ、健康・体力 造りにもなっていると思います。また食べることも好きなので、いろいろなお店の食べ歩き などもしています。そして休息をとるときはしっかりと休むようにしています。





- ② 初めに被災地の被害状況を見た時の感想を教えてください。
- ③ 被災地でどんな活動に従事されましたか。
- 4 印象に残っている出来事はありますか。
- **⑤** 今回の活動を通じて感じた事を教えてください。
- ⑥ 休日の過ごし方やリフレッシュ方法を教えてください。



看護師

小俣 勝弘さん

- 報道内容で受ける印象より 広い範囲で、大きな被害で深刻な状態でした。発災から約2週間経過していても道路 や家屋の被害に手がつけられていないところが多く、被害の大きさと対応の遅れを 感じました。
- 珠洲市総合病院の指揮所で、他のDMATとともに支援しました。役割は指揮所本部の看 護師としてDMAT隊の任務調整と搬送の準備、病棟と発熱外来の支援を行いました。
- 避難所で生活する方が発熱外来でCOVID-19陽性と診断され、二次避難が先延ばしに なるなど避難所でコロナ感染が拡大していて、環境の悪化や心身の疲労での免疫力 の低下などが加わり、感染症が被災者に更に大きく負担をかけていました。
- ・派遣要請後院内での派遣決定を迅速に行えるシステムが必要。
 - 医療資機材を運搬するため搬送用の救急車に加えてワゴン車があるといい。
 - ・当院が災害支援を受ける立場になった場合の対応マニュアルを作ることや訓練を 加えるとよい。
- 近所を散歩することです。

へ参加しています。



医師

菊地 脊先生

- 2011年東日本大震災のときは働いていた病院が被災しDMATの 支援を受けました。そのころから災害支援・医療に興味を持ちは じめました。地域の災害医療コーディネーターなどを務め、百里 基地・自衛隊や成田空港職員と訓練などを計画し実施するよう になりました。2016年4月熊本地震、2018年北海道胆振東部地 震、2019年千葉台風、2020年コロナウィルス・ダイヤモンドプリ ンセス号では現地の支援に行きました。
- 1月1日に発災し、現地石川県珠洲市には1月12日に到着しまし た。平時であれば3時間弱で行ける距離が道路は損壊しており6 時間かかりました。日数が経過しているにも関わらず被災状況 の全容は調査中、水道などのライフラインは復旧の目途が立た ーー ない状況でした。珠洲市の病院職員のみなさまも働き通しで疲 労困憊の様子でした。
- 珠洲市総合病院の病院支援を行いました。診療の支援・職員の勤 務調整や物資の調達、入院患者さんを金沢市内へ空路・陸路搬送 する調整などを行いました。
- 珠洲市の健康増進センター所長三上(さんじょう)さんがご自身 も被災しておられ、ご家族とも連絡がとれない状態にも関わら ず、毎朝定期ミーティングで「現地に笑顔をおいてきてくださ い」と話されていたことが印象的でした。
- いつかは当院も被災する可能性があると思います。その時には 支援を受ける側になります。支援をさせて頂いたことにより、改 めてどのような支援を受けたいか、受けられるようにするか考 えるようになりました。また、平時に出来ないことは災害時にも できません。日頃から計画しておく重要性を感じました。
- 湘南の海で波乗りすることです。



看護師

・2016年の熊本地震

・2020年のダイヤモンド・プリン セス号(横浜港大黒埠頭での COVID-19対応)

珠洲市に到着するまでの道路は隆

起や地割れが多数あり、道路沿いに は倒壊した建物が連なっていました。断水により生活もままならない状況が続いている

中で、安全に行き来ができない状況だったので、被災者の方は被災地に閉じ込められてい るような感覚なのではないかと感じました。

- 珠洲市総合病院の救急外来、発熱外来、病棟支援、患者の後方搬送などの活動を行ってき ました。私自身は本部活動を行なっていましたので、それらの任務が円滑に進むように調 整業務を行なっていました。
- 入院病床へ支援に行ったときですが、病院で働く看護師自身も被災者であるにもかかわ らず、入院されている方々への笑顔と丁寧な言葉掛けが印象的でした。
- DMATの派遣要請があれば被災地に迅速に出動が出来るように、また、神奈川県が被災地 になったときには、災害拠点病院としての役割を果たすため、1人でも多くの傷病者を受 け入れられるように体制を整えておきたいと思います。
- **6** 観光地へ赴き、食べ歩きをしています。最近は、江ノ島でお団子、鎌倉でカレーパンとたい 焼きを頂きました。

腰痛 ション室 佐藤

「腰痛」についてお話しし 耳にしたことがある 今日は、誰もが一度は

ばれ、レントゲンなどの画像診の85%が「非特異的腰痛」と呼の15%ほどしかなく、ほとんど 的腰痛」の可能性があるので、 肢のしびれ、足に力が入らない 断と腰痛の関係がはっきりしな 痛ですが、実は原因がはっきり 験するのです。そんな身近な腰 が生涯で一度はこの腰痛を経 整形外科を受診することをお などの症状があるときは、「特異 いものなのです。強い痛みや下 している「特異的腰痛」は全体 なんと、私たち日本人の8%

的腰痛」に焦点を当て、自分で できるケアについてご紹介し さて、今回はそんな「非特異

> ります。 展型」腰痛の2つのタイプがあ と、腰を反らしたときに痛い「伸 げたときに痛い「屈曲型」腰痛 時でしょうか?腰痛には腰を曲 なたの腰が痛くなるのはどんな 「屈曲型」腰痛は、中腰や前か まずは腰痛のタイプから。あ

どちらかの動きが過剰になると 背骨の動きの関係性が大切で、 反らしたり、反らしながら左右 す。一方、「伸展型」腰痛は腰を に上半身を捻ると痛みが生じ どちらのタイプでも、骨盤と

たいのが、骨盤の動きを制限す 痛みが生じます。そこで注目し それぞれのタイプでは、異な

る事務職の方に多く見られま看護師の方や、長時間座ってい がみなどを日常的に繰り返す

る筋肉が重要な役割を果たし る筋肉の柔軟性です。

> 筋がポイントとなります。 型」腰痛では股関節前面の腸腰 面のハムストリングス、「伸展ます。「屈曲型」腰痛では大腿後

を見てみましょう。 イプに合わせたセルフケア方法それでは、あなたの腰痛のタ

> 「屈曲型」腰痛の方 ハムストリングスのスト

リハビリスタッフもあなたのサ スタッフに相談しましょう。我々 くなる場合は無理をせず、病院

トをします。

う。(30秒間を3セット) 膝を伸ばしたまま脚を持ち上 足先にタオルや紐を掛けます。 げ、もも裏全体を伸ばしましょ レッチ:仰向けになり、片方の

2セット 胸の順番に動かします。(5回を 座った状態で、背中を丸めたり 反らしたりします。骨盤から腰、 ·骨盤の前後傾運動: 椅子に

節の付け根を伸ばします。(30秒 りと体重をかけ、後ろ脚の股関 ちの姿勢で、立てた脚にゆっく ・腸腰筋のストレッチ:片膝立

>「伸展型」腰痛の方 **◦脊椎の捻り運動∶**椅子に座っ

骨に指先を当て、体を捻る方向き、左右どちらか痛い方の腰の ら行います。(10回を2セット) に合わせて指先で軽く押 どの運動も自分が快適だと

しなが

囲で行ってください。痛みが強 感じる程度の強さや動きの範

陽介





腸腰筋のストレッチ



脊椎の捻り運動

骨盤の前後傾運動

Bein'Green

容器は交換式なのでご心配なく。す。ちなみに当院の液体せっけんた。お掃除が足りなかったようで

「緑色であること」セサミストリートのかえる のカーミットが唄う名曲です。 自分らしさを誇れるっていいよね、という 意味合いがあります。

> 文:橋爪 正明 緩和ケア科診療部長

連載コラム Green

Vol.8

「お手洗いでもやもや」

チック容器に緑色の液体せっけ白い半透明な逆円錐状のプラスが吊るされていました。あるいは網の中にふやけた固形せっけん ます。昭和期の学校ではナイ が入っていて、下部の金属棒を 手洗いせっけんも進化してい ロン

て顔を洗う(!)のだそうです。だ器」の底にゴム栓をして水を貯め器」と呼ぶそうです。その「洗面クのことを設備業界では「洗面 誰がそのやり方で顔を洗うといから蛇口も隅にある。しかし一体 余談ですがその狭すぎるシン のでしょうか? の人が出てドアが締め切らないたら汚いじゃないですか?うったら汚いじゃないですか?うったら汚いじゃないですか?うっかり触ったドアノブを握ってしまっ

いです

て要らないと思う。だって、手をれば外へ出られません。ドアなんドアの取っ手を握って引かなけ

多くが内開きです。つまり中から

また、トイレの出入りロドアの

壁に手が当たってしまいます。汚 手首まで洗おうとすれば周囲の

ら指を濡らすのが精い

っぱいで、

口が付いているのですが、狭いか小さなシンクの右端に小さな蛇い場は小さいのがふつうでした。

直にうれしいです。

ちょっと前までト

の手洗

生えているのにびっくりしまのカビみたいなものがびっしります。内壁と液面に色とりど

湯の出るところも増えまし

くて、手をかざせば自動で水やおも言います。最近の手洗い場は広

を開けて見せてくれたことが定看護師があの液体容器のふ昔、ある病院で、感染管理の

のカビみたいなものがびっしりります。内壁と液面に色とりどりを開けて見せてくれたことがあ定看護師があの液体容器のふた定

トイレのことを「お手洗い

う

か、「手洗い中にハンカチをコこ既にちょっと濡れていた問題」とない便座に座れますか問題」とない便座に座れますか問題」と でドアを開けて素早く脱出するうちにさっと靴を挟んで止め、肘 のです。すごいストレス。

他にも、「誰が座ったかわから

か、トイ いことの照れ隠しなのか問題」る男性はハンカチを持ってい ることがありません。 レにまつわる問いは尽き か問題」と

時代が変わりキレイになって レはまだまだスッキ

の水滴で髪を直していいる人の謎」とか、「手洗

▶ AYA世代がんについて

Adolescent and Young Adult の略

青年期(15~19歳)

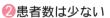
若年成人(20~39歳)

AYA世代がんの

●多様ながん種

複数の診療科がぞれぞれ対応している現状(婦人科、泌尿器科、乳腺外科・・)

- 25歳未満…小児がんと同様に血液がん、希少がんが多い
- 25歳を超えると…女性に多い乳がん、子宮頸がん、甲状腺がんが増加
- 30歳代 (男女ともに)…胃がん、大腸がん等成人に多い消化器がんが増加



がん専門病院以外は年間数名のところがほとんど 国内では年間21000人が診断(当院では2021年には19名)

• 15~19歳…約 900名

• 20代……約 4200名

• 30代……約16300名

AYA世代 がん患者さんの >>>

- ② 就労
- ③ 妊孕性(治療後の妊娠・出産)
- ④ 恋愛·結婚

⑤ 経済的なこと

- ⑥ 外見の変化
- ⑦ 子育てのこと・こどもへの説明
- ⑧ 遺伝的問題

目模原協同病院 AYA支援チームのメンバー

医師 … 外科·産婦人科·乳腺外科医師 皮膚・排泄ケア認定看護師 ・・・・・・・1名 臨床心理士・がん生殖医療専門心理士 ・・・・ 1名

AYA世代がん患者さんの、 まずは治療を、そして治療後の 将来も含めた生活にかかわる支援を



- 月に1回メンバーで集まり、院内のAYA世代がん患者さん へのケアを検討
- 院内の医療スタッフ・地域のみなさんに向けたAYA世代 支援に関する啓発活動
- 今年度は病院健康祭りで、参加者の皆さんにコメントを 頂きAYAフラッグを完成させました



▶ 広報誌Green読者アンケートへのご協力について

相模原協同病院では地域向け広報誌「Green」の充実した誌面作りのために、読者の皆さま のご意見、ご要望、ご感想をお聞きするアンケートを実施しますので、ご協力いただきま すよう、よろしくお願いいたします。





だわりコロッケで、人気の逸品

んのカボチ

卵焼きサンド&ミニコロッケパン軽食メニューからは昔なつかし ふっくら柔らかく、出汁がきいて (食パンとの相性が抜群です。奥様 んが考えたメニュ

る大人の空間

仕事の経験があり図面はひけたの 、改築は妻や家族の手も借りて きる、竹やぶのもた。大量の物

た旧道沿いる

. にある古民家カフェ雅. 3号から一本奥に入っ

本家屋の落ち着いた懐かしさを残 を訪ねました。店内は、古き良き日 街のあかり

築百年越えの実家をD

、音楽、懐

かしさの

中で美味



●所在地:相模原市緑区青野原997 ●電話:090-2125-0382 ●駐車場:店舗横に8台程度 ●営業時間:金土日:11時~18時※12月~2月は17時迄 ●定休日:月~木(祝日の場合も基本休業)

11