

医療法人 新松田会 **愛宕病院**

体と心を健康に。
地域に元気を発信する広報誌。

あたご  Atago

〈特集〉

胃がんの診断・治療 ピロリ菌の話も含めて 定期検診を受けましょう!

2021
4月発行

春号

ご自由にお取りください

健康ワンポイント

サバを食べてじんま疹が出るのはなぜ

関連施設紹介

愛宕病院分院の取り組み

あたごNEWS

愛 LOVE クッキング

新じゃがと牛肉の甘辛炒め

あたごINFO

〈特集〉

胃がんの診断・治療 ピロリ菌の話も含めて 定期検診を受けましょう!

愛宕病院
消化器外科部長・救急科長
檜山 和寛 医師



1.はじめに

国立がん研究センターの調査で、別表のようながん死亡者数・罹患数が報告されています。(別表参照)死亡

者数・罹患数共に、細かな臓器別では肺がんの増加が顕著ですが、胃がん・大腸がんを合計すると肺がんの2~3倍になります。今回は胃がんの診断・治療についてまとめてみたいと思います。

●2019年の死亡数が多い部位は順に

	1位	2位	3位	4位	5位	
男性	肺	胃	大腸	膵臓	肝臓	大腸を結腸と直腸に分けた場合：結腸4位、直腸7位
女性	大腸	肺	膵臓	胃	乳房	大腸を結腸と直腸に分けた場合：結腸3位、直腸9位
男女計	肺	大腸	胃	膵臓	肝臓	大腸を結腸と直腸に分けた場合：結腸4位、直腸7位

出典：国立がん研究センターがん情報サービス「がん登録・統計」(人口動態統計)

●2017年の罹患数が多い部位は順に

	1位	2位	3位	4位	5位	
男性	前立腺	胃	大腸	肺	肝臓	大腸を結腸と直腸に分けた場合：結腸4位、直腸5位
女性	乳房	大腸	肺	胃	子宮	大腸を結腸と直腸に分けた場合：結腸2位、直腸7位
総数	大腸	胃	肺	乳房	前立腺	大腸を結腸と直腸に分けた場合：結腸4位、直腸7位

出典：国立がん研究センターがん情報サービス「がん登録・統計」(全国がん登録)

2.胃がんについて

日本では長年胃がんが罹患患者数・死亡者数も圧倒的に多かったのですが、近年は減少傾向になっています。これはピロリ菌除菌と食事の欧米化(減塩・高脂肪食)が原因であると判明しています。

■2-1. ピロリ菌と胃がん

ピロリ菌はオーストラリアのウォーレン博士とマーシャル博士によって発見され、彼らは2005年にノーベル生理学・医学賞を受賞しています。当初は胃潰瘍の原因として報告されていましたが、後に胃がんの主要因の一つとして判明しました。過去の統計では胃がんになった方の9割からピロリ菌が検出されたという報告があります。

井戸水中に含まれるピロリ菌が感染源として知られています。40年前では日本人の7割程度が感染していましたが、上水道の整備が進んだ現代では主に40歳以上の方に陽性者が多く、20歳未満では10%未満とされていますが、50歳以上の方はいまだに半数の方が感染していると報告されています。ピロリ菌が胃粘膜に感染すると慢性的な胃炎を生じ、胃粘膜が萎縮します。この萎縮した粘膜に胃がんが発生しやすいことが知られています。一旦完全に萎縮してしまった胃粘膜は元には戻らず、除菌しても胃がんの発症リスクは半減するものの、ゼロにはなりません。つまり、ピロリ菌感染初期に除菌ができればベストなのですが、ほとんどの方が幼少期のうちに感染してしまっています。そこで、自分がピロリ菌に感染しているかどうかを知ることが重要です。ちなみに、もし自

分がピロリ菌に感染していたら、口移しでの摂食歴があるお子さんにも感染している可能性があり、お子さんにも早めの検査を勧められるとよいでしょう。

■2-2. ピロリ菌検査・治療について

ピロリ菌検査には数種類ありますが、最も優れているのは上部消化管内視鏡(胃カメラ)での肉眼的所見および生検でのウレアーゼ迅速検査、血液検査での抗体価とされています。抗体価測定は採血のみで可能で、人間ドック時にも受けることが可能です。しかし、40歳以上で一度も胃カメラを受けたことがない方は他の病気のスクリーニングも兼ねて、胃カメラを一度お受けになることをお勧めします。

陽性が確定した場合には内服薬(1週間)で治療可能です。菌種によって2次治療まで必要となることがありますが、ほぼ全ての方が除菌に成功します。

■2-3. 胃がんの診断について

定期的な胃カメラが重要です。みぞおちの不快感や痛みなどの症状がある方はもちろんですが、40歳以上はピロリ菌陽性者が少なくないことから、胃カメラを受けたことがない方は検診・ドックでまず胃カメラを受けてみましょう。当院では眠剤を使用しながら胃カメラを受けることが可能で、眠っているうちに検査を終えることができます。ちなみに私もドックで胃カメラを受ける際には眠剤を使用してもらっています。

胃粘膜の萎縮がある方やピロリ菌に過去に感染していた方については胃がんの発症リスクが一生ありますので、できれば毎年、少なくとも2年に1回は胃カメラを受けましょう。また、胃がんは進行が早いがんとして知られていますので、下部消化管内視鏡(大腸カメラ)よりも短い間隔での検査が必要です。

■2-4. 早期胃がんの治療について

定期的に胃カメラを行っていただければ早期の状態で見えますので、ほとんどが胃カメラで切除できます。当院では内視鏡下切除の専門医が在籍しておりますので、他施設で内視鏡下切除が困難と言われる方も一度ご相談ください。

腫瘍の部位や早期といっても進行度があり、これらに

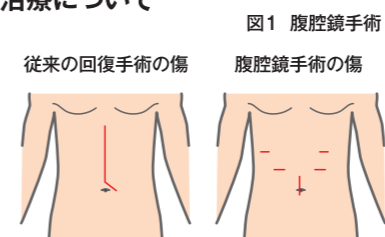


図1 腹腔鏡手術

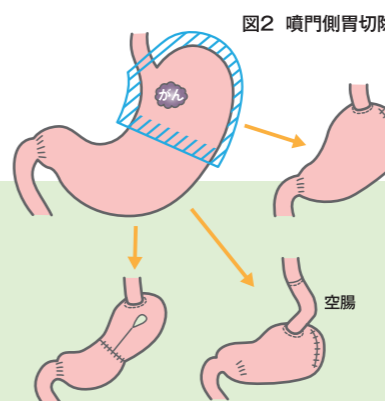


図2 噴門側胃切除

よっては内視鏡下治療が困難なことがあります。この場合、腹腔鏡手術で治療可能です。(図1)また、当院では早期胃がんでは極力胃を温存する術式で行うようにしており、四国内では数少ない噴門側胃切除の施行施設です。(図2)ちなみに当院での術式は、当院外科顧問として手術などのご指導をいただいている筑波大学消化器外科前教授の寺島秀夫先生が考案されたオリジナルの術式で、術後の摂食が良好です。他施設で胃全摘が必要と言われた方も是非一度ご相談ください。

■2-5. 進行胃がんの治療について

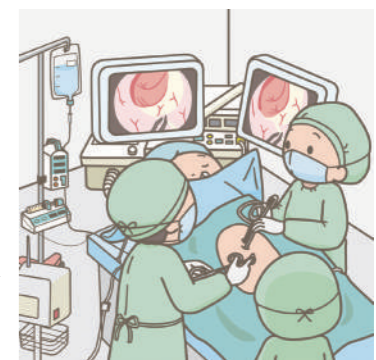
胃がんは症状が出にくく、発見時点で既に進行期になっていることも少なくありません。ごく最近の調査結果で、進行した胃がんでは手術の前に化学療法(抗がん剤治療)を数回行ってから手術を行う方が、治療成績が良いことがわかってきました。

また、少し前では腹腔鏡手術は早期胃がんにのみ適応が限られていましたが、現在は適応が拡大されつつあります。進行胃がんでも腹腔鏡手術と開腹手術の治療成績が変わらないことが最近報告され始めています。

これらを踏まえ、当院では進行胃がんの治療では積極的に術前化学療法を行い、積極的に腹腔鏡手術を行っています。(他臓器合併切除や深部リンパ節切除例は開腹手術で行います)

■2-6. 最新の腹腔鏡システム

一概に腹腔鏡システムと言っても数社あり、また、古いものから新しいものまで画質はさまざまです。その中でも新年度より導入された当院のStryker社製腹腔鏡システムは従来型のシステムと比べて超高画質(4K)で、肉眼で見るとよりも細かい神経繊維までよく見えます。また、特殊な蛍光色素(ICGといいます)を認識することができ、積極的に活用しています。例えば、幽門側胃切除(胃の下半分の切除)後には残胃(残った胃)と腸をつなぎ、食物の通り道を再建します。この際、残胃・腸の血流が悪くと、つないでも治癒せず、漏れ出しが生じることがあります。そこで、つなぐ前に体に害のない蛍光色素(ICG)を注射し、血流を評価し、安全な場所をつなぐことが可能です。このように、これまでは「外科医の経験則」によってここなら大丈夫だと認識されていた血流評価も、誰が見てもわかるように可視化することでより一層安全な手術を行うことが可能となっています。



【檜山医師 外来診療日】 月曜日・木曜日 午前

サバを食べて じんま疹が 出るのはなぜ



愛宕病院
梶田 健 医師



古来よりサバは食あたりが発生しやすい食材として知られており、「鯖の生き腐れ」と呼ばれてきました。サバを食べてじんま疹が出たという話をよく聞きます。原因として、下記の二つがあげられます。

1. アレルギー反応

サバを食べて、その成分のたんぱく質に対して人の体内で免疫反応が起こり、アレルギー状態が発生する**食物アレルギー**です。また、サバに寄生するアニサキスが原因のアレルギーも報告されています。これらのアレルギー反応はサバやアニサキスを口にする事で、人の体内にある肥満細胞からヒスタミンが放出されることでアレルギー状態を起こすため、**サバやアニサキスに対してアレルギーのある人だけに起こります。**

2. アレルギー様食中毒

食物アレルギーと症状は似ていますが食物アレルギーではありません。ヒスタミンが多量に蓄積されたサバなどの青魚を食べることで、食後30分から数時間後に顔面紅潮、じんま疹、吐き気などの症状を呈することがありますが、腹痛や下痢などの胃腸炎症状はほとんどみられません。これは**上記のアレルギー反応とは関係なく、誰にでも起こりうる反応**で、今までサバを食べてもアレルギー症状が出なかった人があるときサバを食べて症状が出た場合、これが考えられます。

サバを食べたら…アレルギー???

アレルギー反応	アレルギー様食中毒
サバやサバに寄生するアニサキスのたんぱく質に対してアレルギー反応を起こす【特徴】アレルギーを持つ人のみ発症	サバに蓄積されたヒスタミンを摂取することでアレルギー様の反応が起こる【特徴】誰でも起こる可能性あり

図1: サバにあたる原因

なぜサバに多量のヒスタミンが蓄積されるの?

もともと多量の「ヒスタミン」が含まれているわけではなく、「ヒスチジン」というアミノ酸が多量に含まれる魚(サバ、ブリ、アジなどやマグロ、カツオなど)に「ヒスタミン生成菌*」が付着すると、多量の「ヒスタミン」が魚肉中に蓄積されるのです(図2)。このヒスタミンを人が摂取するとアレルギー症状を引き起こすことがあります。

*ヒスチジン脱炭素酵素を有する菌

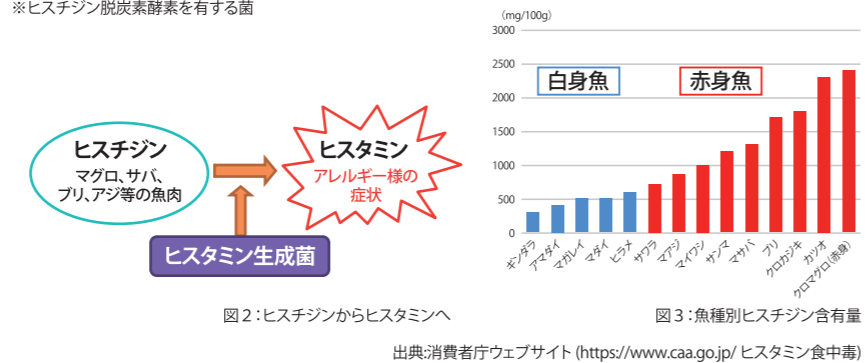


図2: ヒスチジンからヒスタミンへ

図3: 魚種別ヒスチジン含有量

出典: 消費者庁ウェブサイト (<https://www.caa.go.jp/>) ヒスタミン食中毒

ヒスタミンを生成するのはどんな細菌?

ヒスタミン生成菌は大きく分けると「海水中にいる海洋性細菌」と「人や動物の腸管内にいる腸内細菌科の細菌」の2種類です。「海洋性ヒスタミン生成菌」はビブリオ科に属する細菌で、海中で生息しているため漁獲前に魚に付着している可能性が高く、**低温でも増殖**するので冷蔵保存の際も注意が必要です。生の赤身魚や赤身魚の干物などを長期間冷蔵保存している場合もその間にヒスタミンが生成される可能性があります。腸内細菌科のヒスタミン生成菌で有名なのはモルガン菌で、漁獲後下処理する際などに魚に付着することがあります。この菌は室温で増殖し、**低温では増殖しにくい性質**を持っています。

アレルギー様食中毒の発生状況

全国で年間十数件の事例が発生しています。原因となった魚はカジキ、マグロなどの大型魚の切り身を調理したものが半分を占めています。これらは流通の最終段階で切り身にされ販売されることが多く、**流通時の温度管理や不適切な取扱いによりヒスタミンの生成、蓄積が生じたもの**と考えられます。一見、新鮮に見える魚でも、漁獲から消費までの過程における不適切な取扱いにより、ヒスタミンが蓄積される可能性があります。**加熱調理をすることで「ヒスタミン生成菌」は死にますが、「ヒスタミン」は熱に強いので分解されません。**そのため、火を通した魚料理でもアレルギー様食中毒が発生することがあるので生食用と同様の衛生管理が必要です。

アレルギー様食中毒を防ぐために

①魚を購入したらすぐに冷蔵庫に入れましょう。②ヒスタミン生成菌はエラや消化管に多く存在するので、魚のエラや内臓は購入後できるだけ早く除去しましょう。③釣ってきた魚も、保存状態が悪い場合は注意が必要。特に鮮度が低下した恐れのある魚は食べないようにしましょう。④家庭で気を付けていても流通過程でヒスタミンが蓄積していたらどうすることもできません。調理時に加熱してもヒスタミンは分解されないため焼き魚や煮魚、缶詰の加工魚を摂取しても起こることがあります。ヒスタミンを高濃度に含む食品を口に入れたとき、唇や舌先に通常と異なる刺激を感じる場合があります。この場合は食べずに処分しましょう

愛宕病院分院の取り組み

リハビリテーション

リハビリテーション科では、理学療法士・作業療法士・言語聴覚士が在籍しています。愛宕病院リハビリテーション部で急性期・回復期を含めた5年以上の実績のあるスタッフが多く、患者さまおよびご家族さまからの幅広い要望にお応えできる体制を整えています。また、当院では食べる機能の回復や肺炎を予防し、「安全に美味しく口から食べる」ことを目標に【摂食・嚥下チーム】が活動しており、多くの医療専門職が連携して治療やリハビリテーションを行っています。



レクリエーション

当院に入院している多くの患者さまは、入院の契機となった疾患に加えて、認知症疾患を合併している状態にあります。そのような患者さまには、認知症・心理症状の軽減を目的とした非薬物療法として、音楽や活動を用いたレクリエーションを実施しています。



食事

季節に合ったお料理や行事ごとの食事を提供しています。お寿司などを含む味付けご飯や、麺類は大変好評です。また、上新粉*を使ったお餅風デザート(みたらし団子・あんころ餅風・餅風入りしるこなど)も大変よろこばれています。

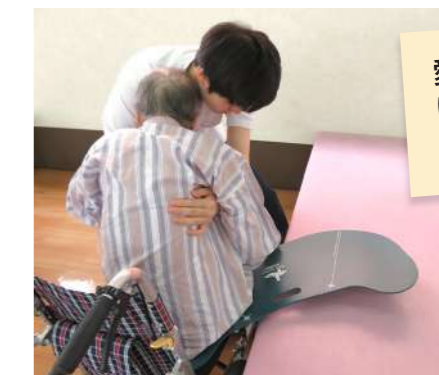
*上新粉: うち米を洗って乾燥させた後に、細かく粉末にしたもの



職員の腰痛予防

愛宕病院分院職員の腰痛予防の取り組みについて

約65%の職員(看護師/介護士/理学療法士/作業療法士/言語聴覚士)が日々の業務において腰痛を抱えているのが現状です。そのため腰痛予防のための委員会を立ち上げ、「持ち上げ」「抱え上げ」「引きずり」などのケアを見直すよう職員全体に啓発しています。腰痛予防のための取り組みの必要性の認識を高めること、中腰姿勢での作業時間を少なくすること、スライディングボードや介助用グローブなどの福祉用具の積極的な使用を推奨することに取り組んでいます。



スライディングボードを用いた介助

愛宕病院分院では、気配りのある温かい病院づくりを目指しています。



あ た ご NEWS

遠藤青汁高知センター様より
商品をご寄贈
いただきました
ありがとうございました



(上) 3種類の青汁(生)
(下) 富山「ホホワイト食品」の乳酸菌飲料など

遠藤青汁高知センター様より、青汁や乳酸菌飲料など9種類の商品セットを職員全員にご寄贈いただきました。コロナ禍の折、青汁を飲んで免疫力を高めてもらいたいということで、さまざまな医療機関などに贈られているとのこと。愛宕病院にも600セット近い商品を頂戴し、2回に分けて配付しました。思いもよらぬお心遣いに、職員一同驚きとともに感謝の気持ちでいっぱいです。ありがたいご支援をいただき、ますます皆様に信頼される医療を提供できるよう努めてまいります。ありがとうございました。



(左) 内海院長
(右) 遠藤青汁高知センター社長 野村勝己様

新型コロナウイルスワクチン接種

医療従事者への優先接種ということで、愛宕病院でも3月中旬から接種を開始しました。幸い重篤な副反応はみられず、2回の接種を終えることができました。



リハビリテーション室での集団接種の様様

ニューフェイス



今年仲間入りしてくれた
看護部・リハビリテーション部の皆さんです

新任医師紹介

【外科】 副院長 **福井 康雄**

高知県出身



高知市生まれで小さい頃は鏡川で泳いでいました。大学を卒業した後は徳島・香川の病院に勤務し、高知市民病院・高知医療センターを経て今回、愛宕病院に赴任いたしました。外科として消化管全般の手術を担当し、今後の愛宕病院外科の発展を目指します。又、感染対策と栄養管理の経験もあり、それらの分野でもお役に立ちたいと考えております。どうぞよろしくお願ひ申し上げます。

【麻酔科】 麻酔科部長 **杉本 清治**

大阪府出身



医師になって4か月目に初めて派遣されたのが、愛宕病院でした。その後岡山や山口の病院勤務を経て、平成8年に再び高知に戻ってきました。以来武田先生との縁が深く、高知医療センターでは部下として長年お世話になり、この度また先生の下で働くことができとてもうれしく思います。高知医療センターでは様々な手術やICUでの患者管理を勉強させていただき、愛宕病院の診療に役立てたいと思っています。

【消化器内科】 消化器内科部長 **羽柴 基**

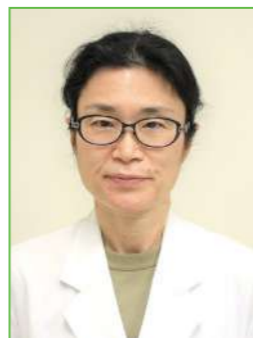
高知県出身



2021年4月より赴任いたしました羽柴と申します。高知医療センターで臨床研修後、高知大学医学部附属病院及び大学関連病院で消化器内科の診療に従事してきました。大学病院では早期がんに対する内視鏡治療を主に行っておりました。少しでも地域医療に貢献し、患者さまが安心して治療を受けられるように手助けいたします。内視鏡検査をご希望される場合、お気軽にご相談ください。よろしくお願ひ申し上げます。

【外科】 **桐野 泉**

京都府出身



私は2013年から愛宕病院の救急センターで週1~2日救急医として働いてきました。医師になって最初は外科医として出発しましたが、その後子供の教育のために一度フリーランスの救急医となり、子供が手を離れるタイミングで私もまた外科医として再出発することになりました。今年4月より愛宕病院外科医で勤務しています。久しぶりで戸惑うこともありますが、皆さんのお役に立てよう精一杯がんばります。

愛 LOVE クッキング

レンジで時短！
管理栄養士 塩田 真琴

1人分
310kcal
塩分1.8g



新じゃがと牛肉の
甘辛炒め

材料と作り方 (2人分)

- | | |
|----------------------------|--------------|
| ●牛肉(小間切れ) | 80g |
| ●おろししょうが | 6g |
| ●砂糖 | 小さじ1 |
| ●しょうゆ | 小さじ1 |
| ●ごま油 | 大さじ1 |
| ●塩こしょう | 少々 |
| ●片栗粉 | 大さじ1 |
| ※ポイント:片栗粉を多くしすぎないようにしましょう! | |
| ●新じゃが芋 | 160g |
| ●水 | 大さじ1 |
| ●塩 | 少々(入れなくてもよい) |
| ●スナップエンドウ | 30g |
| ●油 | 大さじ1 |
| ●しょうゆ | 大さじ1/2 |
| ●みりん | 大さじ1/2 |
| ●酒 | 大さじ1/2 |

- 牛肉はAで下味をつける。
- じゃが芋は皮つきもしくは皮を剥いて食べやすい大きさに切る。
- 耐熱容器にじゃが芋とBを入れて電子レンジ600Wで3分加熱し、途中取り出し上下返してさらに2分加熱する。※硬ければ30秒ずつ加熱して調整してください。
- フライパンにごま油を熱し、牛肉に片栗粉をまぶしてこんがり焼き色がついたら、一旦取り出す。
- 同じフライパンで水気を切ったじゃが芋と、筋をとり斜め切りにしたスナップエンドウを油で炒め、塩こしょうで調味したら牛肉を戻す。
- Cを加えて味付けしたら器に盛り完成。

じゃが芋は便秘や美容・むくみ改善などの効果が期待できるので、女性にはとってもうれしいですね!

塩田 真琴

じゃが芋

ビタミンCが豊富に含まれています。その量は意外にもほうれん草やみかんと同じくらいです。本来ビタミンCは熱に弱いのですが、じゃが芋のでんぷんに守られているため、加熱しても壊れにくくなっています。

新型コロナウイルス 感染拡大防止対策について

愛宕病院では、**安心・安全に受診・入院できる医療環境の確保**のため、引き続き次のように取り組んでいます。

【外来受診について】

- 受付の際、検温にご協力いただいています。
※体温が37.5℃以上の方は、受診予定の診療科に関わらず別途問診の対応とさせていただきます、別室での待機をお願いしております。
- 待合では、座席の間隔を空けてお座りいただいています。



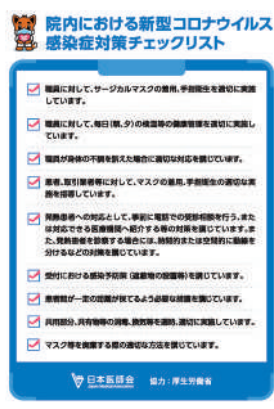
【面会について】

広報誌あたご2021春号発行時

入院患者さまの安全を確保するため、面会を全面禁止としております。主治医が特に必要と認められた場合にはこの限りではありません。なお、面会制限は感染状況によって変わることがあります。お電話やホームページなどでご確認ください。

皆さまにはご迷惑をおかけいたしますが、何卒ご理解ご協力のほどお願いいたします。

愛宕病院では、日本医師会が発行する「みんなで安心マーク」を取得しています。



このマークは、新型コロナウイルス感染症の感染拡大にともない、感染リスクを恐れて受診を控えたり、先延ばしにしている状況を踏まえ、日本医師会が感染防止対策を徹底している医療機関に対して発行するものです。

上記に関するお問い合わせはこちらまで

TEL(代表) 088-823-3301



医療法人 新松田会

愛宕病院

〒780-0051 高知市愛宕町1丁目1番13号

TEL(代表) 088-823-3301 救急専用 088-822-0009

FAX 088-823-3306(外来受付) Mail: info@atago-hp.or.jp

愛宕病院

検索

<http://atago-hp.or.jp>

外来診療時間 一覧表

診療科	午前(月~土)	午後(月~金)
内科	9:00~12:00	13:30~17:00
外科	9:00~12:00	14:00~17:00 (月~木)
整形外科	9:00~12:00	
脳神経外科	9:00~12:00	14:00~17:00 (月・木) 13:30~17:00 (火・水・金)
婦人科	9:00~12:00	16:00~16:30
リハビリテーション科	9:00~12:00 (月・水・金)	
眼科	9:00~12:00	13:30~17:00
心療内科・精神科	9:30~12:00 (月第1,4土)	14:00~16:30 (木)
	9:00~12:00 (火~木)	13:00~17:00 (第2,4金)
	10:00~12:00 (第2,4金)	
泌尿器科	9:00~12:00 (水・土)	14:00~16:00 (水曜日のみ)
皮膚科	9:00~12:00 (火・木)	
耳鼻咽喉科	9:00~12:00 (月・水・土)	14:00~17:00 (火・水・木)
ER蘇生センター	24時間対応	
脳神経センター	24時間対応	

※診療時間や曜日は変更することがあります。
あらかじめお電話にて確認のうえご来院ください。
※愛宕病院ホームページにも掲載されています。

休診日:日曜日・祝日

※但し、急患は休診日・深夜も24時間診療します

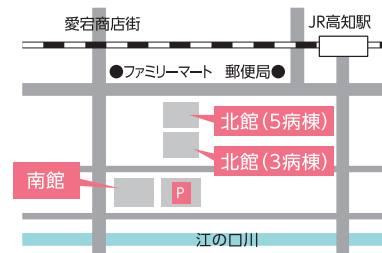


編集後記

新型コロナウイルスは変異株を含めて未だ猛威を振っています。しかしながら慣れというのは恐ろしいもので、最近ではマスクをしていないとなんだか気恥ずかしい気分になってしまいます。ワクチン接種が始まり、収束への長い道のりをようやく一歩踏み出したといったところでしようか。
今号の表紙は、3月中旬ごろに撮影した香南市香我美町の西川花公園の菜の花と花桃。花桃はまだまだ咲き始めといったところでしたが、咲きほころぶ菜の花は鮮やかな黄色いじゅうたんのようでした。



菜の花畑の中で
お昼寝中の猫さん



受付は南館玄関を
入って左