

# H O H O E M I



特集  
がん診療部門

.....

最良を選ぶ、  
最善を尽くすがん治療



- ▶ がん診療部門特集 最良を選ぶ、最善を尽くすがん治療
- ▶ 栄養士の健康レシピ 栄養満点さばカレー
- ▶ 知っておきたいお薬の話 点眼薬の正しい使い方
- ▶ ちょっとひといき 呼吸を鍛えるトレーニング



がん治療の最先端も全人的医療も、チームなら叶えられる。

### がん治療をめぐる社会の変化で、新しい問題も顕著に。

ここ数十年でがんの治療は大きく変化しました。それは高齢化と高度化です。高齢者の割合が増えることでがんの患者さんに占める高齢者の割合も大きく増加しました。これは単に患者さんの年齢が上がっただけでなく、併存症や合併症が増加し、また高齢化による臓器機能の低下で副作用の危険が増えることも意味します。

高度化も同様です。薬物療法に目を向けてみれば、いわゆる抗がん剤と言われた殺細胞性抗がん剤から、様々な分子標的薬、近年は免疫チェックポイント阻害薬が開発され、一見、免疫力によるがん治療が現実の世界になったように感じますが、同時に今まではなかった免疫の暴走による irAE(免疫関連有害事象) に対応することが必要になってきました。



### 早期の副作用対策から救急まで、総合病院だからできること。

当院では総合病院である強みを生かして、他の専門病院では診療に難渋するような基礎疾患をもった患者さんにも対応し、また多岐にわたる irAE(免疫関連有害事象) にもがん腫を超えた専門家の早期介入による副作用対策が取られることが特徴です。例えば心筋梗塞の既往があると薬物療法や手術療法の適応から外れてしまう場合もありますが、当院には循環器内科もあるため心臓に併存症を持つ症例にも心機能に合わせた治療を選択することが可能です。

また、当院の特徴は、がん救急にも対応していることです。がんの治療中に生じる致死的な合併症だけでなく初発症状として救急に搬入された例にも、救命と平行してがんの診断治療へと進んでいけることも大きな特徴です。



### 化学療法・放射線治療・緩和ケア。



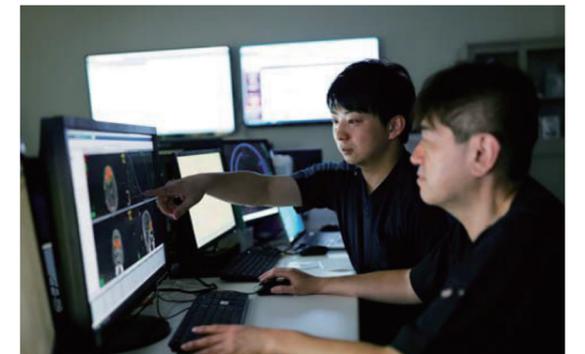
著しく進歩した化学療法。  
患者さんの QOL を何よりも大切にすること。

細胞障害性薬剤が中心だった化学療法は、多剤併用療法から分子標的治療薬や免疫チェックポイント阻害薬の発達により、飛躍的に進歩した分野のひとつです。延命目的の化学療法においては生存期間の延長を認め、術前・術後化学療法により手術の根治性を上昇させるなど、がん治療における重要性が以前よりも明らかに大きくなりました。しかし、レジメン数の増加や多彩な副作用など、治療のベネフィットを得るためには専門的な管理が必要となっているのも事実です。当院では専任薬剤師や看護師、専従医師を要する化学療法センターに外来化学療法を集約し、集中的な管理を行うことでリスク管理や副作用対策を行い、安心安全な化学療法に努めています。

技術、経験、配慮を活かし、  
一丸となって取り組む放射線治療チーム。

患者さんの症状を診察し、治療方針を決める「医師」に加えて、医師と連携をとって、一人ひとりの患者さんごとに放射線治療計画の最適化と評価を行う「医学物理士」、正確で安全な放射線照射を実践する経験豊富な「診療放射線技師」、そして患者さんの心身のケアを行う「看護師」、受付業務や治療のスケジュールを管理する「事務員」など多職種で構成された放射線治療チームが一丸となって安全な放射線治療を提供します。

また、専従看護師が、患者さんの副作用・合併症やその他の苦痛に対しても迅速かつ継続的にサポートし、女性の患者さんには、女性の放射線技師と看護師が対応できるように人員配置にしています。安全で精度の高い放射線治療を提供するためにガイドラインに準じた機器の精度確認はもちろん、放射線治療の安全性をより向上させるとともに、放射線医学の領域での知識・技術を習得するため認定資格の習得に励んでいます。



心身の痛みにチームで寄り添う。 福岡徳洲会病院の「症状緩和チーム」。

緩和ケアとは

「生命を脅かす病に関連する問題に直面している患者とその家族のQOLを、痛みやその他の身体的・心理社会的・スピリチュアルな問題を早期に見出し的確に評価を行い対応することで、苦痛を予防し和らげることを通して向上させるアプローチである。」とWHOが2002年に定義しています。緩和ケアは、終末期だけではない事、がんだけではない事がポイントです。

緩和ケアチームとは

痛みや吐き気などの体の苦痛や不安・落ち込みなどの心のつらさを和らげ、患者さん自身が、自分らしい生活が送れるようにサポートするチームです。当院の緩和ケアチームは、身体症状を担当する医師(ペインクリニック)や精神症状を担当する医師(心療内科)、緩和ケア認定看護師、薬剤師、公認心理師、管理栄養士、ソーシャルワーカー、リハビリテーション(理学療法士・作業療法士)により構成されています。当院の緩和ケアチームは、つらい症状を緩和するという意味で呼称を「症状緩和チーム」としています。



今まで通りの生活を続けながらがん治療のサポートをします。

技術、経験、配慮を活かし、一丸となって取り組む放射線治療チーム。

ストーマ外来

ストーマ管理や関連する皮膚障害などご相談を受け、指導など行っています。

ペインクリニック外来

痛みの原因を診断し、神経ブロックをはじめとする各種の治療法を駆使して痛みを軽減、消失させQOLの向上を目的としています。

薬剤師外来

がん薬物療法の専門知識を持つ薬剤師が日常生活での注意点、相談を行います。

がん漢方外来

がん薬物療法の専門知識を持つ薬剤師が日常生活での注意点、相談を行います。

がん患者さんとそのご家族が全人的な相談支援を受けられることを目指して

「がん相談支援センター」とは、がんに関する相談窓口です。診断や治療の状況にかかわらず、どんなタイミングでもどんなことでも相談することができる窓口です。相談は無料、匿名でも行えます。また、当院に通院していない方からの相談にも対応いたします。がん相談支援センターの相談員は国立がん研究センターが主催する「がん相談支援センター相談員研修」を修了した者を配置することとなり、当院では専従の相談員および専任の相談員が配置されています。



相談内容

病気・検査・治療・副作用について

- 自分のがんや治療などについて詳しく知りたい
- 違う医療機関の医師に話を聞いてみたい(セカンドオピニオン)

社会との関わりについて

- 仕事はどうすればいいか
- 働きながら治療をすることができるのか

心のこと・家族とのかかわり

- ひとりで考えていると気持ちが落ち込んで不安
- 家族にどう話せばいいかわからない

容姿・外見の変化について

- 脱毛など、外見の変化が不安
- スキンケアやウィッグについて話を聞きたい

経済的負担や支援について

- 医療費の支援制度や介護・福祉サービスを知りたい
- 仕事や育児・家事のことで困っている

緩和ケアについて

- 緩和ケアについて知りたい
- 緩和ケアを受けるにはどうしたらよいか

がん患者サロン

患者さんやその家族など、同じ立場の人が、がんのことを気軽に本音で語り合う交流の場のことで、当院では日頃の痛みや思い等を語り、分かち合い、明日の一助となるような会を目指しています。



がん相談支援センター

相談日：月～金曜日(祝日除く)  
相談時間：9～16時  
相談形式：対面または電話



## 知っておきたいお薬の話

### 点眼剤の正しい使い方

#### 基本の点眼方法

- ①手を清潔にする
- ②目薬をさす  
※医師、薬剤師の指示通りの用法用量を守る  
※液があふれた場合は、清潔なティッシュやガーゼで軽く拭き取る
- ③まばたきはせず(1~5分ほど)まぶたを閉じる

#### 間違った点眼方法

- ✖ **目薬の先が目につく**  
点眼液が汚染される原因になるため、容器の先がまぶたやまつ毛、目に触れないように注意する
- ✖ **目薬をさした後、目をばちばちさせる**  
まばたきによって目から鼻にお薬が流れ出てしまうため、目薬をさした後は、まばたきをしないようにする
- ✖ **目の周囲に落ちた薬液を流し込んでいる**  
汚れや花粉、細菌などの目の周りの異物も目に入るため、あふれた薬液は清潔なティッシュやガーゼで拭き取る
- ✖ **指定された滴数を超えて、何滴も目薬をさしている**  
お薬が目からあふれてしまうだけで、効果は変わらないため、医師または薬剤師に指示された用法用量を守って目薬をさす



監修 薬剤師  
佐々木 文野



#### 点眼が苦手な方向け 【点眼げんこつ法】

目薬を片手で持ちます。もう片方の手でげんこつを作ります。げんこつをまぶたにあて、軽く下に引きます。げんこつに点眼容器を持つ手をのせ、目薬をさしてください。



#### △ 注意事項 △

- ・濁っている懸濁性の点眼液は、よく振ってから目薬をさす
- ・2種類以上の点眼液を使用する場合は、5分以上の間隔をあける
- ・性質に合わせて目薬をさす順序に気をつける  
(一般的に、水溶性→懸濁性→ゲル化→油性 の順)  
※詳しくは医師、薬剤師にお尋ね下さい
- ・使用中に気になる症状が現れた場合には、医師または薬剤師にご相談下さい
- ・点眼液を他の人に貸したり、借りたりしないで下さい
- ・開封後は1ヶ月を使用の目安として、残った薬は保管せず捨てて下さい
- ・点眼液に浮遊物や濁り等がみられたら1ヶ月以内でも使用を中止して下さい

## ちょっとひといき 健康体操

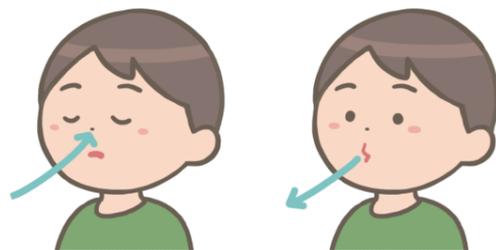


監修 理学療法士  
松本 章伸

### 呼吸を鍛えるトレーニングとは

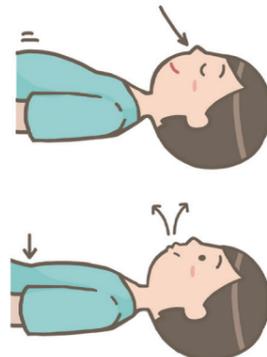
呼吸機能が低下している方は動く息苦しくなるため運動不足になりがちです。安静にしてばかりいると全身の筋力が低下していき、呼吸に必要な筋力も低下していきま。その結果、ますます呼吸機能が低下するという悪循環をきたしてしまいます。呼吸に必要な筋力を鍛えることにより、容易に呼吸を行うことができるようになります。

#### [ 口すぼめ呼吸 ]



- ①鼻から息を吸う
- ②口をすぼめて口から息を吐く

#### [ 腹式呼吸 ]



軽く膝を曲げて立て、手を胸とお腹におく

- ①鼻から息を吸い込み、お腹が膨らむのを手で確認
- ②お腹の力を抜いて、口をすぼめてゆっくりと息を吐きましょう

## 栄養士の簡単レシピ

### さば缶キーマカレー



1人分の栄養素

エネルギー 360kcal  
たんぱく質 16.9g  
塩分 2.0g



監修 栄養士  
下野 明日香

#### 〈 材料：2人分 〉

- ・さば缶 1缶 (160g)
- ・たまねぎ 1/2個
- ・にんにく 1片
- ・オリーブオイル 小さじ1
- ・ケチャップ 大さじ2
- ・中濃ソース 大さじ1
- 調味料
- ・酒 大さじ1
- ・カレー粉 大さじ1
- ・味噌 小さじ1/2
- ・こしょう 適量

#### 〈 作り方 〉

下準備  
たまねぎ、にんにくはみじん切りにしておく。

- 1 フライパンにオリーブオイルとにんにくを入れ弱火で熱する。にんにくの香りがしてきたらたまねぎを加える。
- 2 たまねぎが透き通ってきたらフライパンの端に寄せ、ケチャップ、中濃ソースを入れ焦げ付かないように炒める。
- 3 さば缶(汁ごと)と調味料を入れる。さばの身を木べらで潰しながら汁気が無くなるまで炒める。
- 4 器に盛り付け、中央に卵黄をのせ、パセリを散らす。

#### 〔さば〕

さばにはたんぱく質はもちろんDHAやEPAのほか、ビタミンB6・B12、鉄など多くの栄養素が含まれています。さばなどの青魚に多く含まれるDHA(ドコサヘキサエン酸)やEPA(エイコサペンタエン酸)は動脈硬化や血栓が作られるのを防ぐ働きがあります。

さば缶のさばの身は骨ごと食べられるためカルシウム含有量もすぐれています。

また、汁ごと料理に使用することで溶け出した栄養まで無駄なく摂取することができます。

#### 〈 生のさばの選び方 〉

「さばの生腐れ」という言葉があるように、鮮度が重視される魚です。目がきれいに澄み、胸が丸く張っていて身のしっかりしたものを選びましょう。

特に背の模様が鮮明でえらの模様が鮮紅色のものが新鮮で、尾のきわまで太っているものは脂がのっておいしいです。

## 栄養ニュースのご紹介



当院の栄養管理士の監修のもと毎月「栄養ニュース（栄養広報新聞）」を発行しています。時期に合わせた特集やレシピなど紹介しています。ホームページからも閲覧ができますので是非ご覧ください。

## アンケートご協力をお願い

皆さまにより一層満足していただく広報誌を目指し、広報誌を読んでいた皆さまにご意見をお伺いするアンケート調査を実施しております。下記のQRよりサイトにアクセスしていただき皆さまの率直なご意見ご要望をお聞かせください。ご協力をお願いいたします。



## 公式 Instagram のご紹介



当院の様子や職員のこと、イベント等の情報を発信しています。是非フォローしてご覧ください。



<https://www.instagram.com/fukuokatokushukai/>

最近はこんな投稿をしました！



## 福岡徳洲会病院公式 SNS

〔 YouTube 〕



頸部・上肢・体幹、下肢、口腔体操・発声練習など体操の動画をアップしています。是非ご覧ください。

〔 福岡徳洲会病院 Instagram 〕



病院の様子やイベント等の情報を発信します。

〔 卒後教育センター（研修医） Instagram 〕



当院に在籍する研修医の研修風景など紹介しています。



医療法人 徳洲会 福岡徳洲会病院  
〒816-0864 福岡県春日市須玖北 4-5

TEL : 092-573-6622

FAX : 092-573-1733

<https://www.f-toku.jp/>

