

はあと

メディカルインフォメーション

第118号

2023年 10月 31日

発行：東京臨海病院

東京都江戸川区臨海町 1-4-2

電話 03-5605-8811 (代表)

FAX 03-5605-8113

発行責任者：臼杵 二郎

編集：広報委員会/診療情報管理課

ドクターメール

肺がんの早期診断のために



呼吸器外科部長
牧野 洋二郎

念ながらⅣ期と診断された肺がんは根治を期待できません。逆にⅠ期で発見された肺がんの術後5年生存率は90%以上、Ⅰ期でも80%以上とされており、多くの人が根治できていると考えられます。つまり肺がんは早く見つけられ手術を受ければ根治できる病気であることをしっかり認識してください。肺がんを早く見つけるために、命を守るために必要となるのが肺がん検診を受けることなのです。



肺がんなんて怖くない

はっきり言います。残念ながら皆様が思っているとおり肺がんは怖い病気です。

肺がんの罹患数(2019年)は男性4位、女性3位、男女計2位、一方、肺がんの死亡数(2020年)は男性1位、女性2位、男女計1位です。つまり肺がんになる人の割合に対して死亡数が多く、悪性度の高いがんと言えます。

では肺がんと診断されたらもう諦めるしかないのでしょうか？安心してください。肺がんは治せる病気です。ただそれを可能にするためにはある条件が必要なのです。



※肺がん死亡率(2020年)



自分で守ろう自分のからだ

コロナ禍前の2017年を例にすると肺がん検診による肺がん発見率は0.05%でした。つまり1万人が肺がん検診を受けると5人が見つかるという計算になります。そう聞くと全然見つからなくていいじゃないかと思う人がいるかもしれませんが、一方で肺がんの罹患率は人口10万人あたり約100人、1万人に対して約10人です。つまり年間に肺がんになる人の半分は肺がん検診で発見できているという計算になり、肺がん検診も十分な役割を果たしているのが分かります。

肺がん検診を受ける決定をできるのは自分自身です。年に1回の受診で良いので積極的に肺がん検診を受けましょう。自分のからだは自分で守りましょう。

〔参考〕

国立がん研究センター がん情報サービス

http://ganjoho.jp/reg_stat/statistics/stat/cancer/12_lung.html#anchor1

肺癌診療ガイドライン2022

<https://www.haigan.gr.jp/guideline/2022/index.html>

日本対がん協会ホームページ

<https://www.jcancer.jp/>

(最終閲覧 令和5年3月10日)



命を守る肺がん検診

それでは肺がんの根治には何が必要なのでしょう？答えは簡単です。早く見つけて早く治療すれば良いのです。病期(ステージ)とはがんの進行度を示すものですが、肺がんの場合はⅠ期からⅣ期まであります。ここでは肺がんの中で8割を示す非小細胞肺がんの場合を説明致します。

Ⅰ期からⅢ期の一部までが手術の適応となり根治できる可能性のある肺がんです。現在の医療技術では残





重要なお知らせ

東京臨海病院は

紹介受診重点医療機関

かかりつけ医からの紹介状を持って

受診いただくことに重点をおいた医療機関です

◆一部の患者さんを除き、紹介状をお持ちでない場合、【**選定療養費**】の徴収が義務付けられています。令和5年10月1日より、選定療養費が変更になりました。

9月30日まで

初診時 ￥3,300 (税込)



10月1日から

初診時 ￥7,700 (税込)

再診時 ￥3,300 (税込)

※ご不明な点は、医事課 初再診窓口にお尋ねください。

■「第23回 東京臨海病院 区民公開講演会」を開催しました

10月21日(土)「受けよう!がん検診」をテーマに講演会を開催しました。前回に引き続き、会場のタワーホール船堀とWEB配信を併用したハイブリッド型で行われ、江戸川区民の方を中心に多数の方にお集まりいただきました。ご参加いただいた皆さま、誠にありがとうございました。



「胃がん・大腸がんは早期発見がとっても大事!」
山田 俊夫
(健康医学センター長 / 消化器内科部長)



「どこ見てんのよ〜?」
こんなところを見(診)ています。腹部超音波検査」
藤井 雅代(放射線科科長)



「便秘?ただの痔?それ、大腸がんかも!?!」
青木 順(外科医長)

NEW FACE

2023年10月に着任した医師を紹介します。

次の講演会は、
2024年6月1日(土)開催予定です。
詳細はあらためてお知らせいたします。

心臓血管外科	医員	寶亀 亮悟(ホウキ リョウゴ)	腎臓内科	医員	吉井はるか(ヨシイ ハルカ)
麻酔科	医員	功刀 沙也香(クヌギ サヤカ)	外科	医員	小林 清洋(コバヤシ セイヨウ)
皮膚科	医員	宮田 彩可(ミヤタ アヤカ)	呼吸器外科	医員	計良 怜(ケラ サトシ)
呼吸器内科	医員	三澤 一仁(ミサワ カズヒト)	産婦人科	医員	堀江 真理(ホリエ マリ)
メンタルクリニック	医員	小野田 歩(オノダ アユム)			

どうするインフルエンザワクチン

インフルエンザは、一般的な風邪と比べて症状が重くなりやすく、日本では毎年流行することから、1～3月の流行ピークに合わせ11月頃にワクチン接種を行うことが一般的です。しかし、2020年以降の新型コロナウイルス感染症の流行により、極端にインフルエンザの発生数が減少し、約3年間大きな流行がありませんでした。

ところが今年は、夏頃からインフルエンザが流行し、2009年以来、はじめて冬のシーズン前に流行しています。2009年の際は冬に大きな流行とはなりませんでした。今年の時季外れの流行の原因は、ここ数年インフルエンザの流行が起きなかったことから、社会全体の集団免疫が低下しているためと考えられています。社会全体で一定の集団免疫が高まらないと再び流行するか流行が長引くことが考えられます。

日本感染症学会は、流行の拡大が懸念されるため、インフルエンザワクチン接種を推奨しております。接種の機会がある方はワクチン接種をご検討してください。



守ろう! せき

咳
エチケット

- ① 咳・くしゃみをする時は、人がいる方を向かずに1メートル以上離れてから。
- ② 咳・くしゃみが出る時はすぐにマスクをつけましょう!
- ③ マスクがない時は、ハンカチやティッシュを口にあてましょう!
- ④ 鼻水・痰がついたティッシュはすぐゴミ箱へ!

鼻をかんだあとなどはすぐに手を洗いましょう。



咳エチケットにご協力お願いいたします。マスクは【自動販売機】と【1階売店】で販売しております。



■ 院内にて無料 Wi-Fi がご利用できます

10月16日(月)より、院内にて無料Wi-Fiがご利用できます。

- 【利用可能エリア】
- ◆外来 : 受付・会計窓口、診療科待合、他
 - ◆病棟 : 各病棟、デイルーム、他
 - ◆その他 : 健診医学センター

※利用規約をよく読んでからご利用ください。(病院ホームページに掲載)



病院ホームページ

■ 面会について

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、面会制限を実施しております。今後の状況の進展により対応の変更が生じると考えられます。来院の際は、ホームページにて最新情報を確認くださいますようお願いいたします。

■ 休診のお知らせについて

当院ホームページにて、休診のお知らせを掲載しております。ご予約以外で受診される際ご確認をお願いいたします。また、医師の急な都合により、休診情報を掲載できない場合がございますので、あらかじめご了承ください。

★詳しくは病院ホームページをご覧ください <http://www.tokyorinkai.jp/>

■ 「東京臨海病院公式 Facebook」

東京臨海病院では Facebook ページで、病院の院内・院外活動について情報発信を行っています。



Facebook

■ 4C 病棟Instagramはじめました!

4C 病棟(産婦人科病棟)でInstagramをはじめました。フォローよろしくお願いします!



@TOKYORINKAI_SANKA

【11・12・1月の土曜診療日】 11月11・25日、12月9・23日、1月13・27日

■受付時間■午前8時～午前10時30分 原則として予約診療はいたしません。

いはびり小話

ウォーキングで健康アップ④

～快適ウォーキングのための体操 <2>～

前回に引き続き、快適ウォーキングのためのウォーミングアップ（準備）・クールダウン（整理）の体操を紹介します。今回は、足指・足裏の柔軟体操です。



足裏ほぐし運動

- ① 椅子座位の姿勢で運動を開始します。
- ② 片足の足裏と床の間にテニスボール、もしくはゴルフボールを入れます。
- ③ ②の状態 で前後、左右にボールを転がします。
- ④ 足裏の土踏まずなど転がして気持ちいいと感じる所を重点的に行います。



足指と足裏のストレッチ運動

- ① 椅子座位で片足を組んだ姿勢で運動を開始します。
- ② 足指の間に手指を入れます。足指根元は隙間ができるようにしてください（図 1）。
- ③ 手指の先が足指根元にくるように軽く握ります（図 2）。
- ④ ③の状態 で足の甲の方向に足指を軽く反らし、5 秒間保ちます（図 3）。
- ⑤ ③の状態 で足の裏の方向に足指を軽く曲げ、5 秒間保ちます（図 4）。



図 1



図 2

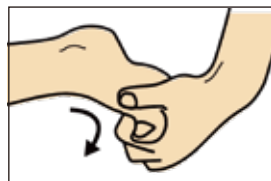


図 3

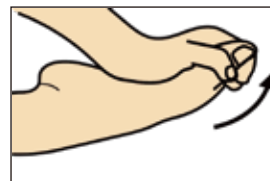


図 4



足指じゃんけん運動

- ① 椅子座位で足のかかとを床につけた姿勢で運動を開始します。
 - ② 両側の足指を使い、足指じゃんけん運動をします。
 - ③ 足指を縮めての『グー』、足指を広げての『パー』、親指だけを上げる『チョキ』の形を作ります。
 - ④ ③の『グー』『パー』『チョキ』をリズム良く繰り返し、1 分間で 10 回、行います。
- ※『チョキ』が難しい場合は、『グー』『パー』のみで結構です。



グー



パー



チョキ

■ 編集後記

ベランダのプランター栽培している安納芋がもうすぐ収穫です。昨年は、25 cm × 75 cm × 30 cm の狭い空間に、へ の字や U の字に身をよじらせてびっしり、大小 27 本もの芋が獲れました。1 か月ほど熟成させましたが、甘くてしっとり抜群の美味しさは絶品です。今年も今か今かと待ちかねているカミさんと、食欲の秋を堪能します。そうだ！芋づるもキンピラで食べてみよう。



診療実績

2023年9月の当院の実績は以下のとおりです。

病床数：400 床
医師数（2023年9月1日現在）：78 名
外来延患者数：14,113 名
入院延患者数：7,304 名
手術件数：223 件