



地方独立行政法人

東京都健康長寿医療センター

〒173-0015 東京都板橋区栄町35-2

(代表電話) 03-3964-1141

(予約専用電話) 03-3964-4890

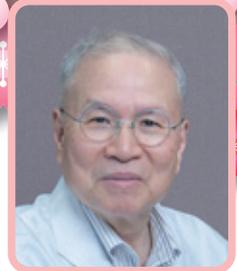
ホームページ <http://www.tmg Hig.jp/>

第149号 (令和2年1月号)



令和2年新年のご挨拶

東京都健康長寿医療センター
センター長 許 俊鋭



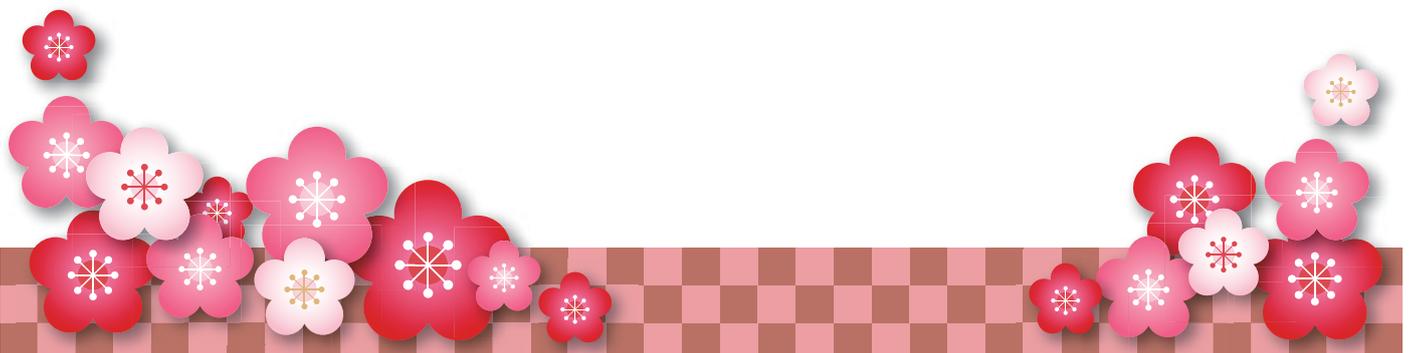
新年あけましておめでとうございます。

新年を迎え、今年も皆様にとって実り多い年となりますよう願っております。昨年中は私共の施設に多大なるご支援、ご鞭撻を賜り心から感謝申し上げます。

東京都健康長寿医療センターは明治5年に設立されました「養育院」を源流とし、昭和47年に美濃部都政により高齢者医療・福祉並びに高齢医学に特化した養育院附属病院（後の東京都老人医療センター）と東京都老人総合研究所が設立されました。平成21年に「東京都老人医療センター」と「老人総合研究所」が一体となって「地方独立行政法人東京都健康長寿医療センター」として再出発し10年が経ちました。平成25年に現在の新施設に移転し、心臓病（狭心症・弁膜症など）、血管病（急性大動脈解・大動脈瘤など）、脳血管疾患（脳梗塞・脳出血など）、がん（胃がん・肺がん・大腸がんなど）、認知症、呼吸器疾患（肺炎・肺気腫・慢性気管支炎など）を含むあらゆる高齢者疾患の診療、介護予防・認知症予防・フレイル予防に積極的に取り組んでいます。また、高齢者は季節の変わり目などに心臓発作や脳卒中、肺炎などを発症しやすく、救急患者さんをいつでも受け入れ可能な救急医療体制の構築にも努めています。また、高齢患者さんのQOLの向上を目指して「フレイル外来」「もの忘れ外来」「骨粗鬆症外来」「さわやか排尿外来」などの外来コンサルテーション機能も強化しています。

他にも平成28年には地域包括ケア病棟（38床）を、平成29年には脳卒中ケアユニット（6床）をそれぞれ開設し、これらの病床稼働率は当初の予想以上となっています。

700名を超す連携の先生方のご支援により、高度急性期医療から在宅医療まで西北部二次医療圏における一貫した地域包括ケアシステムを構築すべく努力し、高齢患者さんへの「優しくあたたかい医療」の提供を志して参ります。本年もご指導、ご支援、ご鞭撻を賜りますよう心よりお願い申し上げます。



胃がん検診

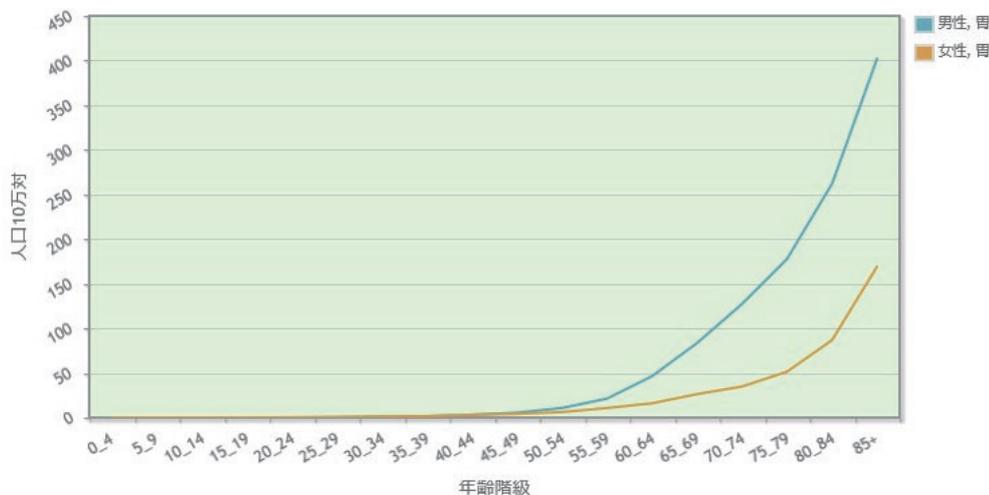
—胃内視鏡検診はじまりました—

外科 専門部長 吉田 孝司

はじめに

国立がん研究センターの最新がん統計によると、2014年の部位別罹患数で胃がんは男性1位、女性3位となっており、2017年の部位別死亡数で胃がんは男性2位、女性4位となっております。また、胃がん死亡率～年齢による変化では男女とも年齢50歳以降から増加し高齢になるほど高いことが分かります（図1）。

図1 年齢階級別 死亡率 2017年



資料：国立がん研究センターがん対策情報センター「がん登録・統計」
Source: Cancer Information Services, National Cancer Center, Japan

2016年に「がん予防重点健康教育及びがん検診実施のための指針」が改正され、このたび板橋区胃がん検診運営委員会が中心となり「対策型検診のための胃内視鏡検診マニュアル」、「東京都胃がん検診の精度管理のための技術的指針」に基づき、板橋区において2019年11月より胃内視鏡検診を実施することになりました。それに準じて当センターにおいても11月から胃内視鏡検診を行っております。当センターでの内視鏡検査は通常観察に加え必要に応じNBI観察（Narrow Band Imaging：狭帯域光法）、拡大内視鏡検査にて胃粘膜の構造の変化や血管の変化を観察し胃がんの早期発見に努めております（図2）。

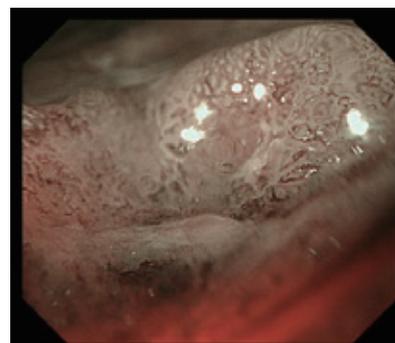


図2 NBI 拡大内視鏡観察（自験例）

胃がん

何よりも早期発見が大事です。内視鏡検査では直接胃粘膜の観察ができるのでX線（造影剤バリウム）検査ではみつけられない早期の胃がんを発見することが可能です。図3-aの病変は表面平坦型の早期胃がんですが、この病変をX線検査で発見するのは困難です。この段階でみつければ内視鏡治療法として内視鏡的粘膜切除術または内視鏡的粘膜下層剥離術で根治治療ができます（図3-a～d）。また、図4-aのような内視鏡治療の適応にならない病変は外科手術になりますが、この段階で病変がみつければ開腹手術ではなく低侵襲手術の腹腔鏡手術が可能です（図4-b～e）。このように早い段階でみつけることができれば低侵襲治療で胃がん根治治療ができます。当センターでは、内視鏡治療は消化器内科、腹腔鏡手術は外科にて積極的に行っております。

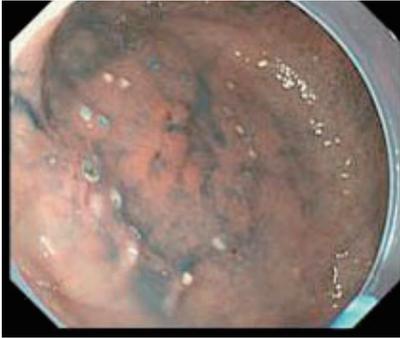


図 3-a 表面平坦型の胃がん 粘膜がんにて内視鏡治療の適応です
内視鏡的粘膜下層剥離術（自験例）

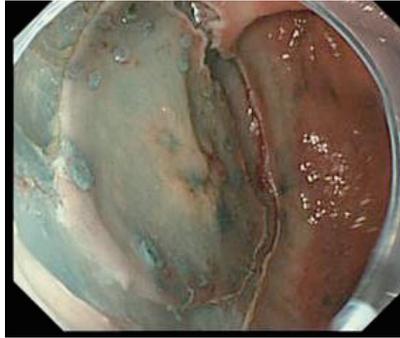


図 3-b 内視鏡的粘膜下層剥離術：
病変周囲の全周切開

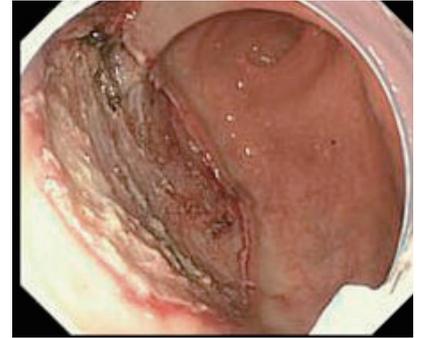


図 3-c 病変の切除終了

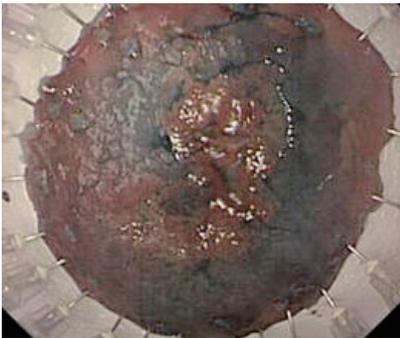


図 3-d きれいに病変が切除されています



図 4-a 内視鏡治療の適応外病変にて
腹腔鏡手術で治療します（自験例）

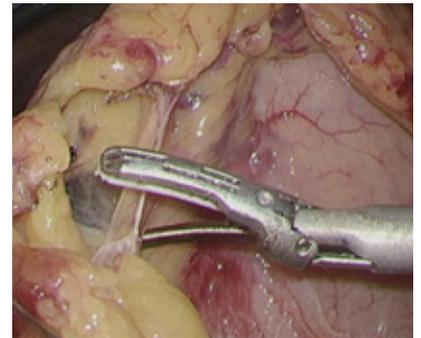


図 4-b 腹腔鏡拡大視観察にて丁寧に
切離していきます

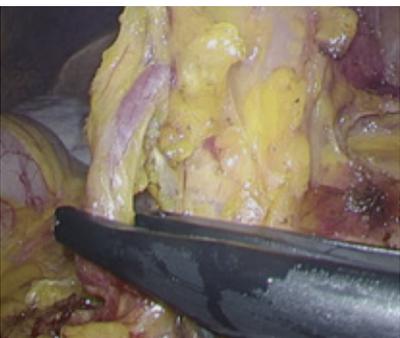


図 4-c 血管も確実に切離します

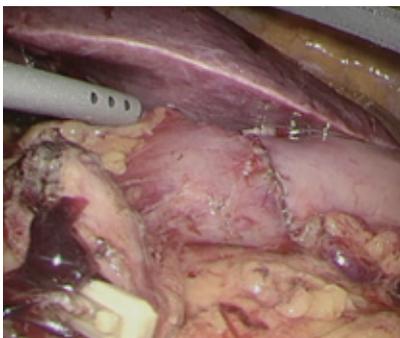


図 4-d 病変が切除され残胃十二指腸
吻合が終了しました



図 4-e 創部はほとんど目立ちません

胃内視鏡検診のながれ

板橋区における胃がん検診（内視鏡）の対象年齢は 50、52、54、56、58 歳の方になります。ただし 50、52、54、56、58 歳で当該年度に胃がん検診（X 線検査）を受けた方、50 歳で当該年度に胃がんリスク検診を受けた方は対象外となります。検診自己負担金は 1800 円です。

受診をご希望の方は、健（検）診申し込み窓口にて電話・はがき・電子申請等で申し込んでください。詳しくは、板橋区健康生きがい部・健康推進課内「健（検）診申し込み窓口」TEL03-3579-2319 にお問い合わせください。申込書がお手元に届き当センターでの検診をご希望の方は、東京都健康長寿医療センター・予約センター TEL03-3964-4890 にてお申込みください。

おわりに

胃内視鏡検診の受診期間は令和 2 年 1 月末日までです。胃がんは早期にみつかれば治る見込みの高い病気です。対象年齢の方にはぜひ胃内視鏡検診をうけていただければと思います。

「さわやか排尿外来」

地方独立行政法人東京都健康長寿医療センター 看護部
皮膚・排泄ケア認定看護師 野島 陽子

<はじめに>

当センターは、高齢の方々の特性に対応するための「フレイル外来」「物忘れ外来」などの他、認定看護師と医師・看護師が協働し診療を行っている「ケア外来」があります。

ケア外来には「さわやか排尿外来」、「ストーマケア・スキンケア外来」、「フットケア外来」があります。今回は「さわやか排尿外来」について紹介します。

<排尿問題の現状>

排尿について悩みを抱えている方は多いにも関わらず、実際に受診される方は、その10%にも満たないと言われています。

背景としては、下記に挙げる原因・要因があると思われます。

- ①もう年だから仕方ない…と自分自身が諦めている
- ②近くの診療所、医院などで「年なのだから仕方ない」と言われた
- ③排尿についての悩みを話すなんて恥ずかしいし情けないと思っている
- ④どの科に受診したら良いのか分からない

排尿問題は、ただ単に気持ちよく排尿できないという問題だけではなく、においが気になる、いつもトイレに行きたいような気がするなど日常生活に支障をきたす問題、頻回にトイレに行くため旅行に行かれない、友人と外出したくないなど、趣味や楽しみに生じる問題など、様々な障害からこころにも影響をきたします。

<さわやか排尿外来とは>

泌尿器科医師と外来看護師、皮膚・排泄ケア認定看護師が協働して、頻尿・失禁などの問題を解決するための相談・支援を行う外来です。



* さわやか排尿外来の特徴 *

- ① プライバシーが確保された部屋でお話を伺うため、周囲への気兼ねがなくお話していただけます
- ② お一人 30 分以上の診療時間を設けておりますので、ゆっくり落ち着いてお話を伺うことができます
- ③ 医師による症状・病変への対応（手術や投薬など）だけでなく、看護師の視点から受診される皆様の生活上の困りごとを解決できるように、アドバイスやケアの方法などを提案・支援することができます

< 終わりに >

一人で悩まず、私達専門スタッフと一緒に問題を解決していきましょう。皆様が持っている苦痛・苦悩を軽減できるよう、これまでの経験を活かして精いっぱいお手伝いします。悩みを話してハレバレとするために、まずは勇気を出して、さわやか外来にご相談ください。

< 相談方法・連絡先 >

* 受診予約を希望される方：予約センターで予約をお取りください

☎ 03 - 3964 - 4890 (直通電話)

* 受診を悩まれている方：泌尿器科看護師、専門の看護師にご相談ください

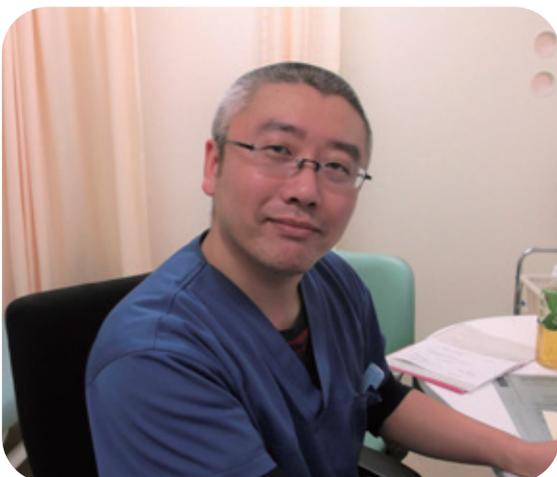
☎ 03 - 3964 - 1141 (代表電話)

泌尿器科外来看護師 土日祝日を除く 14～16 時頃 内線：3162

専門の看護師 土日祝日を除く 9～16 時頃 PHS：60161

< 外来日 >

毎週火曜日 13 時半から 16 時半まで



患者さまの声

- 外来受付のスタッフはとても感じが悪い。病院の受付の接し方を考えた方がいいと思う。
→ご不快な思いをさせてしまい申し訳ございません。ご指摘を頂いた対応者には厳重注意をいたしました。今後、患者様に対しご不快な思いをさせぬよう指導して参ります。
- 5階病棟のデイルームのテーブルの位置について、テレビの直前にあるテーブルの椅子に長時間居座り続けると他の人はテレビが見えません。
→ご不便をお掛けしまして申し訳ございません。病棟で検討して、机の配置を変更させていただきました。
- 代表電話に電話をしても長く繋がらない場合がある。病院として不安です。
→ご迷惑をお掛けしまして申し訳ございません。代表電話につきましては、診療開始前後など混み合う時

間帯がございます。混雑時は順番にお繋ぎしておりますので、ご理解いただきますようお願いいたします。

- 患者呼び出し用のモニターを使用していない診療科がある。自分の診察があと何番目かわからない。トイシすらいけない。
→ご不便をお掛けしまして申し訳ございません。今後、電光掲示板を活用し、受付番号を表示するよう周知いたします。なお、状況によっては、口頭のご案内をすることもありますが、その際はどうぞご了承ください。
- 夕方、大谷口北町で事故に遭い、ケガを負いました。通りかかったセンターの看護師が適切な処置をしてくれました。ありがとうございました。
- センターは他の病院と違い、案内が分かりやすく親切である。自転車置き場も広く、駐車場も広く、駅からも近い。



「クリスマスコンサート」が開催されました♪



センター職員有志を中心に結成された、アルテハイマート合奏団による「クリスマスコンサート」を、12月18日(水)に2階レストランで開催しました。

当日は患者様やご家族の方々など約80人の皆様にお集まりいただき、「ウォーキング イン ジ エア」・「津軽海峡冬景色」・「ワルツ」・「サウンドオブミュージック」など7曲が演奏されました。ピアノやチェロなどの美しいメロディーが会場に暖かく響き渡り、会場全体が楽しい雰囲気に包まれました。

盛況のうちに終了したコンサートは、療養中の患者様やご家族の皆様にとって楽しい癒しのひとときとなったのではないかと思います。

センターでは定期的にこのような催しを実施しており、これからも患者様やご家族のみなさまにとって、よりよい療養環境を提供できるよう取り組んでいきたいと思っておりますので、よろしくをお願いいたします。



おれんじの会 ～「がん」サバイバーのご本人・ご家族を応援しています～

- 日 時 令和2年2月21日(金)14時～15時
- 集合場所 当センター内 2階 23番ブロック
- 内 容 第一部 勉強会「アロマを使ったリラクゼーション」
第二部 茶話会(談話・交流)
- 申し込み がん相談支援センター(1階8番窓口) ☎03-3964-5946



第157回老年学・老年医学公開講座

腎臓を守って、認知症を予防！

めざせ、健康長寿！

令和2年1月29日(水) 13時15分から16時まで
(開場12時45分)

会場 板橋区立文化会館 大ホール

当日先着1,200人 申込不要 入場無料 手話通訳あり