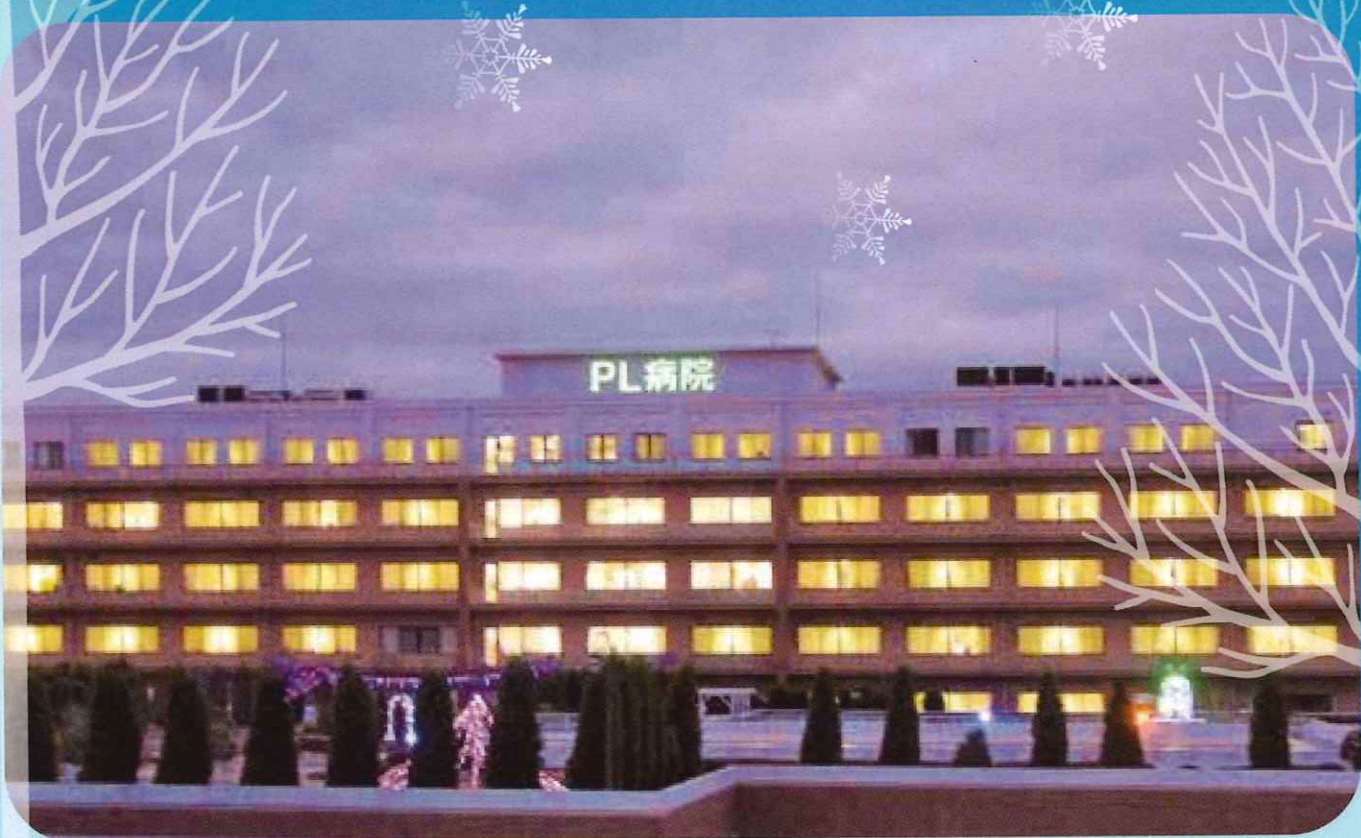


人生は芸術である 医療もまた芸術である
Vita ars est. Medicina etiam ars est.

とら

Tomorrow

2024.冬号
第109号



新年のごあいさつ 1

病院公式
Instagram紹介 2

大腸がんの
肝転移について 3-4

産婦人科紹介 5-6

リハビリ紹介 7-8

学会発表 9

受賞者紹介 10

冬の味覚レシピ紹介 11

登録医紹介 12

すこやかコーナー 13

トピックス/クイズ 14



医療法人宝生会

PL病院



新年あけましておめでとうございます。

旧年中のご愛顧に感謝申し上げます。まずは、今年の皆様のご健勝を心よりお祈り申し上げます。

当院は南河内における二次救急医療機関であるだけでなく、大阪府がん診療拠点病院、在宅療養後方支援病院、臨床研修医師の基幹型教育病院として地域の皆様のご健康に寄与すべく、医療の充実に向けて取り組んでおります。



また近年では、ナビゲーションシステム手術器械や手術支援ロボット「ダビンチ」、体外衝撃破碎装置、MRI・超音波融合画像による前立腺生検システム「バイオジェット」を取り入れ、2024年3月には最先端のMRI装置の導入を予定しています。安全な医療を提供することで地域の皆様に喜んでご来院いただき、喜んでお帰りいただける病院となるよう、各分野の専門医が十分な技量を発揮できるように最大限の努力を尽くしてまいります。

昨夏には紹介受診重点医療機関に選定され、初診時にかかりつけ医からの紹介状をご持参のうえ受診いただくとともに、状態が落ち着きましたら当院から逆紹介もして地域連携を重視しています。何卒ご理解とご協力をいただきますようお願い申し上げます。

また、急性期病院ながら、地域包括ケア病棟も設けております。ここでは、手術や急性期治療を終えたあと、在宅復帰の支援が必要な方や、家庭の事情等で在宅療養が一時的に困難になった方の入院療養も可能です。どうぞかかりつけ医にご相談ください。

今後とも、地域の皆様のご期待に添えるような医療提供を目指してまいります。

本年もどうぞよろしく申し上げます。

院長：進藤 勝久



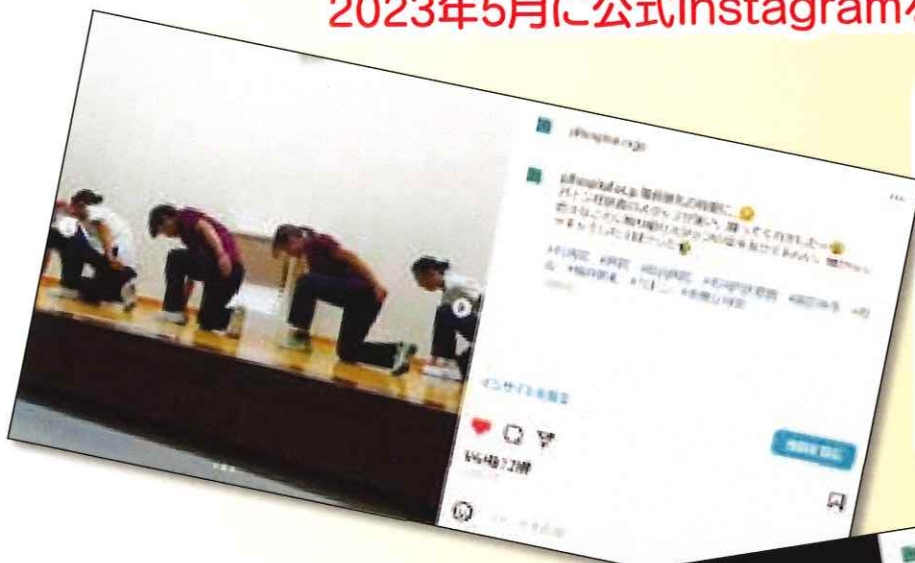


病院公式Instagram

2023年 いいね! TOP3!!



2023年5月に公式Instagramを開設しました!



これからもより多くのみなさまにPL病院を知っていただけるよう定期的に更新していきますので、みなさま、
フォロー&いいね!👍
をよろしくお願いいたします😊



Instagram



こちらからアクセス!



大腸がんの 肝転移について



外科部長／須浪 毅

👉大腸がんは肝臓に転移しやすい

肝臓は大腸がんが最も転移を起こしやすい臓器です。その理由は、大腸を通った血液が心臓にもどる途中で肝臓を通るからです。大腸がんの診断時にすでに肝転移を生じている患者さまは約10～12%（肺転移は約3%）、診断後に肝臓に再発を生じる患者さまは約7～10%（肺転移は約3%）です。

👉大腸がんの肝転移の第一選択は手術です

他の消化器がん（食道がん、膵がん、胆道がんなど）の肝転移が手術の対象になることはまずありません。それは肝転移の存在が、がんが全身に広がっている状態を示すものであるため、全身化学療法（抗がん剤治療）が第一選択となるからです。一方、大腸がんの肝転移は手術で完全に切除することにより治る確率が高く、一定の条件を満たせば手術が第一選択となります。その条件とは以下の5つです。

- (1) 手術に耐える体力、臓器機能がある。
- (2) 大腸がん自身が切除されているか、制御可能。
- (3) 肝転移を完全に切除可能。
- (4) 肝臓以外の転移がないか、制御可能。
- (5) 肝切除術後に残る肝臓の機能が十分である。

肝転移が見つかった時点で上記の条件を満たしていても、転移個数が多い場合には、まず抗がん剤治療を行なうこともあります。その理由は、複数の転移が存在しているということは、まだ画像検査にうつらないような小さ

な転移の芽が存在している可能性があり、せつかく手術してもすぐに再発する可能性が高いからです。そのような場合には、まず抗がん剤で治療をおこないつつ、新たな転移が出てこないことを確認してから手術を行います。

また一方で、肝転移が見つかった時点では左記の条件を満たしていなくても、抗がん剤治療をおこなうことで肝転移が小さくなり、切除しなければならない範囲が減ったために手術可能となる場合や、事前に肝臓を大きくするための治療をおこない、十分な残肝機能が担保できるようになることで手術可能となる場合もあります。

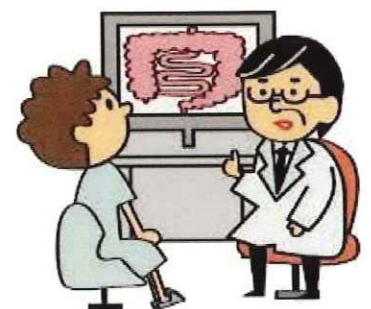
抗がん剤治療が非常に進歩し、画像検査でがんが見えなくなってしまうことも多くなってきましたが、そのような場合でもできるだけ切除をおこなう理由は、切除して顕微鏡で観察すると微小ながんが生き残っていることが多いからです。また、一度肝転移を切除しても、また新たな肝転移が生じてくる場合がありますが、このような場合にも再度左記の条件にあてはめて切除の可能性を検討し、治癒をめざしています。



👉 遺伝子検査結果に基づく個別化治療をおこないます

手術が適応とならない大腸がんの転移・再発に対しては、各患者さまのがん細胞の遺伝子検査結果に基づいて、抗がん剤、分子標的薬、免疫チェック阻害薬を選択しながら、患者さまごとに最適な治療をおこなうように心がけています。

当院では大腸がんに対して内視鏡的切除術、腹腔鏡手術、遺伝子検査に基づく化学療法を用いて、患者さまごとに最適な治療の提供に努めています。
どうぞお気軽にご相談ください。



当院の 産婦人科が選ばれているポイント！



ポイント1：充実の診療体制

安心して妊娠生活を送ることができるよう、医師による医療的チェックと助産師による指導で妊娠中の不安、疑問の解消をして、出産までのサポートを行います。常勤医師5名（うち女性医師3名）が在籍し、充実の診療体制でいつでも分娩予約可能です。

ポイント2：専門性の高いスタッフ

スタッフ（助産師）全員が専門性を高め、皆様のより良い出産や子育てのためにお手伝いいたします。

《取得している資格》

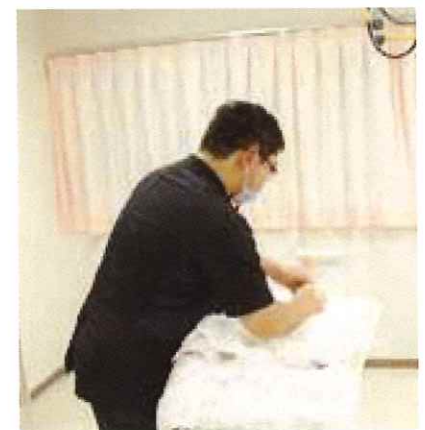
- ◆アドバンス助産師（10名） ◆NCPR修了認定（全員）
- ◆J-CIMELS（日本母体救命システム普及協議会）
- ◆マタニティ・ヨガインストラクター
- ◆メディカルアロマセラピスト ◆桶谷式乳房管理士
- ◆グリーフケア・アドバイザー ◆思春期保健相談士 他



ポイント3：他科との連携

分娩時など、異常があれば小児科医がすぐにかかけます。また、出産した新生児は全員小児科医が診察します。早産児は基本的に32週以降なら当院での対応が可能です。

その他、総合病院の強みを生かし、内科、外科、形成外科、眼科等と連携して妊娠・出産・産後のサポートをおこないます。



ポイント4：立ち会い出産に対応

新型コロナウイルス感染拡大防止に留意したうえで立ち会い出産をしています。出産に立ち会って頂けるのは、夫（パートナー）または母（それに準ずる方）1名になります。詳細は外来受診時に助産師より説明いたします。

PL病院はお母さまとご家族が安心してお産や育児のスタートができるよう、
妊娠期から出産、産後も寄り添い支援しています。

ポイント5：4Dエコー

超音波検査で、医師が普段の診療では診られない範囲など、4Dエコーも併用してゆっくり時間をかけ検査させていただきます。

動いている赤ちゃんの様子や表情の変化を見ることができます。

データをご自身のUSBに移すことができます。（毎回の2Dエコー画像もUSBに移すことができます。）

赤ちゃんの姿勢によっては、お顔を見せてくれないこともありますのでご了承ください。



ポイント6：おいしいお祝い膳

出産された方にお祝いの気持ちを入れて入院中にお祝い膳を提供させていただきます。

2023年10月にリニューアルいたしました。和風・洋風からお選びいただけます。



[和風]



[洋風]

ポイント7：里帰り出産に対応

里帰り出産にも対応しています。まずは産婦人科外来にお電話でご相談ください。

PL病院産婦人科外来 ☎0721-24-3100 (代表)

ポイント8：退院後も安心

入院中に母乳指導・沐浴指導・退院指導をおこない、安心して退院できるようサポートしています。また、富田林市・大阪狭山市・藤井寺市・羽曳野市・河内長野市・松原市・河南町・太子町の産後ケア事業も積極的に実施しています。



ご希望の方はお子さまの写真を本誌すこやかコーナーに掲載させていただきます！

リハビリ紹介

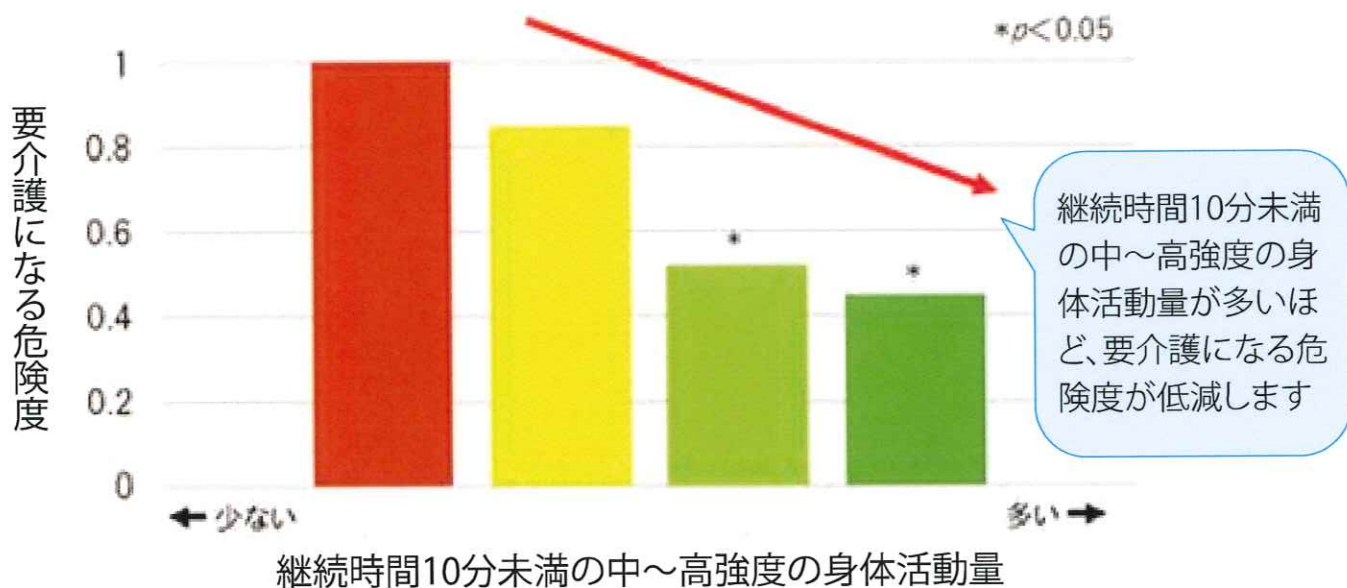


健康寿命をのばしましょう 2

皆さん、こんにちは。リハビリテーション科です。今回は、10分の運動が様々な病気を予防することができるという紹介をしました。今回は、運動や活動の強さを工夫すれば、1回10分未満の運動でも要介護になる可能性を低下させることができるかもしれない、という知見を紹介いたします。

◆ 中～高強度の身体活動の積み重ねが大切 ◆

これは福岡県篠栗町で行われた高齢者の身体活動と介護保険における要介護化の関係を調べる研究です。研究によると、1回あたりの継続時間が10分未満の中～高強度の身体活動を1日にこまめにおこない、積み重ねることが大事とのこと。10分未満の中～高強度の身体活動の合計時間が長いほど、その後に要介護認定を受ける人が少なかったという研究結果が報告されています。



篠栗町地域包括センター「元気もん情報」より引用、改変
Kawakami, Ryoko, 2019

◆ 中～高強度の身体活動ってどんなもの? ◆

では、中～高強度の身体活動はどの程度の運動のことを言うのでしょうか？

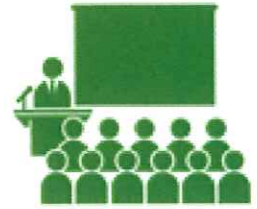
それは運動単位METs（メッツ）であらわすと3METs以上の運動のことを言います。1METsは安静に座っている状態で消費するエネルギー量を表します。その3倍のエネルギー量を消費する運動強度です。

◆ 生活活動に置き換えると? ◆

例えば、生活活動だと、雑巾がけ、風呂掃除、掃除機掛け、洗濯物干しなどです。また、草むしり、犬の散歩、階段の上り下りも3METs以上の運動に相当します。このような運動をこまめにこつこつと積み重ねることで、要介護になる危険度が減ることが期待できますので、少しのすきま時間を見つけて体を動かすようにしましょう！ 家もきれいになりますし、一石二鳥だと思いませんか？



学会発表 だより



第73回日本泌尿器科学会中部総会

10月12日～10月14日 / 奈良市

泌尿器科 医師 / 青山 真人

- ① 経尿道的水蒸気治療とPVPとの患者選択と治療成績について
- ② 進化したGeneratorとファイバーによるPVP

第73回日本泌尿器科学会中部総会

10月12日～10月14日 / 奈良市

泌尿器科 医師 / 島田 久生

特発性血小板減少性紫斑病に対し光選択的前立腺蒸散術を施行した一例

第56回日本てんかん学会学術集会

10月19日～10月21日 / 東京都

小児科 医師 / 安平 健太郎

DHDDS遺伝子変異を有した発達性てんかん性脳症の一例

第62回日臨技近畿支部医学検査学会

10月21日～10月22日 / 和歌山市

中央臨床検査部 臨床検査技師 / 坂川 優花

腸間膜原発デスマイド型線維腫症の一例

第62回日本臨床細胞学会秋期大会

11月4日～11月5日 / 福岡市

産婦人科 医師 / 本田 謙一

AGCフォロー中異型所見増強を認めて子宮摘出し腺癌が認められた一症例

受賞者紹介

日本手術看護学会「手術看護の日」イベント2023

エッセイ：「最も胸アツ!! Nursingエピソード」

最優秀賞受賞!!

(看護師の部)

テーマ：私にできること

発表者：手術室 松岡 愛菜



第22回大阪病院学会 看護協会発表

優秀賞受賞!!

テーマ：上部内視鏡検査で消泡剤を服用した時間による画像への影響を知る～最も薬効が発現する時間を見出すために～

発表者：放射線科・内視鏡センター

山本 富佐江 / 東 千尋 / 武田 彩香 / 澁谷 真理子



皆さま
おめでとう
ございます。

冬の味覚 レシピ紹介

かぶと白ねぎのグラタン



旬のかぶと白ねぎを使った寒い季節にピッタリなグラタンです。味付けには味噌を使用することでコクをプラスしています。

◆ 材料 ◆ (2人分)

- ・鶏もも肉 100g
- ・かぶ 小2個
- ・白ねぎ 1/2本
- ・牛乳 250ml
- ・有塩バター 20g
- ・薄力粉 大さじ1.5
- ・(A) 味噌 小さじ1.5
- ・(A) 塩こしょう 少々
- ・ピザ用チーズ 適量
- ・パセリ(あれば) 適量

◆ 作り方 ◆

- ① かぶは茎と葉を切り落とし、皮をむいて薄めのくし切りにする。
白ねぎは3cm程度の斜め切りに、鶏肉は小さめの一口大に切る。
- ② フライパンにバターを溶かし、①を入れ中火で炒める。
- ③ 薄力粉を入れて粉っぽさがなくなるまで炒めたら、牛乳を少しずつ入れてゆっくり混ぜ合わせる。
とろみがついてきたら、(A)を加えて混ぜる。
- ④ 耐熱皿に入れ、ピザ用チーズをふりかける。
- ⑤ トースターで焼き目がつくまで焼く。
- ⑥ 仕上げにパセリをふりかけて完成。



【栄養量 (1人分)】

- エネルギー 309kcal
- たんぱく質 18.4g
- 脂質 20.1g
- 炭水化物 18.3g
- 塩分 1.5g

◆ かぶの栄養 ◆

かぶは、丸い実と葉の部分で栄養素が異なります。実は、淡色野菜で大部分は水分ですが、**ビタミンC**や**カリウム**、**カルシウム**などを比較的多く含むとともに消化酵素の**アミラーゼ**を含んでいます。アミラーゼは生で食べると胃もたれや胸焼けなどに効果があります。また、葉の部分は緑黄色野菜で、**β-カロテン**、**ビタミンB1**、**B2**、**C**、**カルシウム**などが多く含まれます。

今回のレシピでは使用していませんが、葉の部分をグラタンに加えてもおいしくいただけます。



登録医紹介

Introduction of Registration Doctor

※PL病院では登録医制度を設けています。
2024年1月1日現在、267名が当院に登録されており、先生方と密接な連携を図ることで、地域医療の充実に努力しています。

Registration Doctor No. **0137**

ひによう き か
おき泌尿器科クリニック

診療科目：泌尿器科

院長 **おき たかし**
沖 貴士 先生



泌尿器科はどうしても「恥ずかしい」というイメージがあると思います。ただ統計的に困っている方も多い科です。尿のことで何か気になることがありましたら気軽に受診ください。

	受付時間	診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
診療時間	8:55-12:00	9:00-12:00	○	○	×	○	○	○	×	×
	15:55-19:00	16:00-19:00	○	○	○	×	○	×	×	×

休診日 水曜午前、木曜・土曜午後、日曜・祝日

可能な検査など 血液検査／尿検査／超音波検査（腎臓、膀胱、前立腺）／心電図検査
／睡眠時無呼吸症候群／尿流量測定

在宅診療 ○ 往診しています

所在地

〒584-0082 大阪府富田林市向陽台2-1-11
電話：0721-40-0500

アクセス

近鉄長野線「富田林駅」下車、近鉄バス「中央センター前」下車すぐ
南海高野線「金剛駅」下車、南海バス「中央センター前」下車すぐ

駐車場

あり 10台（クリニック横タイムズ・診療時間内無料）



トピックス

AI システム搭載の最新 MRI 装置を導入します

2023年12月より工事を開始し、来春(3月頃)稼働予定です。今回導入する装置は最新鋭のGE社製3テスラ※MRI装置です。

AIによる画像処理を併用することでより高画質な画像の撮影が可能となり、これまで以上に診断が向上します。また、肝エラストグラフィで脂肪肝などの肝臓の硬さを計測することで、肝硬変(肝臓の線維化)の早期発見が可能となります。病気の早期発見や診断などの面で皆様のお役に立てると思いますのでご期待ください。

※テスラとは磁場の強さを示す単位です。



SIGNA(tm) Hero 3.0T

クイズ クロスワードパズル



クロスワードを完成させ、黄色のマス目に隠されたキーワードをお答えください。正解された方の中から抽選で図書カードをお贈りします!

応募方法

官製ハガキに「答え、住所、氏名、年齢、本誌へのご意見・ご感想」をご記入の上、13ページの宛先へ郵送していただくか、玄関エントランスホールのご意見箱に入れてください。当選された方の発表は、プレゼントの発送をもってかえさせていただきます。

締切

2024年4月20日 消印有効

よこのカギ

1. 日本で女性のがんの死亡数が最も多いがんは〇〇〇〇がんです。
4. 全国的に被害が多くニュースになっている大型動物。
6. 大〇〇・中〇〇・豚〇〇。
7. 手に何も持っていないこと。
9. 俗悪な趣味。また人が好まないことを平気でやること。

たてのカギ

1. 主として木造の家屋などを建てたり、修理したりする職人。
2. 各都道府県を統轄し、代表する首長のこと。
3. 心があとに残って未練がましく、きっぱりと断念することのできない様子。〇〇〇〇〇を引かれる。
5. 不織布〇〇〇・サージカル〇〇〇・N9 5〇〇〇。
8. 先生から教えを受ける人。また、職人や親方などの師匠について修行する者のこと。

こたえ：〇〇〇〇〇〇〇

ヒント! 良い意味では使いません。

PUZZLE

1		2		3
4	5		6	
	7	8		
9				

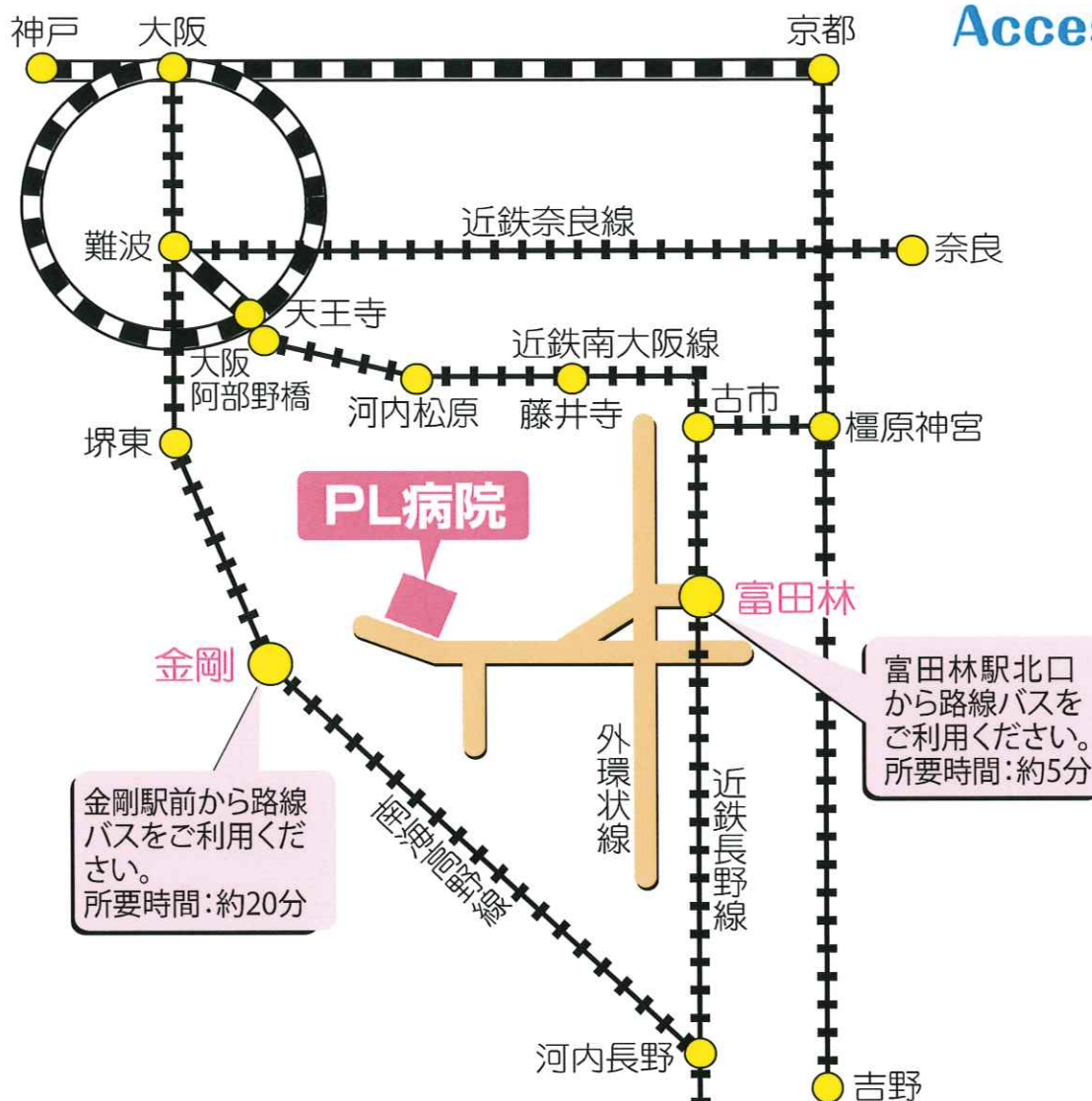
前回の正解は

「いいんかい (委員会)」でした。

当選者の発表は記念品の発送をもってかえさせていただきます。

当院へのアクセス

Access



無料送迎バスのご案内

●近鉄バス(富田林駅方面)

【来院時】 「富田林駅前」・「PL本庁前」・「PL病院南」乗車 ⇒ 「PL病院正面玄関前」降車
 【帰院時】 「PL病院正面玄関前」乗車 ⇒ 「PL病院南」・「PL本庁前」・「富田林駅前」降車

●南海バス(金剛駅方面)

【来院時】 各バス停乗車 ⇒ 「PL病院」降車
 【帰院時】 「PL病院」乗車 ⇒ 各バス停降車

●巡回バス

さつき野・桜井 方面 清水町・川西・美山台 方面
 錦ヶ丘・楠風台・楠町 方面 青南台・大阪狭山市 方面

※詳細はホームページをご覧ください。



◀PL病院
ホームページ

PL病院 検索



◀インスタグラム



◀フェイスブック