

こころ 心



高知医療センター 理念及び基本方針

理 念

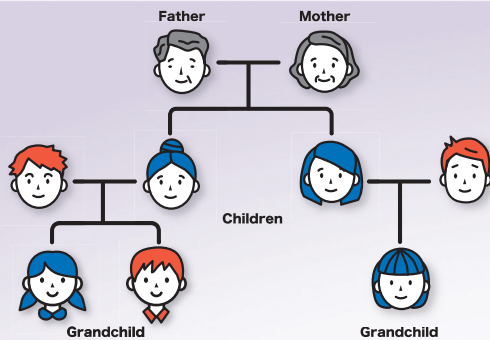
医療の主人公は患者さん

基本方針

1. 患者さんから信頼され、温かい人間性に裏打ちされた夢と希望を提供する医療を実践します
2. 地域医療連携を基本とした良質で高度な医療を提供します
3. 自治体病院としての使命を果たします
4. 職員が誇りとやりがいを持ち、成長できる病院にします
5. 公正で開かれた病院運営と健全な経営を目指します

CONTENTS

遺伝性腫瘍外来の紹介 3	医療技術局 10 「外来採血室のご紹介」
診療科紹介 4 「泌尿器科」	宝箱 11
研修医のページ 7 「ウィズコロナ」	外来担当表 12
看護局 ナースのポケット 8 「家族も医療の主人公」	専門外来・がん相談ほか 15
薬剤局 9 「インフルエンザ」	外来診療の流れ 16
	栄養局 18 「えいようだより」



遺伝性腫瘍外来の紹介

乳腺・甲状腺外科 科長 大石 一行

昨今、2人に1人はがんに罹患すると言われていています。がんは、加齢や生活習慣などの環境要因に、体質と表現される遺伝的要因が加わって発症することがわかっています。この遺伝的要因が大きく関係しているヒトが5～10%程度存在することがわかっており、遺伝性腫瘍と呼ばれています。遺伝性腫瘍は、従来は臨床所見や家族歴から疑って発見されることがほとんどでしたが、近年のがんゲノム医療の進歩に伴い、がんに対する治療薬を検索する目的で施行される包括的がんゲノムプロファイリング検査(CGP)やコンパニオン診断で偶発的に疑われることが多くなってきました。当院の遺伝性腫瘍外来は、主にこういった患者さんを対象としています。生殖細胞系列の遺伝学的検査を行うことで、原因となる遺伝子変異を同定することが可能です。変異がある方は、将来のがんの発症リスクを事前に知ることができ、がんの早期発見や予防的手術も含めた早期治療につながり、がんの発症リスクを低減することが可能になります。当院では分野別に3つの外来を開設しています。

甲状腺・副甲状腺・その他 外来担当：大石 一行(臨床遺伝専門医、遺伝性腫瘍学会専門医、内分泌外科専門医)

甲状腺関係では、主に家族性甲状腺髄様癌や副甲状腺機能亢進症を発症する多発性内分泌腫瘍症(MEN)、甲状腺腫瘍を合併する家族性大腸ポリポーシス、カウデン病、カーニー複合、ペンドレッド症候群などが対象となります。その他、乳腺や消化器関連ではない疾患を扱っています。対象疾患、遺伝学的検査の説明をはじめ、結果開示時の遺伝カウンセリング、対象臓器が複数にわたる場合は、今後の計画的検査(サーベイランス)の調整も丁寧に行わせていただきます。

消化器 外来担当：吉岡 貴裕(臨床遺伝専門医、遺伝性腫瘍学会専門医、消化器外科専門医)

大腸がんは最も罹患者数の多いがんです。この大腸がんにかかった方の約1～2%がリンチ症候群という遺伝性腫瘍疾患である事が知られています。リンチ症候群では大腸に加え、子宮、胃、卵巣、小腸、腎盂・尿管などでがんが発生しやすく、発症年齢も低い傾向があります。もしリンチ症候群であることが分かればこれらの臓器に対して計画的ながん検診(サーベイランス)を行い、早い段階でのがん発見・治療につなげることができます。また、遺伝性腫瘍疾患は血のつながったご家族に同じ体質を共有することがありますので、ご家族の今後の健康づくりや人生設計などに役立てることができるかもしれません。現在、当院では大腸がんの手術を受けられた患者さん全員に、リンチ症候群の可能性があるかどうかの見立てをつけるスクリーニング検査をご案内しています。また、消化器に関する遺伝性腫瘍として、他にも「遺伝性大腸腺腫症」「遺伝性びまん性胃癌」など多くの疾患が知られています。当院では、消化器手術と遺伝の両方に専門性を持った担当医師が診療にあたっておりますので、血のつながったご家族に若くしてがんになった方が多いなどご不安がありましたら是非ご相談ください。

乳腺 外来担当：吉岡 遼(日本乳癌学会乳腺専門医)

現在、年間約9万人の方が乳がんを発症し、そのうち5～10%は遺伝的にがんを発症しやすい体質を持っている方に発症する遺伝性の乳がんと考えられています。遺伝性の乳がんの中でも代表的な遺伝子として、BRCA1、BRCA2という2つの遺伝子の変異が知られています。これら遺伝子のどちらかに病的変異がある場合には、病的変異のない女性と比べて乳がん、卵巣がんなどのがんにかかるリスクが高いことが分かっており、この遺伝子変異をもっていることを「遺伝性乳がん卵巣がん症候群：HBOC(Hereditary Breast Ovarian Cancer syndrome)」と呼んでいます。遺伝性腫瘍外来では、まずご本人・ご家族の病歴を聴取し、家系図を作成します。それをもとに遺伝性乳がん卵巣がんのリスクについて説明し、情報提供させていただいた上で遺伝子検査についてメリット、デメリット、方法、費用や結果の解釈などにわたって詳しく説明させていただきます。また、必要に応じて専門スタッフと連携をとり、ご本人・ご家族を総合的にサポートさせていただきます。

泌尿器科

新 良治

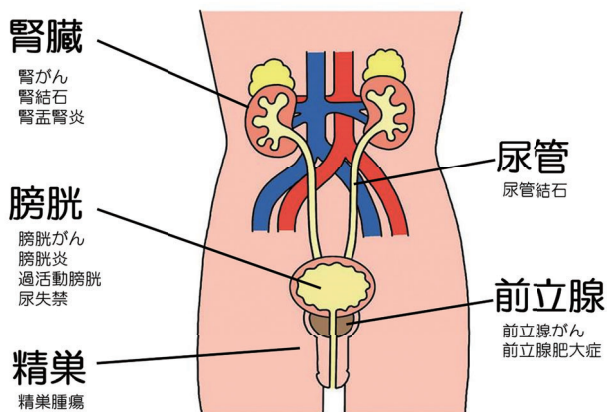
科 長 新 良治
 病 院 長 小野 憲昭
 主任医長 西山 康弘
 副 医 長 森田 陽
 主 査 水谷 圭佑
 専 攻 医 杭ノ瀬 彩

泌尿器科は

泌尿器科は尿の通り道(腎臓、膀胱など)や男性器(前立腺、精巣など)の病気に対して治療を行う診療科です。

当院では泌尿器がんの診断、治療を中心に、結石や排尿障害など泌尿器全般の診療を行っています。主として手術による治療を行いますが、泌尿器がんなどに対する最新の薬物治療も積極的に取り入れています。

現在、当科では6名のスタッフが、外来、手術、治療を担当しています。スタッフは泌尿器科関連の各種学会の専門医、認定医等を多く有しており、また、泌尿器科専門医教育施設(拠点教育施設)に指定されています。



泌尿器科が扱う臓器と主な疾患

こんな症状があったら泌尿器科へ

まずは、お近くの泌尿器科クリニックか、かかりつけの先生にご相談ください。

1. 尿に血が混じる

目で見てわかるような血尿は、膀胱がんや腎がんの可能性がります。結石や膀胱炎などでも血尿がでることがあります。

2. 尿が出にくい

男性では、前立腺肥大症や前立腺がんのことがあります。

3. 尿の回数が多い、漏れる

お薬や手術で治療できるかもしれません。

4. 尿をするときに痛みがある

膀胱炎や尿道炎など。

5. 睾丸が腫れた

精巣腫瘍もありますが、水がたまっているだけのこともあります。

6. 健康診断で異常を指摘された

PSA高値、腎臓の腫瘍、血尿など。

主な疾患に対する当院での治療

泌尿器科の手術では、手術支援ロボットであるIntuitive Surgical社製のダ・ヴィンチXiを使用し手術を行っています。従来の開腹手術や腹腔鏡下手術の実績も豊富です。

経尿道的内視鏡下手術では最新鋭のレーザー機器であるBoston Scientific社製のルミナスパルス 120Hを使用したレーザー手術を積極的に行っています。

また、薬物治療においては各種がんに対する免疫チェックポイント阻害薬、分子標的治療薬など

の新しい効果的な薬剤が使用できるようになりました。保険診療として使用できる治療薬についてはすべて使用できるようにしています。

●前立腺がん

早期のものでは、根治手術、放射線治療、ホルモン療法(薬物治療)などが可能であり、がんの悪性度や合併症、ご希望などを考慮したうえで治療方針を決めます。

前立腺全摘除術については、ロボット支援下手術を行います。

がんの状態によってはすぐに治療をせずに経過をみることもあります。

進行しているものに対してもホルモン療法、放射線治療などを組み合わせた治療を行っていくことで長期の経過を期待できるようにもなっています。

●腎がん

手術が中心です。がんがある腎臓を摘出する腎摘除術を行います。小径(4cm以下)のものに対しては腎温存手術(腹腔鏡下腎部分切除術)を積極的に行っています。今後はロボット支援下手術を行う予定です。

進行している場合や転移がある場合には薬物治療を行います。

●膀胱がん

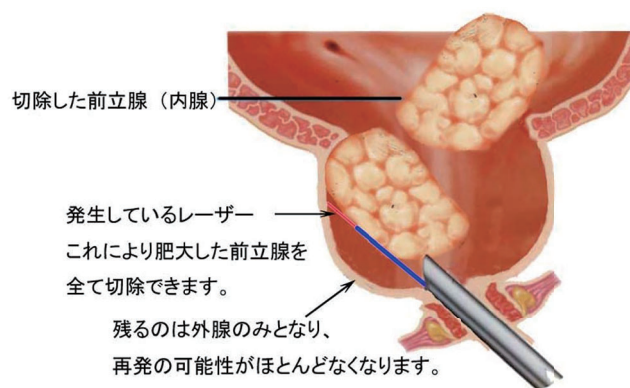
早期のものは尿道から内視鏡を入れて切除します。当科では腫瘍を細切せず一塊として摘出する手術(経尿道的膀胱腫瘍一塊切除術 TURBO)を積極的に行っています。

進行しているものに対しては膀胱をすべて摘出する膀胱全摘術を行います。尿路変向が必要になります。

進行している場合や転移がある場合には薬物治療を行います。

●前立腺肥大症

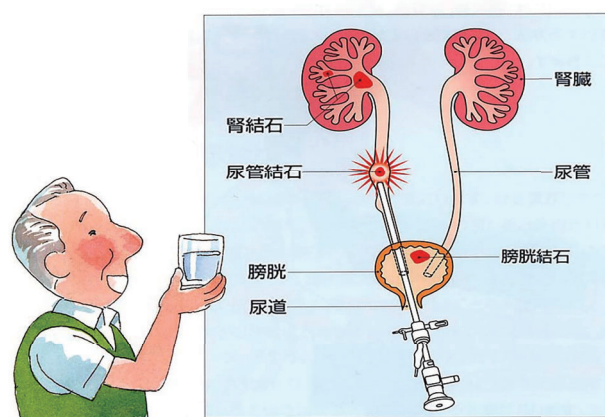
レーザーを使用して肥大した前立腺を切除する手術(ホルミウムレーザー前立腺核出術 HoLEP)を積極的に行っています。他院で手術が難しいと言われたような大きな前立腺肥大の手術も行います。



HoLEP

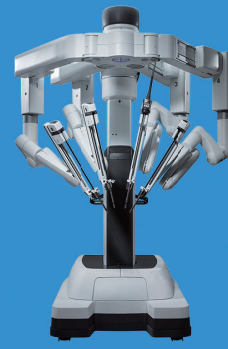
●尿路結石

閉塞して発熱をきたしたり、自然排石しない結石に対しては、尿道より内視鏡を挿入しレーザーを使用して碎石する経尿道的結石破碎術(TUL)を行います。



TUL

低侵襲手術支援ロボット ダ・ヴィンチ (daVinci) 導入!!



手術支援ロボット ダ・ヴィンチXi

このたび、手術支援ロボット「da Vinci Xi」が当院に導入されました。

高倍率3Dモニターの鮮明な拡大画像を見ながら、執刀医がコンソールから遠隔で手術支援ロボットのアームについている専用カメラや鉗子を操作することで、より精密に短時間で手術を行うことが可能になり、患者さんの身体的負担を大きく軽減することができます。

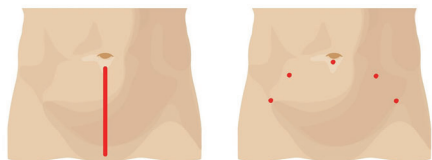


ロボット手術のメリット

1. 体への負担が少ない

ロボット支援下手術では、腹腔鏡手術と同じく腹部に数カ所の小さな穴をあけ、そこからカメラや鉗子などを挿入して手術を行うため、従来の開腹手術と比べて傷口が小さく出血量も抑えられます。

また、術後の痛みも軽く早期の回復も見込まれるため、入院期間を短縮することにもつながります。



Open Surgical Incision da Vinci® Prostatectomy Incision

2. 鮮明な3D HD画像

コンソールモニターに映し出される手術映像は立体的で高画質であり、さらに任意に拡大した画像を見ることができ、臓器の解剖学的な構造を詳細に視認でき、血管や神経の損傷を回避できます。

そのため、もともと持っていた機能を最大限に残すこともできることから、手術後の生活の質が低下しにくい傾向にあります。

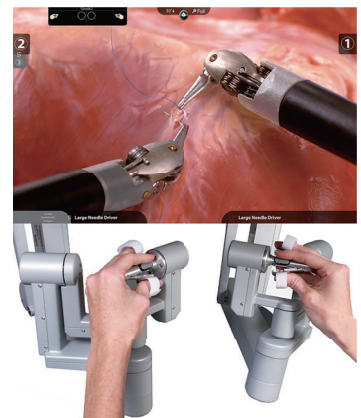


3. 精密な動きを再現

医師がサージョンコンソールという操縦席からロボットアームに装着されているカメラや鉗子などを遠隔操作して手術を行います。

術野に入る鉗子は非常に小さく繊細な動きが可能で、狭い空間でも入っていくことができます。また、手ぶれを防止し突発的な動きを抑制する機能も有しています。

アームと鉗子の多関節機能により人間の手指よりも自由度が高く、精密な手術が可能になっています。



手術支援ロボットは泌尿器科の手術だけでなく、消化器外科、婦人科、呼吸器外科などの多くの手術でも順次使用を開始しています。





ウィズコロナ

初期臨床研修医 西森 友俊

初めまして。今号の研修医ページを担当させていただきます、研修医1年目の西森友俊と申します。暑さも和らぎ、朝晩は涼しく感じられるようになりましたが、皆さんいかがお過ごしでしょうか。

コロナウイルス感染拡大が始まって、早くも3年が経とうとしています。流行し始めの頃は対応の方法も手探り状態で、とにかく人との接触を避けることのみが唯一の対応法でしたが、現在はワクチン接種など対抗手段も見付き、少しずつですが規制緩和も始まっています。

皆さんも少しずつ、家族や友達と一緒に食事をしたり、旅行をしたりと日常を取り戻しつつあるのではないのでしょうか。

この夏はよさこい特別演舞も開催されました。

私事ですが、私は3歳から家族でよさこい祭りに参加しており、よさこいが大好きです。

普段は人が少ない商店街にたくさんの方が集まり、沿道の皆さんと踊り子が一緒に声を出して盛り上がる瞬間がとても好きでした。



私がよさこい祭りが大好きな理由はもう一つあります。それはたくさんの人とつながることができることです。同じチームの人はもちろん仲良くなれますが、以前踊っていたチームの人とお祭りで再会すると「久しぶり！」と話がはずみずし、同じ大学で顔見知り程度であっても、よさこいに参加しているという共通点だけで仲良くなれたりします。

2019年から2年間、医学生ということもあり、全くよさこいに関わることのない学生生活を送っておりました。一緒に踊っていた人ともつ

ながりがなくなってしまい、とてもつらかったです。今年も、私はよさこい祭りに参加することはできませんでしたが、テレビで自分が踊っていたチームの演舞を見たり、踊り子の友達とラインしたりするだけで、とても嬉しい気持ちになりました。

皆さんはコロナウイルス感染拡大の影響で中止になったり、やりたくてもできなかったことはありませんか？会いたい人に会えなかったり、イベントを開催できなかったり、自分のようによさこい祭りの再開を待ちわびていた人もいるかもしれません。

まだまだ、行動の制限は続いています。ルールを守りながら、今までできなかったことを再開してみたり、なかなか会えなかった人と会ってお話してみたりしてはどうでしょうか。

私はコロナが落ち着いた機会を狙って、よさこい祭りにまた参加したいです。また、大学時代にお世話になったものの、コロナの影響で直接お礼を言えなかった親戚や地域の方々に、直接会いに行きたいなあと思っています。

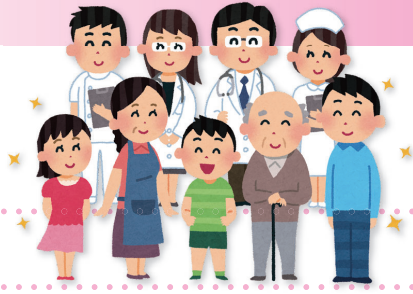
ここまで私のつたない文章を読んでいただき、ありがとうございました。

これからもご迷惑をおかけすることがあると思いますが、研修医として地域の皆さんのお役にたてるように精一杯努力しますので、どうぞよろしくお願いたします。



高知医療センター 臨床研修病院 基本理念

- | | |
|-----------------------------|--------------------------|
| 1) 医師としてふさわしい人間性と能力を養う。 | 2) 医学及び医療の果たす社会的役割を認識する。 |
| 3) プライマリ・ケアの基本的な診療能力を身に付ける。 | 4) 患者を全人的に理解し、尊重するよう努める。 |



家族も医療の主人公

家族支援専門看護師 松下 由香

患者さんの家族から、「私たちのことまで気にかけてもらえるんですね」と驚かれることがあります。病気になり、入院するのは患者さん、医療の主人公は患者さんだと思われるからです。しかし家族は、患者さんを含む1つの集団として、同じ体験をしています。

家族もケアの対象であり、医療の主人公です。

家族はモビール

モビールとは、紙やプラスチック、金属板、薄い木の板のような軽い素材を細い糸などで吊るし、特定の位置でバランスを取って安定するようにした装飾品です。風や人の手で刺激するとゆらゆらと揺れたり回転したりします。家族看護では、家族をこのモビールに例えて考えることがあります。家族は1つのまとまりとして、絆や同じ価値観を共有しながらつながっており、細い糸が家族の繋がりとして比喻されます。また1つ1つの飾りが家族員です。風や人の手の刺激でモビールがゆらゆら揺れるように、1人の家族員に生じる出来事は、糸を伝って家族全体に伝わり揺れ動きます。患者さんが抱える痛みや苦悩は、家族に伝わるのです。しかし、揺れはじめたモビールは、ゆっくりとバランスをとりながら、やがて揺れがおさまります。家族も同じく、家族同士互いに支え合い、バランスをとりながら、安定を保とうとしています。



イラスト：モビール

家族は患者さんと同じ体験をしている

家族をモビールに例えて紹介をしましたが、具体的に患者さんと家族の体験のお話をします。突然病気が発覚する、長く病気と付き合いながら生活をしている、これから新たな家族を迎え入れる、など、病院では様々な患者さん家族と出会います。患者さんは、自分自身の病気に向き合い、様々な思いを抱えながら乗り越えていこうとされていますが、それは家族も同じです。家族は患者さんと一緒に病気に向き合いながら、不安になったり悩んだり、痛みを共有しようとしています。そのために自分を責めたり、悲しんだり、色んな思いを抱えます。

また、患者さんの介護や育児に合わせた日常生活リズムの乱れ、新たな医療ケアの取得による生活の再構築など、患者さんが病気になることで、家族の生活は変わり、家族の中での役割が変わります。家族の中でリーダー的存在であった家族員が病気になると、その役割を別の誰かが担うことになり、家族内は混乱します。家族も患者さんと同じように、様々な、身体的、精神的、社会的な苦痛を体験しており、ケアが必要です。

家族に寄り添う看護

患者さんを含む家族がどのように繋がっているか、どのように病気と向き合っているか、それぞれの家族と向き合いながら、理解し寄り添うことが大切だと考えています。家族は患者さんのお世話をする存在ではなく、一緒に治療や療養生活を乗り越えていく存在です。しかし、家族は患者さんを思うがあまりに、互いの感情がもつれたり、すれ違ってしまうことがあります。そんな時は、本来家族は患者さんを中心にまとまった1つのモビールだと捉え、家族の足並みを揃え、家族が持つ力が発揮できるように支援しています。

私は病院で出会う様々な家族の体験に寄り添いながら、家族の力を引き出せるように支援を行っています。当院の理念は「医療の主人公は患者さん」ですが、患者さんと切り離すことのできない1つの家族が、私にとっての主人公です。



インフルエンザ



薬剤局 小笠原 瑞穂

今年もインフルエンザを予防する時期になってきました。

インフルエンザは、毎年11月下旬頃に始まり、翌年1~3月にピークとなります。一般的には4~5月頃に終息します。しかしCOVID-19の流行が始まった2020年2月以降、患者数は急激に減少しました。

過去2年間、流行がなかったため、インフルエンザに対する集団免疫が低下していることが考えられ、一旦感染が起こると社会的な流行になる恐れがあるのでしっかりと予防をしていきましょう。

予防

- 流行前のワクチン接種
- 手洗い・うがい・マスク
(マスクは不織布製マスクが推奨されています)
- 不要な人混み外出を避ける

インフルエンザワクチンについて

ワクチンは、インフルエンザの感染を完全に予防できるわけではありませんが、合併症の減少、重症化および死亡率の抑制が期待できます。ワクチンの効果はおよそ3~5か月程度とされています。そのためインフルエンザの流行時期に免疫をつけておくためには、11~12月にワクチン接種をすることが望ましいです。

インフルエンザと風邪の違い

	インフルエンザ	風邪
原因	インフルエンザウイルス	ライノウイルス アデノウイルスなど
進行	急速	ゆるやか
発熱	高熱(38℃以上)	微熱(37~38℃程度)
症状	上気道炎症状 全身症状 (発熱、頭痛、筋肉痛、 関節痛、倦怠感など)	上気道炎症状 (鼻水、咽頭痛、咳 など)
治療	対症療法 抗インフルエンザ薬	対症療法

幼児の場合は、中耳炎や熱性けいれんを誘発するほか、急性脳症(インフルエンザ脳症)を発症し重症化する危険性があります。また高齢者や妊娠中の女性、免疫の低下している人では、肺炎を併発する等、重症になることがあるため注意が必要です。

症状からインフルエンザの感染疑いがあれば拡散を防ぐ意味でも早期に病院を受診しましょう。

抗インフルエンザ薬

商品名	リレンザ®	イナビル®	タミフル®	ラピアクタ®	ゾフルーザ®
一般名	ザナミビル	ラニナミビル	オセルタミビル	ペラミビル	パロキサビル
投与経路	吸入	吸入	内服	点滴静注	内服
用法(治療量)	1日2回 5日間	単回	1日2回 5日間	単回	単回

インフルエンザに感染後、ウイルスが増殖するまでには時間がかかります。正確な検査結果を得るには発症後12時間から48時間以内の受診が望ましいと考えられます。また抗インフルエンザ薬は、症状が出てから48時間以上経過すると十分な効果が期待できないため、48時間(2日)以内に服用することが推奨されています。



外来採血室のご紹介

医療技術局 血液管理科 大川 将吾

外来採血室の紹介

採血室では、1日約300人の患者さんに対応しています。患者さんのプライバシー確保や患者間違いを防止するために、採血業務支援システムを用いて採血を行うようにしています。その上で患者さんにはフルネームで名乗っていただくことによって患者さん間違いを徹底して防止しています。また、採血台を個別化することで、周りを気にせずゆったりと採血を受けていただけます。採血台は全て上下可動式ですので、患者さんに合わせて高さを調節できますし、車椅子に座ったままの採血も可能です。廊下のディスプレイには、採血整理番号だけでなく、待ち時間や保留番号の表示もされているので、採血コーナーが混み合っている場合は、待ち時間を利用して他の検査(レントゲンや心電図など)に回ることも可能です。

他にも30分ベッドで休んだ後の採血や、ブドウ糖液を飲んでから時間をおいての採血、肝臓の特殊な検査のための採血など検査に応じて採血の方法を変えることもあります。また、耳たぶに小さな傷を付けて血が止まるまでの時間を測定する検査も行っています。



採血業務支援システムを用いた患者認証

採血室からのお願い

①アレルギー等について

アレルギー(アルコール、ラテックスゴム)のある方、採血をしてはいけない腕(シャント側、リザーバー側、乳房切除側)のある方は事前に採血者にお声がけください。適切な対応をして採血を行います。

②止血について

採血後は採血した部位を揉まずに約5分強く押さえてください。その後様子を見て完全に血が止まっていれば、止血パッドは外していただいかまいません。

③採り直しについて

採血した血液が固まったり、壊れたりすることがあります。それでは正確な検査ができなくなります。そのため、採り直しをすることがありますのでご協力をお願いします。

④VVR(血管迷走神経反射)について

稀に採血に対する緊張や不安をきっかけに、立ちくらみがしたり、血の気が引いて気を失うことがあります。採血室ではベッドに横になって採血することが可能です。採血の時に気分が悪くなった事がある方や不安を覚える方は事前に採血室の者にお声がけ下さい。

外来採血室スタッフ一同、採血技術の向上とともに笑顔で丁寧な採血を心がけています。



採血室の職員一同



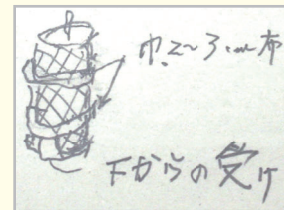
宝箱

～患者さんの声のご紹介～

当院は、患者さんのご意見は宝物であると考え、各フロアにご意見をいただく宝箱を設置しています。患者さんに安心、安全、快適に診療を受けていただけるよう、日々努力を続けておりますので、お気づきの点は、良いこと、悪いこと、いずれでも結構ですので、できるだけ具体的にお教えてください。

宝箱へのご意見

高知医療センターの方々にはお世話になり4月の下旬と5月上旬まで食道がん抗がん剤治療のため入院をしました時、レンタルの衣類甚平を借り120時間の点滴の抗がん剤持続注入ポンプを左側ポケットに入れることができ、首からかけるヒモとポケットで安心感がありました。二回目の入院には新しくなったレンタルの甚平には、ポケットがなく首からかけるだけで尿検量もあり不便です。「なぜ」と思いましたが、ポケットに忘れ物が多く困っているとのこと、持続注入ポンプが入り、忘れ物がない工夫はできないでしょうか。『案』としてイラスト(ご検討ください)このような形状なら持続注入ポンプ以外は入りにくいのでは？また、忘れることがない。



<回答内容>

レンタル衣類に対するご意見をいただき、ありがとうございます。

レンタル衣類は、デザイン変更に伴い、ポケットがなくなっています。大変、ご不便をおかけしています。現在、診療に必要な「持続注入ポンプ」等の備品を入れるための対策を準備しています。

なお、レンタル衣類等へのご要望等ございましたら、お近くのスタッフや病衣レンタル事業者にお声をおかけください。

今回、いただいたご意見を参考としながら、引き続き、患者さんに気持ち良く過ごしていただけるよう、よりよいサービスに努めてまいります。

病衣セットレンタル事業者 ワタキューセイモア株式会社

備品入れとして
ポシエットを導入しました！



不織布製で、間口が大きく
出し入れしやすい
形状になっています。

総合診療科

	月	火	水	木	金
午前	澤田 努 吉村 彰人 矢野 博子 池田 達也	吉村 彰人 山本 直	矢野 博子 山本 直 矢野 彰彦	吉村 彰人 池田 達也 田邊 義貴	澤田 努 石井 隆之
	澤田 努 池田 達也	田邊 義貴	澤田 努 石井 隆之	青木 啓祐 (禁煙) 医師交代*1	山本 直 宮本 大地

※1 10/13、10/27診察

精神科

	月	火	水	木	金
午前	澤田 健*2				
午後			赤川 芳樹*2	澤田 健*2	北代 晶帆*2

※2 再診のみ

児童精神科

	月	火	水	木	金
午前	永野 志歩*3	吉本 康高*3		永野 志歩*3	吉本 康高*3
午後	永野 志歩*4				

※3 再診のみ ※4 予約外来のみ

血液内科・輸血科

	月	火	水	木	金
午前	町田 拓哉 岡 聡司	今井 利 入吉 宏紀	井上 湧介	今井 利 岡 聡司	町田 拓哉 松田 真幸
午後			造血幹細胞 移植後外来*5		

※5 第2、4週診察

糖尿病・内分泌内科

	月	火	水	木	金
午前	菅野 尚*6 菱田 藍	菅野 尚	江端 千尋	菅野 尚	深田 順一*7*8 菱田 藍
午後	江端 千尋		菅野 尚		

※6 紹介患者さん(院外)のみ ※7 再診のみ ※8 第2、4週診察

放射線療法科

	月	火	水	木	金
午前	森田 荘二郎	西岡 明人	藤原 利輝*9 亀岡 翼*9	森田 荘二郎	西岡 明人

※9 隔週交代

緩和ケア内科

	月	火	水	木	金
午前	光岡 妙子	光岡 妙子	光岡 妙子	光岡 妙子	光岡 妙子

腫瘍内科

	月	火	水	木	金
午前	島田 安博 公文 剣斗	根来 裕二	島田 安博 平川 雅海	根来 裕二 医師交代*10	根来 裕二 吉岡 貴裕
午後		根来 裕二	島田 安博*11	根来 裕二	

※10 辻 晃仁医師、奥山 浩之医師が交代で診察 ※11 15時まで

ペインクリニック科

	月	火	水	木	金
午前	穴山 玲子	穴山 玲子		穴山 玲子	穴山 玲子 野中 裕子
午後	穴山 玲子	穴山 玲子	青野 寛	穴山 玲子	穴山 玲子 野中 裕子

神経内科

	月	火	水	木	金
午前		丸吉 夏英			
午後					丸吉 夏英

脳神経外科

	月	火	水	木	金
午前	西村 裕之 福田 真紀			森本 雅徳	津野 隆哉*12 近藤 雄一郎
午後			政平 訓貴	森本 雅徳*13	津野 隆哉*12 近藤 雄一郎

※12 10/7、10/21診察 ※13 再診のみ

眼科

	月	火	水	木	金
午前	大庭 啓介 高橋 政雄	大庭 啓介 林 勇樹 高橋 政雄	大庭 啓介 林 勇樹 高橋 政雄	大庭 啓介 林 勇樹 高橋 政雄	大庭 啓介 高橋 政雄

耳鼻咽喉科

	月	火	水	木	金
午前	小桜 謙一 土井 彰 梶山 泰平		小桜 謙一 土井 彰 梶山 泰平		小桜 謙一 土井 彰 梶原 壮平

歯科口腔外科

	月	火	水	木	金
午前	立本 行宏 立石 善久 原 慎吾 〈障害者歯科〉 福留 麗実 〈妊婦歯科健診〉 福留 麗実	立本 行宏 銅前 昇平 原 慎吾 〈障害者歯科〉 福留 麗実 〈妊婦歯科健診〉 福留 麗実	銅前 昇平 立石 善久 原 慎吾	立本 行宏 銅前 昇平 立石 善久 〈障害者歯科〉 福留 麗実 〈妊婦歯科健診〉 福留 麗実	医師交代 〈障害者歯科〉 鈴木 康男 福留 麗実 〈妊婦歯科健診〉 福留 麗実
	銅前 昇平 立石 善久 原 慎吾 〈障害者歯科〉 福留 麗実	銅前 昇平 立石 善久 原 慎吾 〈障害者歯科〉 福留 麗実	立本 行宏 ^{※14} 医師交代 ^{※15} 〈障害者歯科〉 福留 麗実	立本 行宏 銅前 昇平 立石 善久 原 慎吾	医師交代 〈障害者歯科〉 鈴木 康男 ^{※16} 福留 麗実

※14 第2、4週診察 ※15 第4週休診 ※16 第2週休診

消化器内科

	月	火	水	木	金
午前	高田 昌史 平川 雅海	市川 麻由	岡本 宣人	長野 祥 岡本 雄貴	岡本 宣人
午後			西原 利治		

消化器外科・一般外科

	月	火	水	木	金
午前	岡林 雄大 稲田 涼	尾崎 和秀 高田 暢夫	須井 健太	中村 敏夫 岡林 雄大 佐藤 琢爾	澁谷 祐一 稲田 涼
午後		中村 敏夫	尾崎 和秀 須井 健太 高田 暢夫	岡林 雄大 佐藤 琢爾	公文 剣斗

呼吸器内科

	月	火	水	木	金
午前	山根 高	浦田 知之	山根 高 寺田 潤紀		浦田 知之 梅下 会美

泌尿器科

	月	火	水	木	金
午前	西山 康弘 水谷 圭佑	新 良治 西山 康弘		新 良治 西山 康弘 森田 陽	小野 憲昭 新 良治 森田 陽

呼吸器外科

	月	火	水	木	金
午前		岡本 卓 張 性洙 吉田 千尋		岡本 卓 張 性洙 吉田 千尋	
午後		岡本 卓 張 性洙		吉田 千尋	

腎臓内科・膠原病科

	月	火	水	木	金
午前		土山 芳徳		土山 芳徳 出原 悠子	出原 悠子
午後		西村 誠明			

循環器内科

	月	火	水	木	金
午前	尾原 義和 吉村 由紀 〈不整脈〉 山本 克人	谷岡 克敏	山本 克人	福岡 陽子	
午後	〈虚血外来〉 尾原 義和 ^{※17}	〈検診精査〉 山本 克人 ^{※17}	〈ペースメーカー〉 医師交代 ^{※18} 〈検診精査〉 山本 克人 ^{※17}	〈検診精査〉 山本 克人 ^{※17}	〈ペースメーカー〉 医師交代 ^{※18}

※17 紹介患者さんのみ ※18 第1、3、5週診察

移植外科

	月	火	水	木	金
午前		澁谷 祐一 堀見 孔星	澁谷 祐一 堀見 孔星		

婦人科

	月	火	水	木	金
午前	川瀬 史愛 ^{※19} 渡邊 理史 ^{※20} 塩田 さあや	山本 奇人	林 和俊		山本 奇人 川瀬 史愛 ^{※20} 森田 聡美 ^{※19}
午後		高橋 成彦 〈下肢リンパ浮腫〉 山本 奇人	小松 淳子 〈上肢リンパ浮腫〉 吉岡 遼 ^{※20}	〈女性総合・婦人科〉 上野 晃子	

※19 第1、3、5週診察 ※20 第2、4週診察

心臓血管外科

	月	火	水	木	金
午前	木原 一樹	〈低侵襲血管内治療〉 大上 賢祐			
午後					近藤 庸夫

産科

	月	火	水	木	金
午前	森田 聡美	塩田 さあや	松島 幸生		高橋 成彦
午後	〈胎児超音波〉 医師交代	〈胎児超音波〉 医師交代		渡邊 理史 〈出生前診断〉 医師交代	難波 孝臣 〈セミオープン〉 医師交代

皮膚科

	月	火	水	木	金
午前	高野 浩章 中島 美世	高野 浩章 中島 美世	高野 浩章 中島 美世	高野 浩章 中島 美世	高野 浩章 中島 美世
午後			〈光線治療〉 高野 浩章		

生殖医療科

	月	火	水	木	金
午前		南 晋	小松 淳子		
午後	医師交代※21				南 晋

※21 再診のみ

整形外科

	月	火	水	木	金
午前	山田 晋也	奥田 龍一郎 〈脊椎〉 小松原 将	〈骨軟部腫瘍〉 沼本 邦彦 政田 恭孝	〈脊椎〉 宇川 諒	沼本 邦彦
午後			〈骨折〉 山川 泰明	町田 崇博	

小児科

	月	火	水	木	金
午前	西内 律雄 〈小児発達〉 中田 裕生※22 〈内分泌・腎臓〉 宮澤 真理※22	永野 史翔 〈小児発達〉 土本 啓嗣 〈内分泌・腎臓〉 宮澤 真理	西内 律雄 〈内分泌・腎臓〉 宮澤 真理 〈小児慢性〉 所谷 知穂	宮澤 真理 〈小児発達〉 金澤 亜綿	原 真由美 〈小児発達〉 中田 裕生※22 〈小児神経〉 所谷 知穂
	篠田 知周 〈内分泌・腎臓〉 宮澤 真理 〈川崎病〉 永野 史翔 〈予防接種〉 医師交代	原 真由美 〈小児発達〉 金澤 亜綿 〈乳児検診〉 石井 雅人 新屋 圭一郎 和田 のどか 篠田 知周	医師交代 〈小児発達〉 金澤 亜綿 〈小児循環器〉 栗田 佳彦※23 重光 祐輔※24	永野 史翔 〈小児発達〉 中田 裕生※24 〈小児アレルギー〉 土本 啓嗣 〈小児神経〉 所谷 知穂 〈内分泌・腎臓〉 宮澤 真理	石井 雅人 〈血液・腫瘍〉 西内 律雄 〈予防接種〉 医師交代
午後					

※22 予約外来のみ ※23 第2、4週診察

※24 第1、3、5週診察

形成外科

	月	火	水	木	金
午前	五石 圭一	原田 浩史	生島 健太	五石 圭一	原田 浩史
午後				生島 健太	原田 浩史

乳腺・甲状腺外科

	月	火	水	木	金
午前	〈乳腺〉 吉岡 遼		〈甲状腺〉 大石 一行※25 〈遺伝〉 医師交代※26		〈乳腺〉 吉岡 遼 〈甲状腺〉 大石 一行
午後	〈乳腺〉 吉岡 遼		〈甲状腺〉 大石 一行※25		〈乳腺〉 吉岡 遼 〈甲状腺〉 大石 一行

※25 第2、4週診察 ※26 第2、3週診察

小児外科

	月	火	水	木	金
午前			佐々木 潔		
午後	佐々木 潔		佐々木 潔		

専門外来名	予約	月	火	水	木	金	特記事項
禁煙外来	要				14:00~16:30		10/13、10/27診察
造血幹細胞移植後外来	要			13:00~16:00			第2、4週診察
障害者歯科外来	要	8:30~12:00 13:00~16:30	8:30~12:00 13:00~16:30	13:00~16:30	8:30~12:00	8:30~12:00 13:00~16:30	金午後 第2週休診
妊婦歯科検診外来	要	9:30~10:00	9:30~10:00		9:30~10:00	9:30~10:00	
不整脈外来	要	9:00~12:00					
虚血外来	要	13:00~16:00					紹介患者さんのみ
ペースメーカー外来	要			13:00~16:30		13:00~16:30	第1、3、5週診察
低侵襲血管内治療外来	要		9:00~12:00				
婦人科・リンパ浮腫外来	要		14:00~16:30	14:00~16:30			火: 下肢/水: 上肢
女性総合・婦人科外来	要				13:00~16:30		
胎児心臓超音波外来	要	13:00~16:30	13:00~16:30				
出生前診断外来	要				13:00~16:00		
セミオープン外来	要					13:00~16:30	
小児発達外来	要	8:30~12:00	8:30~12:00 13:00~16:30	13:00~16:30	8:30~12:00 13:00~16:30	8:30~12:00	月金 午前 予約外来のみ 木 午後 第1、3、5週診察
小児内分泌・腎臓外来	要	8:30~12:00 13:00~16:30	8:30~12:00	8:30~12:00	13:00~16:30		
小児慢性疾患外来	要			8:30~12:00			
小児神経外来	要				13:00~16:30	8:30~12:00	
小児川崎病外来	要	13:00~16:30					
小児予防接種外来	要	13:00~16:30				13:00~16:30	
乳児検診外来	要		13:00~16:30				
小児循環器外科外来	要			11:00~16:30			
小児アレルギー外来	要				13:00~16:30		
小児血液・腫瘍外来	要					13:00~16:30	
光線治療外来	要			13:00~16:30			
脊椎外来	要		8:30~12:00		8:30~12:00		
骨軟部腫瘍外来	要			8:30~12:00			
骨折外来	要			13:30~16:30			
遺伝性腫瘍外来	要			8:30~12:00			第2、3週診察

セカンドオピニオン

予約受付 月～金曜日 8:30～17:15(祝日・年末年始を除く)

お申込み まごころ窓口

電話：088-837-3000

FAX：088-837-6778



予約制で自由診療(自費)です。相談時間は1時間(報告書作成時間を含む)までで11,000円(税込)、場合によって最大30分まで延長(5,500円、税込)します。

がん相談

相談日時 月～金曜日 9:00～16:00(祝日・年末年始を除く)

相談方法

面談相談：がんサポートセンター
4階 がん相談支援センター

電話相談：088-837-3863(直通)

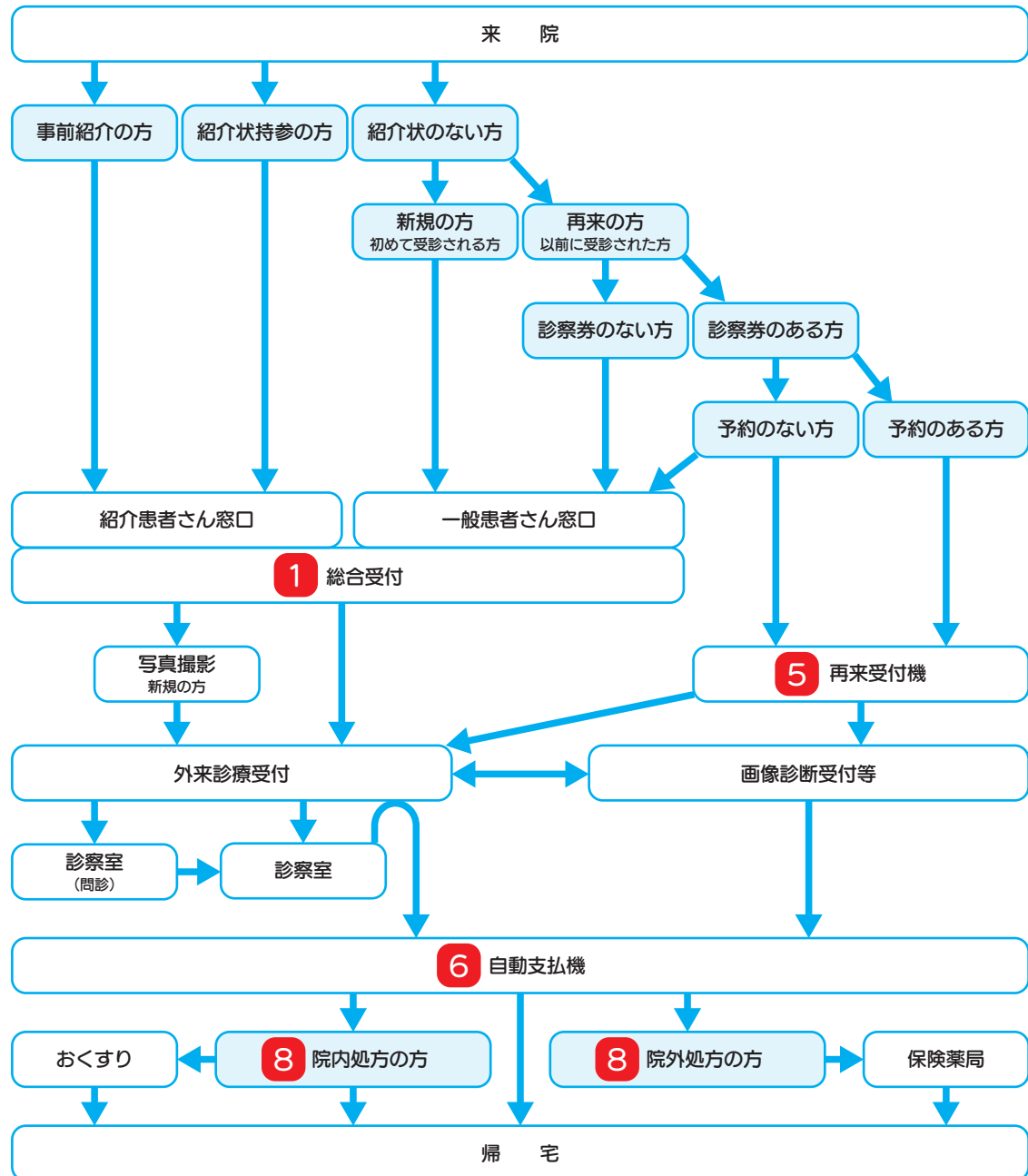
F A X：088-837-3871

E-mail：gann_consult@khsc.or.jp



※混み合っている場合には、お待ちいただくか、予約をして後日来院していただくこととなります。ご了承ください。
※がん相談は治療方針を決定するところではありません。

外来診療の流れ



原則予約制です。予約外の方は当日来院時に診療予約を行ってください。

お電話での予約は「かかりつけ医」からの申し込みのみ受け付けております。

※紹介状がなく、予約をせず来院された方も一部診療料を除き診察は可能ですが、当日の予約の空き時間での診察となります。したがって、待ち時間が長くなりますし、ご希望の診療料を受診できない場合もあります。また、このような場合は、初診料・外来診療料(再診料)とは別に選定療養費が必要となります。救急の場合は時刻にかかわらず救命救急センターで対応いたします。

※整形外科の初診受付は院外の整形外科医からのご紹介患者さんで、地域医療連携室を通した診療予約のある方のみに限らせていただいております。

外来診療時間

午前8時30分～12時／午後1時～4時30分
(休診日)土・日・祝日・年末年始

お問合せ

TEL：088-837-3000 (代)

FAX：088-837-6766

えいようだより



えいようだよりの
バックナンバーは
こちらから♪

管理栄養士 濱崎 華子

糖質



今月は、
3大栄養素の1
つである‘糖質’につ
いて取り上げたいと思
います。

体の主要なエネルギー源！

糖質は、米飯などの穀物、イモ類に多く含まれ、1g 4kcalのエネルギー源となる栄養素です。ヒトの体内にはわずかしが存在していないため、食べ物から糖質を摂り、口や小腸で消化・吸収されることで、エネルギー源として利用しています。

糖質＝炭水化物じゃない

糖質と炭水化物は近い存在ではあるものの全く同じものではありません。炭水化物とは、糖質と食物繊維を合わせたものをいいます。食物繊維は消化・吸収されず、大腸まで運ばれます。

炭水化物 = **糖質** + **食物繊維**

例えば、西洋かぼちゃだと…



100gあたり
エネルギー 78kcal
たんぱく質 1.9g、脂質 0.3g
炭水化物 21g (糖質 17g、食物繊維 4g)

不足すると筋肉量が減り、 摂りすぎると体脂肪に変わる！

糖質が不足すると、肝臓に蓄えられている糖を使ってエネルギーを補おうとします。それが枯渇すると、体たんぱく質を分解してエネルギーを補充するため、筋肉量が減少します。また、過剰な糖質は、脂肪に合成され、体脂肪として蓄えられるため、体重増加に繋がります。

糖質に関する Q&A

Q. ご飯やパンは全く食べなくてもいい？

A. 全く摂らないのはNGです

糖質は様々な食物に含まれていますが、ご飯やパン等の主食は、特に糖質量が多いです。

食品に含まれる糖質量の例



米飯(並盛)	ショートケーキ	牛乳 200ml	鶏肉唐揚げ
240kcal	380kcal	141kcal	445kcal
糖質 54g	糖質 51g	糖質 10g	糖質 13g

しかし、主食を減らし、その分おかずでエネルギーを補おうとすると、動物性たんぱく質や脂質、食塩の量が増えたりするおそれがあります。

栄養バランスが崩れるだけでなく、食物繊維が不足すると便秘を起こしやすくなります。

食事では極端に制限しすぎず、バランスよく食べることを心がけ、清涼飲料水や菓子類からの糖質が過剰にならないようにしましょう。

Q. 糖質ゼロ表示であれば沢山摂っていい？

A. 摂りすぎには注意しましょう

最近では店頭で「糖質ゼロ」や「低糖質」等の表示をよく見かけるようになりました。

糖質が抑えられている商品には、人工甘味料が使用されている場合が多いです。これらは甘みが砂糖の何倍もあり、甘みに鈍感になったり、依存性があったりと問題があるため、大量摂取は禁物です。



<材料 4つ分>

- ・かぼちゃ(皮除く) 100g
- ・無調整豆乳 250ml
- ・はちみつ 小さじ2
- ・シナモン 適量
- ・ゼラチン 小さじ1と1/2
- ・水 大さじ2
- ・はちみつ } 小さじ1と1/2
- ・くるみ } 4粒

<1つ分の栄養量>

エネルギー	84kcal
たんぱく質	4.0g
脂質	2.7g
糖質	10.3g
食物繊維	1.3g

<作り方>

- ①かぼちゃは皮を切り落とし、一口大にカットしたら、水で軽く濡らす。耐熱皿に入れてラップをし、電子レンジ500Wで4分程度加熱する。
- ②ミキサーにかぼちゃ、豆乳、はちみつ、シナモンを入れ、滑らかになるまでよく攪拌する。(ミキサーがない場合、かぼちゃをフォークで丁寧につぶし、少しずつ他材料を加えて泡だて器でよく混ぜる。)
- ③2の液が入る大きさのボウルを用意し、ざるで濾し、プリン液を作る。
- ④ゼラチンに水をふりかけ、電子レンジで10秒加熱する。
- ⑤プリン液にゼラチンを加え、泡だて器でよく混ぜたら、器に液を濾しながら注ぐ。
- ⑥冷蔵庫で冷やし固めたら、はちみつをかけ、くるみをのせて完成。

1つあたり糖質10.3gの
オープン・蒸し器不要の
おやつなんだって♡



<表紙写真>

場所：京都府 詩仙堂

撮影：高知医療センター 藤川 香織

こころ 第48号

高知県・高知市病院企業団立
高知医療センター 広報誌

発行 令和4年10月31日
発行者 小野 憲昭
題字 佐藤 光峰
編集 高知医療センター 広報委員会
印刷 株式会社 高陽堂印刷

高知県・高知市病院企業団立

高知医療センター

〒781-8555

高知県高知市池2125-1

TEL.088-837-3000(代)

FAX.088-837-6766



ホームページ



広報誌こころ