

わ げ ん あ い ご
和 顔 愛 語

vol,38



- 💡 消化器内科（消化器センター）特集 7つの臓器とその症状
- 💡 認知症看護特定認定看護師の紹介 さくら病棟 松井寛子看護師
- 💡 ハートカフェ開催に向けて こころの家でサツマイモの苗植え
- 💡 8回目の開催 真生会作品展を振り返って 谷本謙三さん

がんの中でも強敵 膵臓がん

症状のない超早期に見つけるためには、膵臓がんになるリスクを知ることが必要です。

その昔、がんは特別な人がかかる特別な病気と思われてきましたが、今や2人に1人はがんになり、3人に1人はがんで亡くなる時代です。死因別では、心臓病を抑えてダントツの1位。「自分もいつかはがんになる」という覚悟が必要です。

がんと言っても、放置しても命に関わらないものから治療で治る可能性の高いがん、治療をしても厳しいがんまで、さまざまです。

こわいがんの代表が膵臓がんではないでしょうか。日本では死亡率第4位で、この30年で3倍に増加、まもなく胃がんを抜いて肺がん、大腸がんに続く第3位となりそうです。症状が出にくく、進行が速く、診断された時点で手術ができるのは20%ほど。化学療法、放射線療法だけの完治は望めません。膵臓がん全体の5年生存率は8.5%と言われます。それでも超早期に発見されれば、手術により治る可能性が高くなります。早期に発見ができるかどうかが決め手となります。症状が出たときにはすでに進行していることも多いのですが、それでも早く医療機関を受診することが大事です。膵臓がんで見られる症状を知っておきましょう。

・腹痛、腰背部痛

膵臓は胃の裏側にありますので、胃痛と間違えることもあれば、背中側に広がり背部痛が生ずることもあります。

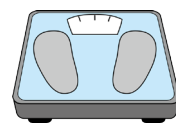
・黄疸、尿の色が濃い、白色便、皮膚掻痒感、発熱

膵臓には胆管（肝臓から十二指腸への胆汁の通り道）が走っています。がんにより胆管が詰まると、胆汁中の黄色い色素（ビリルビン）が腸に流れず、血液に逆流します。皮膚や目の白目の部分は黄色くなり、尿は濃くなります。一方、便は白っぽくなります。胆汁中の胆汁酸が皮膚の神経をくすぐり、痒みが生じます。淀んだ胆汁には容易に細菌感染が起き、胆管炎になれば発熱し、緊急で治療が必要となります。ちなみにミカンやカボチャの食べ過ぎでは、皮膚、特に手のひらは黄色くなりますが、白目の部分は正常です。

・体重減少

がんになると痩せてくることが多く、中でも膵臓がんは体重減少が目立ちます。膵臓から腸に出る消化酵素が減ると脂肪の消化吸収が悪くなり、脂っぽい便になります。「食べているのに痩せてきた！」と喜んでいる場合にはありません。普段から体重測定をしましょう。

・口渇、多飲、多尿（血糖値の上昇）
「初めて糖尿病と言われた」「これまで安定していた糖尿病が急激に悪化した」という時は要注意。がんによって膵臓から血液へのインスリンの分泌が減った可能性があります。腹部超音波検査（エコー）などで確認してもらいましょう。



消化器内科（消化器センター）の紹介

— 7つの臓器とその症状 —

みなさん、「消化器」とは何か、ご存知ですか。7つの臓器があり、さまざまな症状が現れます。

1 食道

何か飲み込むと胸でつかえる、入っていかない、胸焼けなどは食道の病気の可能性があります。

2 胃

胃が痛い、胃もたれを自覚する時、多くは胃の問題です。胃炎、胃潰瘍、胃がんなどが有名ですが、粘膜は正常でもストレスなどで症状が出る機能性ディスペプシアという病気もあります。ただし胃だと思っていたら膵臓、胆道、心臓の病気だった、ということもありますので注意が必要です。



消化器センター長
真野 鋭志

3 十二指腸

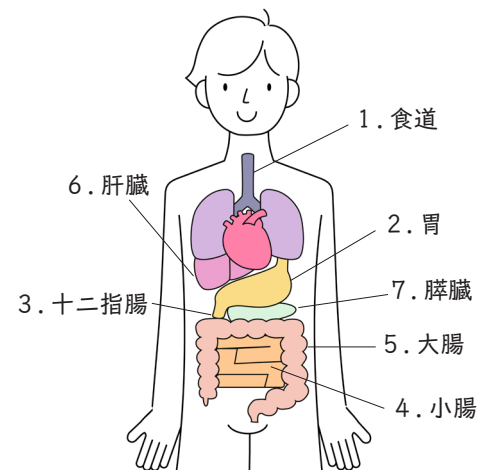
胃の症状と区別が付きにくいのが、十二指腸潰瘍です。ここまでは消化管の上の方にありますので、上部消化管と呼ばれ、上部消化管内視鏡（胃カメラ）の守備範囲です。

4 小腸

腸炎などで小腸で水分の吸収ができないと下痢。詰まれば腸閉塞です。腹痛が生じます。

5 大腸

便秘、下痢、腹痛、出血して血便になることもあります。大腸内視鏡が勧められることもあります。



6 肝臓

肝臓は我慢強く、なかなか症状は出ません。いよいよ悪くなると、体が黄色くなる黄疸や、お腹に水が溜まる腹水などの症状が現れます。かゆみや精神症状が出ることもあります。胆のう、胆管の病気では、腹痛、黄疸が出ることがあります。

7 膵臓

胃痛とっていると膵臓だったということがあります。背中が痛くなることもあります。急に血糖が上昇した時は、膵臓病のことがあります。

これら臓器の症状をお聞きし、シャロックホームズのように推理、追求し、診断、治療いたします。

真生会
We チャンネル
(YouTube)

消化器センター
紹介動画公開中！



認知症看護特定認定看護師

まつひろこ
松井寛子

特定認定看護師は、国が定める難易度の高い診療行為に係る研修制度を修了し、水準の高い看護を実践できると認められた看護師です。

さくら病棟の松井寛子看護師が、認知症看護特定認定看護師に認定されました。認知症を深く学ぼうと思ったきっかけや、その後の活動についてインタビューしました。

(インタビュー…齋藤美世)



認知症カンファレンス。右から3番目が松井看護師

「認知症看護特定認定看護師」をめざしたきっかけは？

松井…認知症に興味を持ったのは母が認知症と診断されたことがきっかけです。今から20年ぐらい前のことです。当時は別の仕事をしていて、認知症の知識もなく、家族が認知症になって悲しい感情だけでした。縁あって看護師になり、病棟に配属されました。母のこともあり、認知症患者さんに優しく接しようと思いついたんですが、現場に出てみると現実とは甘くありませんでした。「言うことを聞いてくれない」「業務が予定通り進まない」「どうして点滴を抜いてしまうの」など腹が立ち、言葉がきつくなることもありました。そんな自分にジレンマを感じ、「なぜうまくいかないんだろう」と考え始め、少しずつ認知症のことを勉強してみようと思うようになりました。

病棟では週に1回、「認知症ケアカンファレンス」を行っている」と聞きま

した。どのような取り組みでしょうか。

松井…心療内科の高木医師、リハビリスタッフ、医療ソーシャルワーカーなど多職種が集まる「認知症ケアチーム」で、会合をしています(上の写真)。認知症のある入院患者さんは、体調不良に加えて自宅とは違う環境から落ち着かなくなり、安心して治療が受けられない状況になってしまっていることがあります。どのように対応していくか、多職種の視点から知恵を出し合います。今年から「認知症ケア委員会」も始まりました。病棟、外来の看護師、薬剤師などもメンバーに加わり、「せん妄」(※)の学習や、認知症ケアに関する職員教育などを話し合っています。



認知症ケアカンファレンスの後、対象患者さんの病室を訪問し体調を伺います

※せん妄とは、身体疾患や薬剤など、身体に何らかの負担がかかった時に、脳にも負担がかかることで生じる脳の機能の乱れ(意識の障害)です。

認知症早期発見のための動画制作について、教えてください。

松井…外来には認知症の初期段階の方がおられます。誰にも気づかれず症状が進行し、自宅での生活が難しくなっている。初めて誰かが介入するケースもありました。医療従事者だけでなく、ご自身やご家族が変化にいち早く気づける、誰が見ても分かる動画を作れたら良いなと、劇団チップス(真生会職員で結成された演劇チーム)に相談しました。今回作られたのは早期発見するための動画です。一見ふつうに生活できているようで、「あれ、ちょっとおかしいかな」と思う場面を集めました。いくつか事例を出すすぐに台本ができ、演技も自然なものでした。認知症の人を演じるのではなく「もしかしたら認知症の症状ではないか」と感じる仕草がうまく表現されています。ぜひ皆さんもご覧ください。

看護の日のイベントで講演活動も行ったんですね。



松井…看護部で毎年行っている「ふれあい看護」のイベントで講演を行いました(左の写真)。最初は一对一で話しするところから始まり、徐々に参加者が増えてうなずきながら聞いてくださる方もあり、とても良い経験でした。少しでも皆さんのお役に立てればと思います。これから地域にも出ていき、皆さんに認知症のことを知ってもらう機会を作っていければ良いなと思っています。



これって!? 認知症 (動画より)

”薬を飲んだかどうかがあいまい”
 ”病院まで家族の車に乗せてもらって来たのに「車がない。盗まれた」と電話をかけてきた”
 ”病院の受付でカバンから診察券がなかなか出てこない”
 変化に気づいたら、周りの人に相談してみましよう。真生会では「看護専門外来」で認知症に関する相談をお受けしています。詳細は当院ホームページをご覧ください。

インタビューの続きは
真生会 We チャンネルで



「認知症早期発見のための動画」も真生会 We チャンネル内で公開中です!

ハートカフェ

開催に向けて

令和6年12月に、こころの家（看護小規模多機能型居宅介護事業所）でハートカフェを開催します。こころの家の利用者さんと、木の子ハウス（敷地内保育施設）の子どもたちとの交流企画です。今回は苗植えと水やりの様子をお知らせします。

① 苗植え

こころの家の利用者さんがサツマイモの苗を植える。



② 水やり

木の子ハウスの子どもたちが水やりをして育てる。



③ 収穫

サツマイモを収穫する。



④ 調理・交流

管理栄養士とサツマイモを調理し、利用者さん、園児、ご家族と一緒に食事をしながら交流する。

① 苗植え

5月8日に、施設管理課の酒井さん（農業、園芸に詳しい）からレクチャーを受けて行いました。

利用者さんたちは「またサツマイモを育てられてうれしい」「何本とれるかな」「何つくる？」と笑顔で話されていました。

◆丸田介護福祉士より

「昔を懐かしんだり、苗の成長を願って土を優しくかぶせながら声をかけたり、和気あいあい、大盛り上がりでした」



② 水やり

木の子ハウスの子どもたちがこころの家へやって来て、サツマイモの苗に水やりをしてくれました。葉がだんだん大きくなり、すくすくと育ってきました。

◆石灰介護福祉士より

「子どもたちがジョウロを持って楽しく水やりをしている様子を、利用者さんたちは優しい眼差しで見えておられました」



…………… 植物を育てる効果 ……………

植物を育てることには、ストレス軽減、意欲回復、生活改善などの効果があると言われています。植物を媒介とした活動は他者との共感を得やすいことから、社会的健康（人間関係を築き、他者とのつながりを感じる）の増進も期待できます。

8回目の開催

真生会作品展を振り返って（谷本謙三さんの寄稿）

令和6年7月に、真生会富山病院にて作品展を開催させていただきました。今年で第8回を数えます。これもひとえに皆様方のおかげです。

私は70歳で退職し、その後、自分の健康管理のために何かしなければと思いました。が、それまでまったく無趣味でした。若い頃から絵を見るのは好きなほうで、日展の作品鑑賞へ出かけることがありました。縁あって洋画家の藤井武先生の水彩画教室で指導を受けるようになり、今日に至っています。

真生会で作品展を行うきっかけとなったのは、腰痛で通

院していたときに出会ったリハビリテーション科の石原里美さん（あん摩マッサージ指圧師）です。「真生会で作品展をされませんか」と声をかけられ、作品展担当の福田綾

さん（フロアマネジャー）を紹介されました。それから今日まで、まさか8回も続くとは思いませんでした。

病院にお見えになる利用者

の皆様は作品を見ていただき、少しでも心が癒され、健康に役立てていただければと思います。今年も開催させていただきます。



石原里美さん（写真右）と福田綾さん。写真の絵画は『懐古』というタイトルで、今回展示された中で一番大きな作品です。長い時を経た「浮き」の古さに、懐かしい思いに時を重ねる作者の心情が伺えます。また、明るい色調と大胆な構成で描かれ、生きることの強さをも感じ取れる作品です。この「浮き」をモチーフに、毎年描き続けておられます

診療案内

診療科

内科、外科、小児科、整形外科、耳鼻咽喉科、皮膚科、形成外科、眼科、麻酔科、心療内科、精神科、神経内科、放射線科、泌尿器科、消化器内科、呼吸器内科、リハビリテーション科、腎臓内科、血液内科、循環器内科、糖尿病・代謝内科、緩和ケア内科、真生会デンタルクリニック（歯科）

受付・診療時間 ※令和6年10月末時点

【午前外来】平日・土曜日

受付 8:00 ~ 11:30

診察 8:50 ~（※整形外科、眼科 9:00 ~）

7:45 から整理券を配布します。

※複数科を受付される方は 11:00 までの受付です。

正面玄関は 7:45 に開きます。

【昼外来】

<水曜日のみ>

内科、消化器内科、皮膚科

<月、水、金曜日>

眼科

受付 13:30 ~ 16:00

診察 14:00 ~

13:15 から整理券を配布します。

※複数科を受付される方は 15:30 までの受付です。

【夕方外来】月、金曜日のみ

※科によっては休診日がございます。

受付 16:00 ~ 18:30

診察 16:30 ~（※整形外科、眼科 17:00 ~）

15:40 から整理券を配布します。

※複数科を受付される方は 18:00 までの受付です。

【休診日】土曜日午後、日曜日、祝日

休診時間帯は、当番医師が待機しております。

※診療日は科によって異なり、診療時間に変更する場合がございます。診察医の希望のある方は、事前にお確かめください。



最新の診療時間は
← ホームページに
掲載しております。

グリーンハット 私の推し

本館 1 階にある売店・レストラン「グリーンハット」（有限会社ウエルカム）の商品の中から真生会スタッフが”私の推し”を紹介するコーナーです。今回は、患者支援センターの地域医療連携室で事務を担当する澤井真由美さんの推しです。澤井さんは劇団チップスのメンバーとして出張講座（左下の写真は講演時）でも活躍中。自作のイラストを添えて推しへの愛を語ってくれました。



推しコメント

私の推しは「サンドイッチ」。ポテトサラダ・玉子・ハム・レタスがほどよい厚さのパンに整列のごとく挟まれている。まさに商品名のとおり「オールミックス」。見かけによらずボリューム満点。金曜のお昼、私のご褒美。そして必ずこう言おう。”三度に一度はサンドイッチ”（爆笑）



＊ベーカリー長から一言＊

「複数の具材をサンドし、一度に楽しめる一品です。カット面の色合いにもこだわりました」



300円（税込）

編集後記

6 ページで「ハートカフェ」を紹介しました。このころの家にやってくる木の子ハウスの子もたちの笑顔を見て、利用者さんたちは自然と笑顔になられます。その様子を見守るスタッフも幸せな気持ちになります。世代を超えて幸せの輪が広がるハートカフェ企画。12 月の開催が待ち遠しいです。



和顔愛語（わけんあいご）とは

和やかな笑顔と優しい言葉で人と接することです。患者さんに対して、常に優しい笑顔と言葉で接し、まず精神面からリラックスしていただくことを、スタッフ全員が願っています。



真生会公式 YouTube「真生会 We チャンネル」

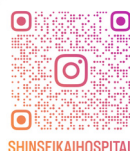
〒939-0243 富山県射水市下若 89-10

TEL 0766-52-2156 / FAX 0766-52-2197

URL <https://www.shinseikai.jp/>

令和 6 年 11 月 第 38 号発行

発行・編集／医療法人真生会



真生会公式Instagram



真生会公式フェイスブック



真生会公式 X（旧ツイッター）