

Sai Wai

11月号

vol.07

2011.10.November

ご自由にお持ちください。

『**前立腺がんは怖くない**』 **1・2**
～早期診断が可能です～

糖尿病認定看護師コラム **3**
『**そうだ笑顔でいよう!**』 第7回

部署紹介「救急医療を支えるプロ集団!」 **4**
第7回：薬剤科

栄養科便り **4**
『**今月のレシピ**』 第7回

皆様へのお知らせ **5**
『重症救急ベッド確保のための署名活動』報告

『**川崎幸クリニック リポート**』 **6**

川崎幸病院 生まれ変わります!

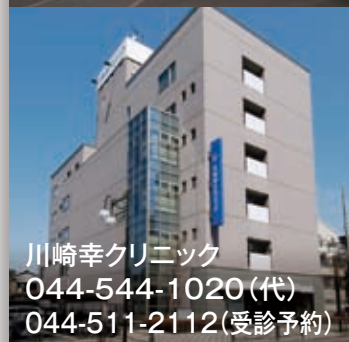
『**新病院の薬剤科**』



川崎幸病院
044-544-4611(代)



川崎幸病院中原分院
044-433-4343(代)
044-433-4393(受診予約)



川崎幸クリニック
044-544-1020(代)
044-511-2112(受診予約)



さいわい鹿島田クリニック
044-556-2720(代)
044-556-2722(受診予約)



21世紀型医療・福祉ネットワーク

石心会グループ

11月の花：山茶花(サザンカ)

花言葉は

「困難に打ち勝つ」「ひたむきさ」です





『前立腺がんは怖くない』

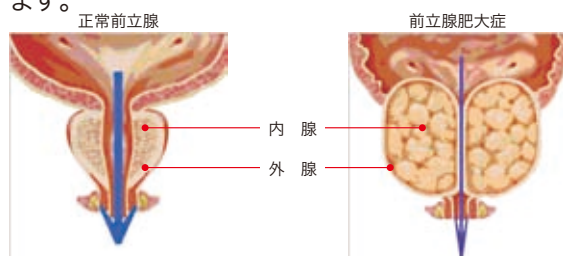
～早期診断が可能です～



前立腺という臓器や前立腺がんという病気の名前をご存知でしょうか？昨今では著名人がカミングアウトし、名前だけは一般の方にも少しずつ知られるようになって来ましたが、その実態は医療関係者にさえ詳しくは知られておらず、一般の方はほとんど知識がないのが実情です。ですから、すでに診断を受け治療を受けている方も診断・治療の際に不安や疑問が多かった事と思います。今回の市民公開講座では、前立腺がんの一般的な診断・治療といった話題からはじまり、当院で行われる先進的な治療法についてもお話したいと思います。

■前立腺は何なんだろう

前立腺は男性の膀胱の出口、尿道の始まる部分を取り囲んでいるクルミ大の臓器で、精液の一部を作っています。構造はちょうどみかんに似ていて、皮の部分を外腺、実の部分を内腺といいます。



■前立腺がんは前立腺肥大症と違うのでしょうか？

みかんの実の部分である内腺が大きくなって尿道を圧迫し尿の出が悪くなった状態が前立腺肥大症で外腺が分厚く凸凹になった状態が前立腺がんです。このように発生場所が異なっていますし性質も異なる別の疾患です。肥大症は良性の病気ですががんになるわけではありません。でも、症状は前立腺がんと同立腺肥大症ともに頻尿、排尿困難、残尿感などで両者ともよく似ています。ただし、前立腺がんは、初期には自覚症状がないのが特徴で注意が必要です。

■前立腺がんは急速に増えています

前立腺がんはもともと欧米に多く、アメリカで

は男性で最も多いがんです。日本ではこれまで欧米の1/10から1/20といわれ、発生率の低いがんと考えられていました。しかし最近日本でも前立腺がんが急増しているのです。その原因としては、食事など生活習慣の欧米化や社会の高齢化などが考えられます。前立腺がんは今後も急速な増加が予想され2020年には現在日本で多いがんとなっている肺がんや胃がんと同程度になると予想されています。

■前立腺がんはあまり知られていません

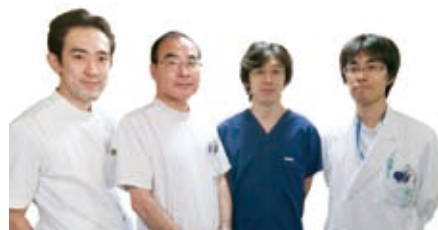
前立腺は男性だけが持っている臓器です。前立腺がんは老化により性ホルモンのバランスがくずれたり、環境や食生活など種々の要因が加わって発生する病気といわれています。したがって、50歳代ころから現れ始め発生の平均年齢は70歳くらいといわれる男性高齢者特有のがんです。

■早期発見が明暗を分けます

前立腺がんの初期には自覚症状はなく進行してもほとんど自覚症状がないこともあります。進行すると血尿が見られたり、背骨や骨盤の骨への転移による腰痛や歩行困難などの症状が出てくるありますが、自覚症状が出たころには病気がかなり進んでしまっていることもよくあります。

したがって症状のないうちに早期発見、早期

林 医師より：心身ともに健やかな毎日を送るには病気に対する正しい知識が大切です。これからの日本人にとって現在急速に増加している前立腺がんはちょっと気になる病気です。知識を広げて不安や疑問を解消しましょう。



川崎幸病院中原分院 院長
レーザー治療センター長

林 哲夫 医師

市民健康講座のご案内

『前立腺がんは怖くない』

～早期診断が可能です～

12月10日(土) 10:30～11:30

(於)川崎市産業振興会館1階ホール

お問い合わせ先：044-544-4611(代)

地域医療連携室



11月より会場がミュゼ川崎から川崎市産業振興会館に変更になります、お間違えの無いようご注意ください。

市民健康講座では、毎月、当院医師が専門分野について、わかりやすい言葉で役に立つ医療情報を地域の皆様にお伝えしています。

席数：**478席** 参加申込：**不要** 参加料：**無料**

お気軽に会場へ直接お越しください。

治療することが決め手となり、適切な治療を受けることで長期にわたり良好な病後を過ごすこともできます。

■早期発見のための検査は簡単です

前立腺がんは比較的簡単な検査で発見できます。まず、血液検査で血液中のPSA(前立腺がんになると血液中に増加する前立腺特有の物質)などを測定します。それに加え直腸診や超音波検査などを行う場合もあります。血液検査だけで早期発見の道が開けるがんはほかにありません。PSA検査などで前立腺癌が疑われたら精密検査として前立腺生検をおこない確定診断となります。

■前立腺がんと診断されたら？

前立腺がんは病気の進行度によってA,B,C,Dの4つの病期に分類されます。また、がん細胞の悪性度も3種類に分類されています。これら病期や悪性度によって治療の進め方が違ってきます。

前立腺癌の治療法は内分泌療法、手術、放射線療法、化学療法などです。早期がんでは手

術をしますが、病期が進んでいる場合は手術はしません。またがんの病期と悪性度によってこれらの治療法を組み合わせることもあります。

患者さんによって受ける治療法はさまざまです。がんの病期と悪性度、年齢、今までにかかった病気や現在の健康状態に基づいて治療方法を計画していきます。

■予防法はありませんが・・・

前立腺がんにはこれといった予防法はありません。何よりも大切なのは早期に発見し早く治療を始めることです。50歳を過ぎたらPSA検査を積極的に受け早期発見に努めるよう心がけましょう。また前立腺がんと診断されても最近では治療法も進んでいますので主治医と適切な治療を相談していきましょう。治療効果は病期や悪性度によって違ってきますが、早期に発見され迅速に治療が行われればほとんどの方が寿命をまっとうできますし、たとえ進行した状態で発見されても早期に適切な治療をきちんと受けていただければ、病気と共存し苦痛もほとんどない状態で年の単位で何年も延命が可能なのです。

病気と体の仕組みをより深く
理解していただくために。

糖尿病認定看護師コラム

『そうだ笑顔でいよう!』

第7回

そうだダイエット(糖尿病治療)も 笑顔でやろう ～運動療法編～



川崎幸病院 看護部
糖尿病看護認定看護師
原田 浩見

こんにちは。先月号でダイエットを宣言した原田です。「そうだダイエットも笑顔でやろう!」と称して自分のユルメニューを実行しています。

●運動療法は「継続」が命!

ユルメニュー運動編では、犬の散歩+10分間ウォーキングを毎日と計画しました。ところが歩いてみたら意外と楽しくて毎日1時間くらいは歩けるようになりました。風の冷たさが心地よい季節だからでしょうか。空が高くきれいだからでしょうか。しかし、これからの寒さに耐えられるのでしょうか・・・寒くなる前に作戦を考えないといけません。いくらユルメニューでも続かないと意味がないですから。

そこで登場したのがウォーキングサポートグッズ!、ここはモノに頼ってしまう弱い私です。

●秘訣その1 ～成果が見えるように～

その1: 某製薬会社の「活動量計」

これは従来の歩数計に加え、活動の強さもグラフで表示し消費カロリーを数値で教えてくれるすぐれもの。速歩きをすればその分消費カロリーもアップするので励みになります。今日はどの位歩いたかな? どのくらいカロリー消費したかな? なんてつい見ってしまうそんなグッズです。

●秘訣その2 ～運動が苦にならない工夫～

その2: 某スポーツ用品メーカーの ウォーキングシューズ

あえて不安定にした靴底で、歩くたびに筋力強化、歩くたびにヒップアップという謳い文句のウォーキングシューズ。立っているだけでゆらゆらと揺れる感じで何となく足が前に出てしまう落ち着きのない靴ではあ

りますが、足が前に出やすいので歩くことが苦痛になりません。

●わたしたち看護師は患者さんのサポーターです

～私のサポーターは犬ですが～

この2つのグッズが私のユルメニュー運動編を支えてくれています。これは私にとってのサポートグッズであって、みんなそれぞれのサポートグッズがあると思います。トレーニングウェアだったり音楽だったり・・・グッズではないけれど、一緒に運動してくれる友人や家族はサポーターですよ。外に出るきっかけを作ってくれるうちのわんこもサポーターです。(わんこは寄り道が多くて困りますが、わたしたち看護師は患者さんのサポーターです。それぞれに合う方法を一緒に考え、継続できるように支えていきたいと考えています。)

●自分のペースで、自分にあった運動で良いのですよ!

どうしたら継続できるか、一度にたくさんのことを望まず0よりも1、1よりも2進むくらいの気持ちで自分のメニューを考え実行できたらと思います。そして自分の変化を楽しみましょう。

最後に・・・今月は1カ月目ですので1kg減量が目標でしたが達成しました。見た目は変わらないけどうれしいものです。また次の目標に向けて頑張ります!

透析看護認定看護師よりワンポイントアドバイス

糖尿病を悪い状態で放っておくと、腎不全が進み、人工透析を考えることにもなります。

日本の透析患者数は30万人程で日本人の430人に1人が透析患者ということになります。「透析」というと恐ろしい治療のように聞こえますが、外来透析患者さんの多く

は、週3回の通院治療という不便さはあるものの、趣味や仕事などご自分の時間を持っていられいます。私たちは、患者さんの生活に透析治療を上手に組み込み、自分の体調と相談しながら生活していくためのお手伝いをしています。

認定看護師とは: 日本看護協会の試験に合格し、特定の看護分野において、熟練した看護技術と知識を有することを認められた看護師のことです!

当院には、感染対策、糖尿病、透析看護の認定看護師が働いていますよ!

川崎幸病院 看護部長:佐藤 久美子



川崎幸病院
透析看護
認定看護師
小宮 恵子



救急医療を支えるプロ集団【第7回】

川崎幸病院 薬剤科:

わたしたちは「顔の見える」薬剤師です

●患者さんとの対話を大切に

当院では、医師から処方されたお薬の効果や副作用、服用方法などを薬剤師が患者さんに説明する「服薬指導」を行っています。ただ薬の説明をするのではなく、患者さんのお話も聞き、お薬で困っていることがあれば医師へ報告し、より良いお薬の治療ができるよう心がけています。



継続し、患者さんのお薬を無駄にすることなく治療に活かしています。



●より患者さんに近い立場で

薬剤師が患者さんのベッドサイドへ伺い、ご本人のお話から投薬開始後の具合や副作用の有無を確認し、また、検査値などデータを基に医師と相談し、患者さんの状態に適したお薬の種類や用法・用量の調整に携わっています。可能な限り患者さんに近い立場でより良い治療に貢献できるよう心がけています。

●ご持参のお薬を無駄にせず

入院時、患者さんにはそれまで飲んでいたお薬をご持参して頂いております。当院では、薬剤師が医師と相談し、患者さんの状態に合わせ、持参されたお薬の中で使用可能なものは投与を

●地域の皆さまへ

安全かつ効果的なお薬の提供ができるよう、患者さんにとってより身近な薬剤科を目指しています。お薬のことで分からないことがありましたら、お気軽にお声掛け下さい。



川崎幸クリニック
管理栄養士
宮崎 恵美子



今月のレシピ!【第7回】 「栄養のプロ」のヘルシーレシピ

～煮るだけじゃもったいない～

切干大根の和えもの



栄養のプロのワンポイント

切干大根は太陽光で干す事で栄養価が増加します。ビタミンB1とB2・カルシウム・鉄分の他、食物繊維も豊富で、食物繊維はコレステロールの排出や便秘解消に役立ちます。

その他に二日酔いで弱った肝臓や胃腸の回復や、保温作用による冷え症予防の効果もあります。

冷え込んでくるこれからの季節、飲み会の増える年末にも、食生活に是非とり入れて頂きたい食材です。

<作り方>

1. 切干大根は水で戻し、ざく切りにする。
2. キュウリは千切りにし、塩少々でmondおく。
3. 石づきを落としたえのきは、熱湯でさつとゆでる。
4. 塩抜きしたわかめは、水気を切ってざく切りに。
5. ボールにドレッシングの材料を混ぜ合わせ、全ての材料を入れてあえる。

完成!

材料(2人前)

切干大根	(乾物30g)
キュウリ	20g
えのき	20g
わかめ	(塩抜き10g)
<辛子ドレッシング>	
辛子	小さじ1
砂糖	大さじ1/2
酢	大さじ1
醤油	大さじ1
すりごま	小さじ1



Topics 1

『重症救急ベッド確保のための署名活動』報告

～82,735名の署名とともに川崎市議会に請願を行いました～

■川崎幸病院、川崎市議会に請願

おかげさまで、皆様にご協力頂いた署名数は82,735人に達しました。川崎幸病院はこの署名簿を添付して10月3日に川崎市議会に対し、鍋木茂哉議員（自由民主党）の紹介で請願を行いました。市議会では、10月4日の本会議において、10月中に予定されている「健康福祉委員会」に審議を回し、採択の可否を問う事を決定しました。

■川崎市幸区町内会連合にもお願いいただきました

また「川崎市幸区町内会連合会（代表副会長安岡信一氏）」におきましては、全ての会派の議員団長が紹介者となり、別途請願を行っていただきました。請願の趣旨は「川崎市は、川崎市重症救急対応病院の公募に関して、幸区内の病院を唯

一の対応病院（重症救急ベッド62床）として指定いただくため、川崎市地域医療審議会での公平で公正な審議並びに一層の審議促進を求めお願いいたします。」となっております。私達の要望を後押しして頂く内容となっております。



皆様からいただいた想いは、無事、川崎市議会に届きました。ご協力誠にありがとうございました。



Topics 2

「頼れる病院」特集で

川崎幸病院が全国民間病院3位

川崎幸病院が週刊ダイヤモンド(2011/10/29号)「頼れる病院2012」に全国の民間病院で第3位にランクインしました。



■大学病院をしのぐ病院機能

いわゆるブランド病院が上位を独占する中、203床の川崎幸病院が民間病院（私立大学病院は含まず）ランキングで全国第3位にランクインしました。医療法人が設立して運営する病院としては全国1位です。また国公立病院、公的病院、私立大学病院などすべての病院を含んだランキングでも東日本で第10位、全国で第17位にランクインしています。

これで、川崎幸病院は大学病院に「ひけをとらない」どころか、大学病院をしのぐ病院機能を

有すると評価されたことになります。

■評価指標

調査内容は、ダイヤモンド社が2010年度の実績を基に、医療機能と経営状態を採点し、12指標の合計点数でランキングされています。

●医療機能8指標

「診療科目数」「医師数」「専門医数」「看護師配置数」「医療スタッフ数」「医療施設(集中治療室等)」「患者紹介率」「災害拠点病院」

●経営状態4指標

「病床利用率」「平均在院日数」「人件費率」「経常収支比率」

東日本病院ランキング

10	埼玉医科大学病院	埼玉県	93点
10	聖マリアンナ医科大学病院	神奈川県	93点
10	川崎幸病院	神奈川県	93点
11	横浜市立大学病院	神奈川県	92点

全国民間病院ランキング

1	聖路加国際病院	東京都	96点
2	倉敷中央病院	岡山県	94点
3	川崎幸病院	神奈川県	93点
4	手稲溪仁会病院	北海道	91点

*大学病院を除く

出典：週刊ダイヤモンド(2011/10/29号)より

この評価を謙虚に受け止めるとともに、より一層、地域の皆様に頼られる病院を目指します。



Topics 3



幸区民祭に参加しました

～「顔の見える」病院を目指して～

10月15、16日に開催されました「第31回幸区民祭」に、川崎幸病院も参加しました。当院のブースでは、子供用の白衣や手術衣を用意して、お客様たちにお医者さん、看護師さんに「変身」してい



川崎幸病院の催し

15日	「え！本当？これで痩せられる!?」(当院栄養科スタッフによる簡易栄養相談)
16日	「癒されてみませんか?～ハンドマッサージと体力測定～」(当院リハビリスタッフ)
	「救急戦隊ミドレンジャーショー」当院救急救命士によるAEDのデモンストレーション

ただき、写真撮影をしました。良い思い出になればさいわいです。



両日ともに、多くの皆様に当院のブースに足をお運びいただきました。今後も地域の皆様とのふれあいを大切にし、「顔の見える」病院でありたいと思います。

川崎幸クリニック：外来化学療法

川崎幸クリニックで行っている化学療法について、薬剤師からご説明いたします。

●化学療法とは？

がんの治療法の一つで、抗がん剤を用いてがん細胞の分裂を抑え、がん細胞を破壊する治療法です。

●できるかぎり通院治療で

抗がん剤には種類がたくさんあり、治療のために入院していただくことも多いです。当クリニックでは、患者さんの状態を見ながら、できる限り「通院での化学療法」を可能にして、患者さんの心身の負担が少しでも軽減できればと願っています。

●より安全で安心できる治療を目指して

私たち薬剤師は、抗がん剤の管理や抗がん剤治療計画の管理などにたずさわっております。今後はより一歩踏み込み、「抗がん剤がどんなお薬なのか？」などを薬剤師の立場から直



川崎幸クリニック
薬剤師：勝亦 秀樹

接患者さんに説明をし、患者さんのお話も伺いながら、治療に対する不安を取り除いていきたいと考えています。安心して安全に治療を受けられるように、より患者さんのそばで治療に関わっていききたいと思います。



川崎幸クリニック レポート

Voice
of
CLINIC



Building Status Report Vol.07



新病院の化学療法室内(10/6撮影)



川崎幸病院、
生まれ変わります！

新川崎幸病院の薬剤科

～お体の負担軽減を追求して～

●新病院の「化学療法」

がんの治療の一つに抗がん剤を使った「化学療法」があります。現在は川崎幸クリニックにて外来化学療法を行っていますが、新病院では化学療法室(6ベッド)を設け、「外来の化学療法」を充実させます。

●心身の負担を軽減するために

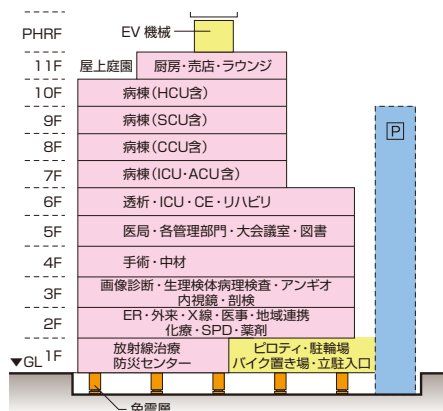
抗がん剤にも色々と種類があり、2～3時間で投与が済むものもあれば、2～3日入院していただき投与を行う抗がん剤もあります。新病院では「インフューザーポンプ」という医療機器を用い、現在は入院して2～3日かかる化学療法を、外来で行うことができるように検討しています。これにより、入院による患者さんの心身の負担を少しでも減らすことができるのではと考えています。

新病院の化学療法室は患者さんがリラックスできるような空間にし、抗がん剤治療による患者さんのご負担を少しでも軽減できればと考えております。われわれ薬剤師も治療に深く関わりながら、安全で快適な化学療法を提供します。

●より患者さんに近い薬剤科を目指して

新病院では、新しい機械の導入などにより、「調剤業務の省力化」を検討しています。これにより、より多くの薬剤師を「患者さんの近く」に配置できるように考えております。

病院における薬剤師の役割は、「薬の誤投薬を防ぐ」ということと、患者さんの近くで薬の効果などのデータを分析し、「より有効な薬の用法・用量を医師に提案する」ということです。患者さんにより近い立場で、より安全で有効な治療を提供できる薬剤科を目指します。



ホームページのご案内

皆様のお役に立てるよう頑張っています、
ぜひ見に来てください！

川崎幸病院・中原分院・川崎幸クリニックの各施設も幸病院のTopページからも各施設へ移動できます。※「さいわい」のバックナンバーをホームページでも公開中！

皆様のご意見・ご感想をお待ちしております！ お気軽にご連絡下さい。

TEL.044-511-2266 広報室 西山宛

幸病院

検索