

# つくしんぼ

平成25年 第163号  
 新年号  
 北里研究所病院だより



<p>Kitasato 100×50 Pioneer the Next</p>	<p><b>特集1</b> 下肢静脈瘤はレーザーで治す!? … P2</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 下肢静脈瘤とは</li> <li>2. 血管外科を受診するタイミング</li> <li>3. 静脈瘤の治療</li> <li>4. 静脈瘤の血管内レーザー焼灼術</li> </ol>	<p>新年のご挨拶 …… P1</p> <p>ナースのおしごと …… P4</p> <p>乳がん週間レポート …… P4</p> <p>第6回糖尿病フェスティバルレポート …… P4</p> <p>医療安全月間レポート …… P4</p> <p>インフルエンザにご注意を!! …… P4</p> <p>行事予定 …… P4</p>	<p><b>目次</b></p>
	<p><b>特集2</b> 存知ですか? 睡眠時無呼吸症候群 …… P3</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 睡眠時無呼吸症候群とは</li> <li>2. なぜ閉塞性睡眠時無呼吸症候群になるの?</li> <li>3. 検査について / 4. 治療について</li> </ol>		

## 新年のご挨拶

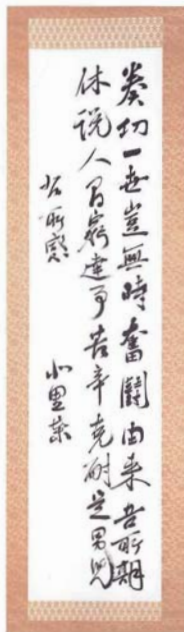
病院長 土本 寛二



新年明けましておめでとうございます。本年もよろしくお申し上げます。

当院は今年も従来どおり、「心ある医療」を病院理念に掲げ「臨床(診療・予防)」「教育」「研究」「危機管理(医療安全)」の4つの基本方針のもと、「信頼される、選ばれる、満足していただける病院」を目指してまいります。

私自身は久しく書初めを書いたことはございませんが、新年にあたり、創立者北里柴三郎先生の書初め「七言絶句の漢詩」を紹介させていただきます。これは先生が長年苦心を重ね、育



奏功一世豈無時奮闘由来吾所期  
 休説人間窮達事苦辛克耐是男兒

んできた国立伝染病研究所(現在の東京大学医科学研究所の前身)が内務省から文部省に移管されることが決定したため、文部省の所管のもとでは自分の学問の理念・方針を全うできないとして、「学問の神聖と独立」(福澤先生誕生記念会・講演題名:大正4年)を断固として守るため、所長を辞任し野に下り、港区白金の地に、私立の研究所「北里研究所」を設立した際に作られたと伝えられており、毎年決意を新たにすため、正月の書初めとして書かれたものです。

また医学生時代(明治11年)に、医道について自分の信条を述べた演説草稿である「医道論」の巻末に記された漢詩「保育蒼生吾所期・成功一世豈無時・人間窮達君休説・克耐苦辛是男(民衆ひとりひとりを健康に育てるのが私の志である。一生をかけてこれに立向かえば成し遂げられないことはない)」も同様の内容であり、逝去された昭和6年の書初めも全く同じものであります。

私たちはこのような先生の頑固一徹、軸のぶれない行動を、先生の座右の銘である“終始一貫”とともに、肝に命じたところであります。

次に北里先生の支援者であり、先生が師父とも仰いだ福澤諭吉先生の医に贈る言葉を紹介させていただきます。この「七言絶句の漢詩:贈醫」は「医学は神との限りない勝負である。神とたたかってまでも、病気の解明、治療に手段をつくせ」という医師への強いメッセージであり、信濃町にある北里先生記念の

慶應義塾大学医学部・北里講堂の第一会議室に飾られています。近年、遺伝子をめぐる科学技術の巨大な進歩にともない、新型万能細胞(iPS細胞)を代表とする基礎研究が進み、再生医療をはじめとする新しい医療の展開が期待されています。福澤先生の「贈醫」を思いおこすまでもなく、医学は神の領域に入り込んできた感があります。

また、当院ではこれからの先進医療に取り組んでいくために、以下の2つの項目を本年度の重点事業と位置づけております。

### ①総合的研究センターの設立

基礎研究を臨床に応用するためには、臨床研究は必要条件であります。基本方針の一つである「研究」面では、馬場彰泰予防医学センター長が取り組んできた“重症心不全に対する免疫吸着療法”が、基礎研究、臨床研究を経て昨年末、厚生労働省より先進医療として認められるなど実績を重ねてきました。今後は、がん診療におけるがん免疫療法やプレストセンターおよび難病疾患における炎症性腸疾患センターなどの治療の展開に臨床研究はますます重要になります。当院では近接する「臨床薬理研究所」のがん免疫療法を専門とする部門との統合を終え、4月には新しく、臨床試験部門と基礎・臨床研究を融合した総合的な研究センターを設立する予定です。



無限輪贏天又人醫師休道自然臣  
 離婁明視麻姑手段達邊唯是真

### ②「統合医療」の推進

医療の発展に伴い、西洋医学における“いわゆる部分最適化”が推進されていきます。この結果、以前から危惧されている“いわゆる全体性”の欠落が予想されています。医療の基本はひとりひとりの全人的医療です。私たちは近接する「東洋医学総合研究所」との連携により、西洋医学と東洋医学の境界を越えた新たな医療概念である「統合医療」を推進してまいります。

最後に北里研究所は大正3年に創立され、来る平成26年には100周年という節目の年を迎えます。当院は北里研究所発祥の地、この白金キャンパスにおいて、特色ある総合的な医療を推進してまいります。今後とも皆さまの暖かい、力強いご支援をお願いいたします。

# 特集1 下肢静脈瘤はレーザーで治す!?

## 1. 下肢静脈瘤とは

よく「血管が浮いている」といいますが、足の静脈が太く浮き出ている状態で、下肢の表在静脈が拡張・蛇行するものを「下肢静脈瘤」といいます。また、静脈瘤の多くは、太くなっているばかりではなく、曲がりくねったり、網目状やくもの巣状になったりするタイプもあります。重症例では皮膚に潰瘍や色素沈着を生じるまで悪化します。しかし、通常は進行も遅く、命にかかわる病気でないために、多くの方が無処置のまま放置されているのが現状です。



外科（血管外科）  
医長 金田 宗久

## 2. 血管外科を受診するタイミング

静脈瘤がある方は、足のむくみ、だるさの原因となり、重い、痛む、ほてるなどの症状がでてきます。更に、足の筋肉がつる、いわゆる「こむらがり」も生じやすくなります。かゆみや湿疹などがなかなか治りにくい場合に静脈瘤が関与している場合があります。なんとなく翌日の足の疲れが取れにくくなったり、夕方になると足がむくんでだるくなるなど、少しでも思い当たるふしのある方は、今、ご自分の足を確認してみてください。「これはそうかなあ?」と思われた方は、一度、外科(血管外科)のご受診をおすすめします。

## 3. 静脈瘤の治療

主に以下の治療法があります。症状や病態にあわせて最適な治療法を選択いたします。

- (1)弾性ストッキング
- (2)硬化療法
- (3)高位結紮術
- (4)ストリッピング手術
- (5)血管内レーザー焼灼術



治療前 治療後

## 4. 静脈瘤の血管内レーザー焼灼術

レーザー治療の特徴は、細いファイバーを血管内に入れ、皮膚を切らない治療です。従来のストリッピング手術は、静脈を取り除くために足のつけ根と膝の2ヶ所を切る必要がありましたが、レーザー治療では、膝の部分から細い点滴の針を刺し、その針穴からレーザーのファイバーを足のつけ根まで入れ、血管内に照射されたレーザーの熱によって、中から静脈を焼いて塞いでしまいます。そのため、足のつけ根を全く切らないで治療することができます。

レーザー治療の良い点は、一言でいうと「低侵襲治療」と呼ばれる身体に優しい治療です。したがって、日帰りや術後1泊入院で治療が可能です。



血管内レーザー焼灼術  
実施施設認定証

血管内レーザー焼灼術  
指導医認定証

これまで、厚生労働省の高度先進医療であった下肢静脈瘤のレーザー治療が、2011年1月1日より保険診療が可能になりました。当院ではすでにレーザー治療器を導入し、血管内レーザー焼灼術実施・管理委員会が認定する実施施設に指定されております。また、実施医・指導医の資格も取得しており、下肢静脈瘤レーザー治療の講習会を指導する施設に指定されています。

健康を維持するためにも、ご自分の血管年齢を測定してみるのもいかがでしょうか。

<測定方法については外科外来へお問い合わせ下さい。>

# 特集2 ご存知ですか? 睡眠時無呼吸症候群

## 1. 睡眠時無呼吸症候群とは

睡眠中に10秒以上息が止まることを無呼吸と言います。睡眠時無呼吸症候群とは1時間に5回以上無呼吸や低呼吸(呼吸が弱くなること)がある状態を指し、熟眠できないため、**昼間の眠気・夜間の頻尿・起床時の頭重感**などの症状を引き起こします。呼吸をしようとしても咽頭が閉塞してしまうため、無呼吸となる「閉塞性」、脳にある呼吸中枢(呼吸をコントロールする機能)から呼吸の指令がなくなって無呼吸になる「中枢性」に分けられます。ほとんどの無呼吸は閉塞性のため、今回は閉塞性についてご紹介したいと思います。

典型的な無呼吸は、**大いびき**をかいていたのに、静かになり、しばらくして苦しげないびきが再開するようなケースです。睡眠時無呼吸の方は、昼間、突然眠くなるため、交通事故をおこしたり、集中できず仕事でミスが増えたりします。



耳鼻咽喉科  
医長 若林 健一郎

## 2. なぜ閉塞性睡眠時無呼吸症候群になるの?

以下の特徴のある方は、無呼吸を起こしやすくなります。

- 肥満で首回りが太い方……のどが外から圧迫されて閉塞してしまう
- 扁桃腺が大きい方……扁桃腺(医学的には口蓋扁桃)でのどが狭くなる
- 顎が小さい方……舌が後ろに押し出され、のどが狭くなる

日本人は欧米人に比べて顎の小さく、痩せていても無呼吸を起こす方が多いと言われており、注意が必要です。また、睡眠薬やアルコールものどの筋肉をゆるめてしまうため、無呼吸を起こしやすくなります。呼吸が停止している間も胸・腹の筋肉は呼吸をさせようと動くため、息を吸い込むかわりに血液が心臓に引き込まれます。そのため、無呼吸の間、心臓は必要以上に働かなければならず、この状態が続くと高血圧・心筋梗塞・不整脈・心不全を起こします(健康な方の**3~5倍突然死の確率が高くなります**)。最近では脳梗塞や糖尿病も起こしやすくなると言われており、昼間眠くなるだけでなく、**命にかかわる病気**であると言えます。

## 3. 検査について

簡易検査と精密検査(睡眠ポリグラフィ検査:PSG検査)があります。簡易検査は検査機器を貸し出し、ご自宅で測定し、おおよその状態を調べることができます。簡易検査で無呼吸が疑われた方は精密検査となります。精密検査は1泊の入院検査で、脳波・心電図・筋電図なども測定し、睡眠と呼吸の状態を詳細に調べます。夕方にご入院いただき、翌朝は目が覚めたら退院となります(午前6時頃に退院し、そのまま出勤されることも可能です)。状況によっては簡易検査を行わず、精密検査をしていただくこともあります。詳細は耳鼻咽喉科受診時にご相談ください。

## 4. 治療について

現在、最も治療効果が高いといわれているのはn-CPAP(鼻マスク式持続陽圧呼吸)と呼ばれる方法で鼻から専用のマスクで空気を送り、気道を広げます。また、扁桃腺が大きい場合は、扁桃腺の手術を行います。無呼吸が軽症の場合は、マウスピースの装着や、横向きに寝るだけでも治療になります。もちろん、肥満が原因の方はダイエットが重要な治療になることは言うまでもありません。当院ではスポーツ医学センター(アスリートの健康管理をしています)と連携して効率的なダイエット法をご案内しております。

CPAPは鼻を介して空気を送りますので、鼻づまりがあるとうまく使用できません。当院では薬物療法のほかに、レーザーを含めた手術加療で鼻閉の治療を行っています。すでにCPAPをお使いの方で、鼻づまりでお困りの方もぜひご相談ください。



マスク装着イメージ(写真:フィリップス・レスピロニクス社提供)



## ナースのおしごと ~その3~

感染管理認定看護師 (ICN) 草次 かおり  
(感染管理室 室長補佐)



当院の感染対策は感染対策チームが担当しており、メンバーは医師や薬剤師や臨床検査技師など様々な職種で構成され、私は看護師の立場からチーム活動の一翼を担っています。職員に感染対策の指導や教育を行ったり、相談を受けたりしています。また、感染症の流行時期には患者さまの調査や病室の管理などを現場スタッフとともにいきます。感染症は目に見えない微生物が原因となって“伝染する”という怖さが多くの人を不安にさせます。そのような不安に対して、新しい知識や効果的な予防策を伝えて臨床現場での実践を確認することがICNの役目です。今日の感染対策は科学的な見地から合理的な考え方に基づいて行われるため、院内で生じる感染に関するデータを集め、対策の良否を判断することもあります。



## 乳がん週間レポート

平成24年10月21日から28日までの1週間に、乳がんに関する2つのイベントを催しました。10月21日の日曜日は、「マンモグラフィーサンデー」として多忙な女性にマンモグラフィーと乳腺エコーによる検診を受けていただきました。

翌週の28日(日)には、「乳がん/正しい知識で早期発見」というテーマで市民公開講座を開催いたしました。当院の外科、放射線科スタッフが、乳がん検診・診断・治療について講演し、100名以上の方々が熱心に聴講され、また活発な質問も行われました。

これらの活動は、プレストセンター(平成24年11月1日設置)と腫瘍センターが主催したものであり、乳腺疾患に対する診療だけでなく、患者さまへの予防・啓発活動にも寄与する取り組みです。



## 第6回糖尿病フェスティバルレポート

11/14の世界糖尿病DAYに合わせ、当院が毎年開催している「糖尿病フェスティバル」を、今年は白金高輪駅の構内で行いました。開催時間は3時間ほどで、91名の方が参加して下さいました。また、健康意識の高まりも影響し、幅広い世代の方々が参加され、実際に測定した血圧や血糖の数値をみながら、多くの方と交流のできる場となりました。



糖尿病センターでは、一人でも多くの方に糖尿病を知って頂くためにも、今後も啓蒙活動を続けてまいります。

## 医療安全月間レポート

院内の医療安全に対する体制を強化するため、毎年11月に医療安全週間を行っております。今年は5回目を迎え「週間」から「月間」に拡大いたしました。スローガン『プロ意識 自覚高め 事故防止』を掲げ、院内勉強会の開催や、外来ホールでのポスター展示、また、全職員が医療安全バッジを付けることで、医療安全に対する意識を高めました。



## インフルエンザにご注意を!!

例年12月から3月にかけてインフルエンザは流行します。

突然38℃以上の高熱が出て、倦怠感や関節痛などの症状が強く現れるのが特徴です。

症状が続いたらインフルエンザを疑い、早めに医療機関を受診しましょう。



## 行事予定

### ■眼瞼下垂セミナー

開催日 平成25年1月11日(金)  
平成25年2月28日(木)  
時間 午後1時30分~午後3時00分  
場所 3階セミナー室  
定員 50名  
申込方法 TEL 03-5791-6148  
(美容医学センター)

### ■生活習慣病教室

開催日 平成25年1月12日(土)  
平成25年3月9日(土)  
時間 午前10時00分~午前11時30分  
場所 3階セミナー室  
定員 30名  
受講料 無料  
申込方法 TEL 03-5791-6146  
(予防医学センター)

### ■がんについて語るつどい

★がん患者さまとそのご家族が療養なさる上で、少しでも役立つような知識や情報共有の集いとなるよう、お気軽にご参加ください。

テーマ「緩和ケア」  
開催日 平成25年1月19日(土)  
時間 午前10時00分~午前11時30分  
場所 4階AB会議室  
参加費 無料  
対象 当院を受診されているがん患者さまとそのご家族(外来・入院問いません)  
申込方法 TEL 03-5791-6345(予約センター)

### ■リビングウィルセミナー

開催日 平成25年2月2日(土)  
時間 午前10時00分~正午12時00分  
場所 3階セミナー室  
定員 20名/受講料2,000円(税込) テキスト含  
申込方法 TEL 03-5791-6345(予約センター)

### ■ロコモ教室

開催日 平成25年3月18日(月)  
時間 午後2時00分~午後3時30分  
場所 4階AB会議室  
受講料 1,050円(税込)  
申込方法 TEL 03-5791-6345  
(予約センター)

### 編集後記

明けましておめでとうございます。明けましておめでとうございます。新元号「令和」の風物詩である箱根駅伝を応援しました。母校の名譽を懸けて疾走する選手の姿は感動します。ところで、「駅伝」の語源についてご存知ですか。実は、古い情報伝達手段に由来します。電話も車もない時代に中央と地方の街道に「駅」が設けられ、役人が駅に常備された「伝馬」を乗継いで重要な情報を発信していました。一定区間をタスキでつないで走る様子が、「駅」「伝馬」を中継して進む形と類似することで「駅伝」と名付けられたそうです。つくしんぼも駅伝のように、病院の大切な情報をお伝えできるように努めたいと思います。(池田)

退職医師紹介 平成24年10月31日付 整形外科 後期研修医 有井 大典(ありい ひろのり)

皆様のご意見をお待ちしております。

URL <http://www.kitasato-u.ac.jp/hokken-hp/>