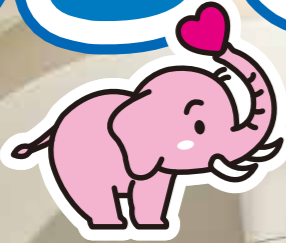


堺市立総合医療センターと市民の健康をつなぐ広報誌

ぞうさん ひろば



2015年秋
Vol.5

放射線治療科に 最新リニアック装置導入

体成分分析ってなあに?

当院の登録医紹介 / 市民健康講座のご案内

赤ちゃんコーナー / 今回のおすすめレシピ

ぞうさんひろば 平成27年9月18日発行 第5号 ●発行所 堺市立総合医療センター 〒593-8304 大阪府堺市西区家原寺町1丁目1番1号 TEL 072-272-1199

当センターでたくさんの赤ちゃんが産まれています!



ひかり
光ちゃん H27年8月17日生まれ
わが子へメッセージ
元気で優しく明るい子に育ってね。生まれてきてくれてありがとう。



みこと
美采ちゃん H27年8月14日生まれ
わが子へメッセージ
生まれてきてくれてありがとう。これからお兄ちゃんと一緒に元気に大きくなってね。



りゅうせい
隆聖くん H27年8月1日生まれ
わが子へメッセージ
隆ちゃんはパパとママの愛情そのものです。すくすく元気にいっぱい育ってね♡



なつき
夏姫ちゃん H27年7月22日生まれ
わが子へメッセージ
優しく元気いっぱい育ってね!

今回のおすすめレシピ

さつまいもの白玉団子

(1人分5個あたり 61kcal)

新物さつまいもの美味しい季節です

<作り方>

- ①さつまいもを蒸す。
- ②蒸したさつまいもの皮をむき、ビニール袋に入れ、麺棒などで潰してペースト状にする。
- ③ペースト状にしたさつまいもに白玉粉、メープルシロップを加え混ぜ合わせる。
- ④③に水を加えてしっとりまとまる位の固さまで練る。練り上がったら一口大に丸め、沸騰したお湯で茹でる。お湯の中で浮かび上がってきたら冷水に取る。
- ⑤お好みで、きなこなどをトッピングして完成!

<ひとことメモ>

満月をイメージしたほんのり黄色の白玉団子です。そのままでも食べられますが、きなこやみたらし餡、シナモンシュガーなどもよく合います。みたらし餡などで食べる場合は、白玉団子に入れるメープルシロップの量を減らして甘みを調整してください。さつまいもは完全にペースト状にせず、少し粒を残しておけば食感も楽しめます。

栄養管理科 林美幸



<材料 30個分>

さつまいも……100g(中1/2本)
白玉粉……50g
メープルシロップ(はちみつ5gや砂糖15gでも代用可)
水……50cc(固さをみながら調節)
お好みでトッピング(きなこなど)



放射線治療科 部長 池田 恢 先生

がん治療に大きな光！ 最新のリニアック装置導入とともに、 放射線治療が大きくパワーアップ！

最新のリニアック装置とともに、10月より診療開始となる放射線治療科の医療動向について、
放射線治療科部長である池田先生にお話を伺いました。

— まずはじめに、放射線治療
とはどのような治療法なので
しょうか？

放射線治療とは、がんの三大
療法のひとつとされている治療
法です。三大療法は放射線治療
のほか、手術治療、薬物治療（抗

がん剤療法）があります。それぞ
れにメリット、デメリットがあり
ますので、病状によってこれらを
使い分けします。

放射線治療はがんの病巣部に
放射線を照射して、がん細胞を
死滅させる治療法です。治療前
の検査技術や照射装置の飛躍的

な進歩にともない、近年は急速
に治療効果が向上しており、今
後もさらなる発展が期待される
治療法です。

— 三大療法の中で、放射線治
療はどのような場合に採用され
るのでしょうか？

一般的に放射線治療のメリッ
トは、手術治療や抗がん剤治療
に比べて低侵襲であること、つま
り身体への負担がずっと少ない
ということ。手術のように患
部を切除しないため臓器や機能
を温存できますし、抗がん剤治
療のような全身的な副作用もあ
りません。三大療法の中では患
者さんのQOL（生活の質）を最
も妨げない治療法です。ただし、

放射線治療が向かない場所や進
行状況もあります。また、ひとつ
の治療法だけでなく、治療法を
併用する集学的治療が多くなっ
ています。

当センターでは三大療法はす
べて行っていますが、個々の患者
さんに対してどの治療法が最も
適切かということを最初に検討
します。ドクターや看護師が集
まってカンファレンスを開き、こ
の患者さんに対してはこのやり
方でいこうということの方針と
して決めるわけです。また、治療
法だけでなく、精神的にはどう
いったサポートをしたらよいか、
在宅治療に向けてどうしたらいい
かといったことまで話し合わせ
ます。（次ページにつづく）

新病院OPENとともに、放射線治療科に導入された新装置 「バリアン社製リニアックTrueBeam」^{トゥルービーム}と「ExacTracシステム」^{イグザクトラック}



米国バリアン社製リニアックTrueBeam、およびブレインラボ社製ExacTracシステムの
導入により、より高精度な放射線治療が可能となりました。
※従来の治療に加えて以下の治療の実施を予定しています。

定位放射線治療（いわゆるピンポイント照射）	脳（転移など） 肺（原発性、転移性の小腫瘍） 肝臓の小病変
強度変調放射線治療（IMRT）	前立腺がん 脳腫瘍 頭頸部がん（唾液腺の機能を保持）

スケジュール 従来の放射線治療の開始は10月中旬を予定しています。（定位放射線治
療は平成27年12月末までに、IMRTは平成28年1～3月頃に開始予定）

※放射線治療科に関する詳しい情報は、2-3ページのインタビュー記事をご覧ください。

臨床検査科より

体成分分析ってなあに？

人の身体は体水分・タンパク質・ミネラル・体脂肪の4つの成分から構成されています。体成分分析測定ではこの4大構成成分の量を測定して、筋肉量と脂肪量が体重に対して適切であるかを見ることができます。また、左右腕・体幹・左右脚の部位別に測定しているのので上下半身の筋肉の発達程度や左右のバランスも見ることができます。

体水分量

健康な人は約50~70%が水分です。体水分は摂取した栄養素を体の細胞に届け、老廃物を体外に排出する運搬の役割をしています。

タンパク質量

体水分と共に筋肉の主な構成成分です。タンパク質量が足りないというのは低体重でよく見られ、筋肉不足や栄養状態が悪いことを意味します。

ミネラル量

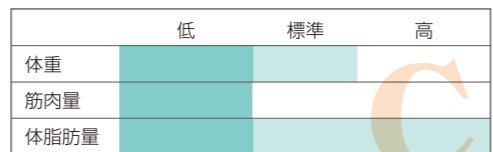
ミネラルの約80%は骨にあり、体を支える役目をします。不足すると関節炎や骨粗鬆症、骨折の危険性が高まります。

体脂肪量

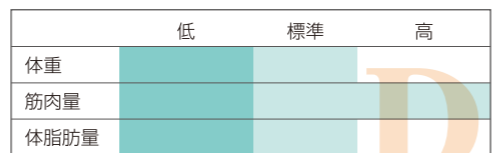
食事で摂った栄養分は消化吸収され活動のエネルギーとして使われます。使い切れなかったエネルギーは脂肪細胞に蓄積され、肥満の原因になります。



標準体重普通型



標準体重肥満型



標準体重強靱型

筋肉と体脂肪のバランスを棒グラフにし、グラフ先端を結んだ時の形(I・C・D)によって標準型・強靱型・隠れ肥満型などの身体のタイプが分かります。

どうやって診断や治療に活かされているの？

心筋梗塞や心不全患者さんのリハビリでは、経時的に筋肉量と体脂肪量のバランスを見ています。リハビリを通して筋肉量が増え、体脂肪量が減るのが理想です。また、癌の化学療法を行うと体力が落ち筋肉量や体重も落ちてしまいがちです。

そこでリハビリの前に体成分分析を行い、筋肉量の上下肢のバランスを評価することによってリハビリを効果的に行うことができます。そのために、NST(栄養サポートチーム)や呼吸器内科での測定が増えてきています。



放射線治療科のスタッフ

——放射線治療において、最も重要な要素はなんですか？

スタッフの力量とか病院の体制とかいろいろあると思います。やはり一番重要なのは治療装置そのものです。治療装置の性能によって、治療効果が大きく異なってくるのが現状です。これらのマシンは飛躍的な進歩を遂

げており、以前では考えられなかったような高精度な治療が可能になっています。ただ、マシン自体が非常に高額であるため、どの病院でも導入できるといったものではありません。特に今回、当センターで導入したレベルのマシンとなると、全国的に見ても導入している医療機関は限られます。人的な側面でお話しますと、放射線治療はさまざまな専門の医療職種スタッフがチームを組んで行いますから、スタッフの質も当然重要。チー

——今回、堺市立総合医療センターで導入された放射線治療装置について、詳しくお聞かせください。
当センターに今回導入されたのは、「米国バリアン社製リニアック「TrueBeam」と「ブレインラボ社製「EacTrace」システム」です。これにより放射線照射の位置合わせにおいてミリ単位以下の高精度治療が可能となるほか、定位放射線治療(いわゆるピンポイント照射)や強度変調放射線治療(IMRT)などの高精度放射線治療を実施する予定です。定位放射線治療とは、脳や肺、肝臓などの小さな病変に対して高線量の放射線を集中させ、一々数回という短期に病変を死滅させる方法です。また、強度変調放射線治療(IMRT)とは、病変に対しては高線量を与えながら、隣接する正常組織には極力少ない線量で済ませられるように、複雑なコンピュータ計算に基づいて実施する方法なので、前立腺癌や脳腫瘍、頭頸部癌などに

——堺市立総合医療センターとしての、今後の放射線治療の方向性を教えてください。
放射線治療科では10月より診療を開始しますが、標準照射、緩和的照射や緊急照射など従来通りの治療にも十分対応しながら、新機器による高精度放射線治療でより効果的な治療を進めていきます。当センターの便利なところは総合病院としての機動力です。例えば、透析を受けている患者さんなどで、放射線治療を受けながら二日に一度は透析をということもでき、またペースメーカーを付けている患者さんなども、臨床工学士の立ち会いのもとで放射線治療を受けることができます。こういった総合病院としての機能も活用しながら、より総合的に効果的な治療を行うっていく予定です。また、これまで以上に患者さんのアメニティに配慮し、一人でも多くの患者さんに寄り添ってサポートできるよう、スタッフも努力を続け、地域がん診療連携拠点病院としての役割を果たす所存です。

ムの責任者である放射線治療医、放射線量の計算や測定を行う医学物理士、実際に放射線の照射を行う診療放射線技師、患者さんや家族のケアを行う看護師などです。当センターの場合、専従看護スタッフにはがん放射線療法看護認定看護師も加わっており、私も頼もしい限りです。

——放射線治療科の今後の展望について教えてください。
放射線治療科は、がん治療の重要な役割を果たす所存です。

——放射線治療科の今後の展望について教えてください。
放射線治療科は、がん治療の重要な役割を果たす所存です。

市民健康講座のご案内

当院では地域の皆様の健康の保持と増進を図ることを目的に、市民健康講座を定期的で開催しています。医師を中心とした各分野の専門家が、身近な医療をテーマに詳しく解説いたします。どうぞお気軽にご来場ください。



市民健康講座予定表(10月、11月)

開催日	時間	内容
10月16日	14時から	がんは怖くない ～大腸がん・胃がんを早く見つけよう～
10月29日	14時から	糖尿病について(タイトル未定)
11月12日	14時から	患者さんも先生も知らない怖い、皮膚がん、塗り薬。
11月12日	15時半から	乳がんを知ろう 乳がん検診に行こう
11月19日	13時半から	糖尿病フェア
11月19日	16時から	関節痛とさようなら — 関節の病気の予防と治療 —

※予定は変更になる可能性があります。講座の詳細い内容、12月以降の講座については広報さかい、当院ホームページなどでご案内いたしますのでご確認ください。

中村医院

中区深井中町

中村 登 先生



■当クリニックの特長
当院は外科、胃腸科、肛門科の診療を行っています。当院の心がけていることは病診連携。病院と診療所の連携のことで患者さんの必要に応じて診療所から医療設備の充実した病院に紹介し、高度な検査や治療を提供したり、快方に向かった患者さんは元の診療所で診療を継続する仕組みのことで。

「市民病院に行きたいけども何と言ったらいいかわからない。どうも敷居が高い。だから、ひとまず先生に診てもらって、どの病院の何科に行きたいのか教えて欲しい」なんていう患者さんも大歓迎です。お医者さんにそ



堺市中区深井中町2955
★泉北高速線「深井駅」より徒歩約17分
☎072-278-0787

診療科目 / 外科、胃腸科、肛門科

診療受付時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	△
16:00~19:00	○	○	○	△	○	△	△

んなこと言ったら失礼かなとか、そんな気づかいは不要です。設備の整った総合病院で精密検査を受ければ、患者さんも安心できますし、ご紹介した先が気に入らなければ別のところをご紹介します。でも、ほとんど場合、8割くらいの患者さんはまた当院に戻ってきてくれるんですよ。

■地域の皆様へのメッセージ
早期発見、早期治療が私のモットーです。みなさん億劫になりがちですが、ちょっと気になることがあればすぐに気軽に来てください。私のところは本当に気軽ですから(笑)。また、簡単な小児疾患にも対応していますよ。

近藤医院

西区堀上緑町

近藤 宏和 先生



■当院の特長
当院の診療科目は内科と循環器科ですが、比較的広い範囲で診ることができるよう心がけています。対処できる範囲であれば、小児や皮膚病なども診療します。子どもの風邪や小さなケガなどはよくある事例ですね。一番大きな比重を占めるのは、やはり高血圧や糖尿病などの生活習慣病です。

■私の診療モットー
禁煙指導なども行っています。診療に際して私が心がけていることは、患者さんの話をよく聴くことです。話をよく聴くと



待ち合わせ室には近藤先生が趣味で撮られた風景写真も飾られています。



堺市西区堀上緑町3-30
★阪和線「津久野駅」より、南海バス「堀上緑町1丁」バス停下車 徒歩約3分
☎072-278-8281
http://kondo-clinic.net

診療科目 / 内科、循環器科

診療受付時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	△
17:30~20:00	○	○	○	△	○	△	△

ともに、言われることをなるべく否定しないということですね。また、薬はできるだけ少なくするというのも心がけています。

■地域の皆様へのメッセージ
どこの診療科に行ったらいいかわからないということはありませんか？症状によっては病院のどこに行けばいいのかわからないことがよくあります。(例えば、足の静脈瘤などは皮膚科で診ていることもあるし、外科で診ていることもあります。)

