



南東北 ぶくしま

平成30年5月1日 Vol.87

【発行】南東北福島病院・リハビリ南東北福島

〒960-2102福島市荒井北三丁目1-13/TEL.024-593-5100

【院是】すべては患者さん・利用者さんのために

脳腫瘍 症状と治療



佐藤園美科長

南東北福島病院
脳神経外科科長

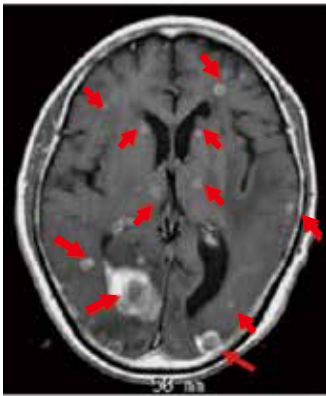
佐藤 園美

脳腫瘍(のうしゅよう)とは頭の中に生じるできものことです。最初から頭の中に発生したものの(原発性脳腫瘍)、頭の外でできたものが頭の中に流れてきたもの(転移性脳腫瘍)に分けられます。原発性脳腫瘍は、1年に10万人に1人の割合で発見されています。

ということは大変稀な病気です。頭が痛いから「脳腫瘍?」と過度に心配する必要はありません。

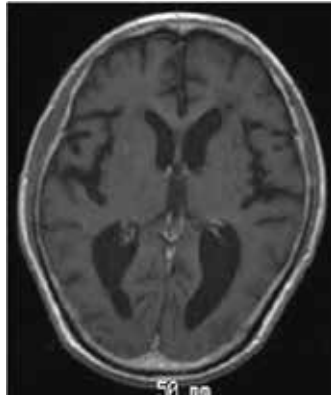
【原発性脳腫

サイバーナイフ施行前



腫瘍が多発している(矢印:腫瘍)

サイバーナイフ 5ヶ月後



腫瘍が消失している

転移性脳腫瘍の一例

【腫瘍が発生する素になった細胞の種類によって多くの種類(200種類を超える)があります。例えば、脳を作っている細胞から発生する神経膠腫(こうしゅ)、神経の鞘(さや)をつくる細胞から発生する神経鞘腫(しゅうしゅ)、脳を包む膜から発生する髄膜腫(ずいまくしゅ)などです。

■ 症状

【転移性脳腫瘍】頭以外の場所の癌(がん)が、血流やリンパの流れに乗って頭の中に運ばれ(転移)、運ばれた先(脳)で大きくなったものです。全脳腫瘍の約16%、また、癌になった方の約10%が転移性脳腫瘍を発症するともいわれています。特に、肺癌、乳癌からの転移が多く見られます。

■ 治療

腫瘍が良性で無症状の場合には経過観察されることもあります。治療を必要とする場合には手術、放射線療法、化学療法などの治療法があります。どの治療を行うかは、それぞれの治療の特徴、腫瘍の性質や場所によって、単独にまたは併用して選択します。

脳は頭蓋骨という堅い入れ物に囲まれた閉ざされた空間です。腫瘍という余計な物ができてそれが大きくなると、頭の中の圧が高くなるため、腫瘍の種類に関係なく、頭痛、吐き気などの症状が出ます。早期頭痛といつて、朝に頭痛で目覚めるような場合や、食事とは無関係に吐き気もないのに吐く場合などは、専門医の受診をお勧めします。

また、腫瘍が周りの神経細胞を刺激して、けいれん発作を起こしたり、腫瘍のある場所の脳の働きが障害されて、手足の麻痺や言葉の障害、性格変化などさまざまな症状が出現したりすることがあります。これらの症状は、他の病気でも起こるため、この症状が脳腫瘍という訳ではありませんので注意が必要です。早期発見のために：何か気

今月号のなかみ

- ▼2面II 歯科衛生士から「歯を失うこととは?」、5月のスケジュール
- ▼3面II 薬剤科だより、栄養ひとくちメモ、定期市民検診を受けよう
- ▼4面II ゆきうさぎ通信、今月のレシピ

(2面に続く)

歯を失うこととは？

全身の臓器に悪影響のリスク

歯科衛生士から

「歯を失う」ということは、口元が老けて見えるようになる、食事がしにくくなるといった機能的・審美的不具合を生じます。

奥歯で見えないから…本位なくとも…とそのままにしてしまうと、

抜けてしまったスペースに咬み合う反対側の歯が出てきてしまったり、隣の歯が倒れこんでしまったりすることで、徐々に全体の咬み合わせが乱れてしまいます。

歯を失うことで咬み合わせの乱れを招き、顎にかかる力のバランスを悪くしてしまいます。ひいては顎関節症を引き起こします。顎関節症が悪化すると口が開かなくなってしまう場合もあります。また、全身のさまざまな臓器に悪影響が及ぶリスクを高めてしまいます。

一本の歯を失うことがさまざまな問題を引き起こしてしまいます。痛みなどがなくても決して放置せず、できるだけ早く適切な治療を受け、咬む機能・おいしく食べる喜びを取り戻しましょう。

(歯科衛生士 伊藤 有希)



（一面からの続き）を残さざるを得ない場合もあります。全身麻酔をかけて、脳の手術を行うということは、簡単ではなくさまざまなリスクがあります。①腫瘍周囲の脳や神経、血管の障害②手術中の出血による合併症③感染症④全身麻酔に伴う合併症⑤骨切り、皮膚切開に伴う合併症美容的な面も含めて）—などで手術を行うことのメリットが、これらのリスクを上回る場合に手術が選択されます。

【放射線治療】放射線治療には、脳全体に照射する全脳照射と、腫瘍部だけに多くの放射線を照射する定位放射線照射（ガンマナイフやサイバーナイフなど）があります。定位放射線治療は、大きな苦痛なく、短期間（数日の入院または通院）での治療が可能です。そのため、単独で、または手術と併用して用います。反面、効果が出るまでに時間がかかる、照射後の脳が腫れる、放射線による障害、腫瘍出血などの副作用もありますので、適応については十分な相談が必要です。

【化学療法】さまざまな薬剤があり、腫瘍の種類によつてどの薬剤が合うかを検討し、注射または内服薬として使用します。総合的に考えて治療法を選択を、どの治療を選択するかは、患者さんのライフスタイルや環境、腫瘍の性質などから、患者さん、ご家族、医師、看護師、薬剤師、相談員などがチームとなり、総合的に考えて選択すべきです。ご心配なことがありましたら、いつでもご相談ください。

南東北福島病院講演会 5月スケジュール

月日曜日	時間	担当部署 講師	講演内容	場所
5/2 (水)	11:00 ~ 11:30	薬剤科 加藤 史浩	≡ニ健康講座 「睡眠薬・抗不安薬をお飲みになっている方へ」	中央棟 1階 医療相談課前
5/8 (火)	10:00 ~ 10:30	栄養科 佐藤あゆみ	栄養健康教室 「お食事で便通を改善しよう」	中央棟 1階 医療相談課前
5/9 (水)	11:00 ~ 11:30	リハビリ科 渡辺 知子	≡ニ健康講座 「介護予防体操をして元気になるう！」	中央棟 1階 医療相談課前
5/10 (木)	11:30 ~ 12:00	口腔外科 佐々木知佳子	≡ニ健康講座 「口腔外科のご案内」	中央棟 1階 医療相談課前
5/11 (金)	14:00 ~ 15:30	医局 菅野 智之	総合健康講座 第73回 「がんの予防について」	東棟 7階 講堂
		リハビリ科 堀井 健史	「運動とがん予防の関係について」	
		栄養科 高野 夏美	「がんにならないための食事療法について」	
		予防医学 高橋 幸子	「当院で受けられるがん検診について」	
5/16 (水)	11:00 ~ 11:30	臨床工学技士 渡邊 拓也	≡ニ健康講座 「AEDの使い方」	中央棟 1階 医療相談課前
5/17 (木)	11:30 ~ 12:00	看護部 木本 純子	≡ニ健康講座 「物忘れを予防するために」	中央棟 1階 医療相談課前
5/23 (水)	11:00 ~ 11:30	リハビリ科 渡辺 知子	≡ニ健康講座 「介護予防体操をして元気になるう！」	中央棟 1階 医療相談課前
5/24 (木)	11:30 ~ 12:00	看護部 佐々木奈々子	≡ニ健康講座 「脱水と熱中症について」	中央棟 1階 医療相談課前
5/30 (水)	11:00 ~ 11:30	言語聴覚士 門間 聡	≡ニ健康講座 「むせずに食べよう」	中央棟 1階 医療相談課前
5/31 (木)	11:30 ~ 12:00	看護部 遠藤 典子	≡ニ健康講座 「物忘れについて」	中央棟 1階 医療相談課前

専門性高い病院薬剤師

薬剤科だより

入院されている患者さんのもとへ薬の説明に伺うと、たまに「あら、遠いところ来てくれたのね。ありがとう」と言われることがあります。どういうことかお話を聞きますと、「え？向かいの薬局からいらしてるんでしょ？」と。どうやら、門前の調剤薬局から薬剤師が薬の説明に来たと思われるようです。

医療関係者には存在が当たり前な病院薬剤師ですが、世

間一般にはあまり知られていないらしいのです。確かにその昔、薬剤師は会計窓口の横にある調剤室で薬を調剤し、患者さんに直接対面してお薬をお渡ししているのが通常の光景でした。しかし、20年ほど前から医薬分業があるべき姿とされ、徐々にどの病院も院内処方から院外処方へ切り替わり、外来患者さんは調剤薬局でお薬を受け取る流れが主流になりました。

それでは、病院薬剤師は暇なんでしょうか？実は、そうでもないのです。病院薬剤師

は、現在では入院患者さんの処方せん調剤や注射調剤、服薬指導、抗がん剤のミキシングや院内の様々なチーム医療に関わっています。求められる仕事内容もより専門性の高いものになってきています。そこで思うのです。

小学生女子が付きたい職業

受けよう定期市民検診

南東北 福島病院 「胃がん」など6項目可能

毎年市民検診を受診されている方は、「また(もう)そんな時期か(になったか)」と思われるかと思えます。今年初めて受診券が届いた方は「なんだ？市民検診？」と思

業・親が就かせたい職業ベスト10に入る薬剤師。そのドラマがあったっていいじゃないか。医師や看護師のドラマはあるのに…。まずは、病院薬剤師の認知度がもつと上がるように、日々の仕事頑張ります。

(薬剤師 兒玉 美奈子)

れ、冷蔵庫に立てて入れましょう。

【成分】
アスパラガスはβカロテンをはじめ、ビタミンC、ビタミンEなどのビタミン類を多く含みます。循環器疾病予防のためにとりたいた栄養素、葉酸も豊富に含まれています。アスパラはサラダや炒め物、かき揚げなど洋食・和食を選ばず使いやすい食材です。旬のおいしい時期にぜひ味わってみましょう。

(参考：栄養と料理)
(栄養管理科 佐藤あゆみ)

視検査(バリウム)検査です。

▼大腸がん検診 便潜血検査。二日分の便を採っていたら、便の中の血液の有無を調べ出血を早期発見できる検査です。

▼肺がん検診 胸部レントゲン検査で肺の異常を調べます。さらにタバコを吸っている方や血痰が出るなどの該当項目により、痰の中の細胞を検査する喀痰検査を受けることができます。

▼前立腺がん検診 血液検査でPSA(前立腺特異抗原)検査

▼肝炎ウイルス検査 血液検査でB型肝炎・C型肝炎の感染の有無を調べます。

▼骨密度検査 レントゲン撮影を行い骨の密度を測る検査です。

以上が当院で検査ができる市民検診の項目となっております。

該当される年齢・該当する項目等があれば受診することが可能です。

当院での市民検診の予約方法ですが、福島市より発送された受診券と保険証をご持参し、健診センターまでお越しください。

ご自分のため、ご家族のために定期的な検診を受けて、健康な毎日を過ごしましょう。

(予防医学 大関壯)

栄養ひとくちメモ

アスパラガス



春先から初夏が旬

アスパラガスは春先から芽が出始め、秋まで収穫できます。栽培方法を変えて冬でも

少量出荷されており、輸入ものもあわせて通年店頭に並んでいます。しかし最もおいしい時期は露地栽培で収穫できる春先から初夏といわれています。

【選び方】
アスパラを選ぶ際は穂先がふつくとして、淡い緑色のもの、はかまの形がほぼ正三角形で均一に並んだもの、縦の筋が目立たないものを選びましょう。

【保存法】
保存する際はぬらした新聞紙で包んでからポリ袋に入

れ、冷蔵庫に立てて入れましょう。

【成分】
アスパラガスはβカロテンをはじめ、ビタミンC、ビタミンEなどのビタミン類を多く含みます。循環器疾病予防のためにとりたいた栄養素、葉酸も豊富に含まれています。アスパラはサラダや炒め物、かき揚げなど洋食・和食を選ばず使いやすい食材です。旬のおいしい時期にぜひ味わってみましょう。

(参考：栄養と料理)
(栄養管理科 佐藤あゆみ)

われているかと思えますが、今年も6月から10月までの5カ月間、福島市市民検診が行われます。

市民検診は主に「がん」の予防・早期発見に力を入れて行っており、福島市の住民で該当年齢であれば受診することができます。また福島市が助成を行うので検査料金も通常の健康診断と比べると自己負担金も低く、お気軽に検査を受けることができます。市民検診は毎年定期的に行われるので、欠かさず受診していれば、身体の変化を把握でき、異常にも気づくことができます。

当院で受診可能な市民検診の項目をご説明させていただきます。

▼胃がん検診 胃内視鏡検査(胃カメラ)もしくは胃透

視検査(バリウム)検査です。

▼大腸がん検診 便潜血検査。二日分の便を採っていたら、便の中の血液の有無を調べ出血を早期発見できる検査です。

▼肺がん検診 胸部レントゲン検査で肺の異常を調べます。さらにタバコを吸っている方や血痰が出るなどの該当項目により、痰の中の細胞を検査する喀痰検査を受けることができます。

▼前立腺がん検診 血液検査でPSA(前立腺特異抗原)検査

▼肝炎ウイルス検査 血液検査でB型肝炎・C型肝炎の感染の有無を調べます。

▼骨密度検査 レントゲン撮影を行い骨の密度を測る検査です。

以上が当院で検査ができる市民検診の項目となっております。

該当される年齢・該当する項目等があれば受診することが可能です。

当院での市民検診の予約方法ですが、福島市より発送された受診券と保険証をご持参し、健診センターまでお越しください。

ご自分のため、ご家族のために定期的な検診を受けて、健康な毎日を過ごしましょう。

(予防医学 大関壯)

ゆきこうさぎ通信



発行
リハビリ南東北福島

「映画ウィーク」楽しむ 大きな画面で喜劇や時代劇

利用者の皆さんに大きなスクリーンで映画鑑賞を楽しんでもらおうと、リハビリ南東北福島では、3月4日(日)から3月24日(土)まで「映画ウィーク」と銘打ち映画上映会を実施しました。

気分転換を兼ねて、いつも利用しているフロアとは違った場所で開催しました。また、より映画の雰囲気を楽しんでいただくために鑑賞中にお菓子とジュースを提供しました。

上映した映画は時代劇や喜



大きなスクリーンで映画を楽しむ利用者さん

劇、長編、短編とさまざま、寅さんでおなじみの「男はつらいよ」もありました。喜劇映画に爆笑する方もおり、上映後には、「映画館みたいで楽しかった」、「次回も楽しみ」

ポストカード作りに夢中

3月15日(木)午後、リハビリ南東北福島4階フロアでポストカード作りを行いました。「Beleりぼん」のボランティアを講師に迎え、女性を中心に8人の利用者さん



ポストカード作りを楽しむ利用者さん

という声も聞かれました。「お菓子やジュースを飲んだり食べたりしながら映画を見られてよかった」という利用者さんもいました。

限られた上映時間でしたが、利用者さんはそれぞれ好きな映画を見て楽しまれた様子。少しは気分転換できたのではないかと思います。

が参加しました。色鉛筆やクレヨン、ロールスタンプを使用し、色の塗り方の基本から学んでいきました。

最初は「こんな難しいこと、出来るかな」と不安の声も聞かれましたが、ボランティアの先生に色の出し方やクレヨンのぼかし方などのアドバイスを受け、集中し取り組んでいました。

出来上がりは完成度も高く、それぞれの個性あふれる作品になりました。孫や家族へメッセージを書き、フレームに入れ家族へプレゼント出来るようにもしました。最後は「またやってみたい」と意欲的な声も聞かれ、充実した時間になりました。

具たくさんケーキ・サレ

今月のレシピ



入れる具を変えていろいろな味を楽しんでください☆

作り方

- ①菜の花は塩少々を入れたお湯で30秒ほど茹でて冷水にとり、ざるに上げて水気をきる。ミニトマトはへたを取る。
- ②ボールにホットケーキミックス、卵、マヨネーズ、牛乳、塩を入れて混ぜ合わせる。
- ③パウンド型にオープン用シートを敷き、生地の1/3量を流し入れ、ウインナーとうずらの卵を並べる。残りの生地の1/2量を流し入れ、菜の花、ミニトマトを並べ、残りの生地を全て流し入れる。
- ④180度に予熱したオーブンで40分ほど焼く。

材料(パウンド型1本分)

- ホットケーキミックス.....200g
- 卵.....1個
- マヨネーズ.....大さじ2
- 牛乳.....150cc
- 塩.....ひとつまみ
- 菜の花.....4本
- ウインナー.....4本
- うずらの卵(ゆでたもの).....5個
- ミニトマト.....5個

効用

菜の花は、**ビタミンC、カルシウム、食物繊維が豊富**で野菜の中でもトップクラスの含有量です。

リハビリ南東北福島栄養管理



南東北ふくは vol.87

発行日 平成30年5月1日
 発行 (一財)南東北福島病院
 リハビリ南東北福島
 住所 〒960-2102
 福島市荒井北三丁目1-13
 ☎024-593-5100
 印刷 株式会社 民報印刷