

# しようなんメール



医療法人 沖縄徳洲会 湘南鎌倉総合病院

発行/湘南鎌倉総合病院 〒247-8533 神奈川県鎌倉市岡本1370-1

## 理念

「生命を安心して預けられる病院」  
「健康と生活を守る病院」

## Contents

2P〈職員紹介〉

泌尿器科 部長 三浦 一郎

4P〈医療の話〉

脳神経外科 下垂体腫瘍の最先端の手術法

6P〈栄養室より〉

「食欲」の秋も要注意

7P〈お知らせ〉

- ・世界糖尿病デー  
糖尿病イベントの紹介
- ・医療安全品質改善大会

8P〈病院案内〉

湘南鎌倉総合病院広報誌

# Vol. 67

2012年  
10月号



# 医師紹介

Doctor introduction

泌尿器科 部長

三浦 一郎

Miura ichirou



1 こんにちは。

泌尿器科部長として勤務している三浦一郎です。  
泌尿器科、なんていうと今まで全く縁がなかったという方も多いかと思うので、まずは自己紹介からさせていただきます。

生まれは新宿ですが、神奈川県相模原市で育ちました。  
県立厚木高校、山梨医科大学を卒業。卒業後は山梨医科大学泌尿器科、杏林大学泌尿器科に所属し日々の診療、後進の指導に当たっていました。

2003年4月から、当時泌尿器科常勤医が不在であった当院に、泌尿器科を新たに立ち上げるという事で赴任しました。

活気があり、忙しく、ある意味医師にとってはつらい病院なのですが、その分多くの患者さんの役に立つことができ、また患者さんからも教わることの多い病院で、気付いたらもう10年目になっていました。

## 3 プライベートな話

愛される泌尿器科医になるためというわけではありませんが、プライベートな話も書いて欲しいと依頼されたので少しばかり。

学生時代からスポーツはよくしていました。小中学校ではサッカーに水泳、そして高校・大学時代は通算9年間バレーボールをしていました。大学時代は医学部の大会があるのですが、予選を勝ち進み全国3位にまでなりました。

とはいえ、医学部のみの大会で多少レベルが低いと言われればそれまでですが。

子供は男の子が二人いますが、親に似たのかスポーツばかりしています。

ただ、ひょんなことから私も巻き込まれ、子供たちの在籍するサッカークラブのコーチもしています。一応日本サッカー協会の公認指導員の資格を取得し、公式審判の資格も国立競技場を走って取得しました。この時期は大会が多いため休日はグラウンドに一日中出ていることが多いです。私と会われた方はみな口をそろえて「良く陽に焼けていますね、ゴルフでも行かれたのですか」と言われますが、たまにはゴルフでも行きたいものです。

それと、もうひとつ小学校のPTAバレーボールチームにも所属していて体を動かしています。

さすがに最近は年齢を感じることも多いのですが、練習・試合の後の飲み会が恋しくて頑張っています。



## 2

# 納得した医療・負担の少ない医療、 そして癌の早期発見を

赴任時、当院ホームページで泌尿器科のモットーとして三つのことを挙げました。

「十分な説明の上での患者さんの納得した医療」、「患者さんの負担の少ない医療」、そして「癌の早期発見」です。

最初の**納得した医療**、これはインフォームドコンセント、説明と同意、という言葉もよく聞かれますが、泌尿器科医を20年やってきた現在でもまだまだ勉強の途中だと思っています。

**負担の少ない医療**、これは赴任時当初から病院側の理解のもと、今でこそ当たり前になっていますが、当時の県内では珍しかった、痛くない軟性膀胱鏡を導入し、県内の市中病院では極めて早い時期から腹腔鏡手術を始めることが出来ました。また尿管結石治療においても最新鋭のレーザー治療を行い大学病院等と比べても遜色ない最先端の低侵襲治療を提供できたのではないかと思います。また、前立腺癌手術に対しては、**ダヴィンチ**という患者さんの負担を減らす画期的なロボットが発明され、当院腎移植外科部長・徳本先生と協力し県内では2番目に導入、手術を始めることができました。

そして**癌の早期発見**、これは特に近年増加している前立腺癌を見逃さないよう注意してきました。結果およそ10年間で400人を超える前立腺癌患者さんの発見・治療につながりました。

10年という時代の変化の中で、この三つはますます声高に言われるようになってきています。赴任当初の初心を忘れることなくこれからも地域の皆さんに愛され信頼される泌尿器科でありたいと思っています。

これからも、よろしくお願いします。



ダヴィンチS【da Vinci S】：内視鏡手術支援ロボット



# 下垂体腫瘍の

## 最先端の手術法

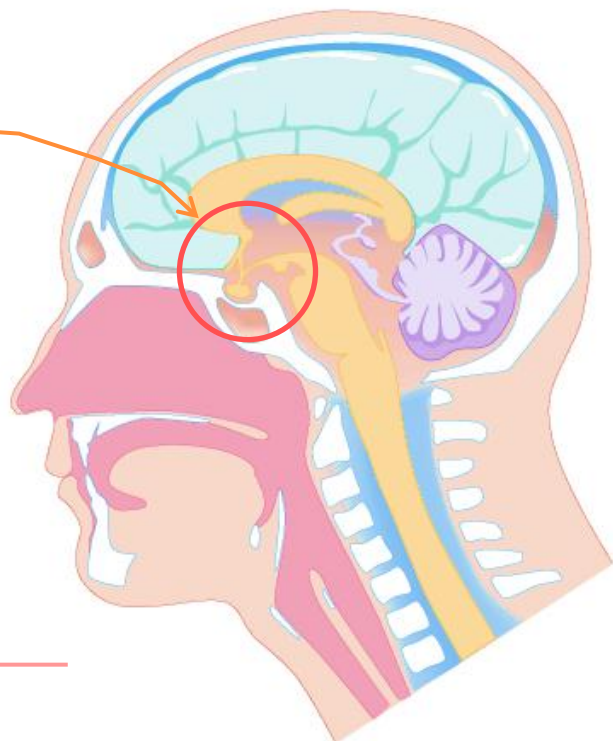
脳神経外科 部長 渡辺 剛史

か すい たい

### 下垂体とは？

「下垂体って？」あまり聞きなれない言葉かもしれません。頭蓋骨のほぼ中心、眉間の奥7cmくらいに位置する、その名の通り脳からぶら下がっている、小指の先端もないくらいの大きさの器官です。

1gにも満たない小さな器官にもかかわらず、いろいろなホルモンを分泌し、副腎、甲状腺、乳腺、骨格、睾丸、卵巣、腎臓、子宮に働きかける大切な仕事をしているのです。



Copyright SCICUS K.K. All rights Reserved. @2003

か すい たい せん しゅ

### 下垂体腺腫

下垂体にできる腫瘍はいくつか種類がありますが、最も多い腫瘍は下垂体腺腫です。人口10万人あたり年間に2、3人発症し、脳から発生する腫瘍の中では第3位です。神奈川県でみると年間約200人発生することになります。若干女性に多く、年齢層は20代から中年層と幅があります。ほとんどが良性で、悪性は0.1%のホルモンを産生する腫瘍、しない腫瘍があり、原因は生活習慣とは関係なく、遺伝的要素も特殊な疾患群を除いてないといわれています。

## 症状と診断

症状は、腫瘍が大きくなれば共通して視野欠損（両眼外側の視野がかけてくる）や視力の低下が起こります。あとはホルモン産生腫瘍であればその種類により異なりますが、無月経、乳汁分泌、性欲低下、不妊、巨人症などなど種々の症状で発症し得ります。

診断は採血でのホルモン検査、頭部レントゲン、CT、MRIで行います。

## 治療

視野・視力の異常や、ホルモン異常による症状がなければ定期的な画像チェックのみとなります。プロラクチン産生腫瘍と呼ばれるものだけは、大きくてもまずは投薬治療となります。つまりは、視野視力の異常やホルモンの症状がみられるプロラクチン産生腫瘍以外は手術が必要となります。

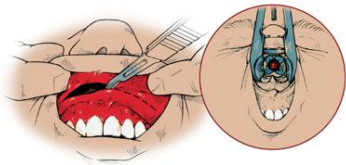


## 手術

手術の方法は開頭術（頭を開けて下垂体の上から入る手術）を要することもあります。簡単にいうと鼻の方から進入して行う下からの手術が中心になります。ハーディーの手術と言って上唇をめくり、上の歯茎を切開して粘膜を上をめくり、鼻腔の粘膜の下に入って下垂体に到達する方法が歴史ある一般的な顕微鏡手術です。

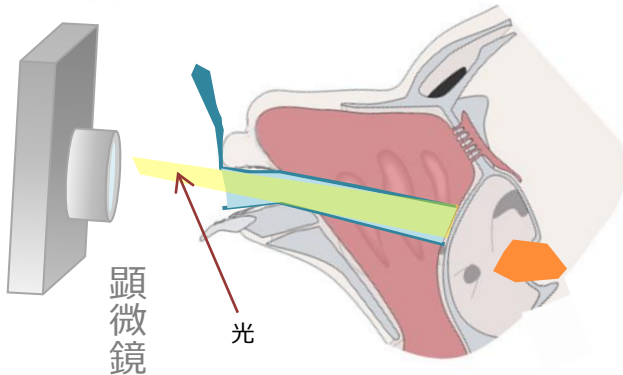
最近の傾向として、内視鏡の進歩により、鼻孔（鼻の穴）から内視鏡をいれ、鼻の穴の中だけから行う低侵襲な手術がごく一部の施設で行われるようになってきました。利点は、術野が広く明るく腫瘍表面がよく見えること、また通常の顕微鏡手術の死角になる上側と左右両側が見えること。欠点は、2次元のモニターで見ながらの手術になり、さらに手術操作を鼻の穴の限られた狭いスペースで行う必要があるため熟練を要することです。従来の顕微鏡手術は、死角の部分が目暗で感触をたよりに腫瘍を掻き出すことになります。内視鏡手術では腫瘍と正常下垂体の境界をみて可能な限り腫瘍を残さないように剥離・摘出すること、上側や側方も見ながら摘出できるのです。傷がだいぶ減るため、術後の鼻や口周りの痛みや違和感はかなり減ります。

## 手術方法



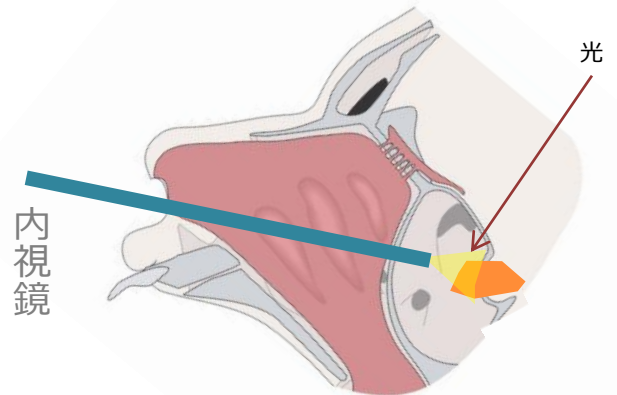
### ハーディーの手術

上唇の下を切開し、腫瘍を掻き出す



### 経鼻的内視鏡下手術

鼻の中から内視鏡を挿入する。腫瘍に近接して、上下左右がよく見える。



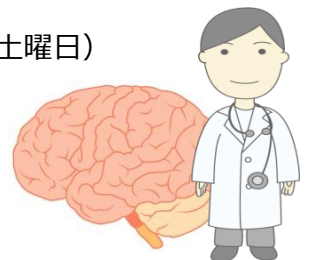
## 下垂体腫瘍でお悩みの方、近隣の病院・ご開業の先生方へ

下垂体腫瘍でお悩みの方、お気軽に当院脳神経外科 渡辺外来（金曜日・偶数週の土曜日）までお越しください。

電話予約されることをお勧めします。

お問い合わせは当院代表電話より脳神経外科外来受付まで。

水曜日・日曜祝日以外の9時～15時に（午前中はつながりにくいですが）ご連絡ください。



# 「食欲」の秋も要注意

管理栄養士 菅原 美喜子

10月の朝夕は日に日に涼しくなっていきますね。秋の近づきも感じられます。

食欲の秋、スポーツの秋、読書の秋、芸術の秋、天高く馬肥ゆる秋…とされていますが…皆さんにとっては、どんな秋ですか？

『食欲の秋』新米も出回る時期でもありますので、食欲が出てきて体重が増えてきてしまう方も少なくないと思います。

米には、脳のエネルギー源となる糖類が豊富に含まれていますが、食べ過ぎには注意が必要です。

ご飯150g（軽くお茶碗1杯）は252kcalですから、美味しいおかずがあるからもう1杯…というのは食べ過ぎにつながります。

秋の旬の食材でもあるきのこ類は食物繊維が多く、糖分の吸収を緩やかにし余分なものを排泄する働きがあり、ダイエットにも効果的です。調味料や油の使用量を減らし、きのこのものの風味を生かした調理方法で低カロリーメニューを食卓の一品に加えてみてはいかがでしょうか。



また、秋刀魚や鮭などの魚には血液をサラサラにする脂肪が多く、血行を促進して体温を保持し、寒さのストレスからも身体を守ってくれます。つまり、美味しい旬の食べ物には、その季節に必要な栄養素が含まれているのです。

寒い時期には体を温める野菜が旬を迎えるのもそのためです。

『スポーツの秋』身体を動かすには一番いい季節ですから、まだ…という方は、無理なく継続できることから始めていきましょう。高い目標を立ててしまうと、いざ始めるときになかなかはじめられなかったり、継続が難しかったりしますので、まずは『できることから』始めていきましょう。

一番手頃なスポーツは、ウォーキングです。10分普通で歩くと25kcalの消費につながります。これを少し速く歩くと40kcalの消費につながりますので、少しの時間、少しの強度でも毎日の積み重ねが大事であることがわかんと思います。できれば食後に運動を組み合わせ、食べた分は動く！ことを心がけ、標準体重を目標としましょう。

## ☆ 標準体重の求め方 ☆

身長(m) × 身長(m) × 22 = 標準体重(kg)

(例) 身長160cmの場合

1.6(m) × 1.6(m) × 22 = 56.3(kg)

自分の今の状態を知ることも大切なことです。体重測定は、自宅で簡単にできる健康管理の一つでもあるので日課にしてみましょう。




普通歩行  
10分 25kcal



速歩  
10分 40kcal



炊事  
20分 40kcal



階段昇降  
5分 35kcal



洗濯  
20分 40kcal



自転車(軽い)  
60分 160kcal

11月14日は  
世界糖尿病デーです

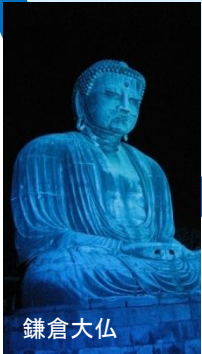
# 糖尿病イベント 今年も開催いたします！

開催日 11月11日（日曜日）

時間 10:00~15:00

場所 長谷寺（鎌倉市）

皆様のご来場を  
お待ちしております。



鎌倉大仏



長谷寺

## 医療安全品質改善大会が 行われました。

2012.9.14

2012年9月14日、10時から15時半にかけ各部署による「医療安全品質改善大会」が行われました。

この大会は、院内で行われる業務において、医療面と患者さんへの安全のための品質の改善を各部署ごとに発表し、評価をするものです。

この日は27項目の発表が行われました。



1講演につき5分間のプレゼンテーションの後、質疑応答があり、その後の投票によって表彰講演が決まりました。

1位「薬剤部」、2位「看護部」、3位「総務課」という結果となりました。

この大会は年に1度、今後も行われる予定です。



医療法人 湘南鎌倉総合病院  
沖縄徳洲会

〒247-8533

神奈川県鎌倉市岡本1370-1

Tel : 0467-46-1717(代表)

Fax : 0467-45-0190

URL : <http://www.shonankamakura.or.jp>



ご来院される方にシャトルバスの運行も行っております。  
詳しくは院内で配布のシャトルバス時刻表か、ホームページをご覧ください。

湘南鎌倉総合病院

検索

「しょうなんメール」のバックナンバーもホームページで  
ご覧いただけます。

## 公共交通機関でお越しの方へ

下記は運賃がかかります。ご了承ください。

### 大船駅より来院される方

#### ●大船駅西口（大船観音側）

1番乗場 神・船32 渡内経由  
「藤沢駅北口」行  
公会堂前下車 神・船101・102 公会堂前経由  
「城廻中村」行

2番乗場 神・船34 「南岡本」行

南岡本下車

#### ●大船駅東口交通広場ターミナル （湘南モノレール駅下バスターミナル）

2番乗場 江・藤沢[弥]大船  
南岡本下車 武田薬品前～弥勒寺経由  
「藤沢駅」行  
江・南岡本経由 「四季の杜」行

### 藤沢駅より来院される方

#### ●藤沢駅北口（さいか屋・ビックカメラ側）

4番乗場 神・船32 柄沢橋・渡内経由  
「大船駅西口」行  
公会堂前下車

9番乗場 江・藤沢[弥]大船  
南岡本下車 弥勒寺～武田薬品前経由  
「大船駅」行

#### ●藤沢駅南口（小田急デパート側）

8番乗場 江・5301 アズビル前～  
武田薬品前経由  
湘南鎌倉総合病院下車 「湘南鎌倉総合病院」行



駐車場の利用方法が  
7月1日 変わりました。

湘南鎌倉総合病院駐車場

	地上	地下
営業時間	0:00～24:00	7:00～21:00
台数	28台	231台
	患者	一般・面会
料金体系	最初2時間 200円 以降1時間 100円	1時間 200円

※患者さんは診察券が無いと一般料金となります

コーナン鎌倉モール

1時間 200円 当日最大1000円 お買い上げで180分無料