

# かわさき かわら版

2023 夏号

No.50

## CONTENTS

身近な病気の話No.20

### ●低線量肺がんCT検診受けてみませんか

院長補佐・放射線科部長 加藤 勝也

認定・専門看護師からのお知らせNo.15

### ●がん薬物療法

～免疫チェックポイント阻害薬について～

がん化学療法看護認定看護師 11階西看護副師長 田中 知子

### ●大腸CT検査 (CT colonography: CTC)

中央放射線部 診療放射線技師 西山 征孝

地域連携便り

### ●～かかりつけ医を持ちましょう～

赤司整形外科医院／ふくだ医院／庭瀬ファミリークリニック

季節の健康レシピNo.39

### ●夏バテへの備え!!～ゴーヤでプラス一品～

栄養部 管理栄養士 片岡 里菜

## 低線量肺がんCT検診

### 受けてみませんか

院長補佐・放射線科部長

加藤 勝也



今回は、肺がんを早期に見つけるための新しい方法、低線量CT検診についてお伝えします。肺がんは、早期段階ではなかなか気付かないことが多い病気ですが、早く見つけてすぐに治療を始めることが、一人でも多くの命を救うためにはとても重要です。

これまで肺がん検診には胸部X線検査が主に用いられてきましたが、近年の研究では、新しい方法である低線量CT検診が早期発見に有効であることが分かっています。例えば、アメリカのある研究では、55歳から74歳までの、特に一年間に30箱以上タバコを吸う方々に対して研究した結果、低線量CT検査を行ったグループでは、胸部X線検査のみを行ったグループよりも肺がんで亡くなる人が20%少なかった

のです。ヨーロッパでも同様の研究が行われ、特に50～74歳の重喫煙者においては、肺がんで亡くなる人を24%少なくすることができました。

「CT検査というと、放射線を浴びるのでは？」と心配されるかもしれません。しかし、「低線量」の名前の通り、この検査では少ない放射線しか使われません。そのため、放射線被曝への心配はほとんどなく、手軽に検査を受けることが出来て、その効果は証明されています。

肺がん早期発見、早期治療のために、多くの量を喫煙したことがある、アスベストを扱う仕事をしてきた、など肺がんのリスクになる要因をお持ちの方は特に、低線量肺がんCT検診受診をご検討ください。

## 認定・専門看護師からのお知らせ

No.15

### がん薬物療法 ～免疫チェックポイント阻害薬について～

がん化学療法看護認定看護師

11階西看護副部長

田中 知子



がん薬物療法には、「化学療法」「内分泌療法（ホルモン療法）」「分子標的療法」「免疫療法」があり、「免疫療法」の中には、免疫チェックポイント阻害薬という点滴治療があります。

体の中には異物の侵入を防いだり、侵入してきた異物を排除したりして、体を守る抵抗力を備えた「免疫細胞」があります。がん細胞の中には、免疫細胞と結合することによって、免疫細胞にブレーキをかけ、その攻撃から逃れる仕組みをもっているものがあり、このような、がん細胞と免疫細胞の結合を「免疫チェックポイント」といいます。免疫チェックポイント阻害薬は、がん細胞と免疫細胞が結合できないように邪魔をすることで、免

疫細胞にかけられたブレーキを外して、自分の免疫細胞が、がん細胞を攻撃できるようにする薬です。

免疫チェックポイント阻害薬は、一度効果が得られると非常に長く持続する場合があります。一方でブレーキが外れた免疫が自分の正常な細胞を攻撃して、さまざまな臓器にさまざまな症状（副作用）が出る可能性があります。また、治療中や治療期間中だけでなく、治療終了から数カ月後に症状（副作用）があらわれたりする場合もあります。いつもと違う症状や、なんとなくおかしいと感じたら、いつでも医師や薬剤師、看護師へご相談ください。

#### 【認定看護師とは】

日本看護協会の認定看護師認定審査に合格し、特定の看護分野において、熟練した看護技術と知識を用いて水準の高い看護を実践できる看護師であると認定された者をいいます。

# 大腸CT検査 (CT colonography : CTC)



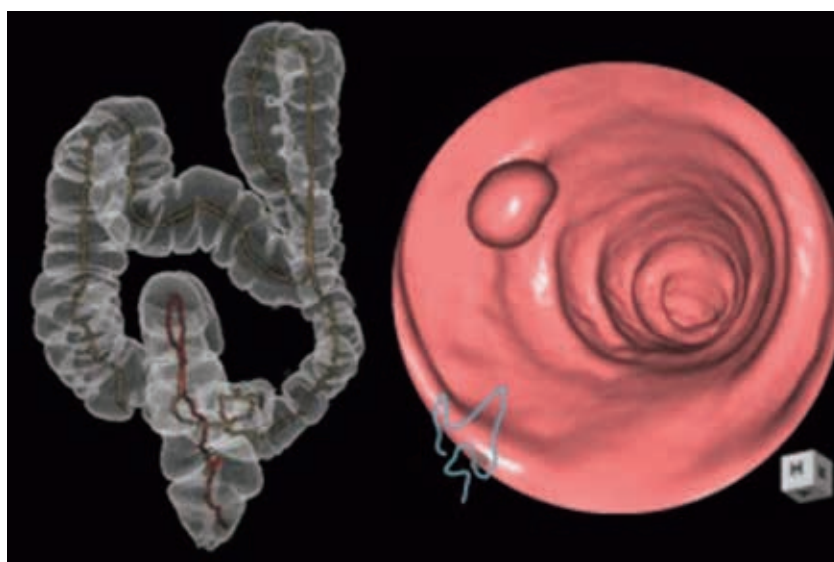
中央放射線部 診療放射線技師

西山 征孝

大腸CT検査とは、肛門からカテーテルを入れて大腸に炭酸ガスを注入し膨らませ、CT検査を行うことで大腸の病気を診断する検査です。撮影した画像を3D処理し、大腸の形態や内視鏡を行ったような画像を作成できます。

大腸内視鏡検査のように組織の生検や病気の切除はできませんが、検査時間は短く、痛みがほとんどないため、負担の少ない検査となっています。

ただし、胃や腸の手術歴がある方、妊娠の可能性のある方などは大腸CTを受けられない場合がありますので、該当の方は事前に確認が必要となります。



## 【当院における大腸CT検査の手順】

検査の流れとして、前処置があります。

まず、検査2日前の就寝前に下剤を服用します。

検査前日には、大腸の便を少なくする専用の検査食を決められた時間に摂取します。その夜、追加で下剤を服用し、翌日来院していただきます。

検査当日は絶食で、来院後に造影剤入りの下剤を服用します。数回の排便後、腸の中がきれいになったことを確認し、CT検査を行います。(残渣があると正確な検査が行えません。)

CT検査室にて、炭酸ガスをゆっくり注入し、体位を変え大腸全体にガスを充満させます。その後、仰向けとうつ伏せの2体位撮影すると検査は終了です。

検査時間は10分程度と短く、炭酸ガスは腸管から速やかに吸収されるため、検査後の腹痛や膨満感はほとんどありません。麻酔なども使用しないので、検査後はすぐにご帰宅いただけます。

## 【健康診断】

当院では、健康診断のひとつとして大腸CT検査を採り入れており、検査の予約は健康管理センターにて取ることができます。

日本では、死因第1位は癌となっており、中でも大腸癌は男性で3位、女性で1位の病気です。病気の早期発見には、定期的な検査が必要です。大腸CT検査では、5mm程度の大きさまで検出でき、比較的早い段階で病気を発見できます。大腸の検査は辛い、怖いと思っている方も多いかと思いますが、大腸内視鏡に不安感がある方や短時間で負担なく検査を受けたい方など、選択肢のひとついかがでしょうか。



## 地域連携便り 【北 区】 ～かかりつけ医を持ちましょう～



### ふくだ医院

診療科目 内科/外科/循環器科/歯科・口腔外科  
所在地 〒701-0151 岡山市北区平野691-5  
TEL 086-293-5670 駐車場 あり  
HP <http://fukuda-iin.sakura.ne.jp>

| 診療時間        | 月 | 火 | 水 | 木  | 金 | 土  | 日・祝 |
|-------------|---|---|---|----|---|----|-----|
| 9:00~12:00  | ○ | ○ | ○ | ○  | ○ | ○  | 休診  |
| 15:00~18:30 | ○ | ○ | ○ | 休診 | ○ | 休診 | 休診  |

院長  
福田 久也 先生

(歯科・口腔外科は完全予約制の為、電話連絡必須。)

院長より

当院は岡山市北区平野にあり、最寄り駅は庭瀬駅になります。診療科目は内科、外科、循環器科で、かかりつけ医としての役目を果たすべく、早期発見、早期診断、早期治療を心がけています。病気だけでなく健康保持、予防接種、特定健診、がん検診、介護保険に関してもご相談をお受けしています。また周囲の大学病院や総合病院と連携をとりながら、精密検査や高度な治療が必要な場合は適切な医療機関をご紹介します等、地域医療に取り組んでいます。



### 赤司整形外科医院

診療科目 整形外科/内科/リウマチ科/理学診療科  
所在地 〒701-0151 岡山市北区平野538-1  
TEL 086-293-3557 駐車場 あり  
HP [https://www.okayama.med.or.jp/tsukubo/syosai\\_data/08\\_akashi.html](https://www.okayama.med.or.jp/tsukubo/syosai_data/08_akashi.html)

| 診療時間        | 月 | 火 | 水  | 木 | 金 | 土  | 日・祝 |
|-------------|---|---|----|---|---|----|-----|
| 9:00~12:30  | ○ | ○ | ○  | ○ | ○ | ○  | 休診  |
| 15:00~18:30 | ○ | ○ | 休診 | ○ | ○ | 休診 | 休診  |

院長  
赤司 浩二郎 先生

院長より

赤司整形は「患者さん本位の姿勢で皆様の心と体の健康を願って」診察をしています。川崎医科大学総合医療センターとの密接な連携とともに、大学病院と同レベルの外来治療が可能となるように、設備の充実と快適な院内外の環境づくりを行っています。当院では整形外科疾患を中心に、一般内科や簡単な皮膚科疾患、および病気の予防、早期発見、治療、手術、リハビリなどを行っています。また、漢方も取り入れ、幅広く各疾患に対処できるように努めています。お気軽にご相談ください。



### 庭瀬ファミリークリニック

診療科目 内科/小児科/消化器内科/肝臓・胆のう・膵臓内科/内視鏡内科  
所在地 〒701-0151 岡山市北区平野847-6  
TEL 086-903-4114 駐車場 あり  
HP <https://www.niwase4114.com>

| 診療時間        | 月 | 火 | 水  | 木 | 金       | 土 | 日・祝 |
|-------------|---|---|----|---|---------|---|-----|
| 9:00~13:00  | ○ | ○ | 休診 | ○ | ○       | ○ | 休診  |
| 15:00~20:00 | ○ | ○ | 休診 | ○ | 16:00から | ○ | 休診  |

院長  
坪井 壮 先生

院長より

「病を見て人を見ず」という言葉がありますが、病気を治すことだけが医療ではなく、皆さまが幸せに生活できることこそが大切だと思います。もちろん当院には胃・大腸カメラ、超音波など最新の医療機器が揃い、院内で短時間で結果が出せる設備を整えています。しかし、それらは、全て皆さまに健康かつ幸せに過ごしていただくためのもの。データに囚われ、異常値を正常にすることが目的ではありません。「皆さまの真の幸せのために」—ここにこそ当院の果たすべき役割、存在意義があります。

## 季節の健康レシピ No.39 夏バテへの備え!!~ゴーヤでプラス一品~

厳しい暑さで食欲の落ちやすい夏は、栄養豊富な夏野菜がおすすめです。

夏によく食べるゴーヤには、カリウム・ビタミンC・葉酸など夏バテ予防に効果的な様々な栄養素が含まれます。

さらに、ゴーヤに含まれる苦み成分「モルデシン」には消化を促し、食欲増進効果があるといわれています。今回はゴーヤを使ったレシピを紹介いたします。

**カリウム**：ナトリウムを排出し、高血圧やむくみを予防する働きがあります  
**ビタミンC**：免疫力を向上や夏の紫外線対策に効果があります  
**葉酸**：赤血球を作り出す働きがあり、貧血対策に繋がります

### 作り方 レモンでさっぱり♪ ゴーヤとツナの夏サラダ

- 1 ゴーヤは種とわたを取って薄切りにし、塩をかけておく。10分程置いたら、軽く水で洗い、水気をよく絞る。
- 2 トマトは角切り、青しそは千切りにしておく。
- 3 ボールにゴーヤ、トマト、ツナ缶を入れ、Aで和える。器に盛付け青しそを添える。



栄養部 管理栄養士  
片岡 里菜



#### 材料：4人分

ゴーヤ…………… 180g (中サイズ1本)  
トマト…………… 80g (1/2玉)  
青しそ…………… 4枚  
ツナ缶…………… 水煮80g (1缶)  
① { 酢…………… 大さじ2  
② { 砂糖…………… 大さじ1  
③ { レモン…………… 大さじ2  
(レモン半玉分)

#### 【栄養価】(1人分)

・エネルギー：99kcal  
・たんぱく質3.9g ・食物繊維1.7g  
・食塩相当量0.3g



#### ＜ひとことメモ＞

ゴーヤは下茹でしてから使うと苦みが抑えられ、食べやすくなります。また、ビタミンB1を豊富に含む豚肉を入れたゴーヤチャンプルーなども夏バテ防止におすすめのメニューです。



川崎医科大学  
総合医療センター

〒700-8505 岡山県岡山市北区中山下2-6-1  
TEL. (086) 225-2111 (代) FAX. (086) 232-8343

病院庶務課庶務係 (内線) 85114  
<https://g.kawasaki-m.ac.jp/>  
E-mail: [kwsyomu@med.kawasaki-m.ac.jp](mailto:kwsyomu@med.kawasaki-m.ac.jp)