

かしま

ほっと

HOT
 ほっと
hot
通信

8月号

Vol.367

令和5年（2023年）8月1日発行

■編集/かしま病院広報企画室

■発行/社団医療法人養生会

〒971-8143

福島県いわき市鹿島町下蔵持字中沢目22-1

tel.0246-58-8010(代) fax.0246-58-8088

ご意見・ご感想は…

上記住所へ郵便、またはE-mailでお送り下さい。

かしま病院広報企画室まで

kouhou@kashima.jp

ホームページ <https://www.kashima.jp>

かしま病院

検索



スマートフォンをご利用の方は、



QRコード読み取り、アクセスしてください。

PCサイトと同じ内容がご覧頂けます。

1 卷頭特集

無痛MRI乳がん検診がはじまります！

2 いとち通信のご案内

コラム ひんがら目（194）

『デジタル化に遅れるな、への暴走』 呼吸器科部長 山根 喜男

ようこそ家庭医療へ！

リハビリPOST

新入職員のフォローアップ研修を実施しました

かしま荘通信



お盆休みの外来診療のお知らせ

当院のお盆休みの外来診療日について、下記の通りご案内いたします。

8月 August				
12日 土	13日 日	14日 月	15日 火	16日 水
通常 診療	休診	休診	休診	通常 診療

16日（水）から通常通り外来診療を行います。

ご迷惑をおかけしますが、ご理解の程よろしくお願いいたします。

2023年

10/22日

日曜日に
乳がん検査を
受けられます

当院の実施日

2023年10月22日(日) ※予約制

※当院の都合により、第3日曜の10月15日(日)ではありません。

予約・お問い合わせ

かしま病院健診センター

電話番号: 0246-58-8090 (直通)

(月)~(金)9:30~16:30 / (土)9:30~12:00

※祝日・国民の休日・年末年始を除く

かしま病院は、認定 NPO 法人 J.POSH (日本乳がんピンクリボン運動) が推進する「2023年10月第3日曜日に全国どこでも乳がん検査が受診できる環境作り」への取組みとして J.M.S (ジャパン・マンモグラフィーサンダー) に賛同しました。



卷頭特集

無痛MRI乳がん検診がはじまります！

当院では今年9月ごろ「無痛MRI乳がん検診」を開始予定です。

いわき市初！最新のDWIBS(ドウイブス)技術を使用した乳がん検診です！

乳房を圧迫しない

うつ伏せに寝ているだけで検査
できます。乳房を挟まないので
痛くない

検査の特徴

Tシャツを着たまま撮影

見られない
恥ずかしくない検査着やTシャツを着たまま受け
られるので、乳房を人に見られる
ことがありません。検査で見られない
見られない

安心、安全、痛くない！

無痛MRI乳がん検診とは？

「MRI」を使った「痛みが全くない」乳がん検診です。
造影剤などの薬も使用しないため、体への負担も
一切ありません。



無痛MRI乳がん検診の流れ

MRI

Flow

1

受付して問診票を記入

問診票を記入し、担当の看護師が確認をします。

2

検査着に着替える

更衣室で検査着に着替えます。

3

MRI室に移動



4

検査前に説明

担当の技師より検査の受け方について説明があります。



5

寝台に横になる

穴が開いた機械に乳房を入れるようにうつ伏せに寝ます。痛みはありません。



6

MRI検査

検査時間は約15分です。検査中は機械音がするため、ヘッドホンを装着します。緊急時はブザーで知らせることができます。

7

検査終了

更衣室で着替えて、お会計をします。

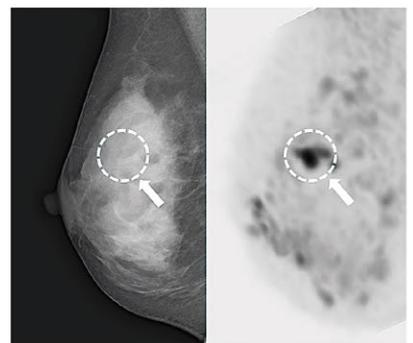
8

レポート送付

後日問診の際に記入していただいた不安や疑問に対して丁寧に記載された検診結果レポートをお送りします。

日本人女性は欧米に比べて高濃度乳腺の割合が高く、50歳以下では80%近くが高濃度乳房であるとする報告があります。

マンモグラフィでは乳腺実質は白く描出され、高濃度乳房の方ほど、その白さは強い傾向にあります。一方乳腺腫瘍は白く映るため、背景の白さの程度により、本来発見しなければいけない腫瘍が隠れてしまう可能性があります。



▲ MMG ▲ MRI

無痛MRI乳がん検診では、乳腺の濃度の影響をほとんど受けないので、高濃度乳房の方でも問題なく受けられることができます。

乳房を圧迫しないので、インプラントや挿入物を入れている人も受けられます。



豊胸術・乳房手術後でも検査可能

Q MRI検査なので被ばくがゼロ

MRIは磁場を使用した検査なので、被ばくがありません。

A 平均的なマンモグラフィのがん発見率は1000人あたり2.7人です。(日本乳癌検診学会発表の2018年データ)無痛MRIのがん検診のがん発見率は、1000人あたり14.7人でした。直接比較はできませんが、上記のマンモグラフィの5倍以上に相当します。



よくある質問

MRI Q&A

Q どのくらいがんが見つかるのですか?

多くいらっしゃいます。どうしても無理という場合は受けられません。そのため、不安感が少ないという方も多いです。またうつ伏せで入るため、不安感が少ないという方も多くいらっしゃいます。

Q MRI乳がん検診を受けることができない場合はありますか?

MRIは強力な磁石を用いますので、以下の方はできません。
● 大きな入れ墨がある(入れ墨に鉄粉が含まれていて、やけどするため)

Q MRI乳がん検診はどのくらい(回数・頻度)受けなければいけですか?

A 原則的には2年に一度、できれば1年に一度受けるようにしましょう。乳がんの発生リスクが高いと考えられる人、例えばお母さんや姉妹が乳がんにかかる人は、1年に一度受診しましょう。本検査は、放射線と無関係なので、安心して繰り返し受けていただけます。

Q MRI乳がん検診を受けることができない場合はありますか?

A MRIは強力な磁石を用いますので、以下の方はできません。
● 胸部に金属が埋め込まれている(できる場合もありますので、ご相談ください)
● 心臓ペースメーカーが埋め込まれている
※スプレー型の白髪染め、カラコン、濃いマスカラなどはお控えください

Q 閉所恐怖症なのですか大丈夫ですか?

A 狹いところに入ると緊張して汗が出たり、心臓がドキドキしたりする方がいらっしゃいます。しかし「トンネルの長さが身長よりも短いこと(120センチくらい)」を検査時に説明すると、気が楽になります。

Q 受付・予約等について

詳細が決まり次第HP等でお知らせする予定です。

一人でも多くの女性の乳がん早期発見に貢献できるよう、地域の皆様から選ばれる「無痛MRI乳がん検診」を目指していきたいと思います。

いとち通信 発行開始しました

“一緒にいとちはじめっペ！”

医

医 療と地域をつなぐことを目的に発足した、いとちプロジェクト。昨年 6 月に活動を開始してから 1 年が経ちました。最近の活動は、医学学生や薬学生が鹿島地区を歩きながら地域性を知る「いとちワーク」の実施や、春に植えたジャガイモの収穫など活動の幅が徐々に広がっています。

いとちの活動情報は Facebook や note などの SNS を中心に発信していますが、SNS に触れたことのない方にもお伝えできるように、A5 サイズ 4 ページのフリーペーパー「いとち通信」を毎月発行することになりました。いとちのロゴにも使われている緑をベースにした 2 色印刷で、レトロ調に仕上げました（写真は少し見づらいですが…）。第 1 号では、先ほど触れた「いとちワーク」の詳細や、1 カ月かしま病院で実習をした医学生の感想、いとちの拠点であり、当院で実習をする医学生の宿泊先でもあるかしまホームの管理人を務めている大学生のことなどを掲載しています。A5 サイズの小さな冊子ですが内容は盛りだくさんとなっています。



いとち通信は、かしまホームで配布しています。かしまホームではバックナンバーも閲覧できますので、お立ち寄りの際はぜひご覧ください。

デジタル化に遅れるな、への暴走

わが国が世界に誇る、国民皆保険制度を支えた健健康保険証を廃止し、マイナンバーカードに合体させようという乱暴な法律が国会を通過しました。

健康保険証や自動車運転免許証をマイナンバーカードと一体化すれば、沢山のカードを持ち歩かなくてよいので便利だと言われます。しかし、落としたら大変です。盗み見られたら大変です。銀行口座などの情報も入っていますから犯罪が増えます。実印と預金通帳は別々に保管しないと教えられたはずで

もしれませんが、行政的には統一して欲しいものです。日本では、役所での名前の登録もルールが統一されていません。嘗て担当した患者さんで、陳助と届け出て「じんすけ」と読ませていた人がいました。陣と間違えたそうです。サッカー選手の三浦知良選手も和良と書くところを間違えたのではないかと推察します。

二三七



ひんがちら目 (194)

誤入力を防ぎ、効率よくデジタル化をするには、まず入力の形式を整えることが必要です。ひらがなやカタカナ入力は視覚的には間違いが起こりやすく、一瞥しただけで判る漢字入力は有用ですが、文字数が多く、当用漢字だけでは対応できません。それどころか、嘗ては浜や斎や高や崎などは簡易の共通文字で済ませていたようですが、最近は、濱、齊、斎、高、崎、などの表記が多用されており、別の字と認識されているようです。最近では死亡診断書なども、氏名が戸籍どおりに記載されていないと戻されます。当事者にとっては自身のアイデンティティとして、異なる漢字で済まされることには不満があるか

ドするために数年間隔で変更されます。IT情報をデータ化して保存している身としては、OS変更に伴って各種アプリケーションのバージョンアップが必要になるため、データの蓄積があまり進みません。今話題になっているチャットGPTなども、欧米ではその開発に慎重になつており、IT後進国として焦っている日本がいいカモになっています。

ここまで問題が広がつてゐるにマイナンバー保険証を强行突破しようとするのは、やましい陰謀があると勘ぐりたくなります。まずは一步立ち止まって下さる。

(呼吸器科部長 山根 喜男)

ようこそ 家庭医療へ!

～いわきに生きる家庭医療成への挑戦～



7月15日、令和5年度 第1回「在宅医療推進のための多職種研修会」が、いわき市地域医療課、いわき市医師会の協力のもと、コロナ禍以降初となるリアル（現地）&オンラインのハイブリッドで開催されました。

リアルとオンラインで合計120名を超える方が参加し、これからピークを迎える超高齢社会＆多死社会において、一人ひとりがその人らしい人生の最期を過ごすことができるようになるにはどうしたらよいか？本気で考え、本気で議論する、当日の猛暑に負けない熱い作戦会議が展開されました。

研修のメインセッションは、患者さんの自宅での担当者会議を想定した「ロールプレイ」でした。慢性閉塞性肺疾患や認知症が進んでも住み慣れた自宅で暮らし続けたい本人と、独居の本人を案じ施設に入つてもらいたい家族。対立するそれぞれの想いに、

第162回 「より良く生きる」を支援する

石井 敦 病院長



参加者が6グループに分かれ、それぞれ多職種チームを組んで果敢に挑みました。基本設定のみでシナリオがないため、チームごとの議論展開や行きついた結論も様々でしたが、いずれのチームも仕事ながら（もしくはそれ以上に）真剣そのものでした。

私は、ロールプレイに先立ち、人生の最終段階における意思決定に関する全体講義を担当しました。人生の最終段階の類似語に終末期がありますが、終末期は死を前提とした生命維持の限界を示す表現です。一方、人生の最終段階は最期までその人らしく生き抜くことを前提とした表現で、「より良く生きる」を支援する多職種の取り組みにおいてよく用いられるようになりました。参加者の皆さんには「死の話題に触れることをタブー視せず、人生的花道・クライマックスをどう飾るのかを、いつでもどこでも誰とでも、好きなように語ることができるとができる土壤づくりをしていきましょう」というお話をしました。



かしま病院では、2008年度から家庭医を志す研修医や地域医療実習を行う医学生を受け入れています。このコラムを担当する石井敦病院長は日本プライマリ・ケア連合学会認定指導医として、研修医・医学生の指導を行っています。

リハビリ POST

第149回

リハビリ栄養part2

前 月はリハビリと栄養の関係について大まかに説明させて頂きました。今月は具体的な『必要な栄養の計算法』と『当院での取り組み』について説明させて頂きます。

その人に必要な基礎エネルギー量を求めるにはハリスベネディクト式という式を用いて計算することができます。これはその人が生きていくために必要最低限のエネルギー標準体重、基準代謝量などが算出されます。ハリスベネディクト式とは、年齢、性別、身長、体重、活動係数、ストレス係数により計算が可能です。ハリスベネディクト式で得られた情報をもとに、食事量と運動量を比較検討し、主治医や看護師、リハビリ、栄養科など多職種で相談し、低栄養または栄

養過多にならないように対応しています。例えば、必要最低限のエネルギーより運動量が増えた場合は、摂取エネルギーを増やす必要があります。また、必要最低限エネルギーより食べる量が減っている場合は、栄養補助飲料（食品）などを食事の際や間食の際に追加提出しています。このような栄養補助飲料（食品）は、効率的に栄養が取ることが出来、薬局やスーパーでも販売されているため、手軽に飲食することができます。味も色々な種類があるので、飽きることなく人気です。栄養量が気になる方は、ぜひ探してみてください。また、ハリスベネディクト式について気になった方は、お気軽にスタッフに声をかけてください。

次回は、『コグニサイズ』についてご紹介させて頂きます。

言語聴覚士 大泉 加奈恵



かしま荘通信

「かしま庭園」完成しました。



元理事長の中山昌子様のご厚意により、かしま荘玄関脇の庭に玉砂利を敷いていただきました。花壇も作り、素敵な「かしま庭園」が6月下旬に完成しました。

現在は、かしま荘の利用者様のみならず、病院の患者様や来客の方々にご覧になっていただいております。

新入職員の フォローアップ研修 を実施しました



7月1日（土）午前に、4月に入職した新入職員のフォローアップ研修を行いました。

グループに分かれて、この3か月間の「現況整理」と「自己分析」を行い、最後に現状分析のまとめを模造紙にまとめて発表しました。