エルム第51号
発　行/社会医療法人
北楡会 札幌北楡病院
編　集/広報委員会
責任者/玉　置　　透
発行日/平成24年12月25日

来年2月より当院に手術支援ロボット「ダヴィンチ」が導入されます。

従来の腹腔鏡下では手術する部分を見るためのカメラは一つでした。これでは奥行などが分からないこともありました。ダヴィンチ（da Vinci）ではCCDカメラを二台搭載しておりこれにより立体的に画像を見ながら手術することができます。まるでお腹の中に入って患部を直接見ながら手術をしているようになります。そのためより正確かつ安全に手術を行うことが可能になります。

またda Vinci独自の手ブレ防止機能により、スムースで精緻な手術操作をすることができるようになります。機械の動作も、従来の腹腔鏡手術に比べ、人間の手の動きを正確に再現します。さらに、ロボットにしかできない動き（関節の360度回転など）が加わることで、従来の腹腔鏡下手術や開腹手術でも困難であった手術を可能にします。

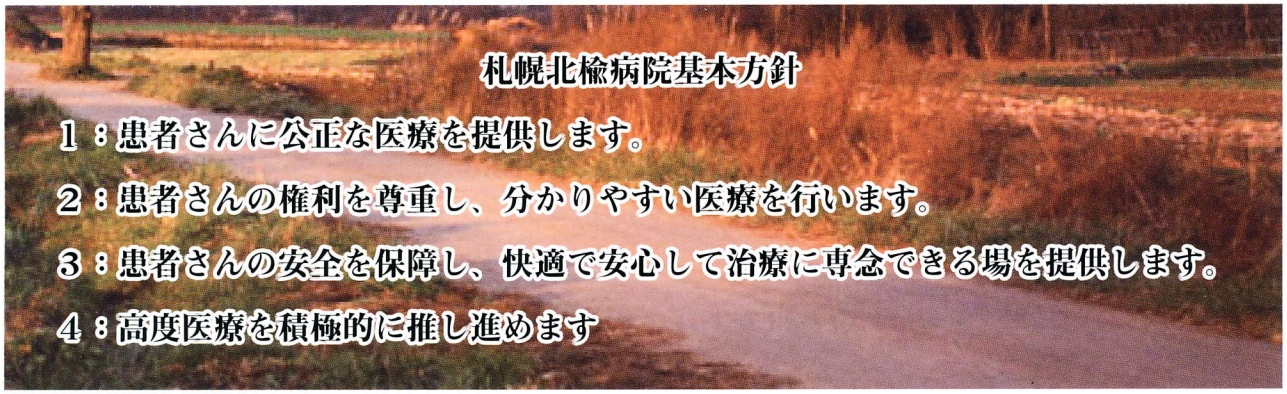
関連記事を2～3ページ病院紹介シリーズに掲載いたしました。

インフルエンザの予防接種を行っています。

普通の風邪も様々なウイルスによって起こりますが、多くは、のどの痛み、鼻汁、くしゃみや咳などの症状が中心で、全身症状はあまり見られません。発熱もインフルエンザほど高くなく、重症化することはあまりありません。

一方、インフルエンザは、インフルエンザウイルスに感染することによって起こる病気です。38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛など全身の症状が突然現れます。併せて普通の風邪と同じように、のどの痛み、鼻汁、咳などの症状も見られます。お子様ではまれに急性脳症を、ご高齢の方や免疫力の低下している方では肺炎を伴う等、重症になることがあります。

接種は年齢により接種方法がちがったり様々の助成制度があります。詳しくは外来にお問い合わせください。



病院紹介シリーズ

低侵襲外科手術

当院の外科手術は、体にやさしい低侵襲手術（内視鏡手術）を積極的に行なっています。内視鏡（腹腔鏡）手術は、おなかに5mmから2cmの小さな穴をあけて、腹腔鏡（手術用内視鏡）を通して、腹腔鏡手術用の特殊な器械を用い、テレビモニターを見ながら手術を行います。おなかの中に炭酸ガスを送気して手術をするための十分な空間をつくります。患者さんにとってはキズが小さいことから術後の痛みは少なく、術後早期に歩行が可能で、食事の開始も早く、入院期間も短く、早くから社会復帰ができるようになります。

当院には現在2名の日本内視鏡外科技術認定医が在籍しています。

内視鏡外科手術は全国的に普及していますが、術者による技術の差や施設による成績の差が大きいとされています。そのため日本内視鏡外科学会においては2004年から内視鏡外科技術認定制度が開始されました。2011年度の消化器外科領域の合格率は35%で、取得が難しいとされる資格です。当院には現在2名の日本内視鏡外科技術認定医が在籍し、質の高い医療を提供しております。

■腹腔鏡下手術の長所

1）キズが小さく目立たない。

5mm～2cmの小さなキズ。手術の種類によっては、切除臓器を取り出すために4cm程度のキズが必要になる場合があります。最近では、おへそに2～3cm程度のキズ一つで行う単孔式腹腔鏡下胆のう摘出、虫垂切除術、大腸切除術、副腎・腎臓摘出術を行っています（図1）。

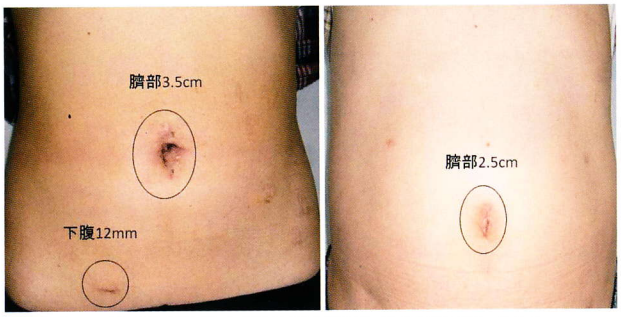


図1　腹腔鏡下大腸切除術後の手術創（左）
単孔式腹腔鏡下胆嚢摘出術後の手術創（右）

2）痛みが少ない。

3）手術後早くから食事を食べることができます。

術後の胃や腸の動きの回復が早く、キズの大きな開腹手術と比べて早くから食事が開始できます。

4）手術後早くから歩くことができます。

痛みが少なく、手術の翌日には歩くことができます。

5）日常生活への復帰と早く仕事に戻れます。

当院の腹腔鏡下そけいヘルニア手術は術後2日目、胆のう摘出術は術後3日目、大腸切除術は10日目、胃切除術では14日目には退院できるようになります。

■腹腔鏡下手術の短所

1）高度な手術技術が必要である。

開腹手術とは異なり、平面（2次元）画像のテレビモニター画面を見て行う手術のため、外科医には高度な技術が要求されます。人の指などで直接臓器に触れることができないことや特殊な手術器具の使用法を外科医が習熟しなければなりません。

2）手術時間が長くなる。

細かい手術操作のために手術時間が少し長くなる場合があります。

■当院で行っている腹腔鏡下手術

1）胆のう摘出術

胆石・胆嚢炎、胆嚢ポリープに対して年間80～100症例の胆嚢摘出術のうちの90%以上を腹腔鏡下手術で行っています。おへそ一か所のキズで行う単孔式腹腔鏡下手術はそのうちの90%以上に行っています。

2）虫垂切除術

一般的には緊急手術になる“もうちょう炎"と言われているもので、年間40症例のうちの20～30%程度を単孔式で行っています。

3）大腸切除術

年間70症例程度の大腸腫瘍手術のうちの65%以上を腹腔鏡下手術で行っています。直腸腫瘍を除く大腸腫瘍手術の50%を単孔あるいは2孔式腹腔下手術で行なっています（図2）。

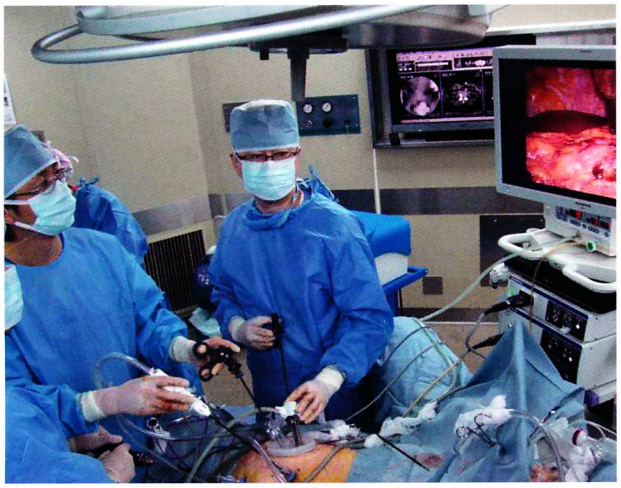


図2　腹腔鏡下大腸切除後の手術風景

4）胃切除術

胃腫瘍の年間手術30～40症例の30%に行っています。つまり早期胃癌の全例に行っています。

5）そけいヘルニア

年間40症例のうち現在は腹腔下手術を第一選択で行なっています。

6）脾臓摘出

血液疾患である特発性血小板減少性紫斑病（ITP）や遺伝性球状赤血球症に対して年間数例ですが、腹腔鏡下手術を行なっています。

7）腎・副腎摘出（単孔式）（図3）

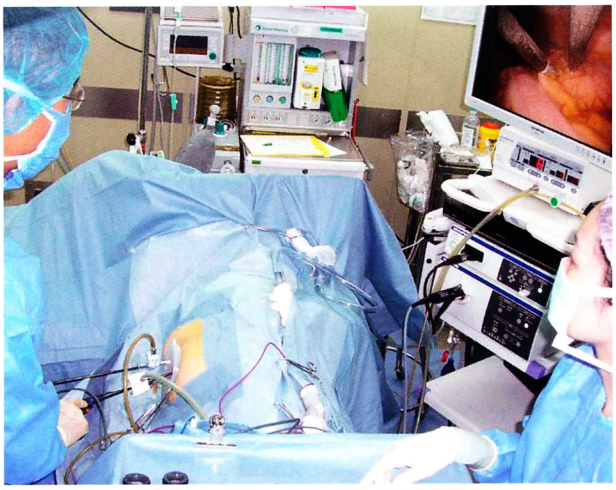


図3　単孔式腹腔鏡下腎摘出術の手術風景

8）その他（膵切除術、肝切除術など）

■結び

近年普及が進む腹腔鏡下手術ですが、大学病院やセンター化された施設においては、手術症例全体の半数以上を腹腔鏡下手術で行っています。手術に高度な技術が必要であるため、市中病院を含めた全国の普及率は30%程度にすぎません。

当院では、安全性を最優先とした外科手術を行いながら、その中で低侵襲な腹腔鏡下手術を積極的に行っています。今後、手術支援ロボットの導入と共に、さらなる手術手技の向上と質の高い医療を提供できるような病院を目指してまいります。

内視鏡外科　外科医長　土橋誠一郎

イベントレポート

当院では11月14日午後に外来の外待合に相談コーナーを設け予防や治療、生活習慣改善に関する紹介や相談を行いました。

フレデリック・バンティング

現在、世界の約5～6パーセントの成人は糖尿病を抱えています。様々な研究や試みが行われていますが糖尿病に苦しむ人は減るどころか増える一方です。

糖尿病で亡くなられる方は、後天性免疫不全症候群（エイズ）と同じくらいになっております。

糖尿病から様々な病気を誘発することも知られていてとても恐ろしい病気と言えます。そこで2006年12月20日に国連総会で「糖尿病の全世界的脅威を認知する決議」を採択しました。糖尿病の予防、治療、療養を喚起することになったのです。

11月14日はインスリンの発見者であるバンティング博士の誕生日です。この日を「世界糖尿病デー」に指定し、世界規模で啓発活動が展開されました。

私たちが食べたり飲んだりした食品中の糖類は消化され、ブドウ糖という物に変えられます。このブドウ糖は血液によりからだの細胞に運ばれて、細胞が働くエネルギーの源になります。体じゅうのすべての筋肉や臓器が働くのに大切なものです。

ただブドウ糖だけでは細胞のエネルギー源にはなれません。インスリンにより細胞内にとり込まれ、エネルギーとなります。

インスリンの主な働き……

- 食後に血糖が上がらないように、調節する。
- 血液中のブドウ糖をからだの細胞にとり込んで、エネルギーに変える。
- 脂肪やグリコーゲンというものに変えて、エネルギーとしてたくわえておくようにする。

全身のブドウ糖代謝がうまく機能しなくなった状態すなわち、高血糖状態では筋肉や内蔵、

血糖値は、血液中にブドウ糖がどのくらいあるかを示すものです。

糖尿病とは、ブドウ糖がエネルギーを必要としている細胞の中にとり込まれなくなって、異常に血糖値が高くなってしまう病態です。

世界糖尿病デーで開かれた相談コーナー

脂肪組織で様々な悪い影響が現れ、さらに合併症を引き起こします。

糖尿病の種類

糖尿病は大きく分けて二つの種類があります。

1型と呼ばれているものは……

通常、インスリンはすい臓で作られています。このすい臓のインスリンを作る細胞が壊れて、からだの中のインスリンの量が絶対的に足りなくなって起こる病態です。

2型と呼ばれているものは……

インスリンの出る量が徐々に少なくなって起こるものと、肝臓や筋肉、脂肪などの細胞がインスリン作用をあまり感じなくなって、ブドウ糖がうまくとり込めなくなって起こるものがあります。原因として食事や運動不足、肥満、喫煙などの生活習慣が関係している場合が多いのです。日本では糖尿病の患者さんの95%以上はこのタイプです。

他にも、遺伝子の異常や肝臓や膵臓の病気、感染症、免疫の異常などのほかの病気が原因となって、糖尿病が引き起こされるもの。薬剤が原因となる場合や、妊娠中に発症する糖尿病もあります。

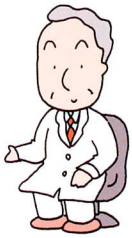
日本で大多数をしめる2型の糖尿病は普段の生活に注意すれば予防することができます。そこで食生活などを見直し、運動を心がけることなどが必要になるのです。

糖尿病代謝内科　医　師　澤村　祐一
糖尿病療養指導士・看護師　志水　美香

糖尿病と食事

糖尿病の食事療法の目的

・単に血糖値を下げるということだけでなく、糖尿病によって引き起こされる合併症を予防することが目的です。したがって、HbA1c、空腹時血糖値、食後2時間血糖値の管理、さらに血圧、脂質、体重などをコントロールするための食事となります。



食事のポイント

1．腹八分目にする

・食べ過ぎない。特に夕食を控える。

2．食品の種類はできるだけ多くする

・炭水化物はタンパク質や脂質に比べ食後急激に血糖値を上昇させる。

・炭水化物のみを食べない（炭水化物の重ね食べをしない）→炭水化物に偏ると食後血糖値を上昇させやすい。

・炭水化物は脳の栄養になるので減らし過ぎない。

・油、タンパク質、炭水化物、野菜を一緒に食べる。

3．脂肪は控えめに

・動脈硬化を起こしやすいので飽和脂肪酸をとり過ぎないようにする。→バター・ラード、肉など脂身の多いもの

・魚は毎日、青魚を積極的にとる。

・大豆製品は1日2回程度。

・一価不飽和脂肪酸（オレイン酸）をとる。→オリーブ油、なたね油、アボガドなど

・油抜きにしない→腹持ちが悪くなる
→続かない。

4．食物繊維を多く含む食品（野菜、海藻、きのこなど）をとる

・水溶性の食物繊維には食後血糖の急激な上昇を防ぎ、コレステロールの排泄を促す等の働きがあるので十分とる。

・野菜などはカサがあるので食べすぎを防ぎ、総合的に食後血糖値の上昇を防ぐ

・野菜料理を先にたっぷり食べてから、ご飯やパンを食べたほうが、食後血糖の上昇は緩やかになる。

5．朝食、昼食、夕食を規則正しく

6．ゆっくりよくかんで食べる

管理栄養士　定　恵利

ご存知ですか？「咳エチケット」

インフルエンザなどの呼吸器感染症をひろげないために、厚生労働省が提唱している感染予防策のひとつです。呼吸器症状がある方はマスクを着用しましょう。

札幌北楡病院も咳エチケットに取り組んでいます

1. 咳やくしゃみがでたら、他の人にうつさないようにマスクを着用しましょう。
2. 咳やくしゃみをするときは、ティッシュで口と鼻を覆い、使用したティッシュは直ちにゴミ箱に捨てましょう。ティッシュがないときは袖口で口や鼻を覆いましょう。
3. 咳やくしゃみをおさえた手、鼻をかんだ手は直ちに洗いましょう。
4. 待合室などでは、呼吸器症状のある人から空間的距離（1m以上）を空けましょう。

マスクは東棟１階・西棟３階・連絡通路に設置してある自動販売機と
西棟１階売店で販売しております。

8月17日小児科病棟で夏祭りが開かれました。

○ 糖尿病教室のお知らせ ○

糖尿病の患者さん、ご家族、あるいは糖尿病に関心のある方を対象に開催いたします。申込は必要なく、参加料も無料ですので、皆さまお気軽にご参加ください。

糖尿病は、生涯自己管理が必要な病気です。糖尿病があっても健康な生活を過ごせるよう、自己管理の方法を身につけましょう。

■時間：午後２時から３時30分

■場所：西棟　５階　講堂　　〈申込不要・参加無料〉

	1講義目(45分)	2講義目(45分)
H25年3月5日 火曜日	「糖尿病の合併症」 腎臓内科医師:伊藤 洋輔	「糖尿病の検査の話」 臨床検査技師:三浦 玲子

※ 都合により日程・プログラムが変更となる場合がありますので、詳細は外来看護師にお尋ねください。

※ 参加は無料です。興味のある教室にご参加ください。途中の入退室も可能です。

外来診察担当一覧

（平成24年11月9日現在）

	月		火		水		木		金		土
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前
内科 血液内科	小笠原(正) 今井 太田 皆内 今野	小林(直) 今村 木山	今村 木山 平野 今井 江端	中田 嶋 小笠原(励) ※1今井	小林(直) 小笠原(正) 中田 小笠原(励)	今村 今井 佐賀	小林(直) 太田 中田 嶋	平野 江端	木山 平野 今井 佐賀	今村 皆内 荒	交代医師
消化器内科	工藤 馬場	川村 片桐	髙野 馬場	工藤	工藤 馬場	川村	佃 (9:30~11:00)	片桐 ※4工藤	川村 片桐	髙野 馬場	
糖尿病代謝内科					澤村		澤村		澤村		
腎臓内科	伊藤					伊藤	伊藤		伊藤		
循環器内科							儀間 ※5(隔週で午前／午後 どちらかの診療となります)		塚本		
外科	玉置 小野寺/土橋 (隔週交代)	目黒	米川 古井/飯田 (隔週交代)	久木田	目黒 服部	堀江	堀江 土橋	小野寺	久木田 後藤 ※6フットケア外来	玉置	交代医師
腎臓移植外科 泌尿器科	三浦(9:30～) (※2)						三浦(9:30～) (※2)				
整形外科	東 髙橋		東		髙橋		東		髙橋		
小児 思春期科	安田 小林(邦)		小林(良) 小林(邦)	小林(邦) 佐野/岸本 (隔週交代)	安田 小林(邦)	小林(邦) 鈴木	※3 小林(良) (血液外来)		安田	安田 ※3小林 (良)	交代医師
スリープ外来			中尾				中尾				
ペインクリニック (完全予約制)					沼澤						
禁煙外来 (完全予約制)		三浦						伊藤			
歯科 (完全予約制)	加藤		加藤		加藤		加藤		加藤		加藤
免疫細胞療法 (完全予約制)		小笠原(正)		小笠原(正)		小笠原(正) 太田		小笠原(正)		小笠原(正)	

◎免疫細胞療法専用予約電話：0120-75-5706
免疫細胞療法は保険外診療のため、保険診療との併用はできません。ご希望される方は、まずはお問い合わせください。

※1　内科：火曜日午後の今井医師は15:00～16:00セカンドオピニオン外来完全予約制です。
※2　腎臓移植外科、泌尿器科は原則として予約診療になります。
※3　小児思春期科：木曜日は血液外来・金曜日の午後は長期フォローアップ外来、セカンドオピニオン外来のため完全予約制です。
※4　消化器内科：木曜日午後の工藤医師は15:00～16:00　ピロリ菌専用外来（予約制）です。
※5　循環器内科は診療時間が午前と午後隔週で入れ替わります。来院前にお問い合わせください。
※6　外科：金曜日午前堀江医師は9:30～11:30フットケア外来完全予約制です。
◇　医師の都合により変更となる場合がございますので予めご了承ください。

〈外来予約　電話受付〉平日のみ　　午前　9時00分～12時00分
午後　13時30分～16時00分

予約専用電話　TEL 011-865-0201
注：歯科の予約は 011-865-0111（病院代表電話です）

- 予約の際に受診科、氏名、生年月日をお知らせください。
- 日曜日、祝日は診療をしていません。
- 土曜日は予約診療を行っていません。
- 予約がなくても診察を受けることができます。
- 診療の際に、前後の患者さんの状態で、多少時刻が変わることがあります。

休憩室

父は小さな鉄工所で、母はスーパーの惣菜コーナーでパートをしていた。父は背が低く痩せ、母は父よりもっと低いけど太っていて、二人共自慢の親ではなかった。

中学のころ日曜日でも仕事に出かけた父に弁当を届けにいった。父が働く工場に近づくとずっと離れていても大きな音が聞こえてくる。

工場の奥で父は若い人と話をしていた。音に負けないためなのか大きな声で話していたが、父が若い人にしかられているような感じがした。なぜそうしたのか解らないが、弁当を渡さずそのまま帰ってきてしまった。親父が若い人に叱られていた。情けなく頼りない親父。勝手にそう思った。

そのころから悪い友達と付き合うようになった。高校はなんとなく行ったがいつもつまらなかった。だんだん学校でも街を歩いていてもみんなが私を避けるようになった。心の中で「どうせ俺なんか…」とつぶやいていた。

ある日、急に降ってきた雨に濡れながら停留所に立っていると後ろから「青年！」声をかけられた。振り返ると、「どうぞ」と初老の紳士が傘をさしだしてきた。「いいよ、俺の勝手だろ。それに返せないぞ」と言ったが「青年！風邪ひくぞ。からだを大事にしなさい。傘は、ずっと先で良いから、もし雨に濡れている人に出会ったらその人に返せば良い」笑いながらそう言うと濡れながら行ってしまった。

後ろ姿が大きく見えた。こんな私を一人の人間として気遣ってくれた。すごく嬉しかった。

少し経って、その人が街中にある老舗の料理屋に入っていくのを見た。からだの奥から「この人の下で働きたい」と思った。

この人はこの料理屋の一番上の板前（花板）でみんなから「親方」と慕われていた。

厳しかった。昔ながらの修行みたいなことで厳しいのではない。料理人は調理師の学校を出ていて基礎ができていたし、それに言葉遣いや仕事に対する姿勢も真面目で明らかに教養というものが身についていた。

料理の技術はもちろんのことお客様の話に受け答えできる知識や会話力。自分に足りないものがどんどん見え、それを身につけなければという焦りにも似た感覚が厳しかった。

毎日のように自分の至らないところに気がつかされた。でも厳しくても、とても充実していた。

はじめは「追い回し」という雑用係りから始まる。私の進歩は遅かった。それでも「洗い方」「焼き方控え」「焼き方」「煮方」「椀方」「脇板」となり10年以上かかってやっと「立て板」としてお客さんの目の前に出られるようになった。

そんな時、親方が病気になり入院した。いてもたってもいられなかった。考えた末に「きっと病院では美味しいものを食べられないだろう」と思い、重箱に料理を詰め、お見舞いに行くことにした。

病院は昼ごはん時で、ちょうど親方の部屋にお膳が運ばれているところだった。「親方お身体どうですか。間に合って良かったです。親方には傘を借りてからまだなにもお返し出来てなくて」そう言ってお弁当を渡した。私をみてニコニコしていたのに弁当の包を見ると顔が曇った。「私のために？ありがとう」表情の変化に「はい」という返事が詰まった。「上手に作っていますね。美味しそうですよ」重箱を一段ずつ見てくれているが箸をつけない。「でもこれはいただけませんね」重箱を包み直して私に返し、病院のお膳をテーブルに起き直した。「この食事は私の身体のためにここの栄養士や調理師の方々が心を込めて作ってくれました。料理人はただ美味しく作ればいいのではありません。今はこの食事が私には一番のご馳走です。」といって食事に向かってお辞儀をした。

急ににこやかな親方の顔に戻った。「青年！ご両親から何本の傘を借りたんだい？まだ一本も返していないんだろ。今すぐこれをご両親に持って行ってあげなさい」そう言って重箱の包を私に押し戻した。

工場の外に父がいた。溶接の火花が飛び散っている。溶接マスクからはみ出した髪が白い。こちらに気がついた父がマスクを取り、驚いた顔をしてから泣いたような顔で笑った。

「父さん、遅れてごめん。お弁当持ってきた」お昼ごはんに遅れて、って言ったつもりだったのに今まで言えなかった言葉が出てきた気がした。

「敏克」

お答えします

Q 年末年始の診療日程を教えてください。

A 外来診療は12月29日～1月3日の間、休診です。

年末は12月28日の午前中まで診療しています。28日は金曜日ですが午後は休診となります。新年は1月4日から通常どおりに行います。

Q デイルームに新聞や雑誌などを置いて欲しいです。

A 多くはありませんが、早速東棟3階のデイルームに本を置きました。なお、西棟1階食堂の横には北楡文庫があり様々な本を置いていますのでどうぞそちらもご利用ください。

Q 西棟と東棟の渡り廊下に椅子があればと思います。

A ご意見を承り、早速可動式のベンチを設置いたしました。

こうして欲しい！どうしてなの？ご意見お寄せ下さい。
ご意見は必ず院長や部署責任者が目をとおします。
また検討の上改善させていただきます。

【ご意見箱設置場所】

東棟：外来外待合室、公衆電話コーナー、1病棟デイルーム、2、3病棟ナースステーション

西棟：AOC前、5病棟デイルーム、6、7病棟ナースステーション

●当院では診療録の開示、提供を行っています。ご希望の方は開示の方法など職員にお尋ねください。

編集後記

病院の西棟から手稲や藻岩の山々が見渡せます。春、茶色から淡い黄緑い色になり所々に桃色が見えました。そのうち深い緑色に覆われ、その緑がくすんできたら赤や黄色のモザイク模様、そして灰色かなと思うとまもなく真っ白になりました。一年が本当に早く感じます。広報誌エルムはおおむね季節ごとに発行しています。ご意見感想お待ちしています。　H&M

社会医療法人北楡会　**札幌北楡病院**

診療科目：外科・腎臓移植外科・内科・血液内科
消化器内科・腎臓内科・糖尿病代謝内科
循環器内科・泌尿器科・小児思春期科
整形外科・麻酔科・放射線科・歯科

住　　所：札幌市白石区東札幌６条６丁目５番１号
TEL：011(865)0111・FAX：011(865)9634

交　　通：地下鉄白石駅５番出口から環状通り
北の方へ徒歩５分左手

ホームページ：http://www.hokuyu-aoth.org