

# 広報 おきたま病院

第35号  
令和6年3月

各種  
指定等

救命救急センター  
第二種感染症指定医療機関  
エイズ治療拠点病院

地域がん診療連携拠点病院  
へき地医療拠点病院  
地域医療支援病院

災害拠点病院  
臨床研修指定病院  
日本医療機能評価機構認定病院



元日に発生し大きな被害をもたらした能登半島地震。当院は災害拠点病院として、災害派遣医療チーム (DMAT) 10名と日本赤十字社の救護班5名を被災地へ派遣し、被害の大きかった石川県珠洲市等で活動しました。写真は、派遣されたDMAT隊員・救護班員の皆さんと被災地の様子です。悪路、悪天候の中お疲れさまでした。

能登半島地震被災地へ派遣された病院スタッフと被災地の様子

## 目次

- p02 診療内容紹介「乳がんについて」
- p04 診療科紹介「脳神経外科について」
- p06 病院で本と出合おう!
- p07 栄養ミニ講座  
・「ベジ活」はじめましょう第二弾  
・レシピ紹介「簡単野菜レシピ3種」
- p08 職員採用情報

## 病院理念

### 心かよう信頼と安心の病院



#### 運営方針

- 1 患者本位の医療を展開いたします。
- 2 高度・救急医療を提供いたします。
- 3 健全経営の確保に努めます。
- 4 人材を育成いたします。
- 5 地域連携の推進に努めます。
- 6 快適な療養環境を提供いたします。



# 乳がんについて

乳腺専門医 東 敬之

「乳がん」は日本人女性の9人に1人が罹患することを知っていますか？女性が生涯にかかる悪性腫瘍の中で最も頻度が高く、他のがんと異なり30～60歳の働き盛り・子育て世代の方に多く発症します。がんは早期発見できれば根治できる可能性が高いことから、どうやったら早期発見できるのか、また当院での乳がん診療体制についてもご紹介させていただきます。

## 01 早期発見するためにはどうしたらいいか

乳がんの早期発見するための方法は、大きく分けて自己検診と乳がん検診があります。それぞれの特徴を理解することで早期に発見しましょう。

### (1) 自己検診

「しこり」が1cmくらいになると自分でもみつけれることがあります。小石やビー玉のような塊を形成する乳がんがないか探してみてください。

#### 《オススの自己検診方法》

ボディソープ（石鹸）で体を洗う際、指の腹を滑らせるように乳房をなでて、指にひっかかるような硬い異物がないか確認しましょう。

- ①指でつまむと正常な乳腺組織をしこりと勘違いしてしまうので注意!
- ②閉経前の方は月経開始後5日目頃の乳房が柔らかくなるタイミングに、閉経後の方は毎月1回日にちを決めて定期的に
- ③時間をかけてゆっくり行いましょう



### (2) マンモグラフィ（MMG）検診

触知できないがんは、画像検査で見つけることになります。日本で国が唯一推奨している乳がん検診はMMG検診です。

#### 《現在日本で推奨されているMMG検診》

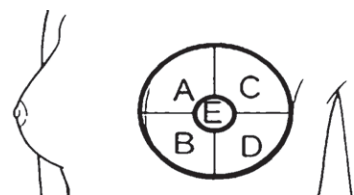
- 対応：原則40～69歳の方
- 頻度：2年に1回行うことを推奨しています。

### MMG検診のハテナ

『なんでMMG検診を受けていたのに見つからなかったのですか?』と質問を受けることがあります。これには、大きく3つの理由があります。

#### ①がんが撮影範囲外に発生している

通常のMMG撮影では、A領域やD領域の外縁、それ以外でも乳房の辺縁に発生する病変は、撮影範囲外になることがあります。このような撮影範囲外の部位は自己検診でカバーしましょう。



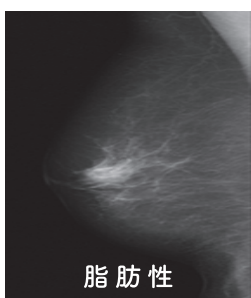
#### ②短期間で増大するタイプのがん

3～6ヶ月であつという間に増大するタイプの乳がんがあります。(triple negative乳がん、HER2陽性乳がん)

#### ③がんを見つけにくい高濃度乳房

高濃度乳房の方は乳腺組織が重なった画像になり、がんが埋もれて見つけられないことがあります。次ページでも詳しく説明します。

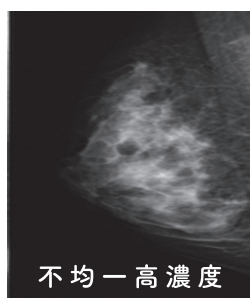
《乳房構成の種類》 いずれにおいても乳頭の周囲は乳腺組織が多く、乳腺組織内のがんが埋もれて通常のMMGでは見つけにくいことが多いです。自己検診時は乳頭の周辺もよく探してみてください。



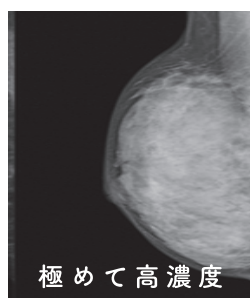
脂肪性



乳腺散在



不均一高濃度



極めて高濃度



### (3)高濃度乳房に対するDBT検査

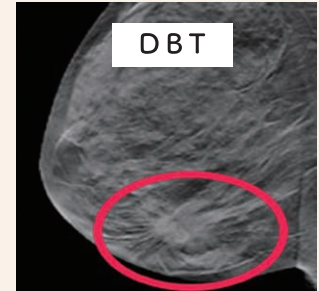
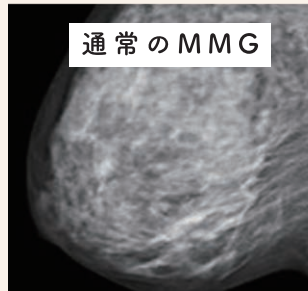
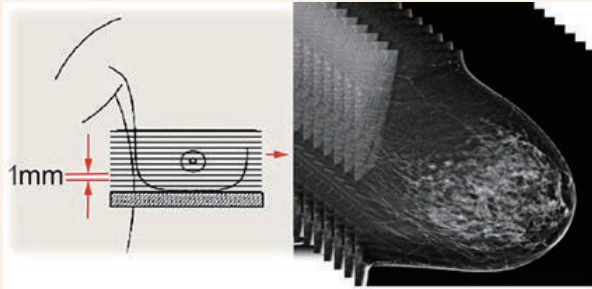
アメリカのNancy M.Cappelloさんが、MMG検診で異常なしとされた6週間後に2.5cmの乳がんが見つかったことを多くのメディア等に発信し、高濃度乳房が広く認識されるようになりました。

(“Are you dense”アメリカでは高濃度乳房であることを個人に伝えることが州法で規定)

若年層に多く、日本人では全年齢で約40%の方が該当します。高濃度乳房の方は通常のMMGのみではがんを発見しづらいため、これをカバーするため当院で行っているDBT検査をご紹介します。

#### DBT (Digital Breast Tomosynthesis: デジタルブレストトモシンセシス)

MMGで挟み込んだ乳房を断層撮影(1mm間隔)することで、乳腺組織の重なりが少ない画像が得られます。



#### DBTで見つかった病変↑

アメリカではDBTによる任意型の検診(個人の死亡率を下げるのが目的)が広く行われているのが現状です。集団に対してDBT検診を導入した場合に死亡率低下が得られるかどうかについては、複数の大規模臨床試験が進行中です。

## 02 当院の乳腺診療体制について

実際に乳がんと診断された場合、当院では様々な分野・職種のスタッフが一丸となって診療にあたります。当院の診療の特徴をご紹介します。



#### ①乳房再建

手術で失ったり、形が変わった乳房を自然な形にする治療です。当院は学会から認定を受けた施設であり、形成外科・乳腺外科の専門医が治療にあたります。他院で手術を受けた方、部分切除後の形状補正をしたい方、話だけでも聞いてみたい方など、気軽にお声がけください。

#### ②乳がん認定看護師

2名の女性「乳がん認定看護師」がいます。乳がんに関する専門的知識を有する看護師で、医師の話をわかりやすく説明したり、副作用への対応や生活背景を踏まえた治療方針の相談など、医師には直接話しにくいことも気軽にご相談いただけます。

#### ③MMG撮影は女性スタッフが対応

MMGやDBTの撮影、マンモトーム生検(MMG下に針を刺して組織を採取する検査)は、必ず女性の放射線技師が対応します。

#### ④がん相談支援センター

当院は「地域がん診療拠点病院」として、様々な相談に専門スタッフが対応します。病気による仕事や生活の不安等、治療のことに限らず何でもご相談ください。



しこりを自覚して受診される方の多くは良性なのですが、逆に乳がんがかなり進んだ状態で受診される方もいらっしゃいます。幸せの形は人それぞれ異なりますので、治療の押し付け等はいりません。

まずは話だけでも、一人で悩まず安心して気軽に受診して下さい。



※通常予約では受診日が遅くなる場合がありますので、明らかに症状がある方、急ぎたい場合などは、予約時にその旨をお伝え頂ければできるだけ迅速に対応致します。

# 脳神経外科について

脳神経外科科長 土谷 大輔

## 01 当院の脳神経外科の特色

### (1) 急性期脳疾患への対応

脳神経外科では、主に脳卒中、頭部外傷などの脳疾患を治療しています。当院では特に、**急性期脳卒中**の診療に重点を置いています。「急性期」とは、発症直後で病状が安定しない時期で、脳へのダメージを最小限にするためには、早急に専門的な処置等が必要です。

当院は救命救急センターを併設し、24時間365日脳卒中患者さんの受入れ・治療体制が整っており、「**日本脳卒中学会認定一次脳卒中センター**」に認定されています。



### (2) 高齢者にも対応できる低侵襲\*な治療 ※身体への負担が少ないこと

脳の治療というと開頭手術を想像する方もいらっしゃると思いますが、当科では低侵襲な**カテーテルでの血管内治療**や**神経内視鏡**による手術を主にしています。負担が少ない利点から、高齢の方にも根治的な治療を提供することが可能です。

### (3) 専門技術を持つスタッフとチーム医療

当科には現在、**脳血管内治療の専門医が1名、神経内視鏡の認定医が2名**います。また、血管内治療については2016年から東北大学先進血管内治療講座 松本康史 教授に来院して頂き開始しましたが、2019年からは**東北大学の脳卒中センターで3年間研修した専門医**が担当しています。この他、患者さんの状態に合わせて神経内科、総合診療科、救命救急部およびリハビリテーション部等と連携し、総合的な治療を提供しています。

## 02 様々な疾患の治療法

### (1) 脳動脈瘤・くも膜下出血

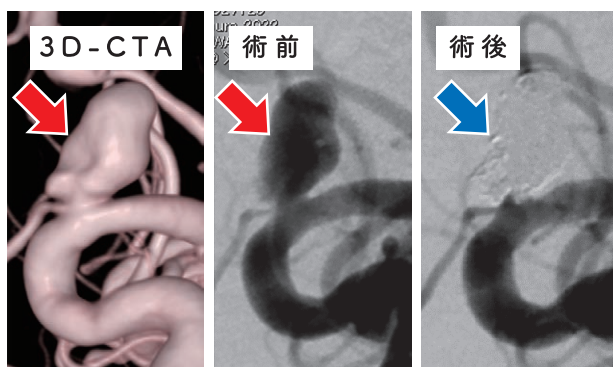
脳動脈瘤が破裂すると、くも膜下出血となります。この治療として以前は開頭手術を行っていましたが、2019年以降はカテーテルによる**脳動脈瘤コイル塞栓術**を第一としています。

コイル塞栓術は、足の血管からカテーテルを挿入し、脳動脈瘤の中にコイルと呼ばれる細い金属の糸を隙間なく詰めて塞ぎ、出血を止める治療法です。(図1, 2)

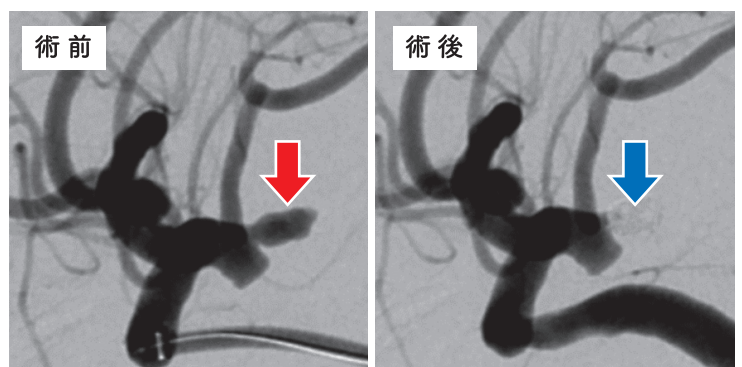
コイル塞栓術の最も良い点は、**患者さんへの身体的負担が少ないことです**。過去5年間の患者さんで最高年齢は91歳で、退院後は外来まで歩いて来ることができるようになりました。

当科ではこれまで100件以上のコイル塞栓術を行っており、全例で破裂した動脈瘤内のコイル留置に成功しています。**治療件数は山形県内でも例年1~2位**になっています。

(図1) コイル塞栓術前後①



(図2) コイル塞栓術前後②

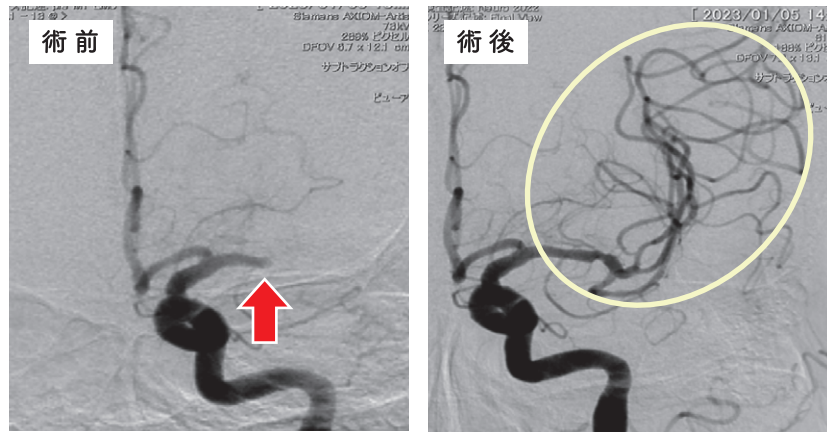


## (2)脳梗塞

脳梗塞に対しては、発症早期の場合、**静注血栓溶解（rtPA）療法**を行うことができます。これは血栓を溶かす効果のある薬剤を注射・点滴する治療法です。当院でのrtPA件数は県内で例年2～3位です。

また、脳内の太い動脈が閉塞している場合は、**カテーテルによる機械的血栓回収療法**を行うこともできます。過去5年間での再開通率は90%を超え、昨年は95歳の患者さんの治療にも成功しています。(図3)

(図3) 血栓回収療法の前後 (95歳患者の例)



血管が詰まり、途中から見えなくなっている

血流が回復し、血管が見えるようになる

## (3)その他の疾患

### ① 頸動脈狭窄症

最近、頸動脈狭窄症の方が増加しています。頸動脈は脳へ血液を送る主要な血管で、これが狭くなることで脳血流の低下や脳梗塞の要因になることもあります。

当科では血管内治療により**頸動脈ステント留置術**を行っています。ステントと呼ばれる金属製の網目状の筒を血管内に留置することで血管を拡げ、脳梗塞発症を予防することができます。患者さんは特に男性が多く、当科でも年間30例前後の治療件数があります。

当院では最新型の2重メッシュ型を使用しており、過去2年間の使用実績は**東日本で10位以内**に入っています。



### ② 脳内出血

脳内出血に対しては、**神経内視鏡による脳内血腫除去術**を行っています。

神経内視鏡手術の利点も低侵襲性です。500円玉程度の骨窓から内視鏡を挿入することで血腫をほぼ除去できるため、高齢者にも負担が少ない治療法です。

### ③ 認知症

治療可能な認知症の一つとして特発性正常圧水頭症があります。脳室に髄液が過剰に溜まることで脳が圧迫され、認知症の症状が現れます。

当科では腰椎穿刺により髄液を抜くタップテストを行い、治療効果を判定します。その後、最新のMRI対応のシャントバルブを用いた**脳室腹腔シャント手術**を行います。これは、脳と腹腔を専用の細い管でつなぎ、過剰な髄液を排出する治療法です。

## 03 おわりに

脳は機能回復が難しいため、脳卒中、頭部外傷などによる脳へのダメージは深刻な後遺症を残します。

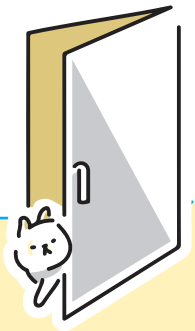
脳神経外科では今後の人口減少、高齢化に対応し、超急性期からより低侵襲で根治的な治療を提供できるよう、コメディカル、他科との連携を密にしながら治療を行っていきたいと考えています。



脳神経外科医師、神経内科医師と病院長

一丸となって頑張ります！

# 病院で本と出会おう!



いろんなところに、あるよ

## 1階 エスカレーター 横



### がん相談支援センター



がん・その他の病気に関する本、患者さん向けのガイドライ、病気ごとのレシピなど。

2冊まで1ヶ月間貸し出しできます。相談窓口で手続きを!

## ダリア文庫

小説、エッセイ、ノンフィクション、マンガ、絵本、児童書など。すべて職員の寄贈です。

院内であれば手続きなしで持ち出すことができます。待ち時間に!

## 1階 ドトール 横



## 2階 外来受付3手前



### 小児科外来 待合室



絵本、児童書、ぐりとぐら、おしりたんてい、恐竜や車の図鑑など。

キッズコーナーや待合室でご利用ください。



# 今こそ「ベジ活※」はじめましょう 第2弾



※「野菜を積極的に食べる活動」のこと

第一弾に引き続き、今回は野菜がもつ健康パワーと、簡単に作れる野菜レシピを3つご紹介します。

## 野菜ってこんなにすごいのです

### 食べ過ぎ・肥満に

満腹感を得られやすく  
糖尿病予防・ダイエットの  
強い味方！

### 加齢やストレス がん予防も

野菜のカロテン、ビタミン  
C・Eは抗酸化作用が強く  
活性酸素を除去します。  
また、リコピン、ルテイン  
など野菜の色素が抗酸化作用  
の強い物質として注目されて  
います。

### 腸内環境に

食物繊維が腸内の善玉菌  
を増やし、腸内環境を  
整えます。また、便秘を  
防ぎます。

### 血中脂質・血糖値に

水溶性食物繊維は  
血糖値上昇抑制、  
コレステロール値や  
中性脂肪値を低下させる  
働きがあります。

### 高血圧に

野菜に豊富なカリウムは  
余分なナトリウムを体外に  
排出し、血圧上昇を抑制  
する効果があります。

参考：「Healthy Diary 2023」  
公益社団法人 日本栄養士会

こんなにすごいパワーを持つ野菜…なのに、**山形県民は1日に約100gも不足している**のです。  
今からでも遅くありません！今回は比較的**どのご家庭にもある食材**で簡単に作れる  
レシピを3品紹介します。**いつものメニューにプラス1品**で野菜を摂りましょう！

### たっぷりブロッコリーの サンラータン風スープ



- ブロッコリー……………70g
- きのこと(お好きなもの)…20g
- 卵……………1/2個
- 酢……………大さじ1
- 鶏ガラスープの素…小さじ1
- ラー油…10滴(好みで調整)
- 水……………250ml

#### 【作り方】

- ① 分量の水できのこを煮る
- ② 酢、鶏ガラスープの素、ラー油を入れて味を調える
- ③ ブロッコリーを電子レンジで加熱する(600w4分)
- ④ 卵と加熱したブロッコリーを②に入れて完成

### 3分でできる 小松菜とチーズの温サラダ



- 小松菜……………100g(2株)
- オリーブ油(又はごま油)  
……………大さじ1/2
- 粉チーズ……………大さじ1
- おろしにんにく…お好みで
- 塩……………ひとつまみ

#### 【作り方】

- ① 小松菜を4cmに切って、電子レンジで加熱する(600w2分)
- ② 水気を切り、オリーブ油(又はごま油)を加えてよく和える
- ③ 粉チーズ、おろしにんにく、塩で味を調べて完成

### ビタミンカラーで彩りアップ キャロットラペ



- にんじん……………100g(1/2本)
- 塩……………ひとつまみ
- オリーブ油……………大さじ1/2
- レモン汁(又は酢)  
……………大さじ1/2
- 砂糖……………ひとつまみ
- 粗びき胡椒……………少々

#### 【作り方】

- ① にんじんを千切りにする(カット野菜でもOK)
- ② 分量の塩で①を軽くもむ
- ③ オリーブ油、レモン汁(又は酢)を加え、砂糖、粗びき胡椒で味を調べて完成

第3弾は不足しがちな野菜の摂取量を増やすコツについて紹介します

# 職員採用情報

## 令和6年度 職員採用試験（正職員：随時募集）

募集職種	定員	受験資格	試験日	試験期日
薬剤師	若干名	昭和59年4月2日以降に生まれた方で、当該職種の免許を有する方	ご相談に応じます。	ご相談に応じます。 ※令和6年度中途採用
理学療法士 作業療法士	若干名			
言語聴覚士	若干名			
精神保健福祉士	若干名			

### 申込方法

当企業団又は近隣自治体で配布している試験案内やホームページをご確認ください。  
※令和7年度採用職員の試験案内は、R6.3月中に当企業団や近隣自治体での配布、病院ホームページへ公開する予定です。

採用情報ページ



## 会計年度任用職員

募集職種	応募資格、必要技能など	基本給
看護師	看護師免許を有する方	月額193,100円～220,900円
看護補助者 (夜勤専従)	特になし 勤務時間：18:00～翌日9:00（うち休憩1時間）、 週2～3回程度勤務	時給1,057円～1,189円 勤務1回につき、手当4,508円～4,739円を別途支給
看護補助者	特になし 勤務時間：7:00～20:15のうち4時間～7時間	月額147,900円～166,400円
看護補助者 (準夜勤)	特になし 勤務時間：16:30～00:00（うち休憩1時間） 週5回程度勤務	月額137,300円～154,500円 勤務1回につき、手当1,588円～1,654円を別途支給
臨床検査技師	臨床検査技師の免許を有する方	月額177,200円～196,800円
理学療法士	理学療法士の免許を有する方	月額177,200円～196,800円
歯科技工士	歯科技工士の資格を有する方	月額167,100円～190,400円
薬剤助手	Word、Excelなど簡単なパソコン操作ができる方	月額147,900円～156,100円
医療クラーク		月額147,900円～166,400円
システムオペレータ	Word、Excelなどパソコン操作ができる方	月額147,900円～200,600円

### 会計年度任用職員とは？

1年度毎に雇用契約を結ぶ非常勤の地方公務員です。（人事評価により契約更新する可能性あり）  
勤務時間は週20～35時間など、個人の状況に応じて相談可能です。

※基本給は勤務時間や経験年数によって決定します。  
この他、期末手当等の各種手当が支給されます。

※その他詳しい募集内容は職種毎に異なります。  
病院ホームページ又はハローワークにてご確認ください。

会計年度任用職員  
採用情報ページ



☎置賜広域病院企業団総務課職員係 ☎0238-46-5000

発行 置賜広域病院企業団／公立置賜総合病院  
編集 広報委員会（事務局：経営企画課 企画担当）☎0238-46-5000

ホームページアドレス  
<http://www.okitama-hp.or.jp/>