



栄養科科长 樋口 則子



消化器内科部長 尾石 義謙



診療部長 外科統括部長 植木 隆



副院長 腫瘍内科部長 三ツ木 健二

特集 大腸がん

C O N T E N T S

■ 大腸がんについて	2
■ 登録医から一言	7
■ 外来診療担当医一覧	8

理 念

『病める人の身になって、
心のこもった最良の医療を目指します』

基本方針

1. 福岡市の基幹病院として急性期医療を担います。
2. 地域医療支援病院として、地域の医療機関との連携や役割分担による地域完結型医療を目指します。
3. 安全で質の高い医療を追求し、患者さんに満足していただける病院を目指します。
4. 患者さんの尊厳と権利を尊重します。
5. 新しい時代の医療を先取りし、常に研鑽努力します。

Hamanomachi Hospital

〒810-8539 福岡市中央区長浜3丁目3-1 TEL 092・721・0831 FAX 092・714・3262

<http://www.hamanomachi.jp>

大腸がんについて



日本人に一番多いがんです

昨今、日本人の2人に1人が一度はがんになる中で、大腸がんは最もかかりやすいがんになっています。大腸がんは、ある程度は予防可能で、治療すれば比較的治りやすいがんの一つです。今回は、日本人が最もかかりやすいがん、大腸がんのお話をとりあげました。

がんと診断された数、2018年予測



【国立がん研究センターがん情報サービスより】

大腸がんにならないために

答える人
栄養科 樋口さん

大腸がんのリスクと生活習慣

男性のがんの50%以上と、女性のがんの約30%が、生活習慣や感染など予防できる原因でがんになったと考えられています。

【国立がん研究センターがん情報サービスより】
【Inoue, M. et al.: Ann Oncol, 2012; 23(5): 1362-9より】

リスクを下げる
野菜・果物、食物繊維、カルシウム、
ビタミンDの摂取と適切な身体活動

リスクを上げる
肥満、タバコ、過度な飲酒、カロリー・
加工肉・赤肉の過剰摂取

『大腸がんのリスクを下げる食品』

1. 野菜、果物
2. 食物繊維を多く含む食べ物
→ 大麦、納豆、ゴボウ、里芋、昆布やワカメ
3. カルシウムを多く含む食べ物
→ 牛乳、ヨーグルト、小松菜、しらす干しなど
4. ビタミンDを多く含む食べ物
→ 鮭やサンマ、ブリなどの魚介類と干し椎茸



*大腸がん予防の食事のポイント

- ①適正な体重を維持するエネルギー量にしましょう。
 - ・身長150cmで1日1,500Kcal(標準体重50kg)
 - ・身長170cmで1日1,900Kcal(標準体重64kg)
- ②加工肉(ハム・ソーセージ)や赤肉(牛・豚など)を取りすぎないようにしましょう。
活性酸素による酸化ストレスが高まって発がんに関与します。
- ③野菜や果物を適量とりましょう。
野菜は1日350g以上(サラダやお浸しを両手1杯毎食)、果物は100g以上(バナナ1本またはリンゴ1/2個)が目安です。
- ④食物繊維をとりましょう。
水溶性食物繊維は腸内の善玉菌を増やし、不溶性食物繊維は腸の運動を促す働きがあります。麦ごはん、根菜類・緑黄色野菜・海藻・キノコ類などで、1日20g以上が目安です。
- ⑤カルシウムとビタミンDをとりましょう。
カルシウムは発癌を予防し、ビタミンDとともに腸粘膜の正常化作用があります。
牛乳1杯、鮭一切が目安です。



*がん予防の身体活動のポイント

日常生活を活動的に過ごしましょう
意識して、座っている時間を減らすことも効果的です
歩行またはそれと同等以上の強度の運動や身体活動を
1日60分(65歳以上は40分)行いましょう

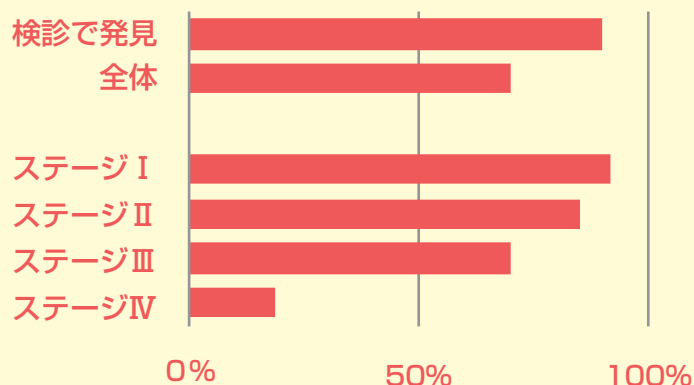


【健康づくりのための身体活動指針2013より】



大腸がんを早くみつけるために

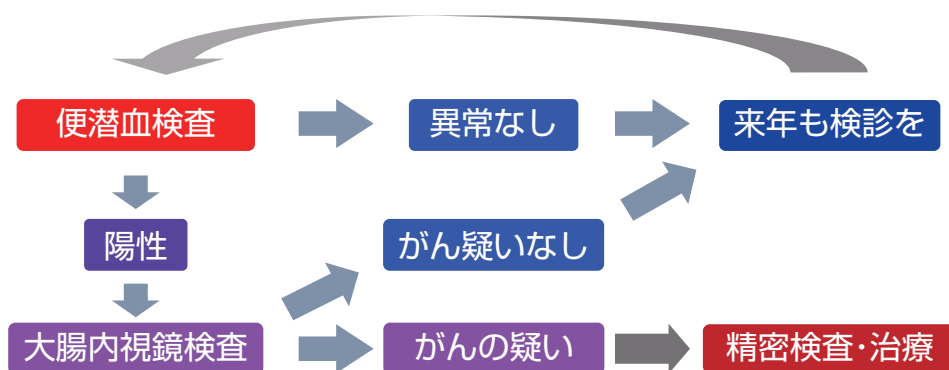
『大腸がんで5年後生きている割合』



40歳を過ぎたら、毎年検診・便潜血検査を受けましょう。大腸がんになる方は40代から、生涯増え続けます。大腸がんが治る確率(≒5年の生存率)は、検診で発見された大腸がんでは、約90%とされています。また、ステージの低い早期のがんでは、ステージの進んだがんより生存率が高く、がんを早期に見つけて治療することが大切です。

大腸がんについて

『毎年検診を受けましょう!!』



大腸がんの症状には、血便、便の変化、下痢と便秘の繰り返し、腹痛、貧血、などがあります。このような症状がある方は、すぐに消化器内科を受診してください。

『注意したい症状』



- 1、便に血が混じる、出血する
- 2、便が細くなる、切れ切れになる
- 3、排便後も便が残った感じがする
- 4、下痢と便秘を繰り返す

- 5、時々お腹が痛くなる
- 6、お腹にしこりを触れる
- 7、きつい、疲れ易い
- 8、貧血



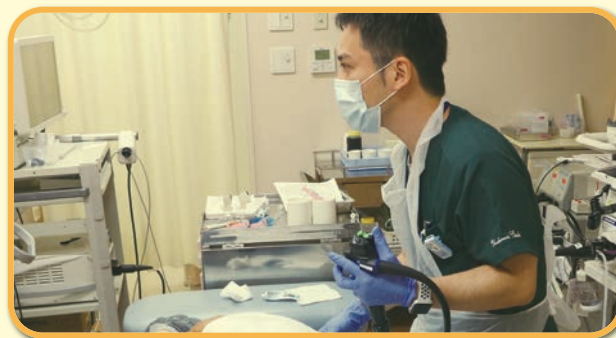
次からは、大腸がんの検査・治療について、専門医にお伺いします。

検査と内視鏡治療について

答える人
消化器内科 尾石さん

大腸がんの検査は、どんなものですか？

お尻からカメラを入れて大腸を観察する、大腸内視鏡検査です。がんを疑う病変があれば、一部を取って診断をつけます。



大腸内視鏡は苦しくないですか？

腸が引き伸ばされたり空気で膨らんだりした時に痛みを感じることがありますが、個人差があります。多くの方は普通に検査を受けられますが、鎮静剤を使って、眠っている間に検査を受けることもできます。

カメラでがんを取るだけで大丈夫ですか？

「カメラでがんを取る」ことを内視鏡治療と言います。粘膜までの浅いがんでは、リンパ節へがんが運ばれることはなく、内視鏡治療で治療が終わります。がんが大腸の壁の深くへ侵入していた場合には、外科的な手術が必要になります。

大きなポリープでもカメラで 切除できると聞きましたが？

内視鏡での治療は、今までの内視鏡的粘膜切除術(EMR)という手法では切除できる病変のサイズに制約がありました。最近では、電気メスを用いて粘膜の下層までを直接切除する、内視鏡的粘膜下層剥離術(ESD)という手法が開発され、2cm以上のサイズの大きなものでも切除可能となりました。

カメラでポリープを 取るときは何日入院ですか？

EMRの場合は、サイズの小さなものは1泊2日、サイズの大きなものは2泊3日で行なっています。ESDの場合は、6泊7日の入院が必要になります。



手術治療について

答える人
消化器外科 植木さん

腹腔鏡手術とは、どのようなものですか？

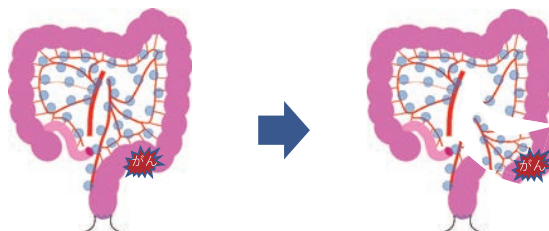
お腹を大きく開かずに行う手術です。お腹に5-10mm程度の穴をあけ、特殊なカメラと手術器具をお腹に入れて行います。細かい手術ができ、傷が小さく痛みも少なく、術後の回復も早いという利点があります。浜の町病院では、大腸がんの90%以上を腹腔鏡手術で行っています。



手術では、なぜリンパ節を取るのですか？

がんを確実に取り除くためです。がん細胞は、周りのリンパ節に運ばれることがあります。手術では大腸の壁やリンパ節に広がった可能性のあるがん細胞を取り除くために、大腸を20-30cmとリンパ節を切り取ります。

大腸がんの手術



大腸やリンパ節を取っても、大丈夫ですか？

大きな障害は生じません。口側の結腸はおもに水分吸収をしており、残った大腸が補えます。一方、肛門側の直腸は便を蓄え出す役割があるので、手術で取り除くと排便の回数が増え一度に便が出ないなど障害が残ることがあります。リンパ節は入ってきた細菌やがん細胞を監視し排除していますが、監視する大腸も一緒に切除しますので障害は残りません。

直腸がんでは、人工肛門になりますか？

がんの位置と進み具合で決まります。肛門を残すISRなどの手術は、早期のがんなら肛門近くでも可能ですが、深く進行したがんでは肛門からある程度の距離が必要です。浜の町病院では、患者さんの年齢や肛門の機能、肛門温存の希望などをお聞きし、術後の排便障害などを相談しながら術式を決めています。



大腸がんについて

手術のあと、仕事や生活に支障がでますか？

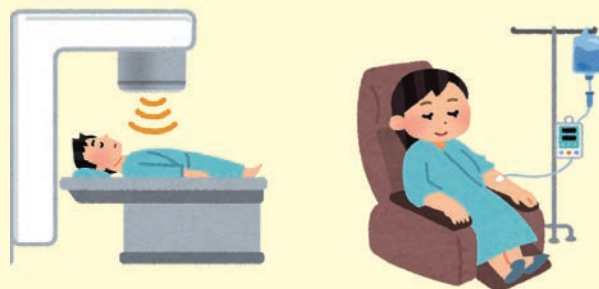
ほとんどの場合、社会復帰できます。体力や仕事内容によりますが、慣らすことが大切です。手術後1か月もすれば就労は可能です。手術直後は消化の悪いものや大量の繊維質などは避けた方が良いでしょうが、徐々に食事の量も増やし元通りの食生活で構いません。

手術以外の方法がありますか？

がんを取り切れる場合は、手術が最も効果的です。他の治療法には、抗がん(剤)治療や放射線治療がありますが、がんを完全に消滅させる効果は、切除に劣ります。一方、手術で取り切れない場合は、抗がん治療や放射線治療、手術を組み合わせがんの進行を止める治療を行います。

手術を受けたのに、どうして再発が起こるのですか？

がん細胞が潜んでいるためです。CTなど詳しい検査でも映らない小さながんが、肝臓や肺など切除しない場所に隠れていることがあり、それらが後から大きくなることが再発です。早期のステージⅠで4%、リンパ節に転移のあるステージⅢで30%の確率で再発が起こります。再発率の高いがんでは、手術後に再発予防の抗がん剤治療が勧められます。



抗がん治療と生活について

答える人
腫瘍内科 三ツ木さん



副作用？生活は？

抗がん剤治療の副作用はどのようなものですか？

副作用は使用する抗がん剤の種類によりさまざまです。主な副作用は、吐き気・嘔吐、白血球減少などの骨髄抑制、脱毛や手足のしびれなどです。しかし、薬によりあるいは患者さんそれぞれにより、その程度も大きく違います。

治療中は、仕事や家庭活動などに影響や制約がでますか？

通常の仕事や日常生活を営まれる方がほとんどです。寝込んでしまうような副作用があれば、我慢せず必ず医療スタッフに相談してください。薬を減量したり、治療の間隔を延ばしたり、一時休止したりすることができます。また、どんな症状がいつ頃現れて、どう対処するのかを聞いておくと、治療中のストレス軽減につながります。



皆でサポートします。
安心して、検査・治療を
受けてください。

地域連携だより

登録医から 一言

るり内科クリニック

〒813-0042福岡市東区前松原2丁目12-25

Tel 092-663-5201

HP



2018年12月に福岡市東区で開院しました「るり内科クリニック」の河合 智聡と申します。当院は舞松原にある地域医療に密着したクリニックで、女性院長が内科全般を担当いたします。院長である私は福岡大学病院の血液腫瘍内科でがん治療などに従事した後、内科医として夫婦石病院や大分記念病院などで、ご高齢の方々の医療も行ってきました。

皆さま誰しも家庭でも仕事でも役割があり、病前のような日常生活を願っておられます。お家で安心して生き生きとした生活を送れること、happyであることが大切です。病に勝つためには、病気の他に生活の質も尊重されることが重要であり、そのためには日常生活が基本です。浜の町病院の様に大きな病院で専門的治療を終えられた後、かかりつけ医も地域と多くの協力を得ながら体制を作っていきます。その一環として、当院は病気の有無に関わらず、お身体で気になること、日常生活の背景などを含め、介護などの生活で困っておられることも相談にのります。またご自身だけでなく、ご家族や知人に関してでも構いません。もちろん病状によっては、特殊な検査や治療が必要な場合などもあり、その際は御希望される大きな病院と連携もとっています。

当院の診療科目は内科です。風邪や体調不良などはもちろんのこと。高血圧や糖尿病などの生活習慣病の治療や予防・管理だけでなく、認知症を含めた診察も行っております。

当院は外来診療だけでなく在宅医療も行っておりますので、病院に行くのが大変な方もご相談下さい。場所はちょっと分かりづらいのですが、ハローデイ松崎店の裏出入口のすぐ横です。角田歯科医院の横通路を奥に入して下さい。

地域の方々も含め皆さまに周知していただき、気軽にお越しいただける診療所を目指して、精一杯努力して参りますので今後ともよろしくお願いいたします。



■ 救急患者紹介連絡先

月～金（8:30～17:15）
上記以外の時間及び土日祝

Tel 092-721-9913(連携課直通)／Fax 0120-721-991(連携課直通)
Tel 092-721-0831(病院代表)

(令和元年10月1日現在)

診 療 科	時間	専 門	月	火	水	木	金
内 科	午前	総 合 診 療	大 申 汀	原田由紀子	大 申 汀	隅 田 幸 佑	原田由紀子
		血 液	衛 藤 徹 也	吉 田 周 郎	衛 藤 徹 也	第1,3,5下川 第2,4林	栗 山 拓 郎
		循 環 器	本 田 勝 也	小 河 清 寛	白 井 真	船 越 祐 子	塩 見 哲 也
		消 化 器	尾 石 義 謙	瀬 尾 充	瀬 尾 充	岩 崎 一 秀	尾 石 義 謙
		腫 瘍	田 中 吏 佐	田 中 吏 佐	田 中 吏 佐	田 中 吏 佐	三ツ木健二
		肝 臓	柴 田 倫 子	高 橋 和 弘	具 嶋 敏 文	高 橋 和 弘	高 橋 和 弘
		呼 吸 器	前 山 隆 茂	前 山 隆 茂	前 山 隆 茂	前 山 隆 茂	前 山 隆 茂
			麻 生 達 磨		麻 生 達 磨	塩 田 彩 佳	
		糖尿病内分泌	渡 邊 洋 子	平 松 真 祐	平 松 真 祐	渡 邊 洋 子	平松・渡邊
		腎 臓	久 永 哲 也	吉 田 鉄 彦	出 口 孝 史	出 口 孝 史	吉 田 鉄 彦
		膠 原 病	—	前川真貴子	吉 澤 誠 司	前川真貴子	—
		感 染 症	隅 田 幸 佑	原田由紀子	原田由紀子	隅 田 幸 佑	原田由紀子
脳神経センター 脳外科（月・水・金）の午後、 神経内科の午後は 紹介患者と予約のみ	午前	脳外科	松角宏一郎	—	松角宏一郎	—	松角宏一郎
			奥 田 智 裕		奥 田 智 裕		奥 田 智 裕
			—		—		—
	午後	神 経 内 科	松 山 友 美	佐竹・松山	佐竹真理恵	佐竹・松山	佐竹(新患のみ)
			松角宏一郎		奥 田 智 裕		松角宏一郎
			奥 田 智 裕		—		奥 田 智 裕
外 科 ※木曜日の午後は Dr 大城戸への乳腺紹介のみ	午前	消化器・一般	山 元 啓 文	一 宮 仁	前 山 良	山 元 啓 文	植 木 隆
			黒 木 瑠 美	植 木 隆	河 野 博	前 山 良	田 村 公 二
			—	河 野 博	—	田 村 公 二	—
	午後	呼 吸 器	—	—	松本耕太郎	松本耕太郎	—
			乳 腺・甲状腺	大城戸・本庄	河 野 博	田 村 公 二	田 村 公 二
			乳 腺	—	—	大城戸政行 (紹介新患のみ)	—
産婦人科 新患は紹介のみ ※受付時間 月・水・金 8:30～11:00 火・木 8:30～10:30 産科初診のみ婦人科で受付	午前	産 科	詠 田 真 由	桑 原 正 裕	田 中 章 子	猿渡万里子	高 津 広 美
			上 岡 陽 亮	前 原 都	上 岡 陽 亮	大 石 博 子	上 岡 陽 亮
		婦 人 科	大 石 博 子	田 中 章 子	前 原 都	桑 原 正 裕	大 石 博 子
			桑 原 正 裕	高 津 広 美	桑 原 正 裕	—	前 原 都
			高 津 広 美	—	詠 田 真 由	—	田 中 章 子
			—	—	—	—	詠 田 真 由
整 形 外 科 新患は紹介のみ ※受付時間 月・水・金 8:30～10:30 火・木 8:30～11:00	午前	整 形 外 科	紹介新患のみ (当番医)	馬 渡 太 郎	紹介新患のみ (当番医)	松 井 元	馬 渡 太 郎
				松 井 元		井 口 貴 裕	井 口 貴 裕
				牛 尾 哲 郎		光 安 浩 章	光 安 浩 章
				中 山 恵 介		牛 尾 哲 郎	中 山 恵 介
				綾 部 裕 介		亀 山 み どり	—
				—		—	—
形 成 外 科	午前	形 成 外 科	松 本 大 輔	—	松 本 大 輔	—	当番医
			舟 橋 ひ と み		舟 橋 ひ と み		
			久 永 佳 奈		久 永 佳 奈		
泌 尿 器 科	午前	泌 尿 器 科	山 崎 武 成	待 鳥 亜 沙 子	山 崎 武 成	山 崎 武 成	待 鳥 亜 沙 子
			平 井 良 樹	—	待 鳥 亜 沙 子	—	平 井 良 樹
小 児 科 午後は予約のみ 内分泌 第3木曜日／ 循環器 第4木曜日のみ（予約）	午前	小 児 科	西 間 大 祐	森 さ よ	西 間 大 祐	武 本 環 美	森 さ よ
	午後	小 児 科	森 さ よ	—	武 本 (小児神経)	1ヶ月健診	西 間 大 祐
			予防接種	—	内分泌(第3)	循環器(第4)	健診・予防接種
耳 鼻 咽 喉 科	午前	耳 鼻 科	岡 正 倫	玉 江 昭 裕	—	玉 江 昭 裕	玉 江 昭 裕 (第1 第3 休診)
			岡 部 翠	岡 正 倫		岡 正 倫	岡 部 翠
			中 島 紘 一 郎	安 井 徹 郎		岡 部 翠	安 井 徹 郎
			—	中 島 紘 一 郎		安 井 徹 郎	—
眼 科	午前	眼 科	疋 田 伸 一	—	疋 田 伸 一	(当番医)	疋 田 伸 一
			応 援 医		平 島 昂 太		平 島 昂 太
皮 膚 科 (新患は紹介のみ)	午前	皮 膚 科	竹 内 聡	小 田 真 理	竹 内 聡	竹 内 聡	竹 内 聡
			小 田 真 理	—	小 田 真 理	—	小 田 真 理
放 射 線 科	午前	放 射 線 科	角 南 俊 也	角 南 俊 也	角 南 俊 也	角 南 俊 也	角 南 俊 也
			瀬 戸 口 太 郎	瀬 戸 口 太 郎	瀬 戸 口 太 郎	瀬 戸 口 太 郎	瀬 戸 口 太 郎
	放射線治療外来		舛 本 博 史	舛 本 博 史	舛 本 博 史	舛 本 博 史	舛 本 博 史
			吉 川 真 由 美	吉 川 真 由 美	吉 川 真 由 美	吉 川 真 由 美	吉 川 真 由 美
緩和ケア外来 ※原則として当院で診療を 行っている患者のみ 11:00～12:00(完全予約制)	午後	緩和ケア外来	永 山 淳	永 山 淳	—	永 山 淳	永 山 淳
健康医学センター(要予約)	午前	外来ドック	松 尾 千 華	松 尾 千 華	松 尾 千 華	松 尾 千 華	松 尾 千 華
			久 野 千 津 子	久 野 千 津 子	久 野 千 津 子	—	久 野 千 津 子