

# 新 しん 緑 みどり ニュース



病院の理念

確かな医療技術  
やさしい対応  
地域への貢献

さんきかい よこはましんみどりそうごうびょういん  
医療法人社団 三喜会 横浜新緑総合病院  
〒226-0025 横浜市緑区十日市場町1726-7  
TEL. 045-984-2400(代表) FAX. 045-983-4271  
地域医療連携室 TEL. 045-984-6216(直通)



## 日本人がかかるがんの第1位 大腸がん

わが国の最新のがん統計で、2014年に新たにがんと診断された患者数は88万7408人（前年より1万8578人増加）と発表されました。部位別では、男女全体で大腸がんが胃がんを抜いて初めて第1位となりました。

2018年の罹患数（がんに罹る人数）は、大腸がんは前年より2600人増の15万2100人、成人男性の10人に1人、女性は13人に1人がかかると推測されています。

大腸がんは早期に発見し内視鏡や手術で治療すれば、高い確率で治療することができます。大腸がんになる人が増え始める40歳を過ぎたら、便潜血検査など大腸がん検診を年に1度受けるようにしましょう。（当院の人間ドック・健診センターでも受けることができます）

そして、大腸がん検診を受けて便潜血反応が陽性の場合には、「どうせ痔があるから」「時間がない」などと言って放置せず、必ず医療機関を受診し、大腸内視鏡検査を受けましょう。

当院では大腸がんの精密検査から治療まで継続した診療を行っており、大腸がん専門医の対応も可能です。要精密検査となった場合は、是非、当院消化器センターにご相談ください。

がん罹患数（2014年） 罹患数：がんに罹る人数

	1位	2位	3位	4位	5位
男性	胃	肺	大腸	前立腺	肝臓
女性	乳房	大腸	胃	肺	子宮
男女計	大腸	胃	肺	乳房	前立腺

国立がん研究センター 最新がん統計より

がん罹患数予測（2018年） 罹患数：がんに罹る人数

	1位	2位	3位	4位	5位
男性	胃 87,800	大腸 87,200	肺 84,500	前立腺 78,400	肝臓 25,700
女性	乳房 86,500	大腸 64,900	胃 40,900	肺 40,600	子宮 27,500
男女計	大腸 152,100	胃 128,700	肺 125,100	乳房 86,500	前立腺 78,400

国立がん研究センター 2018年がん統計予測より



## 顔面痙攣・三叉神経痛 根治的手術



「顔の片側がピクピクする」これは顔面痙攣の典型的な症状です。最初のうちは目の下（上瞼のピクつきは眼瞼けいれんといひ、眼科での治療対象となります）が時々ピクつく程度ですが、ひどくなると口元から顎の下まで一日中動くようになり、目が開けられなくなることもあります。



「頬を触ると痛い」「食べ物をかんだり歯を磨いたりするだけで激痛が走る」このような症状は虫歯と間違われやすいのですが、三叉神経痛を患っている可能性があります（虫歯の原因も三叉神経ですが、あくまで虫歯のところが痛いのが特徴です）。食事や歯磨き、洗顔、冷たい風にあたりやすることによって痛みが誘発され、ひどくなると激痛のために生活に支障をきたすこともあります。

どちらの病気も、その多くは顔面神経や三叉神経が脳に栄養を運ぶ血管に圧迫され刺激されることで症状が起こります。

（その刺激で局所の神経のけいれん発作が起きています）

治療としては

- ①抗てんかん薬による薬物療法
- ②ボトックス注射
- ③手術による根治



①と②はあくまで対処療法で、根治治療は③の手術しかありません。（もちろん、年齢・社会背景・患者様のご希望により適切に治療方針を決定しております）

手術の名前は「微小血管減圧術」といい、手術用顕微鏡下で血管を神経から剥がして圧迫しない位置にずらし、血管拍動の刺激が神経に伝わらないようにする手術です。当院では手術中の合併症をなくすために特殊なモニタリングを行いながら、安全に手術を実施しております。

顔面痙攣・三叉神経痛の症状でお悩みの方は、当院脳神経センターにご相談ください。

手術担当：脳神経外科部長 小菊 実



## 傾聴（けいちょう）ボランティアの取り組み

9月より、待望の傾聴ボランティアの方々5名が病棟で活動しています。ご協力いただいているのは「傾聴かなコミ21」の皆さんで、「傾聴ボランティア養成講座」の修了生が結成したグループです。入院患者さまが楽しそうに笑いながら話をするお顔は、明るくてイキイキとした表情です。心を癒す接し方を私たち職員も、是非、学びたいと思います。



## 防災への取り組み — 避難搬送訓練を実施 —



当院では年2回の院内防災訓練を実施しておりますが、今年度は院内各部署でシートによる患者搬送訓練も実施しました。

この訓練は、災害発生時に自分では動けない患者さまをいち早く安全な場所まで避難搬送できるよう、全職員が正しい搬送方法を身に付けることを目的としております。様々なかたちで訓練を繰り返すことで、職員の防災意識を高める取り組みを行っております。



## MOA美術館緑区児童作品展 入賞作品を展示

今年も「MOA美術館緑区児童作品展」の入賞作品を10月8日（月）から10月21日（土）の期間に外来ロビーにて展示いたしました。

色鮮やかで発想力豊かな作品を、笑顔でご覧になり会話が弾む方々が多くみられました。当院では今後も地域に貢献できる取り組みを推進してまいります。



## シリーズ健康豆知識 ナッツは身体によい？

### ★100kcal あたりの量★

- ・アーモンド 10粒 ・落花生 18粒
- ・くるみ 1個半（6片）
- ・カシューナッツ 14粒



糖質が少ないこと、抗酸化力が強く細胞の老化を遅らせると言われることから、間食としてナッツが注目を集めています。栄養素としては、食物繊維やビタミンEの他にカリウム・マグネシウムなどのミネラルも豊富に含まれています。日々の食生活で不足しやすい食物繊維が多く、アーモンド10粒で1.5g（1日目標は18g以上）とることができます。また、成分の70%以上が脂質のため腹持ちが良いと言われています。ただし、少量で高エネルギーとなりやすいため、1日100kcal程度までにとどめるようにしましょう。

栄養科主任 古屋 詠子（管理栄養士）



## 糖尿病教室 開催案内

11/27（火）	糖尿病の基礎知識	糖尿病専門医
12/7（金）	食事療法について	管理栄養士
12/14（金）	薬物療法について	薬剤師
12/21（金）	生活上の注意点 運動療法について	看護師 理学療法士

糖尿病診療に関わるスタッフが、糖尿病について分かりやすく説明します。どなたでもご参加いただけます。お申し込み 045-984-2400（代）



- 時間 15～16時
- 場所 当院3階 食堂
- 受講料 無料

2018年度 みんなの健康講座

主催：横浜新緑総合病院

※参加費無料

11月17日（土）「脳卒中ってなんだ？」講師 横浜新緑総合病院 脳神経外科 阿部 克智

2019年1月19日（土）「骨粗鬆症と腰椎圧迫骨折」講師 横浜新緑総合病院 整形外科 安原 和之

会場 十日市場地区センター 2階中会議室（十日市場駅より徒歩5分）

時間 午後1:30～2:30 問合せ 地域医療連携室 045-984-6216（直）045-984-2400

当院の詳細はホームページをご覧ください <http://www.shinmidori.com/>

QRコード→

