

hesso

東北大学病院広報誌「へっそ」

Take free

27/28

合併号

特集2…チームで向き合う頭頸部がん治療



特集1…新型コロナウイルス感染症への取り組み

院内の感染対策を強化中

皆さまのご理解とご協力をお願いいたします。

マスクの着用

病院内はマスクを必ず着用してください。手洗い、手指の消毒など感染防止対策にご協力ください。

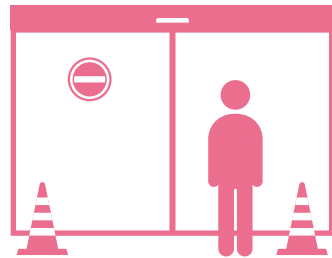


受診する前に

予約・紹介状のない方の診療はお断りしています。また、予約・紹介状のある方で、過去14日以内の海外渡航歴があり緊急の受診が必要でない方は、主治医と相談の上、受診を延期してください。そのほか、以下に当てはまる方は正面入り口からの出入りはできません。

- 感染している人と一緒にいた方
- PCR検査中の人と一緒にいた方
- 海外から帰国後に症状のある方と一緒にいた方
- 感染拡大地域で3密の機会があった方

※ご心配の方は主治医とご相談ください。
※患者さんの付き添いの方は、最低限の人数での来院にご協力をお願いいたします。



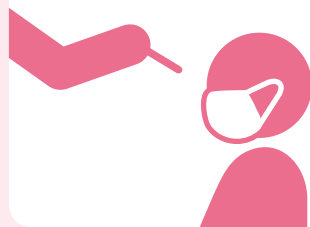
面会の禁止

病院が来院をお願いした方以外の面会は一律禁止とさせていただきます。また、患者さんの外出・外泊・付き添いも制限しています。



PCR検査体制

院内にPCR検査センターを設置し、今後の治療や検査のために必要な場合に、PCR検査を随時行える体制を整えています。また、全身麻酔による手術を予定している全患者さんや、必要に応じて職員なども検査できる体制を整えています。



最新情報はホームページをご確認ください
https://www.hosp.tohoku.ac.jp/emergent_news/covid-19



特集1

新型コロナウイルス感染症への取り組み

新型コロナウイルスの感染症の状況が大きく変化していく中、当院では診療体制を守りながら、地域の医療体制・検査体制に貢献してきました。当院の取り組みについてお伝えします。

地域の皆さまへ

新型コロナウイルス感染症に罹患された患者さん及び関係者の皆さまに心よりお見舞い申し上げます。

当院は、新型コロナウイルス感染症への対応として、重症化した患者さんや基礎疾患等により高度で専門的な医療を必要とする感染患者さんを受け入れるとともに、一般の病院では対応できない高度先進医療を継続してまいりました。患者さんやご家族の皆さまには多大なご不便をおかけしましたこととお詫び申し上げます。ご理解とご協力を賜りましたことに深く感謝申し上げます。

引き続き、宮城県の感染状況を注視しながら、安心して患者さんをお迎えできるよう、職員一同、より安全・安心な医療の提供に力を尽くしてまいります。

東北大学病院長 富永 悌二



hesso

東北大学病院広報誌
「へっそ」

第27/28
合併号

特集1
「新型コロナウイルス感染症への取り組み」 2
もくじ
特集2
「チームで向き合う頭頸部がん治療」 6

医療now
「医者も患者になるんです…」 16
hessoコラム
「飲む薬膳」 20

Hospital Shops
「デンタル先生/GOOO研修医」 21
かんたんストレッチ
Information 22

情報発信への貢献

ウェブサイト「ドクターサーチみやぎ（運営・仙台放送）」に当院医師のメッセージが公開されています。ぜひご覧ください。

<https://miyagi.doctor-search.tv/voice>



ドクターサーチみやぎ



- 「糖尿病と新型コロナウイルス」
糖尿病代謝科 片桐秀樹 科長
- 「新型コロナウイルス感染症とがん治療」
腫瘍内科 石岡千加史 科長
- 「新型コロナウイルス感染症の予防について」
感染対策委員会 児玉栄一 委員長
- 「放射線治療と新型コロナウイルス肺炎」
放射線治療科 神宮啓一 科長
- 「心のケアと新型コロナウイルス感染症」
精神科 富田博秋 科長

多大なるご支援に当院一同心より御礼申し上げます。



株式会社サンフレッシュ
小泉農園様よりトマトを寄贈いただきました。

左：株式会社サンフレッシュ 小泉農園 代表取締役今野圭市様
右：富永悌二 病院長



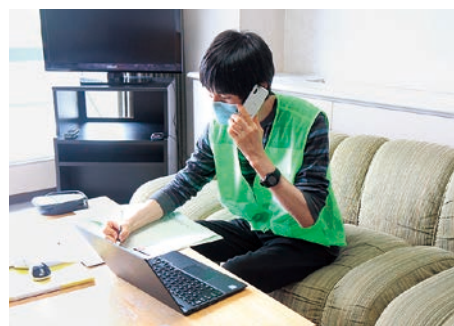
株式会社鐘崎様より笹かまぼこを寄贈いただきました。

右：株式会社鐘崎 経営管理部 部長 佐藤真人氏

この他、多くの企業・団体・個人の皆さまより飲料・マスク等のご支援をいただきました。



（簡易型帰国者・接触者外来）
宮城県が県内の協力病院に依頼し設置している帰国者・接触者外来の一つとして、仙台市内に当院職員により「東北大学診療所」を4月21日に開設し、比較的軽症かつ自家用車で来所できる方を対象に、ドライブスルー方式による診療・PCR検査の検体採取を実施しています。



宮城県内の軽症感染者（症状から必ずしも入院が必要でないと判断された方や高齢、妊婦でない方、基礎疾患がない方など指定医療機関の医師が選定した方）は宿泊療養施設「La Plaza リゾートホテル・グリーングリーン」で療養されています（6月末まで。7月から別施設）。当院は、4月16日より、毎日日替わりで医師1名、看護師1名を同施設に派遣し、24時間体制で急変時の対応に備えています。

地域の新型コロナウイルス感染症対策に貢献しています

ドライブスルーPCR検査の実施

軽症者療養施設への支援

院内での取り組みをご紹介

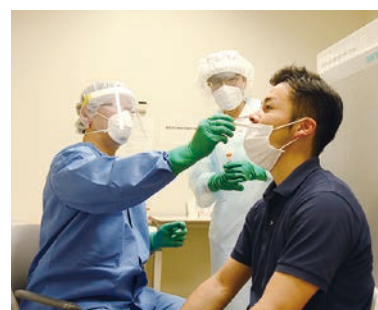
通常の診療体制の維持に努めながら一丸となって感染対策に取り組んでいます。

看護部

患者さん対応を想定した手順の確認



PCR検査センター
検査センターの体制整備と実施



看護部

清掃スタッフへ感染防止対策の研修



感染管理室
院内の感染対策



歯科技工室

フェイスシールドの製作



全体会議

オンライン化の推進



チームで向き合う頭頸部がん治療

口やのど、耳、鼻などにできる頭頸部がん。聞く、話す、食べるなどのさまざまな機能に関わるため、治すことはもとより、どのように生きたいか、という患者さん自身の希望を考慮した治療法を選択することがとても大切です。今号は、複数の診療科が知識と技術を集結し、患者さん一人ひとりに向き合う「**頭頸部腫瘍センター**」をご紹介します。

頭頸部腫瘍センターを設置しました！

2019年5月、多様で複雑な頭頸部がん治療に対してチームで取り組むため、東北大学病院では「頭頸部腫瘍センター」を設置しました。多職種でのチーム医療で、患者さん一人ひとりに適した医療の提供に努めています。



複数の診療科が連携

見逃しやすい頭頸部がんの症状をチェック

CANCER RISK CHECK

頭頸部がんの危険因子は主に以下の2つです。

- 喫煙歴が長い・ヘビースモーカー
- 過度の飲酒

※危険因子はがんの発生率を上げますが、必ずがんになるわけではありません。また、危険因子がなくても頭頸部がんになることもあります。



頭頸部がんのキホン

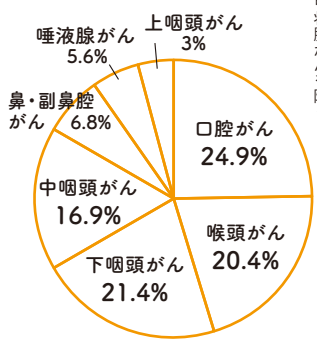
頭頸部がんは

どこにできる？

「頭頸部」とは、脳と眼球を除いた、鎖骨より上の部位のことです。この範囲に含まれる部分にできるがんが「頭頸部がん」です。早期は風邪の症状に似ていることが多く、いつの間にか進行していることも。主な症状、危険因子、特徴をまとめました。

頭頸部がんの種類と

患者数の割合（2018年度）



※甲状腺がんを除く

上咽頭がん

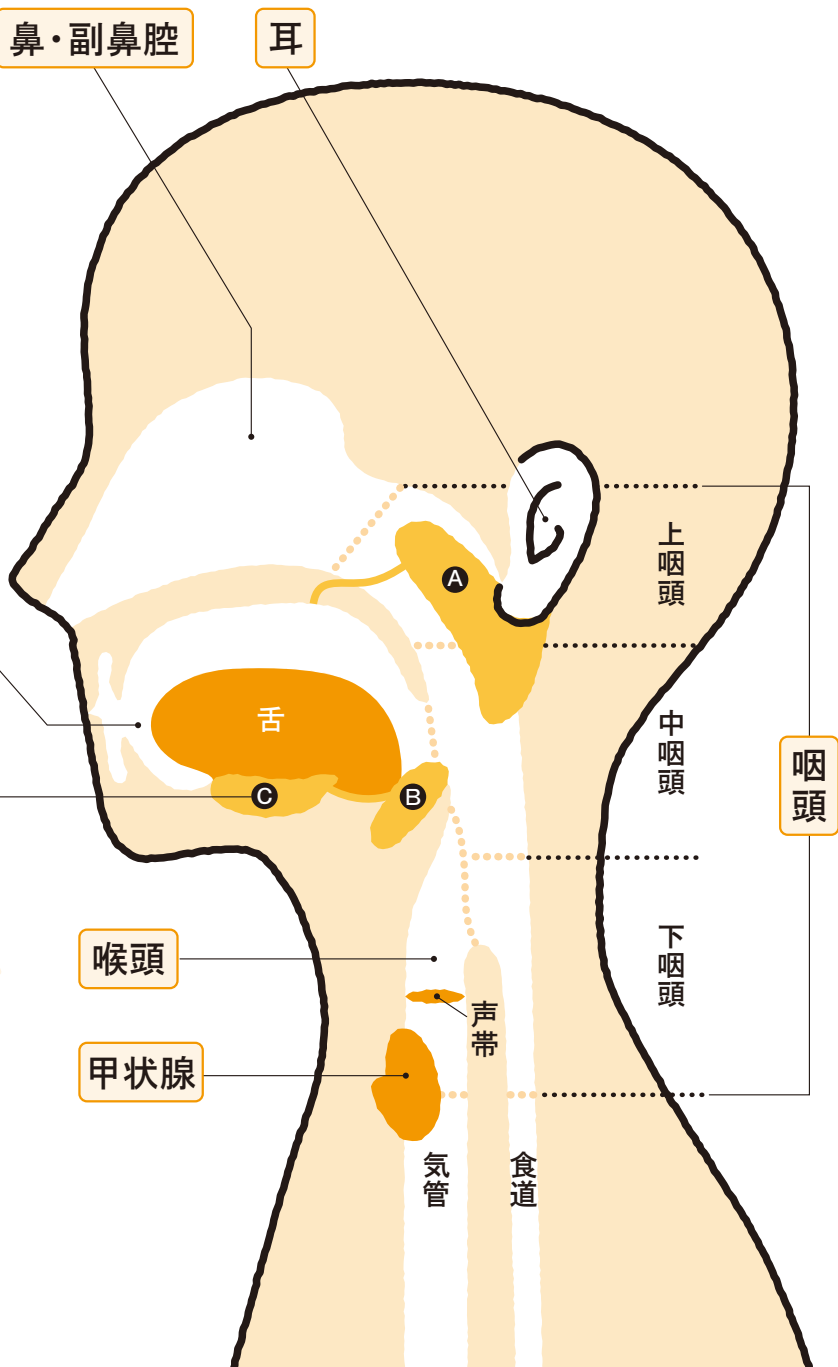
【症状】鼻汁、鼻づまり、鼻血、難聴、耳のつまり感、渗出性中耳炎、首のしこり
 【危険因子】エプスタイン・バーウイルス（EBV）
 【特徴】リンパ節へ転移しやすい。

中咽頭がん

【症状】のどの違和感、痛み、出血、飲み込みにくさ、首のしこり、体重減少
 【危険因子】喫煙、飲酒、ヒトパピローマウイルス（HPV）
 【特徴】他の部位に別のがんができる重複がんが多い。

下咽頭がん

【症状】のどの異物感、痛み、食事のつかえ感、むせ、咳、声のかすれ、首のしこり、息苦しさ、体重減少
 【危険因子】喫煙、飲酒、鉄欠乏性貧血
 【特徴】がんを切除する際は、再建術も必要な大きな手術になる場合がある。



聴器がん（側頭骨腫瘍）

【症状】耳のつまり感、耳だれ、難聴、耳鳴り、顔のまひ
 【危険因子】耳かきなど
 【特徴】発生する部位として外耳が最も多く、次に中耳が多い。

鼻・副鼻腔がん

【症状】鼻汁、鼻づまり、鼻血、頬の腫れ、しびれ、物が二重に見えるなど
 【危険因子】喫煙、副鼻腔炎、特定の化学物質や粉塵など
 【特徴】症状が出にくいため発見時には進行している傾向がある。

口腔がん

【症状】口内炎が治りにくい、舌のしこりやただれ、違和感、歯ぐきの腫れ、出血、口臭が強くなる、体重減少など
 【危険因子】喫煙、飲酒、口腔内の不衛生、歯の刺激、義歯不適合
 【特徴】比較的若い人も発症する。

唾液腺がん

【症状】耳の下・顎の下・舌の下方の腫れ・しこり、顔の麻痺
 【危険因子】放射線治療歴、粉塵など
 【特徴】悪性度・進行度による分類の種類が多く、診断と治療法の選択には詳細な検討が必要。

頭部食道がん

【症状】食事のつかえ感、のどの異物感、痛み、むせ、咳、声のかすれ、首のしこり、息苦しさ、体重減少
 【危険因子】喫煙、飲酒、熱いものを飲んだり食べたりすること
 【特徴】がんの大きさによっては、のどの摘出が必要なものも。

喉頭がん

【症状】声のかすれ（特に注意）、むせ、咳、のどの違和感、息苦しさ
 【危険因子】喫煙、飲酒
 【特徴】声帯に発生すると嚔声（せせい）（しわがれ声）が出現することが多く、早期に発見されやすい。

甲状腺がん

【症状】のどぼとけ付近のしこり、声のかすれ
 【危険因子】若年期（特に小児期）の放射線被ばく、家族歴（特に髓様がん）、ヨウ素摂取不足
 【特徴】しこり以外の症状はほとんどなく、超音波検査などの検査で見つかることが多い。

その他の頭頸部がん

頭部原発と考えられるがん（悪性リンパ腫など）や原発不明の頭部リンパ節転移など

頭頸部がんのチーム医療とは？

多様で複雑な頭頸部がんへの取り組みとして、東北大学病院では「頭頸部腫瘍センター」を設置しています。関連する診療科などが緊密に連携し、患者さんの希望やライフスタイルに合わせた治療を行います。

1 受診

かかりつけ医・院内の各診療科より紹介。

2 検査・診断

問診・視診・触診・内視鏡検査などによる診察を行った上で、疑わしい組織の一部を採取してがん細胞の有無や細胞の形状を確認する病理検査により診断する。また、CTやMRIなどの画像検査でがんの広がりや転移の有無を調べる。

3 治療方針決定

(カンサiboard)

連携する診療科のスタッフが集まり、治療方針を議論するカンサiboardを行う。また、必要に応じて治療後の支持療法(治療による副作用を予防したり軽減させる医療)や社会的支援、再発時の治療も検討する。

連携する診療科など

耳鼻咽喉科・頭頸部外科

腫瘍内科 総合外科
形成外科 脳神経外科
放射線治療科 看護部
放射線診断科
予防歯科 口腔診断科
顎顔面口腔再建治療部
歯科インプラントセンター
周術期口腔支援センター
リハビリテーション部

カンサiboardの様子
撮影日:2014年7月10日



4 治療

頭頸部がんの治療は「食べる・話す」などQOL(生活の質)に大きく影響するため、病状と患者さんの希望のバランスを考えて**手術治療**、**化学療法**、**放射線療法**、**緩和ケア**などの治療法の選択や組み合わせを行う。

手術治療 

放射線療法 

化学療法 

緩和ケア 

5 経過観察

病状や治療法に応じたリハビリテーションや定期検査を行う。

患者さんのQOL(生活の質)を考慮した治療例

下咽頭扁平上皮がん

「仕事を続けるための治療を選択」



Aさん 60代男性
喫煙1日20本、
お酒1日2合を40年

2カ月前から飲み込みの時にしみる感じが気になり、近くの耳鼻科を受診。下咽頭がんが疑われたため、当院の頭頸部腫瘍センターへ紹介。

検査により
下咽頭扁平上皮がんの
ステージⅢと診断。

のどの摘出手術が検討されたが、他の選択肢(抗がん剤と放射線治療

の組み合わせ)とともに提示したところ、Aさんは「職業柄、会話ができないと困るのでのどを残したい」と希望があった。



放射線治療科で治療法や副作用について説明。さらに**口腔ケア**や**予防的な胃ろう**について**予防歯科**、**消化器内科**、**リハビリテーション部**と連携。

入院後、**抗がん剤**と**放射線治療**を実施。吐き気や皮膚の発赤、のどの痛みなどの副作用を、対症的にサポートし、のどを摘出することなく治療を完遂。

退院後、外来診察と経過観察。

下顎歯肉がん

「がんの切除により失った顎の骨を再建」

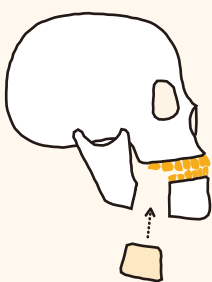


Bさん 70代女性
喫煙歴はなくお酒はお付き合い程度

3カ月前ほど前から右の奥歯あたりが痛み、歯もグラグラしていた。痛みが強くなってきたため近くの歯科医院を受診。歯肉がんの可能性があり、当院へ紹介。

歯科口腔外科の検査で
下顎歯肉がんの
ステージⅣと診断。

がんを切除する手術は病気の及んでいる顎の骨も含むため、**顎の**



形を再現する手術も行うことに。**形成外科**や**顎顔面口腔再建治療部**と連携。顎の形をCT画像をもとにコンピューターでデザインし、ふくらはぎの骨を使うなど手術についてBさんに説明。また、約10時間の手術に備えて、循環器内科や麻酔科を受診。

入院後、手術に備えて体調管理。手術後は数日間、集中治療室で経過観察を行った後、病棟へ戻った。入院中には、日常生活に戻れるよう**歩行**や**飲み込み**、**話すためのリハビリ**をBさんのペースで行った。

退院後、外来通院と経過観察。

各分野のプロが集結し

必要な治療をより早く

2019年5月「頭頸部腫瘍センター」を開設しました。センターの現状と今後の展望について、コアスタッフの4人の医師と歯科医師に聞きました。

診療科を横断する枠組み

— 頭頸部腫瘍センターが設置された経緯と、特徴について教えてください。

大越（耳鼻咽喉・頭頸部外科／ディレクター）…高齢化に伴い、近年頭頸部のがんは増加傾向にあります。頭頸部は聴覚、嗅覚、味覚、咀嚼、嚥下、呼吸、発声など、さまざまな機能を担う場所なので、多くの診療科が連携して治療にあたる必要があります。それまでも「頭頸部カンサード（P10・11）」として、診療科間のカンファレンスを行ってきましたが、セン



耳鼻咽喉・頭頸部外科
大越 明

んです。診療科を横断する枠組みをつくり、頻りに議論するようになったことで、必要な治療に、より早くアクセスできるようになったように感じています。
永井（歯科顎口腔外科／ディレクター）…医師だけでなく、歯科医師がいるのも特徴のひとつですね。頭頸部がん、特に口腔がんは歯科検診で見つかることも多いので、がんを発見したあと、すぐ治療に移るることができます。
大越…歯科が加わったことで、治療後の再建についても、よりよい方法を選択できる



放射線治療科
神宮 啓一

ターを設置したことで、よりスムーズに連携できるようになりました。
神宮（放射線治療科）…そうですね。カンサードで毎週顔を合わせることで、そ



歯科顎口腔外科
永井 宏和

ようになりました。
永井…顎を切除したあと歯をどうしたらいいか、かみ合わせをどうしたらいいのかなど、連携しながら治療を進めることができます。最近では、インプラント（人工歯根）技術が発達し、正常にかめるように再建ができるようになってきました。治療後のQOLを上げるという観点からも、連携する意義は大きいですね。

それぞれの診療科のプロの意見を、より気軽に聞けるようになったと思います。
西條（腫瘍内科）…毎週カンサードを実施しています。これは、ほかのセンターと比べても頻度が高いのではないのでしょうか。頭頸部がんは病態が変化しやすいが



腫瘍内科
西條 憲

専門知識を出し合って、患者さん一人ひとりに合わせた治療を

— キャンサードでは、どのように議論が行われているのでしょうか。

大越…担当医師が症例を発表し、カルテや患部の写真を見ながら、皆で意見を出し合っています。多い時だと20人以上が集まって議論しています。がんの治療は病巣を切除するのが一般的ですが、頭頸部がんは年齢やご本人の希望などで、切除できない場合もあります。そういう時、放射線治療や抗がん剤の専門家が近くにいるのもとても心強いです。それぞれの治療にどんなメリットやデメリットがあるのか、それぞれの専門知識を出し合って、さまざまな議論を重ねています。

神宮…実際に、がんを切除できず、放射線で治療することになった事例もあります。その時も、カンサードで治療の方針をよく議論したのを覚えています。議論しながら放射線治療を進めたことで、その方の希望に沿った最善の治療法となったと感じています。

REMINDER

今日から頭頸部がん予防

禁煙



喫煙は頭頸部がんの発症に強く関わっていることが分かっています。特に鼻腔がん・副鼻腔がん・口腔がん・咽頭がん・喉頭がんはタバコの煙に直接さらされる部位のためリスクが高くなります。

節酒



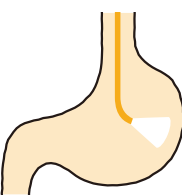
飲酒は中・下咽頭がん、口腔がん、食道がんの要因と考えられています。日本人の多くはアルコールを体内で分解するときに作られるアセトアルデヒド（がんの要因となる物質）を体内に蓄積しやすい体質です。特にお酒を飲んで赤くなる人は要注意です。

口腔ケア



口腔内の衛生状態が悪いと口腔がんの発症リスクが高まります。ブラッシングなどで汚れを除去すること、虫歯や歯周炎の治療を行うことは予防に効果的です。また、口腔がんの早期発見のために定期検診を受けることも大切です。

胃の検診



近年、NBI(Narrow Band Imaging)を備えた電子内視鏡システムの導入が進んでいます。通常の内視鏡より早期のがんを見つけやすい機能もっています。異常を感じた場合はNBIモード電子内視鏡のある耳鼻咽喉科で検査することでがんを早期に発見できる可能性があります。

通って、口腔がんの早期発見に努めて欲しいと思います。また、放射線治療をする過程で、歯周病菌が原因で顎の骨が腐ってしまうこともあります。口内環境の維持は非常に重要です。
大越：お酒を大量に飲む人、ヘビースモーカー

ーの人は要注意です。声がかすれたり、飲み込みにくいと感じたりしたら、早めに耳鼻科を受診してください。

頭頸部腫瘍センターは完全予約制です。かかりつけ医より、「診療予約申込書」と「紹介状（診療情報提供書）」を当院地域医療連携センターへお送りいただき予約日時が決定します。

西條：抗がん剤治療は、さまざまな副作用を伴う治療です。薬の種類によって副作用が変わるのはもちろんですが、患者さんの体の状態によっても細かい調整が必要になることがあります。薬を出して終わり、ではなく、どんな治療歴があつて、どんな持病があるのか把握しないといけないので、がんサージボードの存在は大きいです。これまでの経緯を細かく知り、議論することができるといい。

治療後のQOLをどう維持するか

ー頭頸部腫瘍センターは、今後どのように発展させていきたいと考えていますか。

西條：頭頸部がんの患者さんは、その病気や治療によりかむ、話すなどの機能を喪失することや、容姿の変化などから精神的なストレスを抱えて生活されている方が多いと思います。多くの診療科や多職種が連携し、がんだけではなく患者さんの生活を含めて、より包括的にフォローできるようにしていければと思います。
永井：治療中、治療後も合わせて、さまざま

まな職種の人が関われるようになったらいいですね。がんサージボードに参加してもらってもいい。

神宮：頭頸部腫瘍センターのがんサージボードで議論されている内容を、多くの医療関係者に知ってもらう取り組みも効果的だと思います。東北大学病院には東北各地の患者さんが受診しますが、治療のために県をまたいで来院するのは、患者さんにとって大きな負担です。地元で診ることにした医師と意見を交わしたり、相談にのったりできるようにしたりする機能があつたらいいですね。がんサージボードで蓄積された情報をIoTにより地域の医師と共有していくという取り組みも考えられると思います。

定期的な歯科検診を

ー頭頸部がんの予防のために、できることはありますか。

永井：口の中は、ほかの内臓と違って目で見えます。定期的に歯科検診に



大越明（おおしあき）
耳鼻咽喉・頭頸部外科
1979年生まれ。福島県出身。2004年東北大学医学部卒業後、古川市立病院、石巻赤十字病院、仙台社会保険病院、磐城共立病院、仙台医療センターを経て、2015年より東北大学病院耳鼻咽喉・頭頸部外科助教。2020年より講師。



永井宏和（ながいひろかず）
歯科顎口腔外科
1966年生まれ。栃木県出身。1993年東北大学歯学部卒業。2001年秋田大学医学部附属病院助手を経て、2005年同院講師。2008年徳島大学大学院歯学薬学研究部准教授。2017年より東北大学大学院歯学薬学研究部准教授・病院特命教授。



神宮啓一（じんぐうけいいち）
放射線治療科
1976年生まれ。福岡県出身。2002年東北大学医学部を卒業後、同放射線治療科に入局。放射線医学総合研究所重粒子医学センター、米国スタンフォード大学などを経て、2012年より東北大学大学院医学系研究科放射線腫瘍学分野教授、放射線治療科長。



西條憲（さいじょうけん）
腫瘍内科
1978年生まれ。宮城県出身。2003年山形大学医学部卒。仙台医療センター研修医、レジデントを経て、2008年東北大学大学院がんプロフェッショナル養成プラン入学。2012年修業。東北大学病院腫瘍内科助教。総合内科専門医、がん薬物療法専門医、がん治療認定医。

医療now

「高校生学習支援サークル」

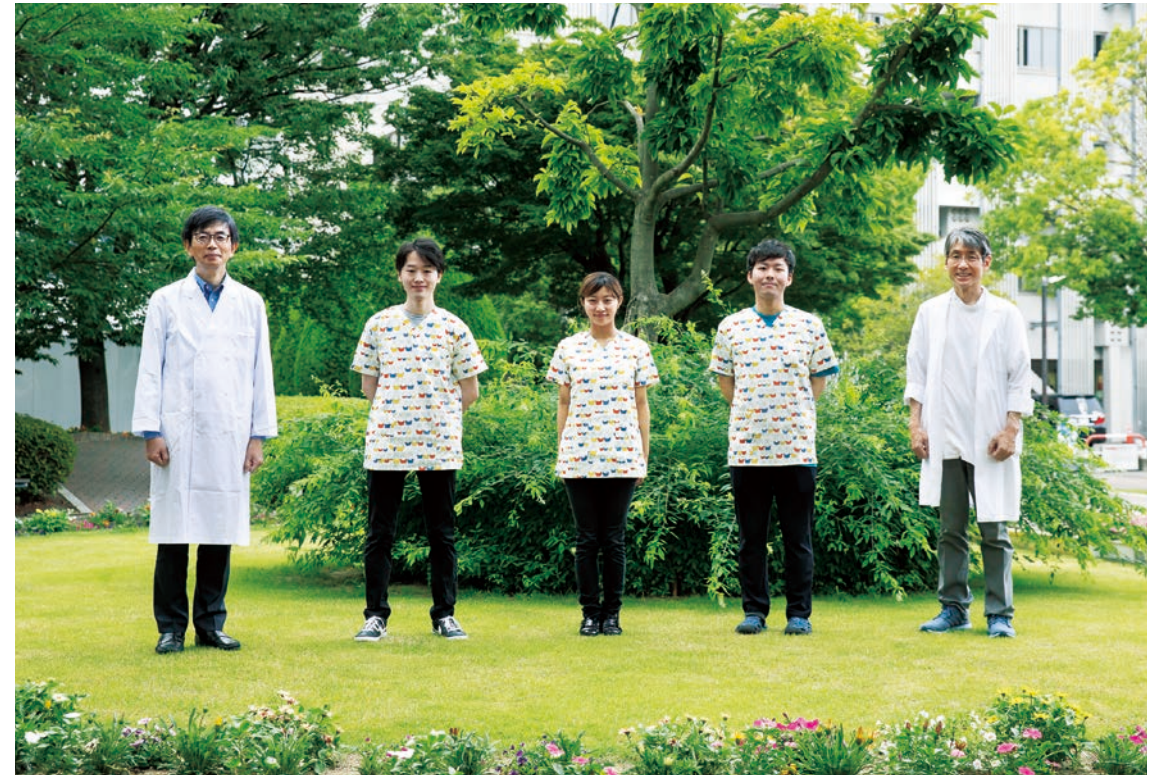


支援の様子（鹿又 義貴さん）
メンバーはおそろいのユニフォームで活動します。

さんは、「できるだけ臨床現場に近いところで、患者さんの力になりたいと思っただので、話を聞いてぜひ協力したいと思いました」と話します。それぞれの「長期入院している高校生の力になりたい」という思いが、活動を支えています。

医学生が患者へ、患者が医学生へ

学習支援サークルを発足当初から担当している力石健医師は、「入院中の子どもたちの周りには医療関係者しかいませんから、同年代の学生たちが精神的な支えになってくれています」と活動を温かく見守ります。科長の呉繁夫教授は、「実は勉強を教えている学生が、患者さんから大きな



呉 繁夫 教授
小児科 科長

盛田 一智
東北大学医学部
3年

飯塚 友理子
東北大学医学部
3年

山口 泰蔵
東北大学医学部
3年

力石 健 院内講師
小児腫瘍科

ものを与えてもらっていると感じています」と話します。

メンバーに感想を聞いてみると「高校生に院内学級がないことは教科書に載っていません。医療には社会的な側面もあるという医学を学んでテストを受けても実感できないことを体験させていただいてます（盛田）」「実際に患者さんとお話してみると、皆さん、学校の勉強についていけない焦りや不安を感じていることが分かりました。治療だけでなく心理的サポートも必要だと感じています（飯塚）」「受け持っている患者さんは病状が重いのですが、学習に前向きで、意欲的です。勉強に取り組む姿勢を尊敬しますし、自分もやる気があります。（山口）」と、確かにメンバーの医療観に影響を与えています。

学校とつながっているという感覚を

「医療で大切なのは、ケース（症例）ではなくペイシエント（患者）を診るということ。患者さんと会って、この子は何が好きなのか、兄弟はいるのか、話をしてみても初めて診療ができるんです」と呉教授。この考え

東北大学病院の小児病棟には、長期入院している高校生へ学習支援を目的としたサークルがあります。今から約3年前、小学生、中学生を対象とした院内学級がある中で、高校生の学習への公的な支援は少ないという課題に向き合うため、東北大学医学部の学生6人が集まり、入院中の高校生に家庭教師のような関わり方で学習支援を始めました。今回は、活動を支える医師とメンバーの学生たちを集まってもらい、参加したきっかけから、活動で大切にしていることについて聞きました。

長期入院中の高校生の力になりたい

「サークルに参加した当時、基礎医学といわれる生物学のような授業が多く、医療という実感が持てませんでした」と話すのは、2年前から参加している盛田さん。医療現場に直接関わりを持てることに魅力を感じ、参加を決めたそう。もともと子どもが好きで、小児科に興味があった飯塚さんは、「学習支援というかたちで小児科の患者さんを支援したい」と思ったのがきっかけでした。先輩から誘われたという山口

が、それまで大きな課題だった高校生の学習支援につながったのかもしれない。最近では、長期入院が必要な高校生は単位の取得が課題でしたが、柔軟に対応する高校も増えてきました。「公的な支援が増えてきたことは喜ばしいこと。ただ子どもたちを見ていると、本当に必要なのは学校の先生や友達とつながっているという感覚かもしれない（呉）」。今後も学習支援サークルの活躍が期待されます。

TOPIC AYAルーム完成

小児病棟にはAYAルームと呼ばれる部屋があります。*AYA世代とは、15歳から39歳までの思春期および若年成人の世代を指します。AYAルームは、高校生・大学生の患者さん同士が集まって話をするこで、精神的な寂しさや、無力感、治療の辛さなどを少しでも埋められるようにと作られました。静かな環境でネット授業や勉強、DVD鑑賞など、気分転換できるように整備されています。



*AYA: Adolescent and Young Adult の略



医者も患者になるんです…

「自然気胸」

黒澤 一 産業衛生外来

めったにありませんが、時に高熱と激しい呼吸器症状で仕事を休んだことは何回かあります。仕事のキャンセルとか、それぞれ大変なエピソードだらけです。けれども今回は特別です。私の人生に大きく影響した学生時代のエピソードをご紹介します。

医学部4年生の師走のある朝。左肩から首にかけて寝違えたような痛みです。ストレッチしたりしてもなかなか

普通に授業に出て、夕方アパートに帰りました。その時にはすでに息切れも痛みもなくなっていて、ちょっとした違和感くらいはあったのですが、ほとんど自覚症状はよくなっていました。

妹が今か今かと待っていて、帰宅の瞬間、こう言われました。

「兄さん、肺に穴が開いたから、明日、入院しなきゃならないって」どうやら、後からレントゲンをみた担当医がびっくりして、田舎の母親に「お宅の息子さんの肺に穴が開いた」と電話したのだそうです。母はびっくり仰天して妹に電話して、私が帰宅するまで妹もやきもきしたというわけです。私は狐につままれた気分でしたが、ともかく、翌朝、当時あった東3階の内科共同の病棟に入院となりました。病名は自然気胸。痩せた若い男性がなる病気です。確かに、今と違って当時の私はガリガリに痩せていました。幸い、

痛みは解消しません。授業で大学に行こうとしたら、途中、何回か路上でしゃがみこんで休まずにはいられなくなり、また歩き出しても、しばらくするとまた苦しい。今考えれば、息切れ（呼吸困難）の症状です。ようやく大学にたどり着いて、この苦しさは何だろうと図書館で調べたのですが、当時の情けない学力では、調べきれませんでした。翌日、息切れも痛みも残っていたのですが、放置して単位のかかる試験を優先しました。試験の後、みんなと飲みに行ったのですが、「酒を飲むと痛みが消える！」と医学生らしい？自己分析をしていたらしいです。

数日後の朝、ドンドンという低音の太鼓のような音が部屋に鳴り響きました。音源は自分の胸です。左側を下にして横になると聞こえて、普通にありおむけになると消失しました。妹が隣の部屋にいましたが、聞こえるくらい

空気の漏れは軽度だったので安静臥床の経過観察でよい、ということでした。入院の時には、もう音はしなくなっていました。今考えれば、音は心臓が胸壁を内側から打って生じたもので、治る過程の物理条件がそろって共鳴を起こしたのでしょう。母親が心配して、遠い田舎から出てきましたが、私も全然元気だったし、顔を見て安心したのかすぐに帰って行きました。同級生たちが見舞いに来てくれましたが、ちょうどクリスマスでこれからスキーにみんなで行くとかで、私を悔しがらせて帰って行きました。

病室は6人部屋で、重症の方もいらっしやうって大変そうだったので、が、左隣のベッドは元気な若い男で、いい話し相手になりました。朝昼晩、献立の話や次の食事の予想など、他愛もない話です。朝起き一番、看護師さんが回診してくるのですが、脈を診て

の音です。自分の胸の感覚と手首で脈を診て、音は心臓の動きと連動していることはすぐに分かりました。ただただ、不安で不気味でした。放っておいては死ぬかもしれないと思い、午前の授業を休んで大病院の外来に直行しました。当時の第一内科へ行き、「心臓の音がする」という相当奇異な症状を一生懸命訴えたのですが、診てくれた先生は首をちよつとかしげたくらいだったことは覚えています。採血とレントゲン撮影等を終えて、午後からは



くれる指の冷たい看護師さんがいて、隣の男がお気に入りしていました。看護師さんの夜勤メンバー予想に熱が入るのは自然の成り行きでした。私は私で、看護師さんたちや先生方と雑談するのを楽しみにしていた気がします。3週間で入院生活は終了しましたが、おかげで今でも、たわいもない「入院中あるある」の雑談で楽しめるのです。もし病気がかかっていなければ、別の人生だったでしょう。「医者も患者に…」ではなくて「医学生も患者に…」になってしまいました。私が肺の病気を診る医師に進んだのはこのような訳なのでした。

黒澤 一（くろさわ はじめ）

1961年生まれ。秋田県出身。1988年東北大学医学部医学科卒業。1993年カナダマギール大学留学。1995年東北大学附属病院第一内科医員、2004年東北大学産業医に就任。2010年より東北大学環境・安全推進センター教授、同労働安全衛生室室長、同大学統括産業医、同大学院医学系研究科産業医学分野教授を併任。

Hospital Shops
外来診療棟C
理髪店



病棟へ出張カットも

スタッフは女性3名。基本メニューは「カット・シャンプー・顔そり」。車いすのままサービスを受けられる専用席や、移動の難しい患者さんのための病棟出張など、患者さんに寄り添ったサービスを行っています。女性向けにフェイスマッサージのメニューもあります。

- ◎男性 カットのみ¥1500
カット・シャンプー・顔そり¥2900
- ◎女性 カットのみ¥2200
フェイスマッサージ・顔そり¥2400

営業時間 月～土曜日 8:30～16:30 / 日・祝日 定休

お口のお悩み解決します
デンタル先生

テーマ
「歯科と構音障害」

顎口腔機能治療部
西村 壽晃



言語（発語）は人間にとって重要なコミュニケーション手段の一つです。「構音障害」は、発音・発声に関係する器官である口唇、舌、口蓋（上顎）などの疾患によりうまく機能せず、正常に言葉を発音することができない障害です。構音障害がある場合、その言語発達や発音状態を評価し、必要に応じて言語治療を実施します。また、舌小帯（舌の裏側のヒモ状の部分）異常や口蓋形態異常に起因した構音障害の精査を行い、必要な歯科的治療もします。小学校に設置されている「ことばの教室」や自治体の支援センターなどと連携して指導を行うこともあります。

Profile
1994年生まれ
宮城県出身
岩手医科大学卒業

Q1 お気に入りスポット
どんと祭で有名な大崎八幡神社。

Q2 仙台の魅力
伊達家の城下町として歴史を感じる場所が随所にあります。

Q3 趣味
毎週カレーを作るほどスパイスカレーにはまっています。

研修ローテート
救急科▼呼吸器内科▼消化器内科▼小児科▼
眼科▼血液・免疫科▼地域医療研修▼麻酔科▼救急科

優しく愛のある医師になりたい
両親が医師として働く姿を幼い頃から見てきたので、私も両親のような医師になりたいと考えていました。医師として働くようになり、以前には知り得なかった日々を過ごし、改めて両親の偉大さを実感しています。東北大学の病院の研修は、教育環境が充実し、雰囲気良かったのが決め手となりました。初めての当直の日はとても緊張しました。それほど診療をしていないのにすごく疲れたのを覚えています。研修生活は辛い時もありますが同期と悩みを相談したり、情報交換をしたりと互いに支え合いながら励んでいます。将来は、周りに優しく、病める弱める悩める人を救える愛のある医者になりたいです。

GOGO
研修医



初期臨床研修2年目
佐久間 大輔

漢方と薬膳で
心身のバランスを整える
飲む薬膳



テーマ
「清涼感で夏バテ対策」
漢方内科 齊藤 奈津美

今年は夏もマスクを着ける機会が増え、熱中症が心配です。夏バテ気味なときには、すっきり飲みやすいミントハトムギ茶がオススメです。ハトムギはノンカフェインで栄養豊富。味に癖のあるハトムギも、ミントのハーブを加えることで清涼感が加わり飲みやすくなります。アイステイでもおいしいですよ。

9月の「重陽の節句」にオススメなのは大葉入り菊花茶。菊の花はデスクワークで目を酷使しがちな方にぴったりです。大葉を使うことで、鬱々とした気持ちをリフレッシュする効果があります。眠る前の一杯にも。

新しい生活様式の中で、神経を使う日々が続きます。普段のお茶にひと工夫をして、少しでも過ごしやすくなるとよいですね。



① ミントハトムギ茶

〈材料〉2人分
ハトムギ茶（ティーバッグ）1個、
ペパーミント（ハーブ）ティーメジャー1杯、
熱湯 800mL

〈つくり方〉
1. ハトムギ茶のティーバッグを5分煮出す。
2. ペパーミントを茶こしに入れ、ティーポットにセットし、煮出したハトムギ茶を注ぐ。3. アイステイで飲むときは粗熱をとり、冷蔵庫で冷やす。

② 大葉入り菊花茶

〈材料〉2人分
菊の花（生食用、花の直径5-6cm）12個 ※大きさにより数は要調整。
大葉 2枚、熱湯 400mL

〈つくり方〉
1. トレーに菊の花を重ならないように並べ、電子レンジ※で1分40秒加熱し、表面を乾燥させる。裏返し、1分加熱後、ペーパータオルで水分を取り除く。2. ティーポットの中に菊の花を敷き詰めるように入れる。3. 大葉を電子レンジで1分30秒加熱、乾燥。細かくもみ碎いてティーポットの茶こしに入れる。4. 熱湯を注ぎ、5分ほどおく。

クラウドファンディング 第2弾目標達成のご報告

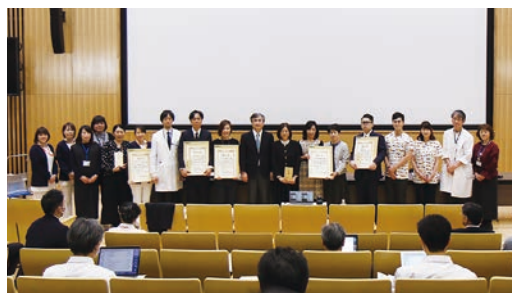


3月2日にスタートしたクラウドファンディング「ラジオ番組「知って安心、てんかん」で社会の誤解を減らしたい!」は、公開直後から、非常に多くのご支援をお寄せいただき、わずか12時間23分で目標金額を達成いたしました。厚く御礼を申し上げます。プロジェクトの状況はReadyforプロジェクトページにて随時お伝えしてまいります。

詳しくはウェブサイトをご覧ください。
<https://readyfor.jp/projects/hosp-tohokuepilepsy>



病院長賞表彰式を執り行いました



3月26日、2019年度病院長賞表彰式を執り行いました。この賞は当院の発展に貢献した職員又は職域グループを表彰するものです。今回は、9次システム更新チーム、個別化医療センター、小児医療センター高校生学習支援サークル、デイサージャリーセンター、星の子保育園実務者委員会、「野菜を食べる副菜レシピ」を広めたい!クラウドファンディング推進グループの6組に授与しました。

南三陸町長から、感謝状が贈られました



当院は、東日本大震災発生当時、被災地域の医療の後方支援の役割を担い、またその翌年より、長期的視野にたった医療復興の実現に向け、継続した医師支援を行なっております。この度、佐藤 仁 南三陸町長が当院を来訪され、復興計画十年のうちに全ての復興事業を完遂できる見通しとなったとのことで、当院の支援に対して感謝状が授与されました。

「スマート会計」(会計あと払い) サービスを開始しました



当院では、6月1日より「スマート会計」(会計あと払い)サービスを開始しました。専用受付機でエントリーし、専用窓口で会計ファイルを提出していただくと、会計計算を待たずにお帰りいただけるサービスです。ぜひご利用ください。

詳しくはウェブサイトをご覧ください。
<https://www.hosp.tohoku.ac.jp/outpatient/003.html>



パソコンやスマートフォンを見ているとき、ご自身の姿勢を意識することはありますか?現代の生活スタイルは姿勢の悪化や慢性的な肩こりにつながりやすいので、日頃から気をつけたいものです。今回ご紹介するストレッチは頭頸部がんの術後のリハビリテーションに取り入れているプログラムですが、日常生活でも肩こり対策として気軽に行えるのでおすすめです。



作業療法士
佐藤 亮太

肩・腕をほぐす
ストレッチ

すきま時間で
リフレッシュ

かんたん
ストレッチ

2 肩をリラックス



胸を張りながら、肩をぐっとすくめて、ストンと落とす。10回。
1日3セット

1 姿勢のチェック



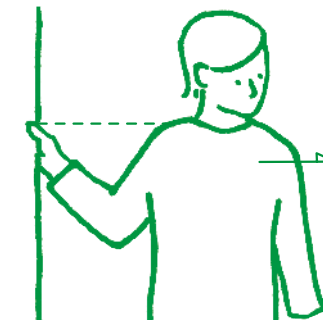
背中を壁に着けて立つ。顎を引き、自然な状態で「後頭部、肩甲骨、お尻、かかと」が壁に着くかどうかをチェック。腰の部分は壁との間に手のひら1枚が入るくらい空いているとよい。(頭が着かない場合は猫背の可能性)

ストレッチは、筋肉を伸ばし関節の動きを広げるだけでなく、全身の血行や代謝の促進、さらにはリラックス効果も期待できます。お手軽ストレッチで、心も体もリフレッシュしませんか?

ストレッチの3原則

- ① 反動をつけずにゆっくりと
- ② リラックスして深呼吸
- ③ 目安時間に従って筋肉を伸ばす

4 胸のストレッチ



肘を曲げて手で壁の縁をつかむ(高さは肩のラインくらい)。体をねじって胸をのばした状態で10秒間キープ。左右行う。
1日3セット

3 肩のストレッチ



壁の正面に立ち、壁に手のひらを当てる。少しずつ体を壁に近づける。腕を伸ばした状態で10秒間キープ。左右一緒に行ってもよい。
1日3セット



東北大学病院

みんなの未来基金

新しい治療法や医療機器を開発し、未来型医療をリードすることで、明るい未来をつくりたいと考え、「東北大学病院みんなの未来基金」を創設しました。皆さまからの温かいご支援を賜りますようお願い申し上げます。

<http://www.hosp.tohoku.ac.jp/kikin>



禁煙川柳募集

煙のない世界へ。



優秀作品は院内にてポスター掲示いたします。たくさんのご応募、お待ちしております！

募集箱から：当院インフォメーションボードに設置の応募用紙に必要事項をご記入の上、専用の募集箱にご投函ください。
WEBから：下記よりご応募ください。

<https://secure.hosp.tohoku.ac.jp/pr/kinen-senryu/>



カラダと地域のまんなか

東北大学病院Webマガジン「へっそ」

www.hosp.tohoku.ac.jp/hesso

hesso(へっそ)は東北大学病院の広報誌です。人のカラダを中心に、いまの医療を中心に、地域の皆さまにわかりやすく当院の活動を紹介します。hessoを中心に人の輪ができる、まさに地域の「おへそ」のような存在を目指します。



Facebook 東北大学病院 公式ページ
www.facebook.com/hosp.tohoku



Facebook hesso 公式ページ
www.facebook.com/hosp.tohoku.hesso



Twitter 東北大学病院 公式アカウント
[@hosp_tohoku](https://twitter.com/hosp_tohoku)

編集後記

新型コロナウイルス感染症の影響により5月の発行を断念しましたが、今回、合併号として発行できました。特集1では、これまでの当院の新型コロナウイルス感染症への対応や地域と連携した取り組みをご紹介します。ぜひ、ご覧ください。(広報室)

ご意見・ご感想募集

hessoへのご意見・ご感想を募集しています。住所、氏名、年齢、性別、ご意見・ご感想をご記入の上、下記宛先までおはがき、Eメール、またはフォームでお送りください。抽選で当院オリジナルグッズをプレゼントいたします。

【宛先】仙台市青葉区星陵町1-1東北大学病院 広報室

【Eメール】hesso@pr.hosp.tohoku.ac.jp

【フォーム】secure.hosp.tohoku.ac.jp/hesso/contact



hesso

東北大学病院広報誌「へっそ」
第27・28合併号2020年8月7日発行

東北大学病院 〒980-8574 宮城県仙台市青葉区星陵町1-1
TEL: 022-717-7000 URL: www.hosp.tohoku.ac.jp



お問い合わせ 東北大学病院 広報室 TEL: 022-717-7149 E-mail: pr@hosp.tohoku.ac.jp

Publisher: 東北大学病院 / Plan&Edit: 東北大学病院広報室 / Design: akaoni / Cover: 100%ORANGE / Photo: 門傳一彦
©2020 東北大学病院 / 本誌に掲載されている内容の無断転載、転用及び複製等の行為はご遠慮ください。