

社会医療法人 共愛会広報誌

Tsunagaru

[つながる]

Take free

ご自由にお持ち帰り下さい

vol. 74

Winter



病気の
はなし

技術の進歩により
治療精度が大幅に向上した

放射線治療

新世代の放射線治療機

TrueBeam導入!

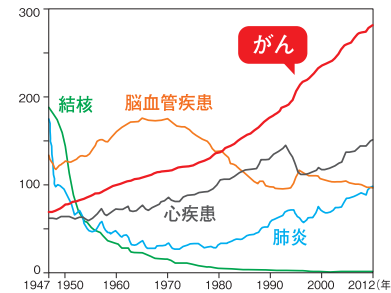
他のがん治療にはないメリット

◎切らない治療！
体にやさしいがん治療。

◎治療費が安い！
手術と比べて治療費が安い場合が多い。

◎通院で治療ができる！
生活や仕事への影響が少ない。

◎体への負担が少ない！
腫瘍のみを正確に照射します。



主要死因別粗死亡率の推移
1947～2012人口動態統計（人口10万対）

放射線治療で多くのがんを治せます！

進行したがんの痛みや出血など、がんに伴う症状緩和にも「放射線治療」は有効！

◎頭頸部がん

放射線治療では、声を失うことも、顔を傷つけることもありません。唾液が出なくなるといった副作用も最新の技術（IMRT）で少なくなってきました。

◎食道がん

手術が一般的ですが、抗がん剤との組み合わせで、食道を温存しながら、治療することも可能です。手術ができない進行がんでも治せることもあります。

◎肺がん

早期であれば、手術が一般的ですが、数回の照射（定位放射線治療）で治療することも可能です。抗がん剤との組み合わせで、進行がんでも効果を発揮します。

◎乳がん

手術のあとに放射線を照射することで、乳房を温存しながら、再発を予防できます。進行した患者では、乳房の切除後でも、放射線治療が必要になることがあります。

◎前立腺がん

低リスクから高リスクまで治療することが可能です。治療成績は手術と比べ、同等もしくは治療法によっては同等以上です。最新の技術（IMRT）で副作用も少なくなってきました。また、数回の照射（定位放射線治療）で治療することも可能です。治療日数1日の小線源治療という選択肢もあります。仕事との両立も可能で、男性機能も比較的保たれます。

他にも

さまざまながんで広く放射線治療が行われています

脳腫瘍

悪性リンパ腫

直腸がん

脳転移

肝臓がん

胃がん

子宮頸がん

リンパ節転移

膵臓がん

腎がん

肛門がん

骨転移

トモセラピー



サイバーナイフ



病気の
はなし

技術の進歩により
治療精度が大幅に向上した

放射線治療

体への負担が少ない放射線治療について
今田先生に聞きました。

放射線治療は、人にやさしい

今や日本人の2人に1人ががんにかかり、3人に1人はがんで亡くなる時代を迎えています。何よりも早期発見・早期治療が重要なことは言うまでもありません。

全国的にみて治療機を3台有している施設はあまり多くはない。当院では汎用機のリニアック（令和2年1月に最新の装置で治療開始）・サイバーナイフ（定位放射線治療専用機）・トモセラピー（IMRT専用機）を用い、患者様の思いを聞きながら、二人ひとりにあった集学的治療を提供できる施設です。

戸畑共立病院は、地域に高度ながん診療を提供可能なことはもちろん、治療実績や患者さまへのサポート体制などが評価され平成31年4月1日付で厚生労働省指定の「地域がん診療連携拠点病院」に指定されました。



がん治療センター副院長
今田 肇

がんの種類や
ステージによつて
幅広く対応可能

新世代の放射線治療機 True Beam 〈トゥルービーム〉 導入！

よりハイパワーになった
放射線治療機について
当院の医学物理士が
ご紹介します

戸畑共立病院では2008年から
汎用放射線治療機を用いて、
多くの患者さまの治療を行って
参りました。今回、従来の機器に
替えて、新治療機「True Beam」
を導入することになりました。

放射線治療機 True Beam は

True Beam は、アメリカのハ
イテク産業の拠点、シリコンバ
レーに本社を置くバリアン・メ
ディカル・システムズが開発しま
した。同社が長年にわたって
培ってきた技術をベースに、根
本から設計を見直した新世代
の放射線治療機です。フルデジ
タル制御とハイパワー化を実
現、新呼吸同期システムも備え
ています。

フルデジタル制御で 高精度化

超高電圧を使用する放射線
治療機はデジタル制御が困難
でしたが、True Beamはフルデ
ジタル制御を実現しました。
従来より1桁高い精度を達成、
高精度治療にふさわしい性能
を備えています。

ハイパワーで 治療時間を短縮

True Beam は時間あたり

新呼吸同期システム

従来の2〜4倍もの放射線を
照射できます。長時間の治療を
余儀なくされていた定位放射
線治療に威力を発揮します。

患者さまの呼吸に合わせて
放射線を照射する「呼吸同期
システム」は強度変調放射線
治療に対応。これまでは困難
だった肝臓や脾臓などの治療
に可能性を開きます。

治療開始に 向けて

新治療機 True Beam はす
でに組み立てを終えています。
しかし、目に見えない放射線を
用いて安全で正確な治療を行
うには、事前に入念なチェック
が必要です。現在、医学物理
士と診療放射線技師が協力し
て取り組んでいますので、治療
開始まで今しばらくお待ち下
さい。改めて、ホームページにて
お知らせします。



医学物理士
岩崎 哲

戸畑共立病院 ☎ 093-871-5421



がん放射線療法看護認定看護師
江崎 絵美 市川 清子

放射線皮膚炎の予防対策



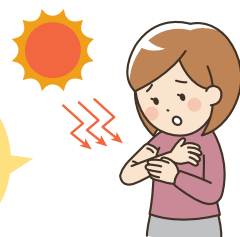
予防対策 ④

衣類は
締め付けはなく、
柔らかい素材を
着用しましょう。



予防対策 ⑤

押さえるように
電動カミソリで
髭剃りを
しましょう。



予防対策 ③

治療部位は
直射日光に
当たらないように
しましょう。



予防対策 ②

無意識に掻き、
皮膚炎がひどく
ならないようにする
ために爪を短く
切りましょう。

予防対策 ①

身体を洗う時は、
石鹸を十分に泡立てて
ゴシゴシこすらないように
洗いましょう。
泡はしっかり洗い流しましょう。
タオルで押さえるように
身体を拭きましょう。



認定看護師からの

message

～伝えたいこと～

vol.8

今回は
がん放射線療法看護認定看護師からの
メッセージです。

日焼けのような症状の

放射線皮膚炎

放射線治療ってどんな風にするんだろう？

痛いのかな？熱いのかな？など様々な疑問があると思います。放射線は目に見えませんが、放射線治療中に痛みや熱さを感じることはありません。

しかし、治療台に10～20分寝た状態で治療を行いますので、同じ体勢を保つことで痛みが出る方もいます。

放射線治療では治療部位によって副作用が違います。しかし、放射線は必ず皮膚を通過して病巣に達するため、照射された部位の皮膚に日焼けのような症状が起こります。

それを放射線皮膚炎といいます。

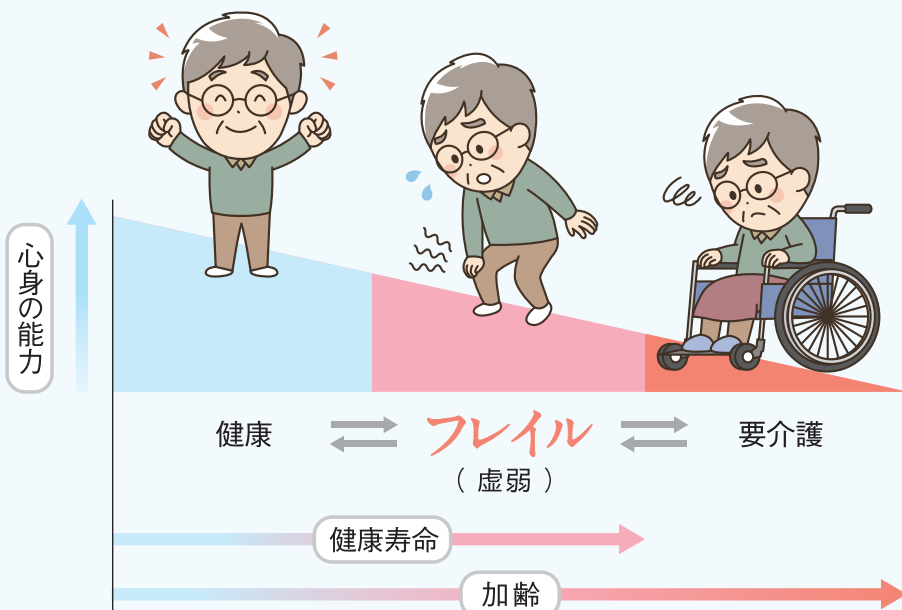
放射線皮膚炎の程度は、照射の量や部位・照射方法により異なります。通常は、治療開始2～3週間後より起こり、治療終了後1ヵ月程度で、ほぼ治療前の状態に戻ります。

治療開始から上記のイラストにあるような「放射線皮膚炎の予防対策」を心がけましょう。

他にも治療部位によってどのような副作用が出現するかを予測し、患者様に合わせたケア方法の説明を行っています。

治療が始まる前から私たち看護師は、放射線治療を受けられる患者様とご家族が安心して治療が行え、日常生活が続けられるように身体・精神・社会生活など、様々なサポートをさせていただきます。

気になることや不安なことなどがあれば、いつでもご相談ください。



リハビリスタッフ
オススメ!

フレイル予防で 健康寿命延伸

栄養

- たんぱく質をとる。
- 多様な食品を食べる。
- かむ・飲み込む力を維持。

運動

- 適度に歩く。
- 筋力低下を予防する。

社会参加

- 趣味活動をする。
- ボランティアをする。
- 自治会活動。

フレイルチェック開催のお知らせ

テーマ あなたの弱点は？フレイルチェック!! 体幹を鍛えバランスのとれた身体にチャレンジ!

【日時】 令和2年1月28日(火) 10時～12時

【お申し込み開始】 令和元年12月2日から

【場所】 沢見市民センター

【お申し込み先】 沢見市民センター TEL.093-881-5689

● ご相談・お問い合わせは 戸畑リハビリテーション病院 ☎ 093-861-1500

フレイルとは、加齢に伴って心身ともに弱っている状態です。栄養・運動・社会参加の3つをバランスよく行う事で改善可能と言われています。



pick up

特定健診

(メタボ健診)

40～74歳の方が対象で
(妊娠中・介護施設入所中などを除く)、
少ない負担額で1年に1回受けられます。
北九州市国民健康保険の
加入者は無料です。

戸畑共立病院 健診センター

☎ 093-871-6025 (直通)

(受付時間/8:30～17:00)

ご予約について

午前中は電話が混み合いますので、
午後からのご予約をお勧めいたします

特定健診は、俗にメタボ健診とも呼ばれますが、正式名称は「特定健康診査」と言います。「診査」とは行政用語で、人の体の状態を「診て調査」という意味です。かつて働き盛り世代の突然死が社会問題となりましたが、メタボが脳卒中や心筋梗塞の引き金となることが分かりました。具体的には問診、医師診察、身体計測(身長・体重・腹囲)、血圧測定、検尿(尿蛋白・血糖)、血液検査(肝機能・糖代謝・脂質)を行います。また法の基準に該当した方には、貧血検査・心電図・眼底検査の1つ以上が追加となります。特定健診でメタボと判断された場合、一部の例外を除き、保健師等による改善のサポート(特定保健指導)の対象となります。なおメタボ以外の判断はしないということではなく、明らかに異常がある場合は精密検査をお勧めすることとなります。

ご自身では健康だと思っても、知らないうちに脳卒中や心筋梗塞の危険が迫っている方がたくさんおられます。

特定健診は、加入している健康保険組合(健康保険証の発行元)から受診のお知らせが来ます。受けなくてもご自身には罰則はありませんが、お安く受けられて、重大な病気の早期発見に繋がります。一年に一度の定期的な健診をしましょう。

Tell Me Doctor

おしえて
ドクター

特定健診、忘れてませんか？

今回の旬の食材
[カリフラワー]

カリフラワーに含まれるビタミンCは、加熱による損失に強く、成分が失われにくいいため有効に作用し、疲労回復やかぜ予防、コラーゲンの生成、シミやニキビの改善、紫外線から肌を守るなど美白と抗酸化作用でアンチエイジングの効能が期待できます。生のまま・茹でる・焼く・炒める・揚げる・蒸すといった、あらゆる調理ができる使い勝手の良い野菜です。



栄養士
オススメ!

旬の簡単レシピ

カリフラワーのレモンサラダ

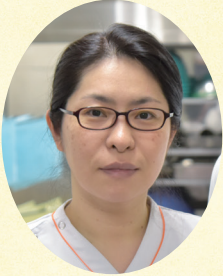
材料 (2人分)

カリフラワー	1/2株
レモン	1個
はちみつ	小さじ1/2分
オリーブ油	大さじ1/2杯
塩・こしょう	適量
ベビーリーフ	適量
ベーコン	1枚

作り方

- 1 カリフラワーはよく洗ってスライスします。(苦みが気になる場合は、塩水や酢水につけると食べやすくなります。)
- 2 レモンの半分は汁を絞り、半分はちょう切りにします。
- 3 レモン汁、はちみつ、オリーブ油、塩・こしょうでドレッシングを作ります。
- 4 ベーコンは食べやすい大きさに切り、焼いておきます。
- 5 ボウルにベビーリーフとちょう切りのレモン、ベーコンを入れ③でさっとあえて出来上がり。

エネルギー
(1名分)
78
キロカロリー



戸畑共立病院
栄養科
三瓶 彰子



エームサービス
調理師
内藤 元統



私の
ONとOFF

スタッフの仕事とプライベートを
みなさまにご紹介します

あやめの里 介護福祉士 佐藤 恵子

Work and Private

- Q. あなたの趣味は何ですか?
A. 夫のギター演奏で昭和歌謡や三線を弾きながら、沖縄ポップスを唄うこと。
- Q. それはいつから始めましたか?
A. ボイストレーニングに通いながら本格的に始めたので、1~2年前程から始めました。
- Q. 趣味にまつわるエピソードは?
A. ある出会いから夫婦ユニットでの活動を提案され結成し活動することとなりました。今後はライブ活動と共に高齢者施設などへの慰問を行いたいです。

私は介護福祉士としてこの仕事を始めて18年になります。現在は、療養棟で日常の介護を中心に皆様の健康・安全を第一に日々頑張っています。ご家族との会話の中で「あやめの里に入所してからとても安心している」。家族自身も「夜も熟睡できるようになりました。有難うございます」と、涙ぐみ話をされたことが、この職種で良かったと改めて思える瞬間です。個性を尊重し寄り添うケアをモットーに、そして笑顔溢れる生活が送れる様に支援をしています。

笑顔あふれる生活



〈表紙のイラスト〉

戸畑の街並み
(共愛会の冬景色)

共愛会広報誌をリニューアルしました。

今号(vol.74)より、広報誌「しおかぜ」から「Tsunagaru(つながる)」へと名称を変更しリニューアルを致します。今まで、爽やかな潮風を感じられるような情報発信を目指して発行しておりましたが、より地域に密着し、皆様と広報誌を通じ「Tsunagaru」ようにと願いを込め、より読みやすさに配慮したデザインにリニューアルし、様々な情報発信を行っていきたいと思っております。地域との「つながる」を表現するために、戸畑区の街並みをイラストで表現しました。今後ともご愛読のほど宜しくお願い致します。

社会医療法人 共愛会のご案内

<https://www.kyoaikai.com>



救急告示病院 地域医療支援病院 へき地医療拠点病院 災害拠点病院
地域がん診療連携拠点病院 管理型臨床研修病院 特定行為研修指定研修機関(1区分)
日本がん治療認定医機構 認定研修施設 開放型病院届出施設
外国人患者受入れ拠点病院 日本医療機能評価機構認定病院

戸畑共立病院 tel.093-871-5421

※救急患者は休日・夜間でも受付致します。

女性検診レディック

戸畑共立病院 健診センター tel.093-871-6025

日本医療機能評価機構認定病院 日本緩和医療学会認定研修施設
回復期リハビリテーション病棟 地域包括ケア病棟 緩和ケア病棟 在宅療養支援病院

戸畑リハビリテーション病院 tel.093-861-1500

在宅療養支援診療所

明治町クリニック tel.093-871-3655

住宅型有料老人ホーム

サンセリテ明治町 tel.093-871-3711

明治町デイサービスセンター
tel.093-861-1765

介護老人保健施設

あやめの里 tel.093-871-5902

メディカルフィットネス戸畑
tel.093-861-1746

ケアハウスあやめ
tel.093-861-1663

福祉用具レンタル・販売・住宅改修

あやめレンタルサービス
tel.093-871-3712

共愛会ケアプランサービス
tel.093-861-1151

あやめ在宅ケアセンター

・あやめ訪問看護ステーション
tel.093-871-5917

・あやめヘルパーステーション
tel.093-873-8327

・あやめケアプランサービスステーション
tel.093-873-8317

・あやめ巡回ステーション
tel.093-871-4571

共愛会法人本部
tel.093-330-0032

共愛会健康保険組合
tel.093-871-6151



YouTube

<https://www.youtube.com/channel/UCuM4I5RJLcr-UvxQ5FV3DJA>



facebook

<https://ja-jp.facebook.com/kyoaikai/>

発行元／社会医療法人 共愛会

〒804-0092 北九州市戸畑区小芝2-4-31

TEL.093-330-0032 FAX.093-330-0042

持ち帰りやすいサイズになりました