

# WEBで診療予約の変更・キャンセルの申込みができるようになりました!

当院ホームページやLINE公式アカウントから、診療予約の変更・キャンセルの申込みができるようになりました。下記QRコードから簡単に予約手続きができますので、ぜひご利用ください。



病院ホームページ WEB  
予約変更・キャンセル  
フォーム QR コード

LINE 公式アカウント  
QR コードはこちら!

## 注意事項

- 本サービスは、**予約変更・キャンセル、循環器科定期受診の予約のみ**となります。
- 新規予約や他院からの紹介予約に関しては、代表電話（0467-46-1717）までご連絡ください。
- 2～3診療日以内に、当院担当者より折り返しの電話連絡をいたします。
- 予約変更は、折り返し電話にて当院職員と調整となります。**Web入力のみで変更確定となりません。**

## 面会制限・マスク着用をお願い

新型コロナウイルス感染症の感染防止のため、**面会制限**をおこなっております。  
また、神奈川県では医療機関でのマスク着用を推奨しており、当院へ来院される際は**引き続きマスクの着用**をお願いします。当院の感染対策にご理解・ご協力の程お願い申し上げます。

### 原則として、以下のようにお願いします

- ① 面会は短時間（おおむね15分）
- ② 時間帯は15時から18時まで
- ③ ご家族のみ（同居でなくても可能）少人数（おおむね2人）
- ④ 手洗い、マスクの着用をお願いします
- ⑤ 発熱や風邪症状がある方は面会はお控えください
- ⑥ 入院患者様との飲食は禁止です
- ⑦ 病室内のみ



※主治医の認めた場合はこの限りではありません ※出産時については別途ご相談



〒247-8533 神奈川県鎌倉市岡本1370番1  
TEL:0467-46-1717(代表) FAX:0467-45-0190  
ホームページアドレス: <https://www.skgh.jp/>

(直通) 予防医学センター:0467-44-1454  
人工膝関節センター:0467-46-7172  
しょうなんメール 編集・発行:湘南鎌倉総合病院 年報広報誌委員会

SHONAN Mail Vol.188 2023 April

特集:腫瘍内科が新設されました

編集・発行 湘南鎌倉総合病院 年報広報誌委員会



SHONAN  
湘南鎌倉総合病院広報誌

しょうなんメール

# Mail

Number 188  
2023 April



### ▶ 特集 ◀

腫瘍内科が新設されました  
ICUにおける早期リハビリテーション  
保健だより Vol.12 ~笑いのすゝめ~

お知らせ WEBで診療予約の変更・キャンセルの申込みができるようになりました!

撮影者: 消化器病センター 隅田 ちひろ  
撮影場所: 国営ひたち海浜公園

# 腫瘍内科 新設されました!



腫瘍内科とは?

がんは白血病などの血液疾患と瘤(こぶ)をつくる固形腫瘍に大別されます。瘤ができる場所によって病名が決まり、胃にできれば胃がん、肺にできれば肺がんなどと呼ばれています。前者の血液疾患は血液内科が、後者の固形腫瘍はそれぞれの臓器の専門家が治療をおこないます。

腫瘍内科は臓器を特定せず、固形腫瘍に対する薬物治療を専門におこなう診療部門です。

## 臓器を問わない 専門的な薬物治療



### 複数のがん治療の選択や治療方針に関する相談も

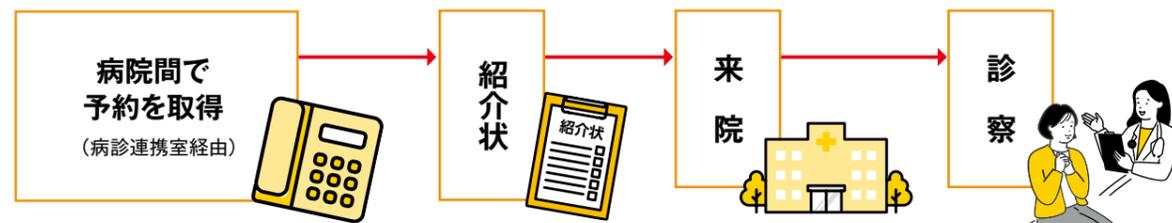
がん薬物治療が専門であるため、原則としてがんと診断された方が対象になります。がんの治療を希望される方だけでなく、主治医から複数のがん治療の選択肢を提案されたが何をどう選んだらよいか分からないなど、治療方針に関する相談にも対応します。

各科の専門領域では分類できないような原発不明がん、複数のがんが同時にできてしまった重複がん、**GIST(消化管間質腫瘍)**や**NET(神経内分泌腫瘍)**といった**希少がんに対する薬物治療**をおこなっています。

一部の希少がん、小児がんや若年者のがんで当院に専門家がいない場合は近隣の専門病院に紹介いたします。手術や放射線治療に有効性が期待できる場合は、院内のカンファランスで相談の上、各科に診療依頼をする場合もあります。適切な薬物治療が提案できない場合、がんの原因となる遺伝子変異を調べるゲノムプロファイリング検査をおこない、結果に基づいて適切に対応しております。

がん治療とともに緩和治療が必要な場合は、緩和医療科への相談や在宅診療への橋渡しも致します。

### 診療のながれ



がんの診断を受けた主治医の先生に紹介状の作成を依頼してください。病院間の紹介システムを通じて、当科の診察予約をお取りいただきます。原則、紹介状のご用意をお願いしておりますが、紹介状が欲しいと言いつらい、他施設を受診すると言いつけないなど受診がスムーズに進められない方は、当院のがん患者総合支援センター(看護師)までご連絡ください。がん患者総合支援センター経由で受診される方も増えております。まずお電話をいただき、不安を一つずつ減らしていただければと思います。

## AKIRA SAWAKI

部長 澤木 明

- 1991年 名古屋市立大学第二内科学講座入局  
名古屋市立大学医学部附属病院 内科研修医
- 1993年 愛知県がんセンター病院  
消化器内科レジデント
- 1995年 名古屋市立守山市民病院 内科
- 1998年 明陽会成田記念病院 消化器内科
- 2000年 名古屋市立城北病院 内科
- 2001年 愛知県がんセンター病院 消化器内科 医長
- 2011年 名古屋第二赤十字病院 消化器内科 副部長
- 2014年 川崎医科大学 臨床腫瘍学 講師
- 2016年 藤田医科大学(旧 藤田保健衛生大学)  
臨床腫瘍科 准教授
- 2022年 湘南鎌倉総合病院 腫瘍内科 部長

#### 所属学会

- 日本内科学会(認定医)
- 日本消化器病学会(専門医・指導医)
- 日本消化器内視鏡学会(専門医・指導医)
- 日本臨床腫瘍学会(専門医)
- 日本癌治療学会
- 日本胃癌学会
- 日本人類遺伝学会
- 日本遺伝性腫瘍学会

がんはどう向き合うべきか

患者さんそれぞれの正解のために



### 医師だけでないチームで支えていく治療をめざして

がんはどう向き合うべきかの問いに正解はありません。100人の患者さんには100通りの正解があると考えます。ご自身に最適な治療が受けられるように、医師だけでなく、薬剤師、看護師、医療ソーシャルワーカー、臨床心理士などのチームで支えていきます。

1日でも早い  
社会復帰に向けて!

## 集中治療室からはじめる

# 早期リハビリテーション

### 集中治療室でリハビリテーション?

皆さんは「集中治療室でリハビリなんかできるの?」と思われるかもしれません。近年、集中治療室でのリハビリテーションの重要性に世界的な注目が集まっており、日本でも多くの集中治療室でリハビリテーションがおこなわれるようになりました。皆さんの集中治療室のイメージは、「意識を失った重症患者さんが人工呼吸器や心電図、血圧計など多くの専門的な医療機器を装着して、絶対安静で、高度な専門治療がおこなわれている」などではないでしょうか?

確かに、集中治療とは患者さんの急変に対して全身状態を安定化させるための専門的な診療を提供するものですが「早期回復に向けての支援」も極めて重要な集中治療の役割です。全身状態が完全に安定した後にリハビリテーションを始めるよりもお身体の回復状況に併せてリハビリテーションを始めることで、身体の機能を維持することができます。退院後に長期に及ぶ辛いリハビリテーションを送るよりも、専門家の指導の下、集中治療室の専門医療チームと少しずつリハビリテーションを始めることで、結果的に早期の退院や社会復帰に繋がります。

## リハビリテーション科集中治療チーム

当院の集中治療室には専任の理学療法士 (physical therapist : PT) が2名常駐しています。私たち理学療法士は、集中治療を受けている重症な患者さんに対して、呼吸などのさまざまな臓器の機能を助けること、また**早く活動性を高められることなどを目的**として、集中治療室でのリハビリテーションをおこなっています。

## チーム医療

当院の集中治療室の取り組みとして医師・看護師・薬剤師・臨床工学士・管理栄養士・理学療法士といった多職種が毎朝集まり、集中治療室の患者さんについてカンファレンスを実施しています。治療方針や1日のスケジュールについてチームで情報共有する事で、それぞれの患者さんの状態に応じた最適なリハビリメニューの提供を目指しています。



## 集中治療室でのリハビリテーションってどんな事をするの?

様々なリハビリテーションがありますが、中心となるのは「**早期離床**」です。早期離床は、一定の基準に基づいて、医師、看護師、理学療法士、臨床工学技士などが協力しながら、頭をあげ、体を起こし、ベッドに腰掛け、立ち上がり、歩くことを段階的におこないます。



外科手術後

手術後翌日から身体機能の低下や肺炎や混乱(せん妄)といった術後頻発する合併症予防の為に、リハビリテーションを開始します。鎮痛薬を調整しながら、適切な動作介助をおこなう事で無理なく術後の早期離床を進めていきます。



人工呼吸器使用中

人工呼吸器を使用している患者さんであっても、意識がしっかりと保たれていたり、全身状態が安定しているなどの条件が整えば歩行練習をおこないます。歩行器を使用して複数のスタッフで安全管理を十分におこなった上で、早期の社会復帰に向けて歩く筋力を維持していきます。



ベッド上で

意識がなかったり身体の状態がまだ不安定でベッドから起き上がる事が難しい患者さんであっても、ベッド上で手足の運動をおこないます。関節が硬くなってしまいう関節拘縮や、血流が悪くなる事で血管内に血栓ができる肺血栓塞栓症(エコノミークラス症候群)を予防します。

## リハビリテーション科 集中治療チームからメッセージ



当院の集中治療室では、多職種によるチーム医療によって患者さんの状態に合わせたリハビリテーションを積極的におこなっています。万が一、ご自身が集中治療室に入るようなことがあった場合、「リハビリしましょう」と言われても驚かないでください。むしろ、「リハビリができるぐらい回復の兆しがあるんだ」と前向きに捉えていただくといいと思います。

これからも私たちリハビリテーション科集中治療チームは、多職種と協力し皆さんの1日でも早い退院や社会復帰に向けて精一杯努めて参ります!





# 第12回 笑いのすすめ 笑って元気に毎日を過ごそう!

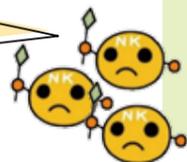


## 最近、大笑いしましたか?

医学の分野では笑いに着目した研究が進んでいます。笑うことが身体にとって様々な良い影響を与え、病気の予防や改善にも役立っていることが証明されています。(引用先:日本成人病予防協会) 今回は、**笑うことで身体に与える影響**についてお伝えします!!

### ★自己紹介★

名前: NK細胞 (ナチュラルキラー細胞)  
役割: 全身のパトロール、ウイルスやがん細胞をやっつける  
好きなもの: 笑うこと、楽しいこと  
嫌いなもの: 悲しみ、ストレス、マイナス情報



僕はナチュラルキラー細胞です。全身をパトロールし、がん細胞やウイルス感染細胞などを見つけ次第、攻撃するリンパ球です。生まれながらに備わっている身体の防衛反応です!

## 1. 笑いの効果

### ① 免疫カアップ

笑うことでNK細胞が活性化されます。このNK細胞は白血球の一種で、がん細胞や細菌に感染した細胞を死滅させる力があります。**笑うと免疫力が高まり病気に対して強い体ができます。**

引用先: 日本成人病予防協会



- ① 毎日7~8時間の睡眠をとる。
- ② 過度なストレスや疲労を避ける。
- ③ 心配や不安、悲しみはなるべく短い時間で乗り越える。
- ④ 憂うつ感が長く続く場合は早めに専門医に相談する。
- ⑤ 適度な運動を毎日、少なくとも週3回続ける。
- ⑥ 自分の好きなことを見つけ、熱中する。
- ⑦ 笑うことを心がける。

好きなことに打ち込むときの集中力が鍵!

### ② 自律神経のバランスを整える

笑うと心がりリラックスした状態になり、副交感神経が優位になります。その結果、自律神経のバランスが整って免疫機能が正常に保てるようになります。

引用先: 自然免疫応用技術株式会社

### ③ 血行促進・筋力アップ

笑うと腹筋や表情筋などの筋肉が良く動くため、筋力アップにつながります。さらに、笑っていると呼吸が早くなり、心拍数や血圧が上がるため、笑っていない時と比較するとカロリーの消費量が高くなります。

筋力がアップして筋肉量が増えると、運動をしたときに体温が上がりやすく血行が良くなり、全身に栄養が行きわたります。血液中の免疫細胞の活動も活発になるため、免疫力が高まります。

引用先: 自然免疫応用技術株式会社

### ④ 幸福感と鎮静効果

笑うと脳内ホルモンであるエンドルフィンが分泌されます。この物質は幸福感をもたらすほか、ランナーズハイ\*の要因ともいわれ、モルヒネ(麻薬)の何倍もの作用で痛みを軽減します。(\*ランナーズハイ: 走った後に短時間おとずれる幸福感、継続的な運動によって引き起こされる一時的な多幸感)

引用先: 沢井製薬

## 2. 健康の秘訣のために、毎日1笑いを!!!

日々小さなことでも良いので、笑いのもとを探してみましょう。意識しておこなうのは意外にも難しいものです。TVや映画、読書も良いことですが、それには限りがあります。前述のことに加えて自分でも面白い事を考えたり、面白い体験をした際には、**周囲の人にも伝えて一緒に楽しみ笑いましょう。**

### ワンポイントレッスン

- 笑いやすくするために顔の筋肉を動かしましょう!
- 鏡の前で「あ・い・う・え・お」と大きく口を開けてみましょう。
- 鼻の下をぐーと伸ばしてみましょう!

