

KUMA+

クマプラス

2024
WINTER
vol.31



／ 特集 ／

甲状腺ホルモンと妊娠

隈病院 栄養科こだわりのバランスレシピ

食事で免疫力を高めよう

『ブロッコリーときのこの豆腐グラタン』

神戸の楽しい歩き方

世界の器を選びに!

お薬ノート

医薬品の供給不足問題について

検査を読み解く

バセドウ病の検査について

当院の方針

1 インフォームド・コンセントの徹底

医師は、診断、治療方針について患者の皆様が納得いくまで説明を行っております。もし、納得できないこと、分からないことがあれば、医師にご遠慮なく尋ねてください。医師から提案された治療法に納得がいかない場合は拒否できます。この際、当院では代わりにどのような治療法があるかを明確にご説明いたします。なお、医学的に妥当ではない治療は当院では行っておりませんので、あらかじめご了承ください。

4 医療相談室の設置

当院は、医療相談室を設置しております。病気のことはもちろん、個人的なお悩み(ご自身の心の問題、ご家族や職場のお悩み等)の他、治療についての不満や、直接医師には言いにくいこと等、どのような内容でもお気軽にご相談ください。当院にはカウンセリングセンターも設置しています。ご希望により医師を通じて紹介いたします。ご希望の方は各階の受付にお申し出ください。

2 病名告知の徹底

当院では、診断名、治療法、今後の見通しについて、はっきりありのまま告げる方針にしています。患者の皆様が本当のことを知って治療を受けられることが大切だと考えるからです。

5 他院との連携

必要に応じ、当院から他の医療機関へのご紹介を行っております。他の医療機関にかかっておられる方でも、当院に現在の治療法で良いか相談していただけます。治療は今までどおりの医療機関で受けていただいて問題ありません。

3 患者の皆様による医師の選択

当院では相性の良い医師を探すことができます。何かご不満がある場合には他の医師に変更することが可能です。また、担当以外の医師に相談することもできます。ご希望の方は各階の受付にお申し出ください。

6 個人情報の保護と情報開示

当院では、個人情報の保護に積極的に取り組んでおり、個人情報の利用目的に関して皆様に公開しております。また、当院が有する個人情報はご本人へ開示しています。ご不明な点があれば、各階の受付にお気軽にご相談ください。

休診のお知らせ

2024年

※第2土曜・日曜・祝日は休診

1月9日(火)
午後休診

1月13日(第2土曜)
外来診察あり

3月2日(土)
休診

3月9日(第2土曜)
外来診察あり

5月11日(第2土曜)
外来診察あり

当院から皆様へのお願い

安全でよりよい医療を実現するため、医療従事者だけではなく皆様のご協力が必要です。

- ご自身の健康に関する情報はできるだけ正確にお伝えください。
- 治療に関して十分に質問をして、理解した上で治療をお受けください。
- 当院からお渡しする書類がご本人のものか必ずご確認ください。
- 他の患者様や、当院の診療に支障をきたすことがないよう、病院のルールや社会的ルール、病院職員の指示をお守りください。

また、ご来院の皆様が安心して診療を受けられるよう、以下のような院内の秩序を乱す行為は禁じたいします。

- プライバシー、個人情報保護に反すること
…他の患者様や職員のことなど、知り得た情報を他者にもらすことがないようにしてください。
- 職員を長時間拘束するなど、円滑な診療や業務を妨害する行為
- 無許可の写真や動画の撮影、録音
- 携帯電話の通話(許可エリアを除く)
- 喫煙(電子タバコも含む)
- 職員に対して文書作成などの強要や執拗な面談要求
- 公序良俗に反する行為
…暴言、暴力、威嚇、ハラスメント行為、騒音、器物破損など

再診予約のお願い

98日(14週)前から予約可

スムーズな診察が行えるよう再診は予約が原則となっております。

PC、スマートフォンから24時間再診予約できます

受付は3日前の14:00まで(休診日を除く)

予約の確認や日時変更、キャンセルもできますのでぜひご利用ください。

<https://www.3713721.jp>

◆診察予約専用電話(受付8:30~17:00) ☎078-371-0489



甲状腺ホルモンと妊娠

「妊娠希望で産婦人科を受診して検査をしたら、甲状腺機能の異常が見つかった」「妊娠後の検査で甲状腺の数値が異常だと言われた」。こういったことをきっかけに隈病院を受診される方は結構多いです。

妊娠に、甲状腺の数値がそんなに重要ですか？↓重要なんです。今回は、そのお話です。

甲状腺機能低下症と妊娠

甲状腺ホルモンは、からだの代謝を上げるためのホルモンです。過剰だと代謝が亢進し、不足すると代謝が悪くなります。

が始まることもありますし、当院のような内分泌の専門医に紹介になるケースもあります。

妊娠が成立した後にも、甲状腺ホルモンは重要です。赤ちゃんの成長に、甲状腺ホルモンは不可欠なものです。ただ、お母さんのお腹に宿ったばかりの小さな赤ちゃんは、まだ自分で甲状腺ホルモンが作れません。赤ちゃん自身の甲状腺がちゃんとできて、十分な甲状腺ホルモンを作れるようになるのは妊娠20週くらいになってからといわれています。それまでの間、赤ちゃんは胎盤を通してやってくる、お母さんの作った甲状腺ホルモンに依存します。つまり妊娠すると、お母さんは自分に必要な分だけでなく、赤ちゃんの分まで、甲状腺ホルモンを作らなければなりません。お母さん自身にも甲状腺ホルモンが不足した状態では当然赤ちゃんにも不足してしまいます

まず妊娠が成立するためには、甲状腺ホルモンの不足(代謝が低下した状態)は好ましくなく、実際に甲状腺機能低下症は不妊のリスクのひとつとされています。なかなか妊娠できなくて婦人科を受診したときに甲状腺機能がチェックされるのはそのためです。また、甲状腺ホルモンが低下する代表的な病気に橋本病がありますので、橋本病の原因とされている甲状腺自己抗体(抗サイログロブリン抗体・TgAb、抗甲状腺ペルオキシダーゼ抗体・TPOAb)も測定されることが多いです。これらの数値に異常が見つかった場合、妊娠前に治療が必要なケースがあり、そのまま婦人科で治療

ので、そのような場合流早産のリスクになったり、神経精神系の発達に影響することもあるとされています。

そのような訳で、妊娠を希望している場合の妊娠前、または妊娠中(特に初期)に見つかった甲状腺機能低下症は、基本的に「絶対的な治療適応」になります。さらに赤ちゃんが必要な分も考えると、正常範囲のなかでも「より十分にホルモンがある状態」が理想的です。具体的には、甲状腺刺激ホルモン(TSH)が $5\mu\text{U}/\text{ml}$ 以下、というのが現時点では推奨されています。妊娠中期以降はもう少し高くても大丈夫ともされていますが、いずれにせよ高いよりは低めの方が安心です。個々の甲状腺機能に依じて、必要な量の甲状腺ホルモン剤(チラーヂンS®)を内服してコントロールします。すでに甲状腺機能低下症と診断されて治療をしている方も、妊娠をお考



内科医師

ひさかど まこ
久門 真子

PROFILE 中学生の頃に経験したバセドウ病がきっかけとなり、甲状腺を専門とする医師になることを決意する。香川大学医学部を卒業後、2002年に同大学の第一内科に入局。内分泌代謝内科を中心に、広く内科診療の経験を積む。その後、甲状腺の診療について学ぶため、2008年に隈病院の内科に入職。その後、一度大学へ戻るが、2014年に再び隈病院へ。入職後は、産休や育休を取得しながら、診療に尽力。自身の病気の経験から、患者さんに寄り添った診療を心がけている。

えの場合や妊娠した場合には、治療の基準が少し変わります。ですので妊娠希望や妊娠したときには必ず主治医に相談してくださいね。

甲状腺機能亢進症と妊娠

前述したとおり、甲状腺ホルモンは妊娠の成立と維持には不可欠です。では、多ければ多いほどいいのでしょうか？決してそうではありません。多すぎると母体自体の健康にも影響しますし、妊娠すれば赤ちゃんにも悪影響であることが研究結果から分かっています。

甲状腺ホルモンの過剰は、代謝を過剰な状態にします。動悸や息切れ、疲れやすさの症状だけでなく、血圧も上がりやすくなり、妊娠高血圧症候群のリスクも高くなります。重症な場合には不整脈や心不全を起こすこともあります。甲状腺ホルモンが過剰でも妊娠自体は成

表2 チアマゾール関連奇形症候群

起こりやすい時期	関連する奇形
妊娠4～7週	気管食道瘻 食道閉鎖症 後鼻孔閉鎖症
妊娠6～9週	臍帯ヘルニア 臍腸管遺残 尿管管遺残
妊娠10～15週	頭皮欠損

が必要で、パセドウ病で処方される薬には、チアマゾール(メルカゾール®)、プロピルチオウラシル(チウラジル®)／プロパジール®, ヨウ化カリウムの3つがあります。そのうち、チアマゾールは赤ちゃんの器官形成期と呼ばれる妊娠初期(4週～15週頃)に内服していた場合、いくつかの奇形のリスクが上がることがこれまでの研究で明らかになっています(チアマゾール関連奇形症候群)(表2)。

立しますが、当然ながら妊娠前・妊娠中の身体は大切です。母親となる身体は健康に保たなければなりません。

また、甲状腺ホルモンが過剰な場合、ホルモン不足状態と同様に流早産のリスクになるとされています。さらに、赤ちゃんの神経系の発達にも影響して認知発達異常を引き起こしたりすることも指摘されています。甲状腺ホルモンは不可欠ですが、多すぎてもそれはそれで害になる。適切なホルモン状態にコントロールする必要があります(表1)。

甲状腺機能亢進症の原因となる最も一般的な疾患にパセドウ病があります。パセドウ病の治療中でも、きちんとコントロールした状態で(計画的に)妊娠出産すれば大きな問題になることはありません。ただし、注意しなければなりません。まず一つ目は、当然ですが甲状腺機

表1 甲状腺機能異常と母体・胎児へのリスク

	母体へのリスク	胎児へのリスク
甲状腺機能低下症	妊娠高血圧症候群 胎盤早期剥離 分娩後出血	流産 死産 早産 低出生体重児 神経認知脳発達異常
甲状腺機能亢進症	甲状腺クリーゼ 心不全 妊娠高血圧症候群	死産 早産 低出生体重児 認知脳発達異常 胎児パセドウ病* 新生児パセドウ病* ※母体がパセドウ病の場合

能が適切にコントロールできていること。これはすでに書いたとおりです。

二つ目は、パセドウ病を引き起こす原因である自己抗体(TSHレセプター抗体・TRAb、刺激性抗TSHレセプター抗体・TSAb)があまり

り高値でないこと。これらの抗体は、母体から胎盤を通して赤ちゃんにも一部が移行します。妊娠20週以降、赤ちゃんの甲状腺が機能し始めた状態でパセドウ病の自己抗体が移行すると、胎児パセドウ病や、出生後の新生児パセドウ病を引き起こしたりすることがあります。胎児パセドウ病は程度により、流産、死産、早産の原因になったり、胎児の甲状腺の腫れ、心臓への負担で心肥大を来すこともあるので注意が必要です。出生後には、赤ちゃん自身の身体でTRAbが作られているわけではありませんから徐々に抗体値は低下して改善しますので、重症でなければ新生児パセドウ病は経過観察ですむことも多いですが、いずれにせよ赤ちゃんの命や健康を考えると、自己抗体もある程度低下してからの妊娠が望ましいですね。

三つ目に、内服している薬にも注意

特に妊娠5週から9週までの間はチアマゾールの内服は避けるべきとされていますので、チアマゾール内服の方は、妊娠した際に内服をどうしたらいいのか、必ず主治医に確認しておいてください。万が一、妊娠に気づくのが遅くて器官形成期にチアマゾールを内服していても、奇形を引き起こす確率は決して高くはありませんし、また出生後に治療が可能である奇形が殆どです。そのような場合も中絶を勧めることはまずありませんので、甲状腺と産婦人科の主治医とで注意しながら経過を見ていきましょう。プロピルチオウラシル、ヨウ化カリウムについては基本的に妊娠中も継続して内服できるとされていますが、妊娠に伴って用量の変更が必要なおこともよくあります。いずれにせよ、妊娠時には早めに主治医に受診していただくのが大切です。

さらに、パセドウ病に対して放射性ヨウ素内用療法を受けられた方は、体内に放射性物質を取り込んだ状態になっていますので、少なくとも内服後半年は妊娠を避けるようお願いいたします。

わがこと

甲状腺機能異常を指摘されて、治療が必要と言われて、本当に私、ちゃんと妊娠できるの? 赤ちゃんは健康に生まれてくるの? いろいろ、不安なことも多いと思いますが、「妊娠したい」「元気な赤ちゃんを産みたい」という気持ちに、私たち医療者も精一杯応えたいと思っています。不安なことは聞いてください。精神的に辛ければ、それをサポートするカウンセリングや医療相談の利用も可能です。小さなことでも遠慮せずに相談してくださいね。

45th Annual Meeting of the European Thyroid Association (ヨーロッパ甲状腺学会総会) (イタリア・ミラノ)

2023年9月9～12日に45th Annual Meeting of the European Thyroid Associationが、イタリアのミラノで開催されました。当院からは赤水尚史院長と川野汐織医師が参加しました。ポスターセッションでは川野が「Clinical significance of serum thyroglobulin and tumor volume in delayed surgery for thyroid follicular neoplasms」を発表しました。また、甲状腺眼症に関するシンポジウムでは、オ

リンピック金メダリスト(女子100m、女子4×100mリレーで計3個の金)のGail Devers氏がゲストとして招待され、バセドウ病患者さんとしての苦悩とその克服について語られました。今回の学会会場となったミラノ大学は以前、15世紀の病院(旧マッジョーレ病院)だったそうで美しく荘厳な歴史的建造物です。会場にはヨーロッパ各地のみならず世界から多くの参加者が出席され、活発な議論が行われました。



アメリカ甲状腺学会 (米国・ワシントンDC)

2023年9月28日から10月1日まで、米国ワシントンDCで開催されたアメリカ甲状腺学会(ATA 2023)に、赤水尚史院長、宮内昭名誉院長、伊藤康弘外科顧問が出席しました。同会は、今回第100回を記念して盛大に開催されました。また、当院からは伊藤外科顧問が「甲状腺乳頭癌における気管浸潤評価」に関するポスター発表を行いました。

Endocrine and Neuroendocrine Tumor Conference(米国・シカゴ)

宮内昭名誉院長が米国で開催されたEndocrine and Neuroendocrine Tumor Conferenceに参加しました。この研究会に参加した国際内分泌外科学会の会長スエーデンのZedenius教授、次期会長カナダのPasiaka教授、前会長宮内名誉院長が顔を合わせて、来年8月にマレーシア、クアラルンプールで開催される国際内分泌外科学会の相談などを行いました。



さまざまな講演や発表を行っています。

7月	5日	京都橋大学細胞診断学各論Ⅴ(京都府) 検査技師 鈴木 彩菜「甲状腺細胞診」	
	7日	日本甲状腺病理学会総会・学術集会(福島県福島市) 医師 廣川 満良「日本甲状腺病理学会10年の軌跡」「ホルモン合成障害性甲状腺腫の病型別組織学的特徴に関する検討」 検査技師 鈴木 彩菜「嚢胞形成性甲状腺乳頭癌では腫瘍径よりも充実部径のほうが予後因子として重要である」 検査技師 兼松 里紗「超音波画像・肉眼・組織標本で測定した甲状腺微小乳頭癌腫瘍径の不一致と影響因子」	▶P8へ
	8日	読売健康講座(大阪府大阪市) 医師 伊藤 充「甲状腺機能の異常による病気」、医師 藤島 成「甲状腺結節(甲状腺のしこり)」	▶P9へ
	16日	福島県超音波講習会(福島県郡山市) 医師 廣川 満良「甲状腺の病理と細胞診」	
	18日	畿央大学(大阪府大阪市) 医師 廣川 満良「甲状腺の病理と細胞診」、検査技師 鈴木 彩菜「甲状腺顕微鏡実習」	
	27日	愛知甲状腺研究会(愛知県名古屋市) 医師 伊藤 康弘「甲状腺分化癌の評価と治療」	
8月	5日	細胞診断学セミナー(東京都) 医師 廣川 満良「細胞診断学総論」	
	9日	兵庫県臨床検査技師会病理・細胞研修会(Web開催/神戸市) 検査技師 山尾 直輝「細胞検査定期研修会(細胞診ジュニアコース)～乳腺・甲状腺～」	
	30日	甲状腺癌Webセミナーin播磨(兵庫県姫路市) 医師 小野田 尚佳「甲状腺癌患者のOS延長に寄与できる薬物療法」	
9月	9日	Annual Meeting of the ETA(イタリア/ミラノ) 医師 赤水 尚史、医師 川野 汐織「Clinical significance of serum thyroglobulin and tumor volume in delayed surgery for thyroid follicular neoplasms」	▶P7へ
	11日	畿央大学(大阪府大阪市) 検査技師 鈴木 彩菜「甲状腺・唾液腺顕微鏡実習」	
	15日	副甲状腺機能亢進症に対するPTx研究会学術集会(愛知県豊橋市) 医師 宮 章博「原発性副甲状腺機能亢進症「診断と治療のポイント」」	▶P9へ
	15日	森ノ宮医療大学 甲状腺細胞診実習(大阪府大阪市) 検査技師 樋口 観世子「甲状腺細胞診実習」	
	23日	神戸甲状腺研究会(兵庫県神戸市) 医師 石坂 智「授乳期の甲状腺全摘後、離乳後に副甲状腺機能低下症が顕性化した高度の低Ca血症を来した甲状腺乳頭癌の一例」 医師 八木 千佐子「甲状腺機能検査において非特異反応を示した41例の臨床的特徴」	
	25～27日	Annual Meeting of the American Thyroid Association(アメリカ/ワシントン D.C.) 医師 赤水 尚史 編集会議(Thyroid/Clinical Thyroidology) 医師 宮内 昭「Evaluation of tracheal invasion in papillary thyroid carcinoma based on the angles between tracheal cartilage and tumor surface: Difference in accuracy depending on surgeon's experience」、 Nominating Committee Meeting, Editorial Board Meeting 医師 伊藤 康弘「Evaluation of tracheal invasion in papillary thyroid carcinoma based on the angles between tracheal cartilage and tumor surface: Difference in accuracy depending on surgeon's experience」	▶P7へ
	27日	関西医療大学(大阪府泉南郡) 検査技師 樋口 観世子「細胞診断学特別実習Ⅰ、Ⅳ」	
28日	徳島大学医学部保健学科講義(徳島県徳島市) 医師 廣川 満良「細胞診断学の実際、精度管理と結果の活用について」		
29日	大阪臨床検査技師会細胞診定期講習会(Web開催) 検査技師 鈴木 彩菜「甲状腺の病理と細胞診」		

講演

読売健康講座を開催(大阪)

2023年7月8日(土)、隈病院とよみうりカルチャー大阪の共催で、大阪市内のギャラリーよみうりにて読売健康講座「症状からは気が付きにくい?甲状腺の病気のはなしー甲状腺機能の異常による病気と甲状腺結節(甲状腺のしこり)ー」を開催しました。動悸や息切れ、むくみやけだるさなど、全身に症状があらわれる甲状腺疾患について、今年は、「甲状腺機能の異常による病気」と「甲状腺結節(甲状腺のしこり)」をテーマに取り上げました。前半、「甲状腺機能の異常による病気」について、伊藤充内科科長が講演し、生命の維持に必要な不可欠な甲状腺ホルモンのはたらきや、甲状腺機能に異常をきたすメカニズム、また、その場合に起こりうる症状などについて説明しました。後半は、「甲状腺結節(甲状腺のしこり)」に関して、藤島成外科医長が講演しました。甲状腺結

節のほとんどが良性のものであることを強調しつつ、さらに悪性のもので他のがんと比べ死亡に至る確率が低いことを紹介しました。質疑応答では、事前に受け付けたたくさんの質問の中から特定の検査や治療法を受ける前などでない限り、甲状腺疾患に関しては、昆布や海藻類を含めて特に食事内容を制限する必要がないことや、甲状腺腫瘍に関しては、検査技術の進歩によって本来気付かなかったはずの小さな腫瘍も発見できるようになっているものの、触ってわかるほどの大きさや飲み込むときに違和感があるなどの自覚症状がない場合には心配し過ぎる必要がないことをお話ししました。当日は約100名の方にご参加いただき、「大変わかりやすい説明で、安心することができた」といった声が寄せられました。

講演

第13回副甲状腺機能亢進症に対するPTx研究会学術集会にて宮副院長が講演(愛知)

2023年9月16日に豊橋市で開催された第13回副甲状腺機能亢進症に対するPTx研究会学術集会において、宮章博副院長が「原発性副甲状腺機能亢進症:診断と治療のポイント」と題して、当院の豊富な診療経験をもとに1

時間の講演を行いました。会場では全国の副甲状腺疾患を専門とされる内科、外科など37名という多数の医師などの参加者がありました。講演後にはたくさんの質問をいただきました。

研修・見学の記録

7月 医師5名 8月 医師3名、細胞検査士1名、公認心理士1名 9月 医師6名、看護師1名



最新のニュースについて、詳しくは当院Webサイトをご覧ください



◀ ホームページ

You Tube ▶

国際

宮内名誉院長がソウル大学病院で講演(韓国・ソウル)

宮内昭名誉院長が2023年10月11日に韓国ソウル大学病院における第10回Chin教授 Memorial Lectureに招待され特別講演「A Half-Century of an Endocrine Surgeon: Towards Better Management of Endocrine Disease」の講演を行いました。これは韓国ナンバーワンである同大学病院外科の初代教授Chin先生を偲んで年1回開催される講演会です。宮内名誉院長は内分泌外科医としての半世紀の研究歴の中で特に反回神経再建による音声の回復、カルシトニンやサイログロブリンなどの血中腫瘍マーカー値のダブルングタイム、さらに腫瘍体積ダブルングレートが髄様癌や乳頭癌の予後と強い関連性があり、個々の患者さんの予後の予測にも有用であることを講演し、さらに当院にて世界で初めて取り

組んできた甲状腺微小乳頭癌の積極的経過観察の最新の成果について講演しました。



学会

日本甲状腺病理学会(福島)

2023年7月8日、第10回日本甲状腺病理学会が福島医科大学で行われました。当院からは廣川満良病理診断科科長が「ホルモン合成障害性甲状腺腫の病型別組織学的特徴に関する検討」、鈴木彩葉細胞検査士が「嚢胞形成性甲状腺乳頭癌では腫瘍径よりも充実部径のほうが予後因子として重要である」、兼松里紗細胞検査士が「超音波画像・肉眼・組織標本で測定した甲状腺微小乳頭癌腫瘍径の不一致性と影響因子」を発表し、活発な意見が交わされました。また、特別企画として、本学会の第2

代理事長でもある廣川病理診断科科長が「日本甲状腺病理学会10年の軌跡」と題して、当学会の歴史と今後の方針について述べました。なお、学会に先立ち、福島県立医科大学の放射線災害医療センター、および放射線医学県民健康管理センターの見学も行いました。福島原発事故当時の医療現場での混乱状況やその後の甲状腺疾患への対応をくわしく伺い、甲状腺疾患治療に携わる者として貴重な体験をさせていただいた機会となりました。

休日の昼食はスパゲッティ

土・日曜どちらかの昼ご飯づくりが、家庭での私の週末の担当です。息子と娘の食の好みがかかれていて、こつとや、私のレパートリーに限られていることもあり、メニューはほぼスパゲッティです。ダイコンとソーセージを具材にカレー味でまとめたものが、子どもたちから好評です。

妻も「人が作ってくれるご飯は何でもおいしい」と喜んでくれ、作りがいがありますね。平日はほぼ妻に家事を任せっきりなので、休日はできることを言われる前にやるようにしています。

ゲームや読書を楽しむ

家族みんなが好きなのがゲームで

す。それぞれ好みが異なるので、互いの影響を受けて新しいゲームを始めてみたりキャラクター集めを兼ねてみんなで散歩に出かけたりしています。

息子と一緒にゲームをすることもありますが、手の動きが速くて速くて。全く歯が立ちません。

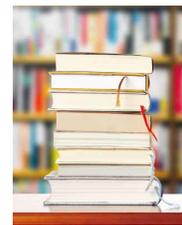
読書も好きです。本はミステリーやファンタジー、マンガもよく読みます。内科医ですが、医師になるうと思っただきっかけは、小学校低学年の時に読んだ『ブラック・ジャック』でした。人を助ける仕事という点に一番心を動かされました。

今につながる大学での部活動

今は座骨神経痛がひどくてできませんが、テニスも好きです。中学・高

校では部活に入っていませんでしたが一念発起し大学でテニス部へ。入部当日に熱中症になるなど初めはきつかったですが、人間関係を構築する機会を持ったことや体が鍛えられたことなど、今につながる良い経験ができました。

隈病院に赴任してまだまだ学ぶことがたくさんあることを実感していますが、自分が関心をもつ甲状腺の分野を追求できる環境にいたることができて充実しています。今後も医療人として、そして家庭人としても、自分のできることを全力で行いたいと思います。



Doctor's Profile

和歌山県立医科大学医学部を卒業後、同大学の内科学第一講座に入局。当時同大学教授であった赤水尚史院長の縁で、2011年から2年間隈病院で甲状腺疾患の診療経験を積んだ。その後、和歌山県に戻り地域医療に従事。より専門的に甲状腺疾患診療に携わりたいと考え、2022年4月隈病院に再入職。

現場の
トライ

全員で意識を共有し
接遇に磨きを

診療サービス課のスタッフは、2階・3階の受付・案内・予約を主に行っています。患者の皆様と接する機会が多いので〈全員参加・全員楽しむ〉をモットーに接遇教育に力を入れています。身だしなみはもちろん、正しい日本語の使用を目指し、例えば「こちらの方でよろしかったでしょうか」などのいわゆる“コンビニ言葉”を減らすための研修等も行っています。研修は、ロールプレイング(ビデオ撮影を行います)→確認→評価(本人・他者・講師)→再度ロールプレイングを繰り返すことで誤った日本語の使用を減らしてきました。またフィードバックは、本人・他者・講師の方からの感想・意見をまとめて、かわいい冊子を作成→配布しています。色々な意見の載った冊子がスタッフからは高評価で何度も読み返し確認しています。今後も患者の皆様へ正しい日本語で対応できるよう〈全員参加・全員楽しむ〉での研修を続けてまいります。



(診療サービス課 東 靖子)



日々の？を解決

喫煙はバセドウ病の患者さんにどのような影響をもたらしますか？

症状に悪影響を及ぼします

バセドウ病は甲状腺機能亢進症と眼の症状が生じる病気ですが、喫煙は双方に悪影響を及ぼします。喫煙者は、非喫煙者に比べて2-3倍甲状腺機能亢進症を発症しやすくなります。これは、本数が多いほどリスクが高くなります。また、甲状腺機能亢進症は抗甲状腺薬で治療しますが、喫煙者では、治療効果が減ることが報告されています。さらに、寛解したあとの再発も、多くることが報告されています。

眼症への影響ですが、喫煙者は、非喫煙者に比べて3-4倍眼の症状を発症しやすくなります。甲状腺機能亢進症と同様、本数が多いほどリスクが高くなります。また、眼症に対しては、副腎皮質ホルモン剤による治療や放射線球後照射が行われますが、喫煙者では、非喫煙者に比べてこれらの治療効果が劣ることが報告されています。禁煙をすることでこれらの悪影響は改善しますので、バセドウ病患者さんには禁煙を強く勧めています。

(内科 伊藤 充)



病気について、詳しくはホームページをご覧ください

クマベディア 検索



改修工事で待合や入院環境を向上

本稿執筆中は増築工事の只中で、患者の皆様には分かりづらい導線や診療中及び入院中の騒音など多大なご迷惑をおかけしました。2024年新年から外来エリアは広々とした待合になり、1階には隈病院90年間の歴史を展示するホールが完成しています。待ち時間にぜひご覧ください。また、入院中の患者の皆様により快適にお過ごしいただけるよう、病室等の入院療養環境も改修工事を行いました。

患者の皆様が安全に、安心して療養できるように、スタッフ一同努力してまいります。患者の皆様を安全を担保するためには、働くスタッフが安心安全に業務に取り組めることが重要です。安全管理室では引き続き、働くスタッフの心理的安全性へ目を向けたマネジメントを行ってまいります。

(安全管理室 新田 早苗)



医薬品の供給不足問題について

今、全国的規模でお薬の供給が滞っています。

きっかけは、2020年12月、ジェネリック医薬品メーカーの不祥事事件から始まりました。爪水虫などの真菌治療薬に、睡眠導入剤の成分が混入し健康被害が起こった事件です。その後、製薬メーカーが製造工程の再点検を実施したり、製造工程調査を受けたりした結果、様々な違反が発覚し、医薬品の回収、製造中止や業務停止勧告などが出されました。

た。そのため、他のメーカーの同じ成分の商品へ注文が殺到し、製造が追いつかず、医薬品が入手しにくい状況が起こりました。

さらに新型コロナウイルスの感染拡大で、いわゆる「風邪薬」の需要が急激に高まり、出荷量が調整されたり、薬の製造や流通がスムーズにいかなくなったことも原因に挙げられます。

また昨今では、感染拡大期にみられた受診控えや検診控えなどが解消し、さらに様々な薬の不足が生じています。

このような状況はまだまだ続くようです。少しでも早く改善するよう願うばかりですが、当院の薬局では日々最大限の薬剤確保を工夫して行っています。甲状腺関連の薬剤に関しては特に不足は生じていないので、安心して治療を継続していただくようお願いいたします。

(薬剤科 須貝 智子)

バセドウ病の検査

バセドウ病の確定診断や症状の程度などを調べるために、医療機関では「問診」「触診」といった診察のほか、「血液検査」「尿検査」「超音波(エコー)検査」「アイソトープ検査」などの検査が行われます。各検査について、少し詳しくみてみましょう。

血液検査

●甲状腺機能検査

血液検査は、甲状腺疾患の診断に欠かせない重要な検査です。血液検査から得られる情報は多く、そのうちの二つがこの「甲状腺機能検査」です。

これは「甲状腺ホルモン」と「甲状腺刺激ホルモン(TSH)」の血中濃度を測り、そのバランスの変化から甲状腺機能亢進症がないかを調べることができます。甲状腺ホルモンは「FT4(遊離型サイロキシニン)」「FT3(遊離型

トリヨードサイロニン)」の2種類を主に調べます。

●自己抗体検査

バセドウ病の検査では、血液中の自己抗体の有無やその程度を調べます。多くの場合「TSH受容体抗体(TRAb)」や「甲状腺刺激抗体(TSAb)」が陽性になり、診断に重要な所見です。このほか、「抗サイログロブリン抗体(TgAb)」や「抗甲状腺ペルオキシターゼ(TPOAb)」という抗甲状腺自己抗体も高頻度で陽性になります。

●その他

バセドウ病では、コレステロール値の低下や食後の血糖値の上昇などがみられる場合があります。加えて血液一般検査として、貧血の有無や腎機能・肝機能なども調べます。

尿検査

一般的な尿検査で、尿糖・たんぱく尿・血尿の有無などを調べます。

超音波(エコー)検査

甲状腺の形や大きさ、甲状腺の血流の状態などを調べるために、超音波検査も欠かせません。甲状腺腫瘍などその他の合併症の有無の確認にも役立っています。

アイソトープ検査

甲状腺ホルモンの原料の一つとなる「ヨウ素(別名:ヨード)」が体内に取り込まれると甲状腺に集まるという性質を利用して検査です。微量の放射性ヨウ素という医薬品を服用して、それが甲状腺に取り込まれる様子を撮影するのが「シンチグラフィ」。ヨウ素の取り込み方をみる「ヨウ素摂取率」という検査によって、甲状腺機能の異常や腫瘍合併の有無の診断に役立たせることができます。他の放射性薬剤を注射し、同様の評価を行うこともあります。参考:『甲状腺の病気といわれたら』NHK出版

バセドウ病の検査について

BALANCE RECIPES

～五感で楽しむ毎日の食事～

隈病院では、入院患者の皆様により毎日の食事を楽しみにしていただけるよう、食べることが大好きな管理栄養士たちがバランスの取れたおいしい献立を日々研究しています。このコーナーでは、**ヨウ素制限中でも、ご自宅でご家族と一緒にバランスの良い食事を楽しめるよう考えた簡単レシピ**をお届けします。

今回のテーマ

食事で免疫力を高めよう

空気が乾燥しやすいこの時期は、風邪やインフルエンザなどで体調を崩す方も多いです。手洗いやうがい等で感染対策できますが、自己免疫力を高めることでも感染予防をすることができます。免疫とは体内に侵入した細菌やウイルスを攻撃し、自分の身を守るように備わったシステムのことをいい、①適度な運動、②腸内環境を調える、③からだをあたためる等でも免疫力を高めることができます。

今年の冬は食事バランスを整えて、体の内側から感染予防に取組んでみてはいかがでしょうか？

〈レシピ提供〉
栄養科 管理栄養士
はやし まさき
林 昌樹



ブロッコリーときのこの豆腐グラタン

熱量360kcal、タンパク質16.8g、脂質31.1g、炭水化物8.8g、塩分1.8g

材料(2人分)

絹ごし豆腐…1丁(300g)	バター……………大さじ1
ブロッコリー……60g	コンソメ……………小さじ1
ベーコン……………60g	塩・こしょう………適量
玉葱……………50g	ピザ用チーズ………10g
しめじ……………40g	パセリ……………適量
マヨネーズ………大さじ1	

下準備

豆腐をキッチンペーパーで包み、電子レンジ(600W)で3分間加熱後、ザルに上げる。

作り方

- ①水抜きした豆腐とマヨネーズをボールに入れ、よく混ぜる。
- ②切り分けたブロッコリーを軽く濡らしておき、電子レンジ(600W)で3分間加熱。
- ③ベーコンは5mm幅、玉葱はせん切りに、しめじは石づきを取ってほぐす。
- ④バターで③を炒めたら、①と②とコンソメを加え軽く煮込む。
- ⑤塩・こしょうで味を調えたら、耐熱容器に入れチーズをのせる。
- ⑥トースターできつね色になるまで焼き、パセリを振る。

かぼちゃのヨーグルトサラダ

熱量144kcal、タンパク質2.1g、脂質7.3g、炭水化物21.1g、塩分0.5g

材料(4人分)

かぼちゃ…1/4個(300g)	★プレーンヨーグルト…
塩……………1g	大さじ3
レーズン……………25g	トマト(くし切り)…2切れ
★マヨネーズ…大さじ2	ブラックペッパー…お好みで

作り方

- ①かぼちゃのワタを取り、皮をむいたら2cmの角切りにする。
- ②①を軽く濡らし、電子レンジ(500W)で約6分間加熱。軽く潰せるくらい柔らかくなったらペーパーで水気を拭き、粗熱をとる。
- ③粗熱が取れたかぼちゃに塩で下味を付け、★とレーズンを加えて和える。
- ④器にトマトと一緒に盛り付け、お好みでブラックペッパーを振る。

★ヨーグルト

乳酸菌やビフィズス菌といった善玉菌が多く含まれ、腸内環境を整えてくれます

★かぼちゃ

血液循環を調え、血行不良による冷えや肩こりの改善に役立ち、若返りビタミンとも呼ばれているビタミンEが豊富

★豆腐

イソフラボンが有名ですが、肝機能や免疫力を高めてくれるサポニンも多く含まれています

★ブロッコリー

鼻や喉の粘膜を健康に保つ助けとなるβ-カロテンや、お肌の健康を保つために必要なビタミンCが豊富



丸みが愛らしいこしょうと塩入れのセット



人気のハート型のプレート



ネコやツバメなど動物のモチーフも人気(ポーリッシュマグ)



一輪挿し。紺色に花の色が映えそう



焼きりんごを作るための容器(りんごポット)

かわいくて丈夫 ポーランド食器 (ポーリッシュポタリー)

紺色をベースに、細やかでかわいらしい絵柄が特徴のポーランド食器。「ケルセン神戸直営店」の店内には、ほっそりとしたマグカップやどんな料理も映えそうなプレート皿、さらにオープン皿やパウンドケーキ型までたくさんの器が並びます。良質な陶土のおかげで、そのままオープンに入れられ食洗機の利用もOK。落ち着いた雰囲気でも和食ともよく合います。



Shop info

ケルセン神戸直営店

- ◆住所/神戸市中央区北長狭通3-8-11カーサアルテミス1階
- ◆TEL・FAX/078-391-2040
- ◆営業時間/11:00~18:00
- ◆定休日/なし ※年始は1月4日(木)から営業。
- ◆アクセス/JR・阪神「元町駅」東口から徒歩約2分

<POINT>

ポーランド食器

ポーランドの町「ボレスラヴィエツ」で伝統的に作られる陶器。職人が一つ一つ作り、絵付けています。釉薬にくぐらせてから高温で焼き上げており、熱に強いだけでなく汚れも落ちやすい!「ケルセン神戸直営店」では5つの工房の器を取り扱っており、絵柄の違いを比べるのも楽しいですよ。

世界の器を 選びに!

シックで温かい

北欧のヴィンテージ食器

春を待ちわびる気持ちを表現したような明るい花柄から、心落ち着くシックな色合いまで、北欧のヴィンテージ食器を扱う「北欧雑貨と暮らしの道具 lotta」。乙仲通りから1歩入った所にあるお店には訪れる人が絶えず、北欧人気の高さが伺えます。寒い冬を温かく過ごすのにぴったりのコーヒーカップや平皿は種類も豊富で、お気に入りを見つける楽しさも。



<POINT>

北欧のヴィンテージ食器

同店に並ぶのは、「アラビア」「イエンス・クイストゴー」「ロールストランド」など、店主夫妻が年に1~2回北欧で買い付けた食器類。それぞれの国でデザインや色合いに特徴があり、和の器との相性も良く、使い込むほどに味わいが深くなるそうです。

Shop info



北欧雑貨と暮らしの道具 lotta

- ◆住所/神戸市中央区栄町通3-1-11乙仲アパートメント1階
- ◆TEL/078-599-5355
- ◆営業時間/11:00~18:00
- ◆定休日/水曜、不定休 ※年始は1月1日(月・祝)、4日(木)が休み。

寒い冬を楽しく過ごすための、
工夫とデザインが詰まった、
ポーランドと北欧の食器で、
食卓をほっと温かくしませんか?

おしゃべり会から
こんにちは！

申し込み不要、
入退室は自由です！
お気軽にご参加ください！



隈病院では、患者さん同士が自由に悩みや
思いを話し合えるボランティアスタッフ主催
の「おしゃべり会」を開催しています。

日時：第3土曜 10:00～14:00
場所：1階フリースペース

インタビュー
わたしの
体験談

みんなが「同じ温度」で

おしゃべり会ボランティア きたじまさん〈最終回〉

病気になると孤独を感じる人も多いと思います。私自身もひとりでこの病気と闘うんだ
と思ってました。病気のことを話して家族や周囲の人たちに心配をかけたくないとか、「大
丈夫？」と聞かれることが辛く感じて、自分の中にある不安や弱音を吐き出せなくなってま
した。

「おしゃべり会」は基本的に同じ立場の人たちが参加しているので、同じ温度でお話がで
きます。思いをわかってくれます。その場で解決できることばかりではないですが、「おしゃべ
り」することで自分の中にある思いや答えを見つけられるという感じかもしれません。それ
はこの「同じ温度で話せる」環境だからこそだと思います。名前も知らない同じ立場の人同
士で繋がることができる、そんな貴重な場がこの「おしゃべり会」です。

私たち患者ボランティアも参加される患者さんたちと同じ患者のひとりです。ただ「ボラ
ンティア」の札を下げているだけです。もし今、孤独感を抱いている方や興味のある方、ぜひ
おしゃべり会にいらしゃいませんか。「自分は一人じゃない、同じ思いの誰かがいて、そし
て繋がっている」と感じてもらえたら嬉しいです。



隈病院 ご近所おすすめ飲食店&テイクアウト

- A つるてん生業 西店【和食】
時間 11:00～20:00(水曜は～16:00) ㊟木曜
- B 豊福【和食】
時間 11:00～14:00※夜はご予約のみ ㊟なし
- C ひょうごイナカフェ【和食】
時間 11:00～14:30(LO)(土・日曜・祝日は～16:00) ㊟水曜
- D カレー味善【洋食】
時間 11:30～14:30, 17:30～19:00(LO) ㊟木曜(火・日曜はランチのみ)
- E 洋食レストラン マルシェ【洋食】
時間 11:30～15:00 ㊟日曜・祝日
- F ビツェリア ファミリア【洋食】
時間 11:00～14:30(LO), 17:30～20:30(LO) ㊟月曜
- G 洋食ますだ【洋食】※臨時休業など要確認
時間 11:30～14:30(LO), 17:30～19:45(LO) ㊟日曜
- H 洋食の朝日【洋食】
時間 11:00～15:00 ㊟土・日曜※不定休は要確認
- I 丸高中華そば 神戸二宮 県庁前店【中華】
時間 11:00～21:00 ㊟日曜
- J Tea Room BON【喫茶】
時間 11:00～16:00 ㊟火・火曜※要確認
- K すいらて【喫茶】※臨時休業など要確認
時間 10:00～17:00(金曜12:00～) ㊟水曜
- L Norari&Kurari【喫茶】※臨時休業など要確認
時間 11:00～19:00 ㊟土曜
- M パン屋さん Sato【パン】
時間 6:30～17:00 ㊟日曜・祝日

皆様からの
ご意見

患者同士の関りが無いのが不安でした。自分だけが辛いのではない、みんな
が頑張っているのだからという思いは大きな力になります。(一部抜粋)

A. 貴重なご意見をいただき、誠にありがとうございます。当院では、患者同士のコミュ
ニケーションの場として「おしゃべり会」を月に一度開催しています。基本的に毎月第3
土曜日(休診日にあたる場合など、例外もあります)、患者ボランティアのみなさんが主
体となって運営しており、ご参加いただくのに費用もご予約も必要ありません。患者ご
本人だけでなくご家族と一緒に過ごせたり、他院で治療を受け
ている方も歓迎しています。次回の開催日などは、SNS(Instagram)
の当院公式アカウントでもお知らせしていますので、ぜひ一度ご参加
ください。

公式Instagramはこちら▶



KUMA_HOSPITAL

ご意見・ご要望は
各階に設置している
ご意見箱に
お寄せください



隈病院 3F

院内カフェ ハナとクマ

※おすすめメニュー※

花籠ランチ

¥1,390(税込)

ハナとクマカフェの一番人気のメニュー。メインと副菜のバランスも◎

ローストビーフ重ランチ

¥1,490(税込)

低温調理でじっくり柔らかかなローストビーフに。特製タレがとても良く合います。

- 営業時間 8:00～17:00
(モーニング8:00～11:00、
ランチ11:00～15:00)
- 定休日 第2土曜、日曜、祝日
※病院の休診日に準ずる

※店舗情報は変更がある場合があります(臨時休業など) ※ヨウ素制限中の方は、海藻類を使用しているか等を各店舗にご確認ください