隈病院をもっと知る季刊情報誌

KUMA+ クマプラス

2018 AUTUMN vol.10

＼ 特集 ／

ドクターに聞く
甲状腺全摘後のチラーヂンSの飲み方について

隈病院 栄養科こだわりのバランスレシピ
乾燥が気になる秋に…『豚肉のみぞれ焼き』

神戸の楽しい歩き方
神戸で開く新しいとびら

お薬ノート
チロナミン錠

検査を読み解く
甲状腺の超音波検査について

Kuma HOSPITAL

当院の方針

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、判らないことがあれば、担当の医師にご遠慮なくお尋ねください。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。

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。

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。医師の変更や、他の医師への相談をご希望の方はインフォメーションまたは医療相談室までお申し出ください。

医療相談室の設置

看護本部本部長による医療相談室を設置しています。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担当医師と相性が合わないといった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。まずはインフォメーションまでお申し出ください。

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。

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様へ開示しています。詳しくは「隈病院における個人情報の取り扱いについて」をご覧ください。

休診のお知らせ

2018年

10月25日（木）～27日（土）
外科休診

11月22日（木）～24日（土）
内科休診

12月28日（金）
午後休診

12月29日（土）～12月31日（月）
年末休みのため休診

2019年

1月1日（火）～1月5日（土）
年始休みのため休診

1月7日（月）
午後休診

なお、各医師の休診日は個別にお問い合わせください。

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。
- 治療に関して十分質問をして、理解した上でお受けください。
- 当院からお渡しする書類がご本人のものか必ずご確認をお願いします。
- 他の患者様や、当院の診療に支障をきたすことが無いよう、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。

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。

インターネットから24時間再診予約できます

受付は3日前の午後2時まで（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。

◆PC・スマートフォンの方はこちら
https://3713721.jp

◆予約専用ダイヤル（受付 午前8時30分～午後5時）
☎078-371-0489

医療法人 神甲会 隈病院
〒650-0011 兵庫県神戸市中央区下山手通8-2-35
TEL 078-371-3721　FAX 078-371-3645

医療法人 神甲会　隈病院　季刊情報誌　クマプラスvol.10
2018年10月1日刊行　発行者 隈病院 広報委員会 委員長 式見彰浩

ドクターに聞く 02

甲状腺全摘後のチラーヂンSの飲み方について

甲状腺がんやバセドウ病などの甲状腺疾患で、手術により甲状腺を全摘出した場合、術後は体外から甲状腺ホルモンを補う必要があります。甲状腺ホルモン補充治療では、原則としてレボチロキシン（LT_4、チラーヂンS）を投与し、血中の甲状腺刺激ホルモン（TSH）濃度を指標にコントロールします。しかしながら、この治療法では生物活性のあるホルモンである"T_3"が不足してしまう可能性もあります。

甲状腺を摘出するとT_3が不足する可能性がある

甲状腺疾患を発症し、甲状腺を全摘出した場合、甲状腺ホルモンを分泌する器官がなくなるため、レボチロキシン（チラーヂンS）と呼ばれる甲状腺ホルモン製剤を内服して不足を補うこととなります。全身の代謝に関わる甲状腺ホルモンにはプロホルモンであるT_4と生物活性があるT_3の2種類があり、LT_4は前者の合成T_4製剤です。チラーヂンSを内服するLT_4治療は、甲状腺全摘術後の最も標準的な治療法として広く行われています。

内科科長

伊藤（いとう） 充（みつる）

PROFILE 1990年、香川医科大学医学部を卒業、大阪医科大学第一内科を経て、2005年より隈病院勤務。
甲状腺機能低下症における脂質代謝異常、T_3優位型バセドウ病、甲状腺全摘術後の甲状腺ホルモンバランスなどを臨床研究のテーマとしてきた。
甲状腺疾患の現状と治療法について詳しく説明し、患者のニーズに応える診療を心掛けている。

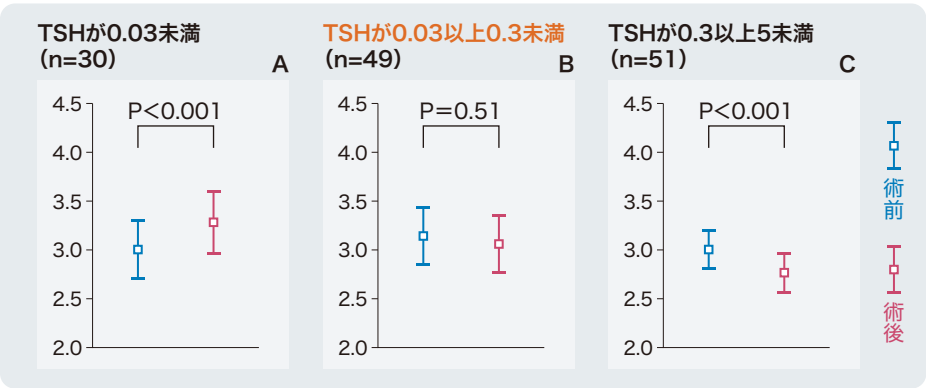
しかし、甲状腺ホルモンのうち、T_4は100%が甲状腺から分泌されたものですが、T_3は、80%が末梢でT_4から変換されることで生成され、20%が甲状腺から分泌されたものであるため、全摘出後においては、薬剤でT_4を補ったとしても生物活性のあるT_3が不足してしまう可能性があります。これまで、甲状腺機能低下症患者のLT_4治療においては、血中TSHとFT_4が正常であれば、T_3は正常であり、患者さんの健康上に問題はないと考えられていました。

甲状腺全摘術後のレボチロキシン服用患者の甲状腺ホルモンバランスは？

隈病院における調査の結果、甲状腺全摘術後のLT_4治療患者においては、TSH値が完全に抑制されている状態（0.03μIU／㎖未満）ではFT_3値は術前に比べ高くなり（**図1A**）、TSH値が正常な状態では、FT_3値は術前に比べ低値となりました（**図1C**）。そして、TSH値が0.03μIU／㎖以上0.3μIU／㎖未満の軽度抑制状態でFT_3値は術前と同等であることが明らかとなりました（**図1B**）。

図1　甲状腺全摘後LT_4内服患者の術前後のFT_3値の変化

単位はμIU/㎖



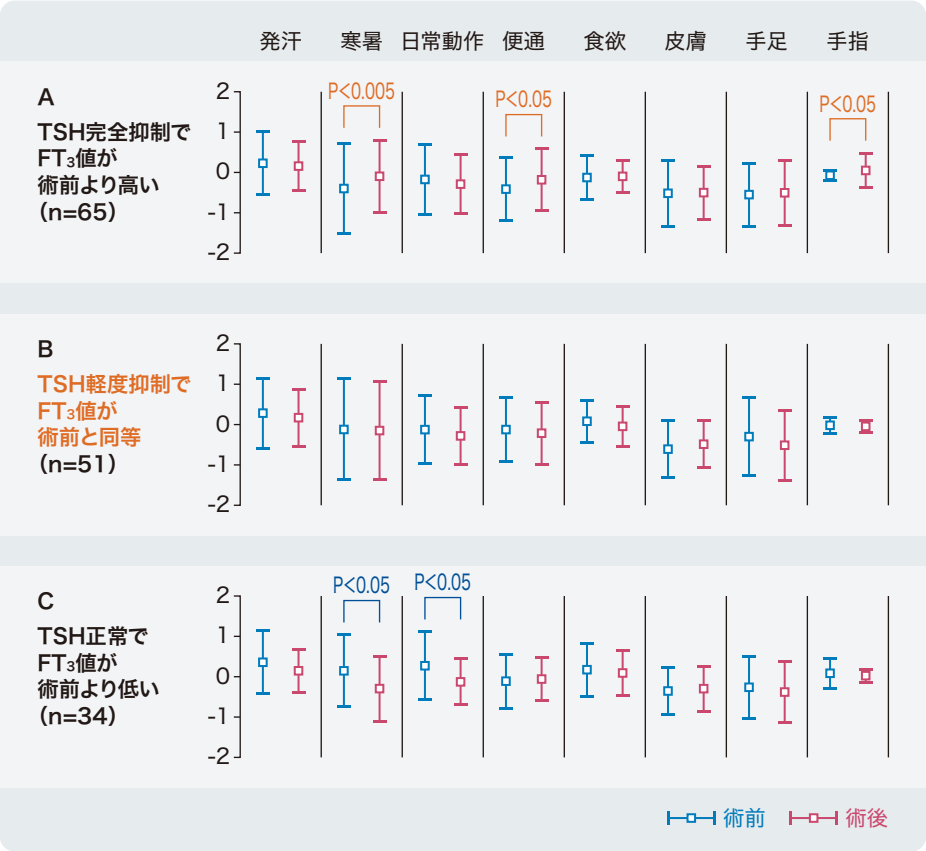
甲状腺機能はどの状態がベストか？ ー身体症状からみて

身体症状からみると、前述の3群のうちいずれの状態が術前の甲状腺機能正常の状態に近いのでしょうか。我々は、甲状腺全摘術後のLT_4治療患者に対し、甲状腺機能を反映する身体症状に関するアンケート調査を実施しました。調査の結果、TSH完全抑制でFT_3値が術前より高い群では、術後において、暑がり、便通の回数増加、手指の熱感といった甲状腺機能亢進症の症状スコアの増加を認めました（**図2A**）。また、TSH正常でFT_3値が術前より低い群では、寒がり、日常動作が緩慢といった甲状腺機能低下症の症状スコアが増加しました（**図2C**）。一方、TSH軽

表1　甲状腺全摘後LT$_4$内服患者の甲状腺ホルモン値と代謝指標の変化

	TSH完全抑制で FT$_3$値が術前より高い (n=58) A		TSH軽度抑制で FT$_3$値が術前と同等 (n=46) B		TSH正常で FT$_3$値が術前より低い (n=29) C	
	術前	術後	術前	術後	術前	術後
FT$_4$(ng/dL)	1.07 (0.14)	1.56 (0.20)*c	1.09 (0.11)	1.45 (0.16)c	1.12 (0.12)	1.38 (0.17)c
FT$_3$(pg/mL)	2.79 (0.33)	3.17 (0.34)c	2.92 (0.31)	2.96 (0.31)	2.92 (0.21)	2.76 (0.24)a
LDL-C(mg/dL)	114 (27)	111 (28)	104 (26)	104 (30)	108 (26)	114 (24)a
SHBG(nmol/L)	69.2 (35.1)	82.2 (40.6)c	66.5 (37.6)	66.9 (36.8)	67.1 (34.9)	71.7 (31.5)
TRAP5b(mU/dL)	377 (142)	371 (133)	361 (203)	328 (183)	362 (162)	319 (139)a
BAP(μg/dL)	13.4 (3.8)	15.6 (5.1)b	13.7 (7.5)	13.4 (6.4)	14.9 (6.3)	14.3 (6.0)

図2　甲状腺全摘後LT$_4$内服患者の術前後の身体症状の変化



度抑制でFT$_3$値が術前と同等の群では、身体症状のスコア変動は認められず、身体症状的には術前の機能正常の状態に近いことが示されました(図2B)。

代謝指標からみるとどうか？

我々は甲状腺機能を反映する代謝指標についても調査しました。その結果、TSH完全抑制でFT$_3$値が術前より高い群では、術後において、SHBG(性ホルモン結合グロブリン)とBAP(骨型アルカリフォスファターゼ)が増大し、甲状腺機能亢進傾向を示しました(表1A)。また、TSH正常でFT$_3$値が術前より低い群では、LDL-C値(悪玉コレステロール)の増大とTRAP5b(骨型酒石酸抵抗性酸性フォスファターゼ)の低下が認められ、甲状腺機能低下傾向を示しました(表1C)。一方、TSH軽度抑制でFT$_3$値が術前と同等の群では、代謝指標の変動は認められず、術前の機能正常の状態に近いことが示されました(表1B)。

このような結果から、甲状腺全摘術後のLT$_4$治療患者においては、TSH値が軽度抑制でFT$_3$値が術前と同等の状態になるようコントロールすることが、身体症状的にも代謝指標からみても術前の甲状腺機能正常の状態に近いことが示唆されました。

隈病院での取り組み

隈病院では、これらの調査結果をもとに、甲状腺全摘術後のLT$_4$治療患者においては、甲状腺機能検査項目としてTSHとFT$_4$ではなく、TSHとFT$_3$を測定するという取り組みを行っています。また、甲状腺全摘術後のLT$_4$治療患者においては、再発・転移のリスクがある甲状腺がん術後患者のみならず、リスクの低い甲状腺がん術後患者や良性疾患の術後患者においても、TSH値を軽度抑制とし、FT$_3$値が術前と同等の状態になるようコントロールしています。

講演

ITOGとAAESで講演

4月27日～29日にアメリカ・ロサンゼルスにて開催されたITOG、International Thyroid Oncology Groupの年会議に当院院長 宮内 昭が招聘されて「甲状腺微小乳頭がんは積極的経過観察が第一選択である」との講演を行いました。甲状腺がんについて研究しているたくさんの専門家たちから非常に高い評価を得ました。

ITOGで講演する宮内院長

引き続き、5月6日～8日にノースカロライナ州ダーラムのDuke大学で行われた第39回アメリカ内分泌外科学会(AAES)において「甲状腺微小乳頭がんの自然史」の口演を行いました。当院では世界に先駆け1993年から低リスクの甲状腺微小がんの積極的経過観察を行ってきました。今回明らかになったのは、経過観察中にやや早く増大したのは症例の3%のみであり、ゆっくり増大したのは22%、ほとんど変化しなかったのは57%であり、17%の症例は経過中に腫瘤が縮小したことです。米国の多数の先生たちから賞賛の言葉を頂きました。

その他

第91回日本内分泌学会学術総会学会報告

4月26日～28日に宮崎県で開催された第91回日本内分泌学会学術総会に隈病院の多数の医師が参加しました。シンポジウムでは、中村 浩淑医師がシンポジウム「甲状腺境界悪性腫瘍の取り扱い」で腺腫様結節と濾胞性腫瘍の鑑別について講演を行い、座長も務めました。伊藤充医師は、クリニカルポイント「内分泌検査値、機能試験の実践的な読み方」で甲状腺全摘後レボチロキシン服用患者における甲状腺機能の新しい観点での評価について講演を行いました。口演発表では、深田 修司医師が「新規変異を認めたDICER1関連疾患群の1家系」について発表しました。西原 永潤医師は「自己免疫性甲状腺疾患におけるTgAb、TPOAbの出現率：5種類の測定キットによる比較」について発表しました。工藤 工医師は、「甲状腺微小乳頭がんの経過観察における腫瘍径変化の検討」について発表しました。笠原 俊彦医師は、「マススクリーニング以外を契機に診断されたDUOX2異常症の3家系」について発表しました。中村 友彦医師は、「甲状腺分化がんのTgAb陽性率についての検討」について発表しました。ポスター発表では、吉岡 和佳医師が、「甲状線全摘後に多胎妊娠をした際のLT_4増量の検討」について発表しました。また、深田 修司医師は「甲状腺摂取率（RAIU）の低い中毒性多結節性甲状腺腫（TNMG）の診断」について発表しました。学会は、日本国内のみならず、海外からも参加者があり、大変盛んに内分泌代謝疾患に関するさまざまな情報の交換が行われました。

さまざまな講演や発表を行っています。

4月	5日	**日本外科学会定期学術集会**（東京都）　医師 宮内 昭　万国外科学会日本支部会合出席（IAEA President-Electとして）
	8日	**内分泌糖尿病心理行動研究会**（大阪府大阪市）　看護師 安東 夕紀「当院での遺伝相談外来時に語られる内容」
	14日	**中国湖南甲状腺学会**（中国・長沙市） 医師 宮内 昭「Active surveillance as the first-line management of the patients with low-risk papillary microcarcinoma of the thyroid」
	26日	**日本内分泌学会学術総会**（宮崎県宮崎市）　▶P7へ 医師 中村 浩淑　医師 伊藤 充　医師 西原 永潤　医師 工藤 工　医師 笠原 俊彦　医師 吉岡 和佳 医師 中村 友彦　医師 深田 修司
	27日	**Annual ITOG（International Thyroid Oncology Group）meeting**（アメリカ・ロサンゼルス）　▶P7へ 医師 宮内 昭「Active surveillance as the first-line management of the patients with low-risk papillary microcarcinoma of the thyroid」
5月	6日	**Annual Meeting of the AAES（アメリカ内分泌外科学会）**（アメリカ・ダーラム）　▶P7へ 医師 宮内 昭「Natural history of papillary thyroid microcarcinoma: Kinetic analyses on the tumor volume during active surveillance and before presentation」
	12日	**日本臨床細胞学会大阪府支部細胞検査士会学術研修会**（大阪府大阪市） 医師 廣川 満良「甲状腺の細胞診、日常症例から学ぶ基本的な見方と新報告様式」
	16日	**かかりつけ医のための勉強会**（三重県鈴鹿市）　医師 中村 浩淑「甲状腺疾患の診方　バセドウ病を中心に」
	17日	**North Osaka Ophthalmology Seminar**（大阪府大阪市）　医師 工藤 工「内科から見たバセドウ病眼症」
	19日	**2018年度世界甲状腺デー市民公開講座**（兵庫県神戸市）　医師 木原 実「甲状腺腫瘍（良性、悪性）」　▶P8へ
	27日	**2018年度世界甲状腺デー市民公開講座**（大阪府大阪市）　医師 宮内 昭「甲状腺のしこり：診断と治療 積極的経過観察」
	31日	**IAES（International Association of Endocrine Surgeons）Postgraduate Course**（ギリシャ・アテネ） 医師 宮内 昭「Active surveillance of the patients with low-risk papillary microcarcinoma of the thyroid」 「Cases: Thyroid nodules and thyroid cancer」 「Cases: Surgery for advanced thyroid conditions」 「Cases: Challenging Endocrine Cases from Greece」
	31日	**日本臨床細胞学会総会**（北海道札幌市）　医師 廣川 満良「甲状腺ベセスダシステム第2版の主な変更点」
6月	1日	**医用超音波講義講習会**（大阪府大阪市） 検査技師 太田 寿「初級者対象　基本を忘れずに！ 組織学特性から考える超音波所見とその伝え方「甲状腺」」
	1日	**日本超音波検査学会学術集会**（大阪府大阪市） 検査技師 太田 寿「知っておきたい甲状腺および頸部腫瘍の超音波画像」「エコー診断は見た目が大切！Visual 目合わせ6」
	1日	**日本臨床細胞学会総会春期大会**（北海道札幌市） 検査技師 樋口 観世子「甲状腺細胞診報告様式ベセスダシステムの改訂（第2版）によるインパクト」 検査技師 鈴木 彩菜「甲状腺MALTリンパ腫の細胞学的特徴と術前診断アルゴリズム」 医師 伊藤 歩紀「甲状腺穿刺吸引細胞診の手技　針径の違いによる影響」
	8日	**日本超音波医学会学術集会**（兵庫県神戸市） 医師 福島 光浩「リンパ腫の鑑別診断とマネージメント」「リンパ腫の超音波診断」「Ultrasonic diagnosis of Lymphoma in Thyroid」 医師 福島 光浩「甲状腺微小乳頭がんの経過観察（active surveillance）における超音波検査について　隈病院の場合 Active surveillance of low-risk papillary thyroid microcarcinoma at Kuma hospital」 医師 廣川 満良「甲状腺リンパ腫の細胞診と病理診断」
	8日	**日本脳神経超音波学会総会**（兵庫県神戸市）　検査技師 太田 寿「頸動脈エコー時に偶然発見される甲状腺病変」
	8日	**日本家族性腫瘍学会学術集会**（兵庫県神戸市）　看護師 安東 夕紀「MEN患者が家族に遺伝性疾患であることを伝えるかどうかの苦悩」
	9日	**European Congress of Cytology**（スペイン・マドリード） 医師 廣川 満良「JAPANESE REPORTING SYSTEM ON THYROID FNAC」 検査技師 鈴木 彩菜「Cytological findings and diagnostic clues」
	16日	**和歌山県細胞検査士会勉強会**（和歌山県和歌山市）　検査技師 樋口 観世子「甲状腺細胞診の診断のポイントについて」
	21日	**日本病理学会総会**（北海道札幌市） 医師 廣川 満良「病理診断以外の業務、とくに細胞検査士育成への取り組みについて」 医師 林 俊哲「新WHO分類における甲状腺低分化がんの改訂点」
	22日	**The 8th China thyroid Oncology Conference**（中国・杭州）　▶P8へ 医師 伊藤 康弘「Treatment for papillary thyroid carcinoma in Japan」
	28日	**日本内分泌外科学会総会**（北海道札幌市）　▶P8へ 医師 宮 章博　医師 木原 実　医師 伊藤 康弘　医師 東山 卓也　医師 舛岡 裕雄　医師 山本 正利　看護師 福島 さち
	28日	**日本病院学会**（石川県金沢市）　コメディカル 山下 暁子「入院費の預かり金制度を導入」

その他

第30回日本内分泌外科学会学術総会学会報告

6月28日～29日に札幌市で開催された第30回日本内分泌外科学会学術総会に隈病院の多数の外科医師が参加しました。宮副院長が教育セミナーで「バセドウ病の治療」とランチョンセミナーで「副甲状腺および副甲状腺疾患の外科的取扱い」についてそれぞれ講演を行いました。伊藤 康弘医師はシンポジウムで「甲状腺腫瘍診療ガイドライン2018年版・改訂の要点」で講演、また「甲状腺濾胞がんおよび低分化がんに対して第8版UICC/AJCC TNM staging systemは予後を反映するか?」と「甲状腺乳頭がんの予後予測ツールとして、第7版および第8版UICC/AJCC TNM staging systemのどちらが優れているのか?」を、木原 実医師は「穿刺針洗浄液を用いたECLIA法のカルシトニン基準値の検討」、東山 卓也医師は「甲状腺リンパ腫の予後」、舛岡 裕雄医師は「反回神経切除再建術後における声帯筋収縮の回復」、山本 正利医師は「細胞診にて甲状腺MALTリンパ腫が疑われ、経過観察中に自然消褪を認めた3例」、福島 さち看護師は「甲状腺術後の頸部愁訴軽減のための患者への頸部ストレッチ指導の実際」をそれぞれ発表しました。外科のみならず内科、放射線科、病理診断科、コメディカルからも、また日本国内のみならず海外からも参加者があり、大変盛んに討論が行われました。

講 演

治験臨床試験管理科科長 伊藤 康弘が第8回中国甲状腺腫瘍学会で講演

6月22日～24日まで中国杭州で開催された第8回中国甲状腺腫瘍学会に当院治験臨床試験管理科科長　伊藤　康弘が招聘され、特別講演を行いました。講演内容は甲状腺微小がんの経過観察も含めた「甲状腺乳頭がんに対する治療戦略」でした。中国杭州でもすでに甲状腺微小がんのおよそ半数近くが経過観察に回っており、手術の術式なども日本と近く、聴く側にとってもわかりやすい内容だったようです。杭州でこの分野で中心になって活躍している医師は非常に勉強熱心であり、知識も豊富で、講演した伊藤も大いに啓発されたとのことです。

講 演

外科科長 木原 実が読売市民健康講座「知ってほしい甲状腺のこと」で講演

5月19日に外科科長　木原　実が読売市民健康講座「知ってほしい甲状腺のこと ～5月25日は世界甲状腺デー～」（神戸市）で一般の方を対象として講演しました。外科の立場から「甲状腺にできものがあるって言われたら?」をテーマに甲状腺腫瘍について分かりやすく話をしました。一般の方を中心に240名の聴衆がありました。甲状腺腫瘍の多くは良性で、手術等はせずに経過観察が多いこと、悪性の場合はタイプにより生物学的性質が異なること、したがって治療法も異なることを説明し、隈病院では当院でのデータに基づいて微小がんでは積極的経過観察を行っていることなどを講演しました。

最新のニュースについて、詳しくはホームページをご覧ください

研修・見学の記録

国内外から研修・見学のために隈病院を訪れる甲状腺医療に携わる方々をご紹介します。

4月
- 国内　検査技師…2名
- 海外　医師……1名

5月
- 国内　医師……1名
  検査技師…1名
  その他……1名
- 海外　医師……3名

6月
- 国内　医師……2名
  検査技師…1名

FOCUS!

“甲状腺について興味深い情報が集結していますね”

Universidade Federal da Bahia Departamento de Biorregulação（ブラジル）
Helton Ramos教授

2011年にパリで開催された国際甲状腺学会で聞いた隈病院の発表が非常に興味深く、隈病院について調べると数多くの論文を発信している病院であることを知りました。ラテンアメリカ甲状腺学会で甲状腺微小がんに対する非手術経過観察についての講演を聞いて以来、いつか隈病院に見学に行ってみたいと考えていたところ、アジア出張の機会ができ、2日間という短い日程でしたがなんとか時間を確保して今回の滞在が実現しました。

見学の最大の目的は、隈病院来訪のきっかけにもなった微小がんの経過観察についてです。甲状腺医療について興味深いことをたくさん見聞きできる隈病院は、まるで“甲状腺医療のテーマパーク”のようで、とても良い経験になりました。見学終了後は、すぐに次の目的地、韓国へ発つ準備をしなければならず、あまり日本を楽しむ時間がなかったのが残念です。ブラジルには日本食レストランがたくさんあって、食事に行く機会も多く、実は箸も上手に使いこなせるんですよ。

プライベートではサッカーが好きで、もちろん祖国ブラジルを応援していますが、最近のブラジル代表はレベルが落ちているように感じますし、多くの優秀なブラジル人選手がヨーロッパのクラブに移籍してしまうのもの複雑な気持ちですね。神戸といえば、今年、ヴィッセル神戸に元スペイン代表のアンドレス・イニエスタ選手が加入したそうで、とても驚いています！

週末ドクター Vol.2

「〝おいしい〟輪を広げています」

外科副科長 東山（ひがしやま） 卓也（たくや）

自転車で楽しむ六甲山

休日は、飼い始めたばかりの子猫の相手をしたり、趣味のロードバイクを楽しんだりしてゆっくりと過ごしています。近所に六甲山系の山があって、往路は下り坂、復路が上り坂ときつめの道のりですが、山の空気や景色を楽しみながら、運動も兼ねてロードバイクを習慣にしています。仙台で過ごした学生時代には、学校のプログラムの一環でアイススケートをしたこともあるんですよ。数回だけの実習でしたが、スピンができるようになりました。

〝おいしい〟を追及

研究で3年間住んだアメリカ・サンディエゴは、年間を通して温暖で過ごしやすく、好きな街のひとつです。滞在中、ラスベガスやサンフランシスコ、ロサンゼルスなどカリフォルニア州内のほかの都市も訪れましたが、やはりサンディエゴが最も気に入っています。カリフォルニア州の最南部に位置し、メキシコと隣接しているため、メキシコ料理も楽しむことができました。トマトやタマネギ、香辛料で作るサルサと肉などの具材をトウモロコシのトルティーヤで包んで食べるタコスは、本場の味でとてもおいしかったです。またいつか、サンディエゴを再訪したいと思っています。タコスはスパイシーさがポイントですが、甘いものも好んで食べます。特別なパンケーキのレシピをご存知の患者さんから教わって、自分で作ったこともあります。ふわふわのスフレのようなパンケーキのレシピで、コツはフライパンの温度にあると分かりました。そこで、調理の際に温度を計測できるスマートフォンのアプリと外付けのツールを用意して、万全の環境を整えて挑戦すると、とてもおいしくできあがりましたよ。

必要な情報を正確に

外科医として大切にしていることの一つに、事実を正確に患者の皆様にお伝えする、ということがあります。それは、身体の状況をきちんと正確に把握した上で、これからのこと、将来のことを適切に考えてほしいからです。個人個人の病気の正体を正しく把握することが大切ですので、分からないことは何でも尋ねてください。

Doctor's Profile

1995年東北大学医学部卒業。1999年大阪大学大学院医学研究科修了。大阪大学、Sidney Kimmel Cancer Center、多根総合病院を経て2005年より隈病院で勤務。日本外科学会外科専門医、日本内分泌外科学会内分泌・甲状腺外科専門医、日本乳癌学会認定医等。

日々の？を解決 DAILY Q&A

Q インフルエンザの予防接種は受けても大丈夫？

A ほとんどの方は問題なく受けられますよ

甲状腺疾患で治療中あるいは経過観察中のほとんどの方は、問題なく予防接種を受けてもらうことができます。ただし甲状腺機能亢進や機能低下が著しく、体調不良の時期は予防接種を受けるには適しません。また、バセドウ病で内服治療開始後約2カ月間は、バセドウ病治療薬副作用による発熱と予防接種の副反応による発熱の区別が難しくなる可能性があるため、この時期の接種は避けていただくのが無難でしょう。また、ステロイド治療中の方は予防接種の効果が期待できない場合があります。ご心配な場合は担当医に相談して下さい。

予防接種が適さない状態の方は、インフルエンザ流行時期に人混みへ行かない、外出時はマスクを着用する、帰宅したら手洗いうがいをするなどして感染予防を心掛けましょう。

（内科　吉岡 和佳）

現場のトライ GEMBA NO TRY

〝備えあれば憂いなし〟

病院は特定防火対象物として年2回以上の消防訓練の実施が義務付けられています。もしも病院内で火災が起こったら、患者の皆様の安全を確保するためにスタッフは素早い対応が求められます。消防設備の使用方法、避難経路、患者の皆様の誘導方法など、スタッフが知っておかなければならないことはたくさんあり、いざというときには、入ったばかりの新人スタッフでも、ベテランスタッフと同じ動きが求められます。

当院での消防訓練は、実際に火災報知器を鳴動させ、消防署へ通報し、屋内消火栓から放水することでより実践に即した訓練を行っています。こうした隈病院の防災活動に対し、神戸市中央区消防署および自衛消防隊連絡協議会より「中央防災の賞」を受賞、また、地域防災シンポジウムin神戸にて、神戸市より「防災功労者」の表彰を受けました。

訓練を何度も行うことでいざというときに備え、患者の皆様の安全と安心を守り、スタッフが安心して働ける環境を守ることができるよう、日々努力しています。

（管理課　鎌谷 奈央）

神戸市より企業防災に貢献のあった団体として防災功労者の表彰を受けました

病気について、詳しくはホームページをご覧ください http://www.kuma-h.or.jp

隈病院の医療安全対策

Safety First

多角的な視点で安全パトロール

隈病院では、医療安全委員会メンバーによる「安全パトロール」を実施しています。おおむね月に1回のペースで各部署のリスクマネージャーを中心とし、複数名で担当部署をラウンドします。現場に赴くことで、過去に発生したインシデントレポートから改善策として取り組んだ事例を直接現場で確認することができます。また部署内ではなかなか難しいと思われる事例でも、違う部署のリスクマネージャーから別の視点でアドバイスを受けることができます。これはたいへん貴重な機会となっています。このような活動は、職員の安全に対する意識向上にもつながるため、継続したいと考えています。

（医療安全管理者 看護本部 本部長 新田 早苗）

お薬ノート

チロナミン錠

どんなお薬？

甲状腺ホルモンを化学的に合成したもので、T_3というものと同じ働きをします。短期間で甲状腺ホルモン値を上げたい場合や、甲状腺ホルモン補充療法が本当に必要かを判断する場合、また一過性の甲状腺機能低下症にFT_4の値が改善するまで使用されることがあります。

T_3は前号でお話したT_4（チラーヂンS）と比べて、服用後の吸収が早く体から排泄されるのも早いので、内服後に安定した濃度を維持することが難しく、決められた時間にきちんと飲むことが大切です。

副作用は？

甲状腺ホルモンはもともと体内にあるものなので、服用量が適正であれば副作用はほとんどありません。ただし、チロナミンは同じ甲状腺ホルモン剤として用いられるチラーヂンSに比べて動悸が起こりやすくなります。

気を付けることは？

チロナミンの吸収を妨げる成分としてアルミニウム製剤（胃薬など）、鉄剤（造血剤）、亜鉛含有製剤、炭酸カルシウムなどがあります。1日数回服用する場合もあるため、できるだけこれらの成分が含まれるものは摂らないことをおすすめします。市販薬、サプリメントや健康食品などを摂る場合も、医師や薬剤師に相談してください。

（薬剤科 林 真里）

検査を読み解く

甲状腺の超音波検査について

なんのための検査？

超音波とは、人間の耳に聴こえない高い周波数の音波です。超音波検査は、その高い音波を皮膚の上から直接臓器に当て、跳ね返ってきた音波を画像に表して検査しています。甲状腺の超音波検査は、甲状腺疾患の形態診断に不可欠で、当院では高い技術・知識を保証する資格試験に合格した超音波検査士が検査をします。また、放射線とは違い、基本的には人体に無害で、妊娠中でも安心して繰り返し検査できます。

超音波検査の目的は、①甲状腺の結節、びまん性甲状腺腫と炎症の有無をみる②結節のときは形状から組織型を推定する③超音波ガイド下細胞診の部位を決定する④びまん性甲状腺腫のときは体積の測定をする⑤ドプラ法により血流の有無と多寡の観察をする、などがあり、超音波検査士はこのような所見が臨床医側に容易に伝わるよう図解を用いて詳細なレポートを作成しています。

どうやって検査するの？

エコーゼリーを頸部に塗って検査するため、衣服が汚れないように首回りを大きく広げます。多くの施設ではベッドに寝て検査をしますが、当院では患者の皆様の待ち時間短縮のために、理髪店用の椅子に座って検査をします。

また、甲状腺をくまなく検査するために可能な限り頸部伸展をお願いする場合がありますが、過剰な頸部伸展や頸椎障害等の有無の確認を怠らないよう注意を払っています。

検査の後は？

検査終了後は、ティッシュやおしぼりで頸部のエコーゼリーをきれいに拭き取ります。検査時間は症例により異なりますが、約5分～10分程度が目安です。

検査時の体勢

検査では首にゼリーを塗るため、首回りは大きくあけます

臨床検査科 超音波検査士
大下 真紀

隈病院 管理栄養士こだわりの

BALANCE RECIPEs

Autumn

～五感で楽しむ毎日の食事～

隈病院では、入院中の患者の皆様に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。そんな管理栄養士たちが、ご自宅でも、ヨウ素制限中でも、ご家族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

乾燥が気になる季節に“うるおい”をプラス

夏に引き続き、空気が乾燥し始める秋も“水分調整”がポイント。夏は汗をかくことで体内の水分を調整しましたが、乾燥が気になるこれからの季節は、水分たっぷりの旬の食材で“潤い”を与えて、風邪をひきにくい身体をつくりましょう。

みぞれ焼きで使用する梨は約90%が水分です。りんごやキノコ類、新米なども水分を多く含み、体内の乾燥を防ぎます。また、豚肉に含まれるビタミンB1とビタミンB1の働きを助ける硫化アリルを含むタマネギは夏にたまった疲労を取り除いてくれます。

里芋ごはんにたっぷり入れる里芋には、冷たいものを食べ過ぎて疲れた胃腸を整え、働きを回復させるネバネバ成分・ムチンが含まれています。カリウムも体内の水分を調整してくれるので、むくみ解消に役立ちます。

〈レシピ提供〉
管理栄養士
井上（いのうえ） 嘉子（よしこ）

豚肉のみぞれ焼き

熱量315kcal、塩分1.4g、脂質19.5g、
タンパク質21.3g、炭水化物9.8g（1人分）

材料（2人分）

豚ロース …… 200g	ショウガ ……1片
梨 ……1/4個	しょうゆ …… 大さじ1と1/3
タマネギ ……1/4個	酒 …… 大さじ1
モヤシ …… 20g	サラダ油 …… 小さじ1
ピーマン ……1個	

作り方

❶皮と芯を取った梨、タマネギ、ショウガをそれぞれすりおろしてしょうゆ、酒とボウルに入れて混ぜ、豚肉を30分漬け込む

❷ピーマンは種を取り、5㎜幅の千切りにする

❸フライパンに油を熱して汁を切った豚肉を並べて焼き、フライパンの端でモヤシとピーマンも炒める

❹肉に火が通ったら漬け汁を加えて汁気が飛ぶまで炒める

❺器に豚肉とモヤシ、ピーマンを盛り付け フライパンに残ったタレを豚肉にかける

里芋ごはん

熱量284 kcal、塩分0.4g、脂質1.7g、
タンパク質4.7g、炭水化物58.4g（1人分）

材料（2人分）

里芋 …… 100g	薄口しょうゆ …… 小さじ1/2
ショウガ ……1/2片	酒 …… 小さじ2
米 ……1合	ゴマ油 …… 小さじ1/2
塩 ……0.5g	

作り方

❶里芋は皮をむいて一口大に切る

❷ショウガは皮をむいてみじん切りにする

❸お釜に米と調味料、里芋とショウガを入れ、規定量の水を加えて炊く

フードスタイリスト　ともながあきよ

神戸で開く新しいとびら

好奇心をくすぐられる秋――。今年はすこし角度を変えて、気ままな散歩気分で知らなかった世界をのぞきに行きませんか？

竹中大工道具館

ものづくり大国・日本の礎を築き上げ、いま失われつつある技術と道具を、宮大工・家大工・左官といった職人と、彼らを支える道具など、あらゆる角度から後世へ伝える博物館。竹中工務店ゆかりの緑深い新神戸に佇む美しい本館は、伝統の技術を集結させて2014年に完成した。日本が誇るべき繊細な美意識を感じさせ、心洗われる唯一無二の空間だ。

Takenaka Carpentry Tools Museum

❶奈良・唐招提寺金堂の柱や梁を原寸で再現したもの。吹き抜けに設置されているため、上から屋根をじっくり見られる。

❷館内には、ところどころに家具作家による1点物の椅子が配置されている。自由に座り比べて、その技術を感じてみたい。

このプレートに注目

「さわってみよう」のプレートが付いていたら、五感を使って展示を楽しもう。写真は、丸太とその削りくずの手触りと香りで木材の違いを感じられるコーナー。

竹中大工道具館
◆住所／神戸市中央区熊内町7-5-1
◆TEL／078-242-0216
◆時間／9:30～16:30（入館は16:00まで）
◆料金／一般500円、高・大生300円、65歳以上200円、中学生以下無料
◆休／月曜（祝日の場合は翌日）、年末年始（12月29日～1月3日）

かんなの形をした入館券やパンフレットのイラストもかわいい

WORKSHOP

ちょこっと木工

当日先着順

子どもから大人まで夢中で楽しめる参加できる木工体験。かんなを使ったお箸やスプーンなどの小物づくりからミニスツールなどの家具まで、丁寧に教えてもらいながら制作体験できる。人気のワークショップで長時間待つこともあるため、午前中がおすすめ。

◆料金／100円～2,000円 ◆開催／水・土・日曜・祝日
※開催日は変更する場合があります。詳しくはホームページへ

デザイン・クリエイティブセンター神戸（KIITO）

神戸港から輸出する生糸の検査所として1927年に建てられた重厚なゴシック建築の建物を活かし、デザイン都市・神戸の拠点として2012年に誕生したKIITO。当時の趣を残したユニークな巨大空間は、イベントや展示開催期間以外でも常時アクセスできるスポットが多数。ふらりと立ち寄っても新しい発見があり、気負わずに日常生活に新しい風を吹き込める施設だ。

生糸検査所ギャラリー（2F）

KIITO CAFE（1F）

ライブラリ（2F）

❶KIITOが生糸（絹糸）の検査所だった頃の様子や歴史を、実際に使用されていた機器や写真、映像で伝える。

❷兵庫県内の契約農家さんから届く野菜をたっぷり使った人気の週替わりランチ（750円税込）のほか、新鮮野菜の直売もぜひチェックを。

❸元検査所の機器を再利用した味わい深いテーブルやキャビネットがずらり。たくさん並んだ引き出しや棚には、KIITOの活動アーカイブや、全国から集まったフリーペーパー、資料などがぎっしり詰まっている。

デザイン・クリエイティブセンター神戸（KIITO）
◆住所／神戸市中央区小野浜町1-4
◆TEL／078-325-2201
◆時間／9:00～21:00
カフェ…平日11:30～18:30、土曜11:30～14:30
◆料金／無料
◆休／月曜（祝休日の場合は翌日）、年末年始（12月29日～1月3日）

どこにあるか探してみてね

レトロ建築好きを魅了するあちこちのクラシックなレリーフは、生糸にちなんで蚕や糸をモチーフにされているとか。あれこれ想像しながら探してみたい。

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土曜日 10:00～14:00
場所：1階防災センター横 セミナー室

わたしの体験談

『おしゃべり会ってこんな場所です』

おしゃべり会ボランティア 田中 美奈さん

「今日はおしゃべり会に来ることができて本当によかったです。」とおっしゃって笑顔で帰られる患者さんを見る度に、この場所が好きになります。自分にもバセドウ病患者としてできることがあるのかもしれないと、患者さんから日々教えてもらっています。何かあってもこの場所があるから大丈夫と思える、何かあっても話を聞いてくれて助けてくれる人がいる。そんなことをおしゃべり会は私に教えてくれます。ボランティアスタッフの私自身が患者さんに支えていただいている日々です。

「毎月来るのが楽しみなんです。おしゃべり会は私の心のオアシスです。」とおっしゃってくださった患者さんもいらっしゃいます。つらいとき一緒に励まし合い、手術が無事に終わるといったうれしいことがあったとき一緒に喜ぶ。これまでずっとお互いを知っていたような、そんなことさえも感じてしまう素敵な場所です。おしゃべり会は入退室自由・ご予約なしでご利用いただけます。診察の合間にぜひお立ち寄りください。

皆様からのご意見

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

洗濯機のそばに踏み台があると便利なのですが…

洗濯機の上にある乾燥機が高い場所にあるため、背が低い私は、洗濯が終わったあと手前にある洗濯物が見えにくくて確認に手間取ります。できれば踏み台を1つ設置してもらえないでしょうか？（入院患者さんより）

A.

貴重なご意見ありがとうございます。ご不便をおかけしており申し訳ありません。踏み台は転倒の危険性があるため設置をしておりませんが、お困りの際はお気軽に病院スタッフへお声掛けください。

隈病院 ご近所おすすめ飲食店

- Ⓐ つるてん生楽 西店【和食】 時間11:00～20:00（水曜は～16:00） ㊡木曜
- Ⓑ 豊福【和食】 時間 11:00～21:00 ㊡なし
- Ⓒ ひょうご イナカフェ【和食】 時間11:00～18:00 ㊡なし
- Ⓓ カレー味蕃【洋食】 時間 11:30～15:00、17:30～19:00(LO) ㊡木曜（火・日曜はランチのみ）
- Ⓔ 洋食レストラン マルシェ【洋食】 時間 11:30～15:00 ㊡日曜・祝日
- Ⓕ 花きゃべつ【洋食】 時間 11:30～14:00、17:00～23:00 ㊡日曜
- Ⓖ ピッツェリア ファミリア【洋食】 時間 11:00～15:00、17:00～21:00 ㊡月曜
- Ⓗ 洋食ますだ【洋食】 時間 11:30～15:00、17:30～20:00 ㊡日曜
- Ⓘ 洋食の朝日【洋食】 時間 11:00～15:00 ㊡土・日曜
- Ⓙ 丸高中華そば 神戸二宮 県庁前店【中華】 時間 11:00～21:00 ㊡日曜
- Ⓚ Tea Room BON【喫茶】 時間 9:00～16:00 ㊡土・日曜・祝日
- Ⓛ すいらて【喫茶】 時間 7:00～18:00 ㊡不定休
- Ⓜ Norari&Kurari【喫茶】 時間 11:00～20:00（土・日曜・祝日は～18:00） ㊡水曜
- Ⓝ パン屋さん Sato【パン】 時間 6:30～18:00 ㊡日曜・祝日

隈病院 3F

待ち時間にどうぞ

CARDI'S CLUB COFFEE

SPECIAL COFFEE COLUMN

ゴッドマウンテン

スペシャルティ珈琲の原点とも言える特別な一杯、ゴッドマウンテン。その産地は、神秘に満ちたバリ島北東部にあるキンタマニー山麓、標高1300mに位置するマユンガン地区です。

希少なアラビカ種の苗は、農薬などを使用せず、完熟豆のみを手摘みした後すぐに精製するなど、昔ながらの自然農法を受け継いで作られています。自然の恵みいっぱいのゴッドマウンテンは、秋のひとときにおすすめしたい至高の一杯です。

ホットコーヒー ¥350（税込）

カルディーズクラブコーヒー
神戸隈病院店

- カウンター12席 テーブル30席
- 8:00～17:00（売店17:30）
- ※第2土・日・祝日 11:00～16:00
- お盆・年末年始休業
- 全席禁煙

※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