

KUMA+

クマプラス

2019
AUTUMN
vol.14



特集

ドクターに聞く

甲状腺ホルモンが増える病気について

隈病院 栄養科こだわりのバランスレシピ
良質な油脂で潤いを…『イチジクのクランブル』

神戸の楽しい歩き方
ぶらり 王子

お薬ノート

知っていますか?こむらがえりになる理由

検査を読み解く

甲状腺超音波検査の特徴と役割について

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け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。治療は今までの医療機関で受けていただいても問題ありません。

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を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

2019年

10月10日(木)~11日(金)
休診

12月28日(土)午後~
2020年1月5日(日)
年末年始休暇のため休診

2020年

1月6日(月)
午後休診

※11月9日(土)は第2土曜ですが、外来診療を行います
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。

◆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8:30~17:00)

☎078-371-0489

甲状腺ホルモンが増える病気について

はじめに

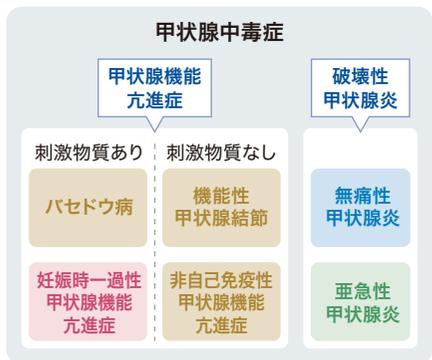
KUMA+11号でバセドウ病について解説しました。バセドウ病は甲状腺ホルモン(T₄、T₃)が増える病気の代表です。しかし甲状腺ホルモンが増える病気はバセドウ病だけではありません。では他に、どんな病気があるでしょう。それぞれ治療法が違いますので、病気のことを理解しておくことは大変重要です。今回はバセドウ病も含めて、様々な甲状腺ホルモンが増える病気を簡潔に解説したいと思います。

甲状腺中毒症と甲状腺機能亢進症

この解説を始める前に、まず2つの言

に、甲状腺機能亢進症は甲状腺中毒症の一部です。読み進んでいくと、だんだんご理解いただけるかと思えます。

図1 甲状腺中毒症と甲状腺機能亢進症



※この図は、標題の病気の全てではありません

外因性甲状腺中毒症

甲状腺ホルモン薬、たとえばチラーヂンSを誤って、毎日過剰に摂取したとします。そうすれば甲状腺ホルモンが当然のことながら増加し甲状腺中毒症となります。しかし、甲状腺自体が過剰に、活発に甲状腺ホルモンを産生している状態

葉の意味を理解しておく必要があります。

あまり聞き慣れないかもしれませんが、それは甲状腺中毒症と甲状腺機能亢進症という言葉です。中毒症というとなんだか怖いイメージが湧いてきますが、たとえばアルコール中毒ではアルコールを飲みすぎて血液中のアルコールが増えて、顔が赤くなったり、動悸がしたり、フラフラになったりします。甲状腺中毒症もこれと同じようなことで、血液中の甲状腺ホルモンが増えて、動悸がする、暑がりになる、体重が減ってくるなどの症状が出てくることをいいます。単純に血液中に甲状腺ホルモンが増えた状態と考えるとらつてもいいです。一方、甲状腺機能亢進症は、甲状腺自体が過剰に、活発に甲状腺ホルモンを産生している状態を示しています。(図1)のよう

はありませので、甲状腺機能亢進症とはいいません。

1980年代の有名な話ですが、アメリカのある町で、甲状腺中毒症が流行しました。普通、甲状腺中毒症が流行することはありません。多数の医師や疫学者が参加して、その流行の原因を探ろうとしました。その結果、どうもある地域のハンバーガーを食べた人が甲状腺中毒症を発病していたのが分かりました。そこでハンバーガーをよく調べると、そのパンに挟まれたお肉のパティの中に牛の甲状腺が誤ってミンチされていたのです。牛もヒトも甲状腺ホルモンの構造は同じですから、そのハンバーガーを食べると甲状腺中毒症になるのは当たり前です。これをハンバーガー甲状腺中毒症と言います。

また、一時、全国で牛や豚の甲状腺の粉末が入ったやせ薬(カプセル)が流行しました。確かに体重は減りましたが、そのやせ薬を摂取すると甲状腺中毒症状が現れ不整脈、肝障害などを起こすことがあります。(図2)は、そのカプセルを入手し、私が



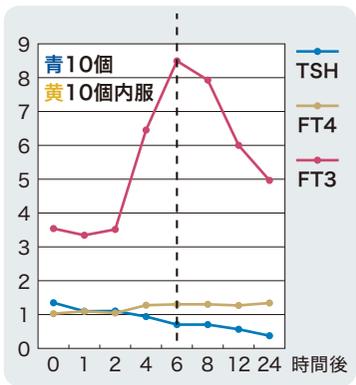
内科顧問

ふかた しゅうじ
深田 修司

PROFILE 広島大学医学部卒業後、九州大学の心療内科に入局。その後、当初は半年間の予定で甲状腺疾患を学ぶために隈病院へ入職。甲状腺疾患について懸命に学び続けた結果、隈病院へとどまることを決意。約30年もの間、隈病院で甲状腺疾患の診療や研究に従事。「寝ても覚めても甲状腺のことで頭が一杯」と語るほど、甲状腺疾患の奥深さに魅了されている。

内服し、自身の体で実験をした時の甲状腺ホルモンの変化をみたものです。内服6時間後には、特に甲状腺ホルモンとしての作用を持っているFT₃の濃度が8pg/mLを越えました。この時はさすがに全身倦怠感が出現したことを覚えていますが、皆様方は決してこのような無謀なことをなさらないようお願いいたします。

図2



牛や豚の甲状腺の粉末が入ったやせ薬は今でもネットなどで簡単に手に入ります。体重は減っても、心不全での入院など命がけのダイエットになりかねません。くれぐれも注意されてください。

無痛性甲状腺炎と 亜急性甲状腺炎

甲状腺の内部には、甲状腺ホルモンが大量に蓄えられています。何らかの機序により甲状腺が破壊されると、その蓄えられていた甲状腺ホルモンが漏れ出して、その結果、血液中の甲状腺ホルモンが増えて、甲状腺中毒症の状態になります。

その何らかの機序というのはまだ良くわかっていません。無痛性甲状腺炎と亜急性甲状腺炎を合わせて破壊性甲状腺炎とも言います(図1)。石油貯蔵タンクが破壊されて、貯蔵されていた石油があふれてた状態と似ていますね。無痛性甲状腺炎は、出産後に生じることが多く、その場合、産後甲状腺炎といえます。産後以外でも、アミオダロンという抗不整脈薬やリユープリンなどのGnRHアナログという薬によって誘発される、あるいはクッシング症候群などの手術後にも出現する場合があります。ここで大事なことは、無痛性甲状腺炎は、決して甲状腺機能

亢進症とは言わないことです。甲状腺が過剰に甲状腺ホルモンを産生しているわけではありません。

また亜急性甲状腺炎も無痛性甲状腺炎と同じく破壊性甲状腺炎の一種で、甲状腺ホルモンが増加しますが、甲状腺部に痛みを生じます。不思議なことに小児にはまずない病気です。どういうわけか中年の女性に多い病気です。痛みがあると言ふことで、不安な気持ちで病院を受診しますが、心配いりません。通常の痛み止めや少量のステロイドで完治します。氷で痛む部位を冷やしても治るくらいです。大事なことは、破壊性甲状腺炎であり甲状腺機能亢進症ではありませんから、甲状腺ホルモンの産生を抑えるメルカゾールなどの抗甲状腺薬の投与は禁忌です。内服しても効果はありませんし、何よりも抗甲状腺薬により白血球が減るといふ危険な副作用があれば、緊急入院となる場合があります。ところが実際はどうでしょう、隈病院では決してこんなことはありませんが、無

腺ホルモンを過剰に産生します。

の産生が増えますので、これは甲状腺機能亢進症で、抗甲状腺薬を投与する必要があります。

妊娠時一過性甲状腺機能亢進症

妊娠中、血液中が増えるヒト絨毛性ゴナドトロピン(hCG)というホルモンがあります。よく妊娠反応に利用されますね。このhCGが著しく増加すると甲状腺を刺激して甲状腺ホルモン分泌作用を持つこととなります。特に妊娠10週頃、つわりのひどい方に著しい増加傾向があり甲状腺ホルモンが増加します。hCGの刺激による甲状腺機能亢進症ですが、TRAbは陰性で、バセドウ病ではありません。幸いにして、このhCGは10週頃をピークに減少していきますので、甲状腺ホルモンもほとんどのケースで治療をすることなく自然に軽快していきます。

甲状腺刺激物質によらない 甲状腺中毒症

機能性甲状腺結節

これは甲状腺内のしこり(結節)が甲状

腺ホルモンを過剰に産生します。TRAbやhCGなどの刺激物質がなくとも勝手に自律的に甲状腺ホルモンを産生します。ほとんどが良性の結節なので心配いりません。プランマー病や中毒性多節性甲状腺腫などとも呼ばれます。(図2)のようになっています。グラフィーという検査をすればすぐ診断がつきます。結節の部分がホルモンを産生していると、そこが黒々と映し出されます。バセドウ病ではありませんが治療はバセドウ病と同じです。

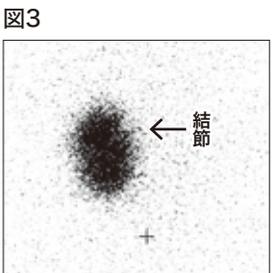


図3

非自己免疫性甲状腺機能亢進症

これは大変珍しい病気です。基本的に遺伝する病気で、何の甲状腺刺激物質もありませんが、機能性甲状腺結節とは違って甲状腺全体が甲状腺ホルモンを産生する甲状腺機能亢進症です。甲状腺にはTSH受容体というアンテナがありま

痛性甲状腺炎などの破壊性甲状腺炎に対して誤って抗甲状腺薬が投与されるケースが後を絶ちません。自然に治りま

甲状腺刺激物質による 甲状腺中毒症

バセドウ病

バセドウ病では、血液中に普段はないTRAb(TSH受容体抗体)という物質が出現し、それが甲状腺のTSH受容体(アンテナ)に働いて、甲状腺ホルモンの産生を促し、甲状腺全体が甲状腺ホルモンを過剰に分泌するようになります。その結果、血液中の甲状腺ホルモンが増加して、甲状腺中毒症状が出現することになる病気をいいます。バセドウ病では甲状腺内でTRAbにより甲状腺ホルモン

す。これに甲状腺刺激ホルモン(TSH)というホルモンが働くと、刺激が伝わり甲状腺から甲状腺ホルモンが産生されます。バセドウ病は、自分の体の成分であるTSH受容体に対する抗体、つまりTRAbが出現します。この現象を自己免疫というわけです。ところが、この非自己免疫性甲状腺機能亢進症では、TRAbはありませんが、TSH受容体の形が遺伝的に少し変形した結果、甲状腺ホルモンが勝手に産生されるように暴走してしまします。治療は基本的にはバセドウ病と同じです。

おしまいに

甲状腺ホルモンの増加は、イコールバセドウ病ではないということがお分かりいただけただでしょうか。まだまだ他にも甲状腺ホルモンが増える病気はありますが、基本的なことだけ紹介しました。少しでも病気の理解の参考になれば幸いです。

World Congress on Thyroid Cancer 3.5で講演

ローマで開催されたWorld Congress on Thyroid Cancer 3.5(甲状腺癌に関する国際会議)に院長 宮内昭と治験臨床試験管理科科长 伊藤康弘が参加しました。過去3回のこの国際会議は4年毎に開催されましたが、今回、次の2021年までの間に開催することになり、WCTC3.5と命名されたとのこと。主催者の予測参加人数は300人でしたが、実際には750人を越えたことで大盛況でした。宮内は、当院で1993年から行っている低リスクの甲状腺微小乳頭癌の積極的経過



特別講演する宮内

観察について特別講演を行いました。このテーマは、今回は大変大きく取り上げられ、何度も繰り返して講演やパネルディスカッションに出てきました。潮流が大きく動き出したと強く感じました。伊藤は甲状腺癌に関するパネルディスカッションで討議に参加しました。また、内科科長の伊藤充が取り組んできた甲状腺全摘後甲状腺ホルモン薬服用中の患者の甲状腺機能についてSalvatore先生が伊藤論文を引用して現在我々が隈病院で考えているのと全く同じ考えを取り入れた講演をされました。



Ito論文を引用するSalvatore先生

院長 宮内昭がトルコ内分泌外科学会で特別講演

院長 宮内昭が5月3日～5日にトルコのアンタルヤ市において開催された第9回トルコ内分泌外科学会に招聘され、「甲状腺微小癌の積極的経過観察」と「喉頭神経の温存と切除された反回神経の再建」の2つのいずれも45分間の特別講演を行い、さらに甲状腺癌に関する1時間のパネルディスカッションにも参加しました。いずれの講演も多数の質問があり、講演の後でも多くの医師達から色々な質問がありました。主



気管浸潤のリスクが高い微小癌の説明をする宮内

催者側の先生たちからは遠方からわざわざ来てくれたと大変良くもてなして頂きました。トルコは約400万人のシリアからの難民を抱えており、経済的負担が大きく、治安維持のためのセキュリティ対策がなされていましたが、町中は至って平穏でした。また、トルコの人々は一般的に親日的であるとの印象を受けました。



今回の学会会長の Yasemin Gilles Senyurek教授と

さまざまな講演や発表を行っています。

4月	12日	The 4th Beijing International Thyroid Surgery Symposium (中国・北京) 医師 宮内 昭「Papillary Thyroid Microcarcinoma: Active Surveillance and Beyond the Trial」
	18日	日本外科学会定期学術集会 (大阪府大阪市) 医師 宮内 昭「万国外科学会日本支部会」 医師 宮 章博「局所進行甲状腺癌、再発甲状腺癌に対する手術:外科医のもう少しの努力が予後を改善する」
	20日	広島県細胞検査士会総会 (広島県) 検査技師 樋口 観世子「甲状腺細胞診について」
	25日	IAES Postgraduate Course (中国・廈門市) 医師 宮内 昭「Papillary microcarcinoma: Observation is an Option」など
	26日	International Congress of Otorhinolaryngology-Head & Neck Surgery (韓国・ソウル) 医師 伊藤 康弘「Treatment strategy of papillary thyroid carcinoma」などKeynote Lecture
	26日	日本内科学会総会・講演会 (愛知県名古屋) 医師 笠原 俊彦「成人で発見される甲状腺ホルモン合成障害の検討」
	27日	日本超音波検査学会学術集会 (神奈川県横浜市) 検査技師 扇谷 恵里花「頸部食道憩室の特徴的な超音波画像所見」
5月	1日	Annual Congress of Korean Society of Ultrasound in Medicine (韓国・ソウル) 医師 伊藤 康弘「Active surveillance as first-line management: Kuma hospital's experience」
	3日	National Congress of Endocrine Surgery by Turkish Society of Endocrine Surgery (トルコ・アンタルヤ) 医師 宮内 昭「Can active surveillance be the first-line management for low-risk papillary thyroid microcarcinoma?」など ▶P7へ
	3日	International Congress of Cytology (オーストラリア・シドニー) 医師 廣川 満良「Thyroid FNA in Asian Practice: Implementation of the Bethesda System for Reporting Thyroid Cytopathology in Japan」など 検査技師 鈴木 彩菜「Identification of cytological features distinguishing Hürthle cell type follicular neoplasm from non-Hürthle cell follicular neoplasm in thyroid liquid-based cytology」
	9日	日本内分泌学会学術総会 (宮城県仙台市) 医師 深田 修司、西原 永潤、工藤 工、笠原 俊彦、中村 友彦、淡野 宏輔、高坂 和芳、廣川 満良 ▶P8へ
	18日	昭和大学甲状腺フォーラム学術集会 (東京都品川区) 看護師 新田 早苗「甲状腺・副甲状腺手術における退院後に後出血を発症した症例の検討」
6月	18日	群馬県病理細胞診セミナー (群馬県前橋市) 検査技師 鈴木 彩菜「甲状腺疾患(組織診と細胞診)」検鏡実習
	24日	日本超音波医学会学術集会 (東京都品川区) 医師 中村 友彦「当院における甲状腺濾胞性腫瘍の超音波血流評価についての検討」 検査技師 太田 寿「甲状腺癌症例の頸部超音波検査時に検出されるファントム腫瘍の検討」 検査技師 大下 真紀「当院における甲状腺結節の縦横比(D/W)計測についての検討」 検査技師 宮本 智子「3種類の血流表示法による副甲状腺腺腫の血流評価」
	7日	日本臨床細胞学会総会春期大会 (東京都) 医師 廣川 満良「本邦におけるNIFTP導入による影響—導入反対の立場から」 検査技師 山尾 直輝、鈴木 彩菜、兼松 里紗 ▶P8へ
	13日	日本内分泌外科学会総会 (東京都新宿区) 医師 宮内 昭「藤本吉秀先生を偲んで日本とアジアの内分泌外科学会の父 藤本吉秀先生」 医師 宮 章博、木原 実、伊藤 康弘、東山 卓也、舛岡 裕雄、山本 正利、金村 信明、佐野 賢 ▶P7へ
	18日	World Congress on Thyroid Cancer 3.5 in Rome (イタリア・ローマ) 医師 宮内 昭「Medical Management of Differentiated Thyroid Cancer: Active Surveillance」 医師 伊藤 康弘「APTS and AHNS Endocrine Surgery Section Masters Panel」にてPlenary Lecture ▶P7へ
20日	愛知医科大学講義 (愛知県) 医師 宮 章博「副甲状腺機能亢進症の外科治療」	
29日	Taiwan Cytopathology Symposium 講演 (台湾・台北) 医師 廣川 満良「Aspiration and smearing techniques of thyroid FNA」をはじめ3件 検査技師 鈴木 彩菜「How to observe thyroid FNA specimens?」をはじめ3件	

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 医師3名(国内1名・海外2名) 看護師2名(海外)
5月 医師2名(国内)
6月 その他1名(国内)

FOCUS!



“膨大な症例数を経験し、
外科医としての技術を
飛躍的に高めた2年間”

隈病院 外科 山本 正利

私は、「とにかく手術の経験を積みたい」という思いで、隈病院へ入職しました。甲状腺を選んだのは、直視下手術が大半である甲状腺の手術に携わることで、外科医としての基礎力を養うことができると考えたからです。

入職後の2年間は、通常であれば10年で経験するような多数の手術を一気に経験することで、外科医としてのスキルを磨くことができました。レベルの高い手術を行う外科医に囲まれ、日々指導を受けることで、手術の技術を飛躍的に高めることができました。また、外来を担当することで、甲状腺の内科分野に関する知識を身につけることができました。わからないことがあっても、すぐに内科の医師に質問することができる環境には、今も感謝しています。術後の長期的な管理についても、内科の医師に相談しながら知識を身に付けていくことができました。

この2年間で身に付けた外科医としてのスキルは、どこの施設に行っても通用するものだと思います。忙しくはありますが、たくさん手術を経験し、充実した日々を送ってきました。甲状腺外科のスペシャリストになるべく、今後も豊富な症例のある隈病院で、手術の腕を磨いていくつもりです。



“甲状腺超音波の
スペシャリストとして
第一歩を踏み出した”

隈病院 内科 中村 友彦

私は、多くの症例を経験できることに加え、学術面に力を入れている点に惹かれ、隈病院にやって来ました。

2年間の期間を振り返ると、豊富な症例を経験することで診療スキルが格段に向上したと思います。そのおかげで、自分の診療に自信をもてるようになりました。また、隈病院には、若手であっても積極的にチャンスを与えてくれる風土があります。私も国内外の各種学会で発表する機会をいただきました。

最近では、甲状腺超音波のスペシャリストとして第一歩を踏み出したところです。院内の超音波検査の代表的な立場を任せられ、学会誌への執筆を行ったり、学会のシンポジストを務めたりする機会をいただいています。今後は、超音波の分野の知識や技術をさらに磨いていくつもりです。

また、今年の8月には、オーストラリアで開催された国際学会で発表させていただきました。このような国際学会での発表のために、英会話にも力を入れていきたいですね。継続的に国内外の学会で発表する機会を持つために、診療のみならず研究にも積極的に取り組んでいきたいです。

進月歩

学会

第92回日本内分泌学会学術総会学会報告

5月9日～11日に宮城県仙台市で開催された第92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、廣川満良医師が甲状腺細胞診報告様式ベセスダ第2版の改訂点について講演を行いました。中村友彦医師は、International SessionであるMeet the Professor 2において「“Ultrasound Classification of Thyroid Nodules” and NIFTP at Kuma Hospital」について英語で講演しました。口演発表では、深田修司医師が術後残存甲状腺の増大に対してRI内用療法が著効したTg遺伝子異常症の1例について、西原永潤医師は亜急性甲状腺炎(SAT)発症後の超音波所見、抗甲状腺自己抗体の経時的変化と甲状腺機能異常の関連性について、工藤工医師は、甲状腺髄様癌手術

後、長期経過観察例におけるDoubling Rate (Doubling Timeの逆数)の変化の検討について、笠原俊彦医師は、TPO遺伝子異常症による甲状腺腫大に対してTSH値の軽度抑制が著効した1例について発表しました。中村友彦医師は、Tg高値によるエクルーシス試薬Anti-Tgの偽陽性についての検討について、高坂和芳医師は、甲状腺硝子化索状腫瘍をどう取り扱うか?83例の経験からの提言について、ポスター発表では、淡野宏輔医師が、Marine-Lenhart症候群34例の治療法と経過の比較検討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様々な情報の交換が行われました。

学会

第31回日本内分泌外科学会学術総会参加報告

6月13日～14日の2日間、東京都で第31回日本内分泌外科学会学術総会が行われ、当院の全外科系医師が参加しました。当院からは院長 宮内昭が特別企画：藤本吉秀先生メモリアルレクチャーで講演、副院長 宮章博が厳選演題「30歳未満発症の原発性副機能亢進症の診断と治療」、伊藤康弘医師が厳選演題「第8版TNM Stage分類における被膜外進展とリンパ節転移を細分化することにより、乳頭癌の予後をさらに正確に分類できる」、木原実医師が「甲状腺乳頭癌におけるCA19-9の腫瘍マーカーとしての意義」とランチオンセミナー「技術伝承：次世代に伝えたい最新デバイスと手術手技を駆使した甲状腺手術の工夫」、東山卓也医師が「甲状腺未分化癌の先行病

変と腫瘍内局在」、舛岡裕雄医師が「再手術において反回神経再建術を施行した症例の検討」、佐野奨医師が「反回神経再建術後患者の発声機能の長期経年変化についての検討」、山本正利医師がポスター「悪性卵巣甲状腺腫と診断され特異な経過をたどった1例」、金村信明医師がポスター「扁平上皮癌成分を伴う甲状腺乳頭癌の症例」をそれぞれ口演、ポスター発表しました。日本医大杉谷先生、宮内、伊藤の共同での特別報告「成人の甲状腺微小乳頭癌の取り扱いに関する実態調査報告」を加えると、隈病院からの報告は合計11演題となり、施設別の発表数は最多でした。なお、国内だけでなく海外からも3名の高名な医師の招待講演があり、活発な討論が行われました。

タピオカも、ラーメンも

今年4月に隈病院での勤務を開始し、今は初めての神戸生活を楽しんでいます。おいしいもの探しが好きで、休日には神戸でもカフェ巡りなどを楽しんでいます。タピオカティーなどトレンド感のあるものも好きですが、実は大のラーメン好き。神戸でのおすすめがあればぜひ教えてくださいね。気候の良い秋になったら、もっとあちこち出掛けられたらなあと考えています。

海の底の特別な時間

おいしいもの巡り以外の趣味に、スキューバダイビングがあります。もともとは両親の趣味でもあり、中学生のころに両親に連れられて初めてダイビングを経験し、すっかり虜に。その後、

何度か初心者ダイビングを重ね、大学生でオーブンダイバーのライセンスを取得。今では友人と旅行がてらさまざまなところでダイビングを楽しんでいます。非日常的な世界が広がる静かな海で、無重力の中にいるような浮遊感を感じながら海洋生物を観察するひとは、何もにも代えがたいです。

これまでに訪れたスポットで印象的だったのは、ハワイの海に沈む沈没船。魚たちの棲み処となった船体は幻想的でした。今年の夏に訪れたモルドイブはあいにくのお天気でダイビングのチャンスに恵まれなかったり、マンボウに出会うのを目的に赴いた海では最後までマンボウに遭遇できなかったり…そんな大自然と向き合うダイビングならではのちよっぴり残念な思

い出もありますが、ダイビングは私にとって特別な楽しみです。

女性の外科医として

私が実際に外科医という選択をするまでの学生時代には、自信を失いかけてしまうようなこともありましたが、「女性の外科医」に抵抗を持たれる方もおられます。しかし、初めはそのように感じておられた患者さんから、「先生にお願いして良かった」と声を掛けられたり、女性同士だから相談しやすいと言ってもらえたりすると、「外科医になって良かった」と心から感じます。患者さんが元気になるって退院される姿を見るのは何よりもうれしく、私の元気の源になっています。



Doctor's Profile
2013年川崎医科大学を卒業後、同大学にて乳腺甲状腺外科学 臨床助教を経て2019年4月より隈病院で勤務。甲状腺外科、乳腺外科医として丁寧で患者様に寄り添った診療を心掛けている。

現場の
トライ

優しくて頼りになる！
安心安全防災センター

当院1階には「防災センター」が設置されています。ここには病院内の安全を担うためのさまざまな機器類が集約されており、災害時などには活動拠点として情報の収集と発信が一括して行えるようになっています。さらに24時間常駐勤務しており、マンパワーをプラスすることで高い安全を確保しています。

さて、マンパワーをプラスしている防災センターですが、専門的な知識と経験が必要なことから、日本を代表する警備会社であるALSOK様に業務をお願いしています。

一般的には「警備」と言われれば固く厳しい姿で業務を行うことにより信頼感が得られますが、実際は逆に「怖い」や「威圧感がある」などのマイナスイメージになる声もいただいております。

そこで当院ではALSOK様の協力の下で、普段は柔和で優しい対応を心掛けながらも、いざという時には固く厳しい態度で臨むことを目標に掲げ、安全に加え安心して院内で過ごしていただけるよう日々精進しています。

(管理課 秋田 実)



日々の
? を解決
DAILY Q&A

お薬の飲み方を誤ってしまったら？

1日の服用回数に合わせて
対処しましょう

甲状腺の病気で用いられるメルカゾールやチラーチンSは、半減期が比較的長いので、飲む量を間違えても急激に効き目が変わることはありません。ただし、飲み方が不規則になり過ぎると効き目に影響しますので注意しましょう。

■飲み過ぎた場合

1日1回服用の方…次回から通常量を服用
1日2～3回に分けて服用の方…一度に2回分を内服した場合、次回は服用せず、その次から通常量を服用

■飲み忘れた場合

1日1回服用の方…その日中であれば気付いた時点で1回量を服用
1日2～3回に分けて服用の方…気付いた時点で1回量を服用し、次回から通常の時間帯に服用。翌日に気付いた場合は、前日は内服せず当日分だけを服用

妊娠中でチラーチンSを服用されている方は、胎児の成長に甲状腺ホルモンは不可欠ですので、特に飲み忘れには気を付けてください。

(内科 神谷 麻衣)

甲状腺超音波検査の特徴と役割について

甲状腺超音波検査の特徴

甲状腺超音波検査は、甲状腺疾患の画像診断として欠かすことができない最も有効な検査法であり、第一選択となります。甲状腺は、表在に位置する臓器のため腹部などでみられるガスや骨の影響が少なく、例外を除けば容易に病変の存在と質的診断が可能です。

また放射線を使用しないため被曝の恐れがなく、妊婦や授乳中の患者様に対しても繰り返し検査が可能であり、簡便でリアルタイムに情報が得られます。しかし、装置間差や記録外の画像がないためCT検査のように後で見直すことができないことが欠点です。

甲状腺疾患のこと

甲状腺疾患には、びまん性病変と結節性病変を呈する疾患に大きく分け

られます。

○びまん性病変

バセドウ病、橋本病（慢性甲状腺炎）、破壊性甲状腺炎（亜急性甲状腺炎、無痛性甲状腺炎）などです。これらは甲状腺機能異常を来たす場合が多く、各疾患の鑑別診断には主に血液検査が行われます。

超音波検査の役割は、甲状腺体積、結節の有無、炎症、血流の多寡などの所見を観察することです。

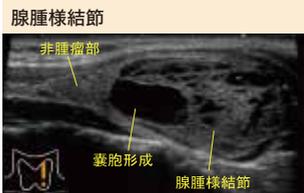
○結節性病変（良性、悪性腫瘍）

良性腫瘍には、嚢胞、腺腫様結節、腺腫様甲状腺腫、濾胞腺腫があります。悪性腫瘍には、乳頭癌、濾胞癌、髄様癌、悪性リンパ腫、未分化癌などがあります。乳頭癌は甲状腺悪性腫瘍の90%以上を占めます。

超音波検査の役割は、結節の局在部位・広がり（シエーマ）、組織型の推定、血流の有無、頸部リンパ節などの所見を注意深く観察することです。

症例呈示

日常超音波検査において我々がよく遭遇する結節性病変として腺腫様結節と乳頭癌症例を画像と共に説明します。



甲状腺左葉に3.7cm大の楕円形を呈した腫瘍がみられます。内部に嚢胞形成が認められます。

検査終了後、超音波検査士がレポートを作成し臨床医が確認・承認します。そして必要に応じ穿刺吸引細胞診を行い診断します。



臨床検査科
森 直



医療相談室のご案内など

隈病院には医療対話推進者らが相談員として開設している「医療相談室」があります。「おしゃべり会からこんにちは」(P19)では隈病院で手術を受けた患者の皆様がボランティアとして活動されている様子がうかがえます。この活動により、手術前後の不安が軽くなったという嬉しいお声や、入院中でも談話室等でこのような活動があればよいというお声もいただいております。これからの活動の参考にさせていただきます。甲状腺の手術を受ける患者の皆様は女性が多く、手術の創跡をしばらくの間はスカーフやハイネックの洋服で隠される方もあります。中には写真のように手作りチョーカーでテープや創跡を隠し、ファッションに取り入れておられる方もあります。素敵ですね。実物をご覧くださいたい方は、医療相談室へお越しください。

(医療安全管理者 看護本部 本部長 新田早苗)



●足がつることは ありませんか？ 〜こむらがえり(Sinus)〜

ふくらはぎや足の裏、ふとももの筋肉などが突然強くけいれんして、痛みが出ることを「こむらがえり」と言います。ふくらはぎ(腓)に多いことから、こむらがえりという名前が付いたようです。「足がつる」という言い方もします。

どうして足がつるのか、その原因は体内の電解質異常(低マグネシウム、低カリウム、低カルシウムなど)、運動中や就寝中の発汗による脱水、

冷えなどの血行不良、さまざまな病(例：甲状腺疾患、糖尿病)、妊娠などと関係が深いと考えられています。

こむらがえりの多くは健康な人にも起こる一過性のもので心配ありませんが、予防および発作時の治療として内服薬、症状発現後に筋肉痛がある場合には外用消炎鎮痛薬(液、ゲル、パップなど)を使うこともあります。漢方薬の芍薬甘草湯には筋肉の緊張をゆるめて、けいれんそのものやけいれんで起こる痛みを抑える作用があることがわかっています。こむらがえりの治療によく使われています。しかしこの漢方薬には「甘草」という生薬が多く含まれており、脱力感やむくみ、血圧の上昇などの副作用が起こるおそれがあるので、医師から指示された用法・用量をきちんと守って服用するようにしましょう。

(薬剤科 須貝智子)

BALANCE RECIPES

～五感で楽しむ毎日の食事～

限病院では、入院中の患者の皆様へ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

良質な油脂と季節のフルーツで 乾燥に負けない体に

高温多湿な夏を終えた秋のバランスポイントは、乾燥対策。今回は、秋のティータイムにほっと一息つきながら、身体に潤いをもたらしてくれるレシピをご紹介します。

イチジクのクランブルは、サクサク食感とジューシーな果物の組み合わせが癖になるスイーツです。イチジクは、江戸時代に中国から日本に伝えられました。栄養価や薬効が高いことから『不老不死』の果物と呼ばれ、豊富に含まれるペクチンは整腸作用や美肌効果に優れています。

血管を拡張させて血流を良くするシナモンと、体を温め、消化・血流促進効果のあるショウガを合わせたシナモンジンジャーティーは、エキゾチックな香りが魅力的。ピリリと刺激的な風味が、甘くまるやかなクランブルとぴったりです。

〈レシピ提供〉
栄養科 管理栄養士
いのうえ よしこ
井上 嘉子



イチジクのクランブル

熱量400 kcal、塩分0g、脂質16.5g、
タンパク質3.7g、炭水化物59.6g (1人分)

材料 (4人分/15cm四方くらいの耐熱容器)

イチジク……………1パック	小麦粉……………150g
砂糖……………大さじ1	砂糖……………60g
バター……………75g	

作り方

- イチジクは洗って軽く皮をむく。縦4～6つに切って耐熱容器に並べ、砂糖大さじ1をふりかけておく。
- クランブルを作る。鍋にバターを溶かして火を止め、小麦粉と砂糖を加えてフォークでかき混ぜてポロポロにする。
- ①のイチジクの上に②のクランブルをまんべんなく乗せる。
- 180℃に温めたオーブンで45分焼く。クランブルに焼き色がついてサクサクの食感になったらできあがりの目安。

クランブルとは

小麦粉、砂糖、バターをそばるのようにポロポロにしていたくクランブルはイギリス生まれ。サクサク食感がたまりません♪

シナモンジンジャーティー

熱量0kcal、塩分0g、脂質0g、
タンパク質0g、炭水化物0g (1人分)

材料 (4人分)

水……………600ml	ショウガ……………薄切り2枚
紅茶(ティーバッグ)…2パック	シナモンパウダー…少々

作り方

- 鍋にお湯を沸かしてショウガの薄切りを入れ、ひと煮立ちさせる。
- ①に紅茶を加えてひと煮立ちさせ、シナモンパウダーをひとふり加えて火を止める。

★シナモン

シナモンの香りにはリラックス効果が。お好みで砂糖を入れて♪

★バター

良質な動物性油脂は保湿対策に

★クランブル

冷やして食べても、温かいままバニラアイスクリームを添えてアレンジしても◎

ぶらり王子
Burai Oji



「Kuma+」掲載のぶらり二宮の続編に王子エリアが登場！六甲山の裾に当たる王子は、三宮・元町からほど近いのに、なんだか空気が新鮮です。深まる秋のお散歩に、ぶらり王子、行ってみよう！



1 移ろいゆく自然も見どころ OJI ZOO 王子動物園

- ◆住所／神戸市灘区王子町3-1
- ◆TEL／078-861-5624
- ◆時間／<3月～10月>9:00～17:00
<11月～2月>9:00～16:30(入園は閉園30分前まで)
- ◆休／水曜(祝日の場合は開園)
- ◆入園料／一般600円、中学生以下無料



王子動物園を北へ上がると、六甲山へ続く青谷登山口

美しいステンドグラスも必見



2 読書の秋、文学の秋

Kobe City Museum of Literature

神戸文学館

神戸にゆかりのある文学者たちの軌跡を、時代・テーマに沿って伝える。常設・特別展の他、作品を自由に読めるライブラリーも。もともと関西学院の礼拝堂で、市内に現存する最古のレンガ造り教会建築にも注目を。

- ◆住所／神戸市灘区王子町3-1-2
- ◆TEL／078-882-2028
- ◆時間／10:00～18:00
- ◆料金／無料
- ◆休／水曜(祝日の場合は翌日)

開催中！10/1(火)～12/24(火)トアロード～お洒落で不思議な国際通り

3 横尾ワールドを存分に

Yokoo Tadanori Museum of Contemporary Art

横尾忠則現代美術館

- ◆住所／神戸市灘区原田通3-8-30
- ◆TEL／078-855-5607
- ◆時間／10:00～18:00(入場は閉館30分前まで)
- ◆料金／一般700円、大学生550円、70歳以上350円、高校生以下無料
- ◆休／月曜(祝日の場合は翌日)

開催中！～12/22(日)横尾忠則 自我自損展

横尾忠則自身がゲストキュレーターとして自ら出品作品を選定し、展示プランを考案するユニークな企画展。



高架下とその沿線には、ギャラリーやゲストハウス、家具店、古書店などフレッシュな感性のショップが並ぶ。

※金額はすべて2019年9月時点の税込み価格です

4 上品で、ポリューミーで

Rou Sei Ki

老青記

中国の「国家一級点心師」の資格を持つ点心師が作る絶品シューマイ専門店。ふかふかの皮に包まれる肉餡は豚・牛・鶏・羊の4種類(1個150円、4個580円)。今年2月にオープンしたばかりで、できたてシューマイの持ち帰りのほか、こちらも点心師が丁寧に淹れた中国茶のタピオカティー(480円)や、中国・台湾のビールなども販売する。

★神戸人の心をわしづかみにする「神戸柄」の包装紙など、随所にこだわりが

- ◆住所／神戸市灘区原田通2-2-2
- ◆TEL／078-219-2483
- ◆時間／11:00～19:30(土日は10:00～)
- ◆休／水曜



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！



限病院では、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

おしゃべり会ボランティア 田中 美奈さん

おしゃべり会では毎月甲状腺の病気に関するさまざまなお話をしています。治療・仕事・恋愛のことなど、おしゃべり会に来て下さる患者さんによって、お話しする内容は様々です。

パセドウ病と仕事に関するお話になったことがあります。仕事をしながらパセドウ病の治療をなさっている患者さまのお気持ちを伺っていると、多くの方々が病気のことを職場に伝えるかどうかで悩まれていたり、病気のことを伝えた後でも職場の理解が不十分で、不安を抱えていらっしゃるということが伝わってきました。

私もパセドウ病の治療を始めて3年になりますが、職場の上司や同僚に病気のことを伝えたのは、今年になってからです。病気のことを伝えるときは、自分の立場に影響しないか、迷惑がかかるのではないかと思います、大きな勇気が必要でつらかったことを覚えています。おしゃべり会で患者さまとお話する中で、「自分だけが悩んでいるわけじゃないんだ」、「一人じゃないんだ」と思うことができました。そんなおしゃべり会は私にとって、とても大切な「気持ちの居場所」になっています。

皆さんもし治療を進める中で、困ったことや不安なことがありましたら、おしゃべり会にいらしてみてください。皆さんの「気持ちの居場所」におしゃべり会がなれましたら幸いです。

パセドウ病と仕事



- 限病院 ご近所おすすめ飲食店**
- A つるてん生業 西店【和食】
時間 11:00～20:00(水曜は～16:00) 休木曜
 - B 豊福【和食】
時間 11:00～21:00 休なし
 - C ひょうご イナカフェ【和食】
時間 11:00～18:00 休不定休
 - D カレー味善【洋食】
時間 11:30～15:00, 17:30～19:00(LO) 休木曜(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 休日曜・祝日
 - F ピッツェリア ファミア【洋食】
時間 11:00～15:00, 17:00～21:00 休月曜
 - G 洋食ますだ【洋食】
時間 11:30～15:00, 17:30～20:00 休日曜
 - H 洋食の朝日【洋食】
時間 11:00～15:00 休土・日曜
 - I 丸高中華そば 神戸二宮 県庁前店【中華】
時間 11:00～21:00 休日曜
 - J Tea Room BON【喫茶】
時間 9:00～16:00 休土・日曜・祝日
 - K すいらて【喫茶】
時間 7:00～18:00 休不定休
 - L Norari&Kurari【喫茶】
時間 11:00～19:00(土・日曜・祝日は～18:00) 休水曜
 - M パン屋さん Sato【パン】
時間 6:30～17:00 休日曜・祝日

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



入院生活での時間つぶしに、Wifiを利用できる環境にしていきたいです。

A. この度、浴室付き個室・特別室にてWi-Fi環境を整えました。入院中も快適なインターネット環境をご提供できると思います。

入院中に出していただいた食事がおいしく、食べ易い物が多かったので、レシピを知りたいです。KUMA+にレシピが載ってはいるのですが、もっと頻繁に知ることができると嬉しいです。

A. お褒めの言葉をいただきありがとうございます。限病院公式Instagramにて、病院食のご紹介やレシピの投稿を始めました。今後さらにご紹介する場や機会を増やしていく予定です。よろしければご参考になさってください。
Instagramアカウント @kuma-hospital

限病院 3F 待ち時間にどうぞ

CARDI'S CLUB COFFEE

TODAY'S SPECIAL



トマトソースハンバーグ パン・サラダ付
¥880(税込)

まるやかな酸味がパンと相性の良いハンバーグです。



カフェ・キャラメル ホット
¥460(税込)

当店自慢のゴッドマウンテン・ダムリットを使用したエスプレッソに ミルクとキャラメルをプラスしました。

カルディーズクラブコーヒー
神戸限病院店



- 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