

KUMA+

クマプラス

2022
WINTER
vol.23



特集 ドクターに聞く 甲状腺リンパ腫

隈病院 栄養科こだわりのバランスレシピ
土の中で育つ野菜を食べよう
『豚の大根角煮』

神戸の楽しい歩き方
おいしいおやつと過ごす冬時間

お薬ノート
薬の用法についてのお話

検査を読み解く
自己抗体について

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

2022年

1月6日(木)
午後休診

3月5日(土)
午後休診

6月4日(第1土曜)
外来休診

6月11日(第2土曜)
通常診療

8月13日(土)~15日(月)
夏期休暇

11月1日(火)~2(水)
休診

11月5日(第1土曜)
外来休診

11月12日(第2土曜)
通常診療

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

スムーズな診療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。

◆PC・スマートフォンの方はこちら

<https://3713721.jp>

隈病院 予約

検索

◆予約専用ダイヤル(受付8:30~17:00) ☎ 078-371-0489

甲状腺リンパ腫

はじめに

リンパ腫という病気をご存じでしょうか。血液の中の白血球のうちのリンパ球ががん化した血液の悪性腫瘍です。「リンパ腫を克服して活躍」という報道もよくありますので、耳にされたこともあるでしょう。

悪性リンパ腫という名で聞かれたことがあるかもしれませんが。良性リンパ腫というのはなく、リンパ腫はすべて悪性なので、悪性リンパ腫だと「馬から落馬した」みたいになってしまいますので最近では単にリンパ腫と呼ばれることが多いです。

血液の悪性腫瘍というと白血病と思われるかもしれませんが。リンパ球ががん化して、全身の血液で増えるものがリンパ球性白血病。体のどこかに塊（腫瘍）を作るもの

をリンパ腫といいます。つまり、リンパ腫というのは白血病の仲間の血液の病気ということです。

甲状腺リンパ腫

実は甲状腺にもリンパ腫があります。リンパ腫は頸部や腋窩などのリンパ節から発症することが多いのですが、血液は体中のどこにでも流れているため、リンパ腫は体中のどこにでも発生します。このうち甲状腺で発生して甲状腺腫瘍を作るものが甲状腺リンパ腫です。もちろん、悪性腫瘍ですのでリンパ腫は周囲のリンパ節やほかの臓器に転移します。

甲状腺リンパ腫はリンパ腫の中ではマイナーな存在です。リンパ腫は血液内科が

専門としている病気ですが、甲状腺の異常はわれわれ甲状腺の専門家が見つけるので、われわれが甲状腺リンパ腫の診断をすることも多いのです。

甲状腺の悪性腫瘍

甲状腺癌のうち甲状腺乳頭癌、甲状腺濾胞癌といったものは甲状腺そのものを作る甲状腺濾胞細胞ががん化したものです。また、甲状腺髄様癌は甲状腺を作る細胞のうちのC細胞ががん化したものです。これに対し、おなじ甲状腺の悪性腫瘍であっても甲状腺リンパ腫は甲状腺癌には含まれません。これは甲状腺リンパ腫がたまたま甲状腺にいたリンパ球ががん化したもので、甲状腺癌とはまったく成り立ちが異なり、性質の異なる腫瘍だからです。

甲状腺リンパ腫と橋本病

甲状腺リンパ腫は甲状腺の悪性腫瘍の

うちの1%程度にすぎず、まれながんです。甲状腺リンパ腫になりやすい人はわかっていません。それは橋本病(慢性甲状腺炎)の患者さんです。橋本病はまれな病気ではありませんが対象はかなり広くなります。橋本病の患者さんの首が腫れてきたというような場合は、甲状腺リンパ腫を疑わなければなりません。しかし、橋本病が増悪した場合も甲状腺は大きくなりませんので、その判別は簡単ではありません。

甲状腺リンパ腫の検査

甲状腺リンパ腫では血液検査に異常はほとんどでません。甲状腺腫瘍を直接調べる必要があります。超音波検査で甲状腺と周囲のリンパ節が腫れていないかをまず調べます。

リンパ腫が疑われるような腫瘍がある場合、細胞診を行います。採血の針を腫瘍に刺して、採れてくる細胞を調べる検査です。これでリンパ腫かどうかを診断するための情報がかなり得られますが、十分とい

うわけではありません。

リンパ腫の種類

リンパ腫には細かく分けると100種類以上あります。どの種類のリンパ腫かで性質も治療法も異なってくるため、この診断をすることは非常に重要です。ただ、甲状腺にできるリンパ腫の種類はある程度限られています。大きく分けると、びまん性大細胞型B細胞リンパ腫とMALTリンパ腫の2つがほとんどです。

びまん性大細胞型B細胞リンパ腫

すべてのリンパ腫の中で最も多い種類のリンパ腫です。リンパ球のうちのB細胞が幼弱な段階でがん化したものです。比較的進行が早く、早期の治療が必要です。びまん性大細胞型B細胞リンパ腫も一種類ではなくさらに細かい分類があり、それぞれ治療法が異なるため正確な診断のためには手術による標本採取が必要です。

診療本部 外科 副科長

ひがしやま

たくや

東山 卓也

PROFILE

東北大学医学部を卒業後、大阪大学大学院に入学し、主に消化器や甲状腺、乳腺・内分泌を専門とする腫瘍外科へ入局。同医局での恩師との出会いをきっかけに甲状腺専門医への道を志す。同大学臨床検査診断学講座での遺伝子研究や一般病院での臨床に携わったのち、2004年より隈病院に入職し、本格的に甲状腺専門医としてのキャリアを積む。現在は外科 副科長として日々の臨床を務めるほか、後進の指導や一般生活者への講演活動などにも力を注いでいる。



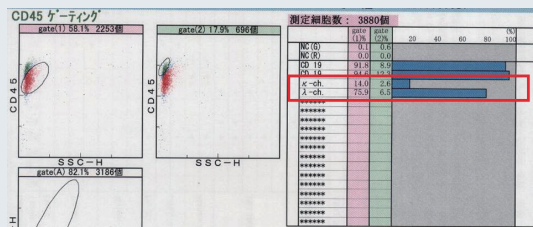


図3 リンパ球表面免疫グロブリン軽鎖のフローサイトメトリー検査
κ鎖とλ鎖の比率に偏りがみられる

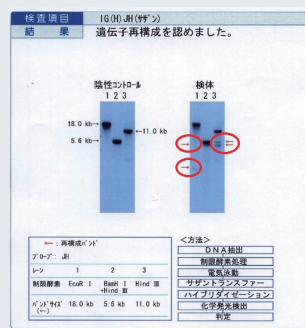


図4 リンパ球表面
免疫グロブリン重鎖の
遺伝子再構成検査
異常バンドがみられる

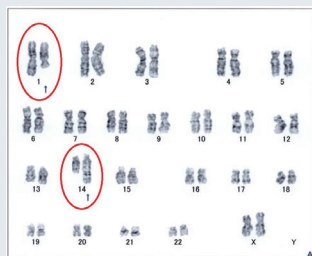


図5 染色体のG-Band検査
1番と14番染色体の
転座がみられる

【参考文献】

東山卓也、宮内昭

甲状腺悪性リンパ腫の予後因子

日本内分泌外科学会雑誌 第36号第3号(2019年)

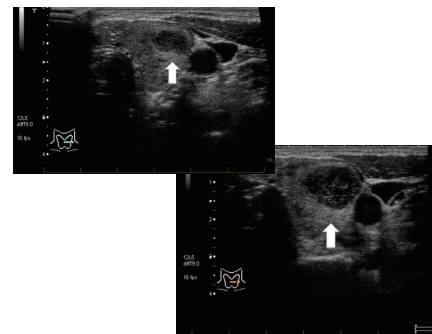
(図4)、染色体検査(図5)などが必要で、これらの検査のためにかなりの量のサンプルが必要なのです。また、リンパ腫の病理診断はむずかしく、大きな標本で比べる必要があります。針を刺してとれてくるような量のサンプルでは足りないこともあります。

治療

甲状腺リンパ腫であるとの診断がついたら、甲状腺以外への広がりを調べ、放射線治療や抗がん剤治療を行うことになります。甲状腺リンパ腫の治療もほかのリンパ腫の治療と同じですので、こ

こからは、これらの治療の専門家である血液内科の先生に紹介して、治療をお願いすることが多いです。リンパ腫は放射線治療や抗がん剤治療が極めて有効でこれらの治療で治ることが多い病気です。リンパ腫の治療後に活躍している有名人の方もたくさんいらっしゃいますので、注目してみてください。

図1 超音波(エコー)検査
甲状腺内の低エコー領域の増大がみられる



このタイプは非常にゆっくり進行するタイプです。リンパ球のうちの成熟したB細胞ががん化したものです。経過を見てみると自然に小さくなることもあります。診断のためには同様に手術が必要ですが、すぐに手術しないで、ある程度様子を見て、大きくなってから手術をすることもあります。(図1)ただし、MALTリンパ腫とびまん性大細胞型B細胞リンパ腫の間も存在します。

MALTリンパ腫

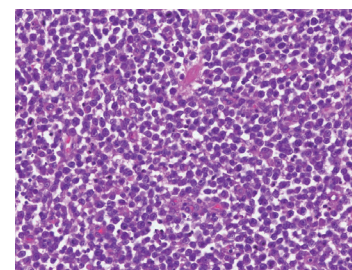
標本採取

甲状腺リンパ腫では手術が行われますが、甲状腺癌の手術とは異なり、その主目的は治療ではなく、リンパ腫の種類を診断するためのサンプルを取ってくることです。リンパ腫は血液のがんであるため抗がん剤治療や放射線治療が非常に有効です。ほかの癌のように手術で取り切れることを目標とする必要はありません。もしリンパ腫が残っていても抗がん剤や放射線で消えてなくなりますし、むしろ残っている方がこれらの治療の効果を測ることができる場合もあるためです。

手術

手術は生検といって甲状腺腫瘍の一部だけをサンプルとして取ってくる場合と甲状腺の半分あるいは全部を取る場合があります。それぞれの病状に合わせてどの手術法が良いのかを考えて決めています。

図2 がん化して大型化した
異常リンパ球が見られる



手術の必要性

細胞診である程度の診断がつき、抗がん剤や放射線が治療の中心なのに、手術をする必要があるのでしょうか。甲状腺癌の手術であれば手術標本を顕微鏡で見る病理検査(図2)ですべて診断します。

しかし、リンパ腫の細かい種類を調べるためにはこれに加えて、リンパ球の表面抗原検査(図3)、遺伝子検査

伊藤充内科科長および舩岡裕雄外科副科長が 読売オンライン健康講座にて講演

2021年7月10日に、読売オンライン健康講座にて当院内科科長伊藤充が「甲状腺機能低下症」について、外科副科長舩岡裕雄が「甲状腺のしこり」について、特別講演を行いました。甲状腺機能低下症および甲状腺腫瘍に関する基礎知識から、診断方法、そしてその治療方法について、各々40分にわたって講演しました。講演内容のエビデンスには当院の研究、診療成績が多数含まれており、そのような話題を中心に講演が行われました。

例年は講演会場での講演会ですが、今回の読売健康講座はコロナ蔓延のためオンラインによるWeb開催となりましたが、多数の受講申込があり、また事前質問も多数寄せられており、一般の市民には不慣れなZoomでの講演でしたが、盛況な講演会でした。



内科 伊藤充医師



外科 舩岡裕雄医師

赤水副院長が 日本内科学会生涯教育講演会において講演

2021年7月4日にリーガロイヤルホテル大阪で開催された日本内科学会主催の生涯教育講演会において、赤水副院長が「甲状腺診療における注意点」と題して講演を行いました。当初は、東京国際フォーラムで開催予定でしたが、新型コロナウイルス感染拡大を受け、大阪国際会議場（グランキューブ大阪）に変更になりました。さらに、グランキューブ大阪がCOVID-19ワクチンの大規模接種場に指定されたため、隣のリーガロイヤルホテル大阪に再

変更されました。

講演は、現地会場参加および全国LIVE配信によって行われました。この講演会に参加によって、認定内科医・総合内科専門医・内科専門医の認定更新のための認定更新研修単位が取得できることから多数の参加者がありました。同年11月7日にも、博多国際展示場&カンファレンスセンター（福岡市）に会場を移して同様の講演会が開催され、赤水副院長が再度講演を行いました。

さまざまな講演や発表を行っています。

7月	1日	日本乳癌学会学術総会（神奈川県横浜市） 医師 藤島 成「当院におけるDWHの活用とRPA導入によるシステム効率化と労働環境の改善について」 医師 安藤 孝人「COVID-19による当院における入院下での緩和ケアとアドバンスドケアプランニングについての検討」
	8日	内分泌代謝学サマースミナー（千葉県鴨川市） 医師 赤水 尚史「Global Network & Leadership」
	10日	読売オンライン健康講座（LIVE配信） 医師 伊藤 充「身近な病気である甲状腺疾患について：甲状腺機能低下症」 医師 舩岡 裕雄「身近な病気である甲状腺疾患について：甲状腺のしこり」
	19日	畿央大学 講義（大阪府大阪市） 医師 廣川 満良「甲状腺の病理と細胞診」
	19日	畿央大学 講義・実習（大阪府大阪市） 検査技師 鈴木 彩菜
	21日	関西医療大学（大阪府泉南郡） 検査技師 樋口 観世子
8月	12日	American Head and Neck Society（Web開催） 医師 宮内 昭「Therapeutic De-escalation of DTC」
	21日	日本臨床細胞学会 中国四国連合総会（Web開催） 医師 廣川 満良「甲状腺細胞診における補助診断法」
	25日	細胞診検査定期講習会（細胞診ジュニアコース）（Web開催） 検査技師 山尾 直輝「甲状腺細胞診」
	26日	Weekly meeting of the Department of Endocrinology, University of Sao Paulo Medical School（Web開催） 医師 伊藤 康弘「Indications and strategy for active surveillance of adult low-risk papillary thyroid microcarcinoma」
	30日	Virtual Surgical Week IAES（Web開催） 医師 宮内 昭「Presidential Welcoming」 医師 宮内 昭「Identification, preservation and reconstruction of the recurrent laryngeal nerve」
9月	2日	韓国中央日報主催 甲状腺がん治療に関するオンラインセミナー（LIVE配信／韓国） 医師 宮内 昭「How I came to propose active surveillance for patients with low-risk papillary thyroid microcarcinoma, and the results」
	2日	喫煙科学研究財団令和2年度助成研究発表会（Web開催） 医師 赤水 尚史「肺β細胞におけるnAChRシグナルのIRE1α活性調節を介したT-UPR制御機構について」
	2日	東京医科大学学生講義・大学院特別講義（Web開催） 医師 廣川 満良「甲状腺細胞診における補助診断法」、「臨床細胞診」
	6日	European Thyroid Association（Web開催） 医師 宮内 昭「Active Surveillance for Papillary Thyroid Microcarcinoma」
	9日	畿央大学 講義・実習（大阪府大阪市） 検査技師 鈴木 彩菜
	11日	神戸甲状腺研究会（兵庫県神戸市／Web開催） 医師 宮内 昭 医師 安藤 孝人「細胞診後の穿刺経路再発によって高カルシウム血症をきたした原発性副甲状腺機能亢進症の1例」 医師 南方 瑞穂「バセドウ病にて甲状腺全摘術後に甲状腺中毒症遷延を契機に発覚した卵巣甲状腺腫の1例」
	13日	韓国テレビMBC放映（韓国：テレビMBC放映） 医師 宮内 昭「当院で取り組んでいる低リスクの甲状腺微小乳頭癌の積極的経過観察に関して」
	25日	ISS/SIC Council Meeting（Web開催） 医師 宮内 昭 理事会
	25日	Asia Pacific Society of Thyroid Surgery Webinar 2021（Web開催） 医師 宮内 昭「Session II: Intraoperative neural monitoring in thyroidectomy」
	27日	大阪市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「甲状腺細胞診」
	30日	IAES Council Meeting（Web開催） 医師 宮内 昭 理事会

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。



FOCUS!

“2回目の見学でも新たな驚きがありました”

金沢医科大学 頭頸部外科学 石坂 智医師

隈病院のことは医師になる前から知っていました

幼少期から兵庫県で育ち、全国有数の甲状腺疾患専門病院である隈病院のことは知っていました。「甲状腺だったら隈病院に行く」という話を聞くこともあって、その時から良いイメージを持っていたんです。

大学進学で北陸に移り、そのまま大学病院等で働いていましたが、入局した医局の教授が宮内院長と縁のある方で、私が兵庫県出身ということもあり、甲状腺疾患ならぜひ隈病院へ研修に行くように、と。

研修では、手術や外来を見学し、カンファレンスに参加させていただきました。実は2年前にも1度、隈病院を訪れており、手術を見学するのは2回目なのですが、その時から変わらず今回も、スピーディさと丁寧さの両方を追求する手術に驚かされました。甲状腺疾患の手術は、例えば副甲状腺などの切除部位の周囲にある臓器を、しっかりと残すことが重要でありつつも難しいのですが、隈病院では、執刀医だけでなく助手の医師も協力して入念に術野の確認を行うなど、患者さんの負担を最小限に抑えるようこだわる姿勢が印象深いです。

外来の様子も見ていただきましたが、管制室で患者さんの流れを把握し、NAVITによって効率的に案内する仕組みも、すごいですね。勤めている病院では、患者さんの待ち時間が長いことが大きな課題になっているのですが、隈病院は最先端の取り組みをされていると思います。院内掲示もわかりやすいですし、初めて来られる患者さんにも親しみやすいのではと感じました。

女性医師として、女性に多い疾患に向き合い、患者さんに寄り添う

医師になることは小さいころからの夢でした。私自身は、外科を選びましたが、幼少期に医師である父の姿をすぐそばで見ていたことが、医師の道を選ぶ礎になっていたと思います。

私が外科を選んだのは、勉強していくうちに、診断から治療まで携わり、自分の手を動かして治療することができる点に魅力を感じたからです。また、専門である頭頸部外科は、甲状腺だけでなく、舌や喉の手術を行うこともあるのですが、私は甲状腺疾患に特に関心があり、手術に入らせていただくことも多くあります。

甲状腺疾患は、女性患者が9割を占めるような病気でありながらも、現在勤めている病院では、女性医師が多くをしめています。そんな中で、女性外科医師として、患者さんに寄り添いながら、手術などの治療に携わっていけるような医師を目指していきたいと思っています。



進月歩

学会

Web開催されたヨーロッパ甲状腺学会のシンポジウムで講演

2021年9月6日に全面的にWeb開催となったヨーロッパ甲状腺学会のLess is More: A Conservative Approach to Thyroid Cancerのシンポジウムに当院院長宮内 昭が招待され、Active Surveillance of Low-risk Papillary Thyroid Microcarcinomaの講演をしました。ヨーロッパでは伝統的に再発・転移・癌による死亡のリスクに関係なく、全ての甲状腺がん一律に甲状腺全摘が行われ、手術後は放射性ヨウ素内用療法が行われることが多かったのですが、最近になって、それはやり過ぎである、むしろ小さい手術、小さい治療の方が良いのではないかと見直されてきています。そのよ

うな流れの中で、1993年から積極的経過観察を行っている当院に講演の依頼があったのです。他にはポーランドのKrajewska先生の甲状腺片葉切除、イタリアのPapini先生のアルコール注入療法、ラジオ波などによる熱焼灼療法の講演があり、活発な質疑応答がありました。



Webセミナーの様子

学会

第43回ヨーロッパ細胞学会にて病理診断科の廣川満良科長と鈴木彩葉検査技師が講演

2021年10月3日から6日までポーランドのヴロツワフで第43回ヨーロッパ細胞学会が開催されました。コロナ禍のため現地参加とオンライン参加のハイブリッド形式で行われました。病理診断科の廣川満良と鈴木彩葉は、台湾の細胞学会が企画した「ECC2021台湾コンパニオンミーティング」に招待され、当院の豊富な経験と臨床データをもとに「甲状腺濾胞性腫瘍の臨牀的対応」「甲状腺細胞診におけるLBC標本の見方」をそれぞれ講演しました。このセッションは全員がオンライン参加で、時間

帯が深夜であったにもかかわらず、各国の細胞診の現状について活発な意見が交わされました。



オンラインでの質疑応答の様子



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

コロナを機に料理を

週末の楽しみはクラシック音楽を聴いたり、豆をひいていれたコーヒーをゆつくり味わったりすることですが、最近、ここに料理が加わりました。もともとおいしいものを食べに出掛けることが好きでしたが、新型コロナウイルスの流行で遠出を控えるようになったのがきっかけで、料理を始めました。

初めて作ったのは餃子です。わが家では10年以上前から糖質制限に取り組んでおり、私が作る料理もすべて糖質制限メニューです。餃子の皮は使わず、油揚げを開いてその中に具を入れて焼きます。ジュウシーでとてもおいしいですし、肉と野菜がしっかり入っているので栄養バランスの面からも

おすすめです。今では家内が「次はこれを作ってみたら」と料理番組を録画しておいてくれることもあります。

糖質制限は10年以上

糖質制限を始めたのは、両親が糖尿病だったこと、食後血糖値が高めだったのが気になったためです。大学時代は糖尿病も研究していたので、高血糖の予防には糖質制限が有効であることも実感していました。ご飯や小麦粉は控え、砂糖はカロリーゼロの自然原料の甘味料に置き換えています。とはいえ、時には解禁日もあります。それでも食後の高血糖やそれによる動脈硬化を避けて健康でいたい、という思いがあつて糖質制限を続けられているのだと思います。

チーズケーキ作りにも挑戦

最近では、バスケットケーキにはまっています。小麦粉を大豆粉に代え、簡単においしくでき、気に入っています。次は好物のティラミスに挑戦する予定です。

年を経るごとに子どもの頃のような感動が得にくくなりますが、それでもいつまでも適度な好奇心を持っているものです。それが私の元気の秘訣なのかもしれません。



Doctor's Profile

京都大学医学部、同大学大学院卒業。医学博士取得後、関西医科大学で甲状腺、内分泌疾患等の臨床と研究に従事。この間、カナダ・トロント大学で甲状腺の研究を深める。2015年まで同大学教授を務め、その後隈病院に入職。学術顧問として診療しつつ、若手医師の育成にも尽力している。関西医科大学名誉教授。

現場の
トライマイナンバーカードを
健康保険証として
使えます!!

隈病院では2021年10月から、厚生労働省が推進するマイナンバーカードを健康保険証の代わりに使用できるサービスを、いち早く開始しました。これは窓口で提示する健康保険証をマイナンバーカードで代用し、例えば転職などで保険証が手元にない場合でも、発行を待たずに受診できる仕組みです。マイナンバーカードを保険証として利用するには専用のカードリーダーが必要で、この機械でカードを読み取ります。マイナンバーカードの利用を希望される方は、受付時にお申し出ください。もちろん、従来通り窓口で健康保険証をご提示いただくことも可能です。

なお、個人情報をごさすことになるのでは?とご心配の方もご安心ください。マイナンバーカードのICチップから、保険情報のみを取得する仕組みになっています。

隈病院医事課は、今後も国の施策や患者の皆様のニーズを素早くキャッチし、受付業務の改善に役立ててまいります。

(医事課 後藤 義裕)



日々の?を解決

新型コロナワクチン接種を受けて
いいでしょうか?

注意が必要な場合もあります

当院通院中の甲状腺疾患の方はほとんどの場合、問題なく接種できます。バセドウ病、慢性甲状腺炎(橋本病)、甲状腺腫、甲状腺がんで治療中、もしくは治療後の場合は、薬の有無、治療内容に関わらず、病状が安定していれば、基本的にはワクチン接種を受けてもらうことができます。

ただし、治療開始直後で甲状腺機能が安定していない場合や、がんが進行して状態が悪い場合などは、副反応時のリスクもありますので、注意が必要です。

また、甲状腺疾患はワクチンの優先接種の対象である基礎疾患ではありませんが、未分化がんなど抗がん剤治療中の場合は基礎疾患になる可能性がありますので、ぜひ一度、医師にご相談ください。

なお、新型コロナワクチンについては、厚生労働省のウェブサイト、Q&Aも掲載されています。こちらをあわせて、ご参照ください。

厚生労働省 新型コロナワクチン 検索

(内科 高橋 佐和子)



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

自己抗体について

自己抗体とは？

隈病院では甲状腺の機能を評価するために、甲状腺刺激ホルモン（TSH）と甲状腺ホルモン（FT4、FT3）がよく検査されますが、それらと共に自己抗体という項目も検査されることがあります。今回はこの自己抗体について紹介します。

私たちの体は、細菌やウイルスなどの異物に侵入されると、「抗体」という物質をつくり、異物を排除して、体を正常な状態に保とうとする機能を備えています。これを免疫機構といい、抗体は通常ならば自分の体を攻撃することはありません。しかし何らかの原因で免疫機構に異常が起これば、自分の細胞に対して抗体をつくり、自分の体を攻撃してしまうことがあります。このような抗体のことを自己抗体とよびます。

隈病院で測定している自己抗体は？

隈病院では、TSH受容体に対するTSH受容体抗体（TRAb）、サイログロブリン（Tg）に対する抗Tg抗体、甲状腺ペルオキシダーゼ（TPO）に対する抗TPO抗体という3種類の自己抗体を院内で測定しています。

自己抗体によって起こる甲状腺疾患は？

TRAbはバセドウ病の診断に、抗TPO抗体・抗Tg抗体は橋本病の診断に有用です。

バセドウ病は、甲状腺機能亢進症です。本来TSHは、TSH受容体に結合することで甲状腺を刺激し、甲状腺ホルモンの合成・分泌を促しています。しかし何らかの原因でつくられた自己抗体であるTRAbがこのTSH受容体に結合すると、TSH受容体を持続的に刺激します。すると甲状腺ホル

モンの合成・分泌を持続的に促進してしまい、結果的に血中の甲状腺ホルモンが高くなり、甲状腺機能が亢進した状態となります。

橋本病は、甲状腺組織の一部が壊れてしまうことで血中の甲状腺ホルモンが低下し、甲状腺機能が低下する疾患です。抗TPO抗体・抗Tg抗体の作用はまだ明らかにされていませんが、これらの自己抗体は橋本病患者に高い確率で検出されます。

当院ではこのように甲状腺関連ホルモンだけでなく、自己抗体を測定することで甲状腺疾患の診断に役立てています。これからもより良い検査を行うことで、患者様の病気の診断に貢献できるよう取り組んでまいります。



臨床検査科
菊池 咲倉



医療相談室・おしゃべり会のご案内

隈病院には「医療相談室」があります。こちらでは、患者の皆様からのご相談を医療対話推進者（看護師）がお伺いします。病気・手術のことや検査結果など、病状や治療に対するご相談はもちろんですが、日常生活における様々な質問等にも、お答えできる範囲で対応しています。ご希望の方はお気軽にインフォメーションへお声かけください。

また、本誌19ページ「おしゃべり会からこんにちは」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うれしいお声をいただいております。緊急事態宣言発出時には活動を中断しておりますが、基本的には毎月第3土曜日に行っておりますので、ぜひ開催時にはご参加ください。

（看護本部 本部長／安全管理室 新田 早苗）

お薬ノート

薬の用法についてのお話

今回は薬を飲む時間、「用法」についてお話します。

代表的な用法

【食後】食事後30分以内：飲み忘れ防止目的で出される一般的な用法です。胃の中に食べ物がある状態で吸収が良くなる薬や空腹状態では胃に負担を与える薬などにも用いられます。

【食直後】食後5～10分以内：食事の影響を強く受ける薬に用いられるため極力食事を摂って服用しましょう（高脂血症治療薬ロソギ、抗真菌薬イトラコナゾールなど）。

【食前】食事前20～30分：胃の中に食べ物がない状態で吸収が良くなる薬などが該当します。

【食直前】食事前5～10分以内：食事前の早い時間に服用すると副作用が現れる場合などに用いられます（糖尿病薬グルファスト、セイフルなど）。

【起床時】朝起きてすぐ：胃の中で食べ物と薬が一緒にならないよう服用後30分以上経ってから食事するとよいとされています（合成甲状腺ホルモン製剤チラーヂンS錠「1」、骨粗鬆症治療薬リカルボン、ベネットなど）。

【寝る前】夕食後2時間以上経った空腹状態で就寝30分以上前：寝ている間に効果の出る薬などが該当します。睡眠薬は就寝直前に服用しましょう。

用法は意図があり指定されていることが多いため、その通りに服用することが大切です。

① 医師の判断により用法が異なる場合があります。

（薬剤科 石田 真理）

★人参

βカロテンは体内でビタミンAに変換されて作用し、皮膚や粘膜の免疫を増強。抗酸化作用があります。

★大根の根

消化酵素が含まれることから、食物の消化を助けるとともに腸の働きを整える働きがあると言われています。

豚の大根角煮

熱量564kcal、タンパク質23.5g、脂質40.8g、炭水化物17.3g、塩分4.1g(1人分)

材料(2人分)

豚ばらスライス … 200g	★水 …… 100ml
生姜 …… 1/2かけ(40g)	★醤油 …… 大さじ3
大根(中くらい) … 半分	★砂糖 …… 大さじ2
卵 …… 1個	★酒 …… 大さじ2
小麦粉 …… 少々	
葉ネギ …… 2本	

作り方

- ①卵はゆで卵にして、殻を剥いておく。
- ②生姜はうすくスライスまたはせん切りにしておく。
- ③大根は5cm幅に切り、4等分または6等分にする。
- ④大根は水に入れ、串が通るくらいに火にかける。(下茹で)
- ⑤粗熱がとれたら豚肉に大根と生姜を適量の設定で巻く。(生姜で大根を挟んで巻くとさっぱりした角煮になります)
- ⑥豚肉に軽く小麦粉をまぶし、巻き終わりを下にしてフライパンで焼く。
- ⑦全体に火が通ったらフライパンの余分な油を拭き取り、★の調味料を入れ、ゆで卵と豚肉と一緒に弱火で20分ほど煮込む。
- ⑧器に盛り小口切りしたネギを天盛して完成。

小松菜の胡麻和え

熱量61kcal、タンパク質2.9g、脂質3.4g、炭水化物5.6g、塩分0.9g(1人分)

材料(2人分)

小松菜 …… 半束
人参 …… 1/4本
★白胡麻 …… 大さじ2
★醤油 …… 小さじ2
★砂糖 …… 小さじ2

- ①小松菜は根の部分を十字に包丁でいれ、よく洗い沸かしたお湯に根元の部分から入れてゆでる。
- ②湯がいた小松菜を水にさらし、粗熱が取れたら手で絞る。
- ③小松菜は2〜3cmの長さに切る。
- ④人参はせん切りにし、ゆでる。
- ⑤ボールに★をいれ小松菜、人参を入れてなじませて、器に盛る。

限病院 管理栄養士こだわりの

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は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まれるよう考えた簡単レシピをお届けします。

今回のテーマ

土の中で育つ 野菜を食べよう

新しい年を迎え一年の計画を立てた方も多いのではないのでしょうか？この一年を充実したものにできるように冬はしっかりと睡眠をとり、身体(とくに首)を冷やさないように外出する時は暖かい装いで。そして冬は土の中で育つ野菜を積極的に摂っていきましょう。特にゴボウ、大根、人参、里芋などはおすすめです。

大根は葉つきの場合は捨てずに佃煮などで摂取することをお勧めします。ビタミンAやビタミンB群、カルシウムや鉄なども含まれます。人参は、カロテンという名前の由来になるくらいカロテン類が多く含まれる緑黄色野菜です。

〈レシピ提供〉
栄養科 管理栄養士
ひらの みほ
平野 美保



おいしいおやつと過ごす 冬時間

寒い冬は暖かなおうちでゆっくり過ごしたくなる人も多いのではないのでしょうか。

そんな家でひとときがさらに充実する、
お持ち帰りができる神戸のおいしいおやつを紹介します。

フルーツサンドウィッチ
(ベニマン)

♪

焼き菓子
(ガトー・ファヴォリ)

♪

果物をたっぷりおいしく



フルーツサンドウィッチ
1人分(756円)

贈答用の果物専門店ならではの、その時期においしい果物をたっぷり味わえるフルーツサンドウィッチ。お店は大正元年創業で、昭和58年に神戸で初のフルーツパーラーをオープン。当時から変わらぬレシビの人気メニューで、「どこを食べてもいるいるなフルーツの味がしたら、と考えました」と専務の樋口節子さん。①果物は数種類使う(定番の果物+季節の果物)②少量の生クリームで果物を引き立てる③パンと同程度の柔らかさの果物を選ぶ④果物によって厚みを調整する—などたくさんのこだわりが。次々現れる果物に心が浮き立つおやつです。

手作りのやさしい甘さ



キャロットケーキ
470円

ショコラ&くるみS
300円



オレンジL
430円

バリのアパートメントのような店内に並ぶのは、選ぶのが楽しくなるかわいらしい焼き菓子たち。定番のオレンジとフランボワーズのほかに季節ごとに2〜3種類が加わるタルト、チーズケーキやプリン、パウンドケーキ等、「安心して食べられる、素材を生かしたスイーツを作っています」とオーナーの平崎さん。材料には天然素材を使い、保存料等の添加物を使用しないのがお店のモットーです。てんさい糖のやさしい甘さと素材の味わいが調和した焼き菓子は、当日だけでなく時間を置いて味をなじませて食べるのもおすすめです。



神戸元町店に並ぶ色鮮やかな果物。フルーツサンドに入る季節の果物は1月からはイチゴが中心。イチゴだけのフルーツサンドもあり。



※フルーツサンドウィッチの持ち帰りができるのは神戸元町店で10月〜6月(要事前連絡)。要冷蔵のため保冷バッグの持参を。

フルーツショップ・パーラー ベニマン(神戸元町店)

- ◆ 住所 / 神戸市中央区栄町通4-3-5毎日新聞神戸ビル1階
 - ◆ TEL / 078-360-3943
 - ◆ 時間 / 11:00〜18:00(LO17:30)
 - ◆ 定休日 / 水曜(祝日の場合は翌日)
 - ◆ アクセス / みなと元町駅から徒歩約1分
- ※神戸三宮店ではジャムや果実加工品を販売。



▲冬季はチョコレートを使ったメニューも豊富。1月以降はリンゴやキャラメルのメニューも。

◀レトロな栄町ビルの中にある隠れ家的なお店。

Gâteaux Favoris (ガトー・ファヴォリ)

- ◆ 住所 / 神戸市中央区栄町通3-1-7 栄町ビルディング208
- ◆ TEL / 078-599-9208
- ◆ 時間 / 12:30〜19:00
- ◆ 定休日 / 月・火・水曜
- ◆ アクセス / JR元町駅から徒歩約15分、みなと元町駅から徒歩約5分

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

おしゃべり会ボランティア 田中 美奈さん

私は大学4年生のときにパセドウ病の診断を受けました。26歳になった今も、薬の服用を中心に治療を続けています。最近の研究では、パセドウ病発病前の過去1年間のストレスが、病気の発症に関係しているという報告が数多くなされているそうです。そのため、パセドウ病になってからは、ストレスをためない生活を送ることを意識して、ストレスとうまく付き合う方法を探してきました。その中で、私が出会ったオスズメの本をご紹介します。精神科医の樺沢紫苑さんが書かれた『精神科医が教えるストレスフリー超大全ー人生のあらゆる「悩み・不安・疲れ」をなくすためのリスト』です。この本では、人間関係や仕事などのストレスを感じやすいテーマに対して、科学的な事実と今すぐできることが明確に示されています。ぜひ一度手にとってみてくださいね。私はこの本を読んでから、週に数回15分ほどの「朝散歩」をしています。朝散歩は、ストレスに効能のある脳内物質「セロトニン」を活性化させるそうです。この習慣を始めてから、以前よりもすっきりした毎日を過ごせるようになりました。おしゃべり会で、皆さんが日々なさっていることも教えていただけたらうれしいです。

ストレスとうまく付き合っていくために



隈病院 ご近所おすすめ飲食店&テイクアウト

- A つるてん生菓 西店 【和食】
時間 11:00～19:00(水曜は～16:00) 休木曜
- B 豊福 【和食】
時間 11:00～14:00、16:30～20:30(LO) 休なし
- 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) 休なし
- 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 ビッツェリア ファミリア 【洋食】
時間 11:00～14:30(LO)、17:30～21:00(LO) 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※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 11:00～24:00 休日曜
- J Tea Room BON 【喫茶】
時間 10:00～16:00 休土・日曜・祝日
- K すいらて 【喫茶】
時間 10:00～17:00 休不定休
- L Norari&Kurari 【喫茶】
時間 10:00～19:00(日曜・祝日は～18:00) 休土・月 不定休あり
- M バン屋さん 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



貴院のウェブサイトログインして診療予約していますが、登録したメールアドレスの変更方法がわかりません。登録情報の変更ページが見つかりません。
A. インターネット予約のご利用、誠にありがとうございます。ご登録メールアドレスの変更方法がわかりにくいとのこと、大変失礼いたしました。ご変更は、インターネット再診予約画面にログインしていただき、予約登録画面左上にある三本線のアイコンをクリックされますと、左側にメニュー一覧が表示されます。そちらの「各種設定」を選んでいただきますと、「メールアドレス変更」のメニューが表示されますので、そちらから操作ください。なお、インターネットご予約が可能なのは、再診の方のみでございます。ご了承ください。

コロナ禍で感染対策に気を遣う中、現金支払に抵抗がありますのでクレジットカード等キャッシュレス決済を検討してほしいです。

A. 貴重なご意見をいただき、誠にありがとうございます。キャッシュレス決済について、多くのご要望をいただいております。現在導入に向けて準備中でございます。運用開始の際には皆様にお知らせいたします。

隈病院
3F

待ち時間にどうぞ

CARDI'S CLUB COFFEE

TODAY'S SPECIAL



ツナチーターチーズサンド

単品¥780(税込) ドリンクSET ¥950(税込)

たっぷりのツナにチーターチーズが相性抜群で美味しいホットサンドです。



白玉ぜんざいほうじ茶付き

単品¥630(税込) ドリンクSET ¥860(税込)

北海道十勝産小豆100%使用。すっきりした甘さのぜんざいに白玉が入ったデザートです。

カルディズクラブコーヒー
神戸隈病院店



●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