

KUMA+

クマプラス

2023
WINTER
vol.27



特集

ドクターに聞く

T₄、T₃とは？

— 甲状腺ホルモンと 甲状腺機能検査について —

隈病院 栄養科こだわりのバランスレシピ
丈夫な骨づくりを心がけましょう
『カリフラワーのパングラタン』

神戸の楽しい歩き方
笑ってほかほか 喜楽館

お薬ノート
お薬手帳

検査を読み解く
超音波検査の結果が出るまで

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。

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。

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。

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。

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も問題ありません。

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

2023年

3月4日(第1土曜)
休診

3月11日(第2土曜)
外来診察あり

4月8日(第2土曜)
外来診察あり

5月6日(第1土曜)
休診

5月13日(第2土曜)
外来診察あり

6月3日(第1土曜)
休診

6月10日(第2土曜)
外来診察あり

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。
- 当院からお渡り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。

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

T₄、T₃とは？

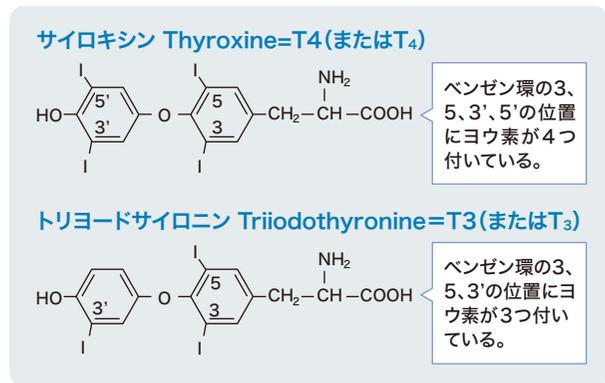
— 甲状腺ホルモンと 甲状腺機能検査について —

はじめに

採血とその結果説明を受けた患者さんは手元に「検査結果報告書」をお持ちだと思います。その1行目から3行目にFT₄、FT₃、TSHとあって数値が記載されていますね(ただし、必ずしもこの3つがあるとは限りません。患者さんの状況に応じて、このうちの2つだけが測定されていることも多い)。これらは甲状腺ホルモンとそれを調整するホルモンの血中濃度で、甲状腺の働きを調べるために行った甲状腺機能検査の結果です。

今回は、これらが何を示しているかが分かるように、甲状腺ホルモンと甲状腺機能検査についてお話しします。

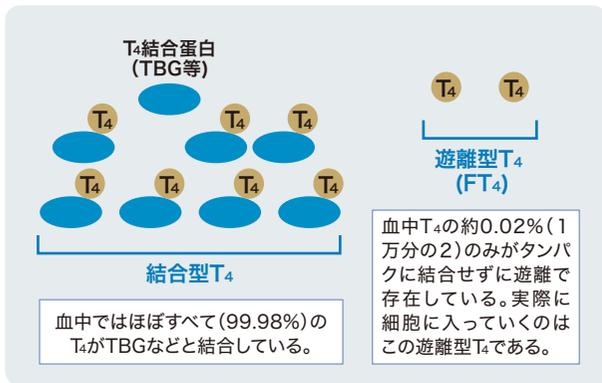
図1 2種類の甲状腺ホルモン(T₄とT₃)の分子構造式



つのヨウ素原子があります。4つヨウ素があるのが、略称T₄というわけです。同様に、T₃はヨウ素を3つ含んでいて、略称がT₃です。

FT₄、FT₃とは

図2 血中T₄の存在模式図：結合型T₄と遊離型T₄(FT₄)



たが、報告書にはFT₄、FT₃とあります。この「F」はFreeの略で、FT₄は遊離型T₄(または遊離T₄、フリーT₄)を表し、FT₃は遊離型T₃(遊離T₃、フリーT₃)です。FT₄、FT₃などという物質はなく、これらは「遊離型のT₄やT₃」という意味です。T₄、T₃のもう一つの構造上の特徴はベ

ホルモンとは体のさまざまな機能を調整している微量な活性物質です。ホルモンには数多くの種類がありますが、頸部にある甲状腺というところで産生・分泌されて、血流に乗って全身に運ばれるのが甲状腺ホルモンです。

甲状腺ホルモンには2種類あって、それがT₄(数字を小さく下に書くことも多いので以下、このように4を小さく書きます。正式名: thyroxine)とT₃(triiodothyronine)です。化学の授業で習う分子構造式を図1に示します。甲状腺ホルモンの構造上の重要な特徴はヨウ素(ヨードとも呼ばれます)を含んでいることで、T₄・1分子中には4

T₄、T₃は甲状腺ホルモン

学術顧問

にしかわ みつしげ
西川 光重

PROFILE 京都大学医学部卒業。大学病院、市中病院での勤務を経て京都大学大学院に進学。医学博士取得後は関西医科大学に在籍し、主に甲状腺、内分泌代謝疾患の臨床と研究に従事。この間、カナダのトロント大学で甲状腺に関する研究を深める。2015年まで関西医科大学の教授を務め、その後、甲状腺診療の経験を生かしたいと隈病院に入職。学術顧問として臨床・研究に取り組みながら、若手医師の育成にも尽力している。日本甲状腺学会会長も務めた。関西医科大学 名誉教授。



ンゼン環(いわゆる亀の甲)を含んでいることで、そのために水に溶けにくい性質(脂溶性)があります。しかし、血液は水ですので、このままでは安定して血流に乗れない。そのためにT₄、T₃は運び役の蛋白質に結合して甲状腺から体中に輸送されます。この蛋白質にはサイロキシン結合グロブリン(TBG)などがあります。

血中T₄のほぼすべて(約99.98%)は結合蛋白と結合していて、残りの0.02%(1万分の2)のみが何とか「フリー」で浮かんでいます(図2)。同様にT₃は99.7%が結合型T₃で遊離型T₃は0.3%です。そして、血液から実際に作用する細胞内に入っていくのはこの遊離型T₄(FT₄)やFT₃です。ですので、血中濃度としてより重要なのはT₄、T₃よりもFT₄、FT₃なのです。

甲状腺ホルモン作用におけるT₄とT₃の違い

甲状腺ホルモンは私たちが生きていくのになくはならない大事なホルモンで

甲状腺機能異常時と低T₃症候群でのTSHとFT₄・FT₃の動き

例えば橋本病などで甲状腺が弱って甲状腺ホルモンが少なくなってきた場合(甲状腺機能低下症)を考えましょう。FT₄が低くなってくれば、TSHが上昇して甲状腺を刺激してFT₄を元に戻そうとします。この、TSHに尻をたたかれてFT₄がなんとか正常を保っている状態を潜在性甲状腺機能低下症といいます。さらに甲状腺が弱って、甲状腺がTSHに強く刺激されてもFT₄が正常値を維持でき

図3 甲状腺刺激ホルモン(TSH)による甲状腺ホルモンの分泌調節

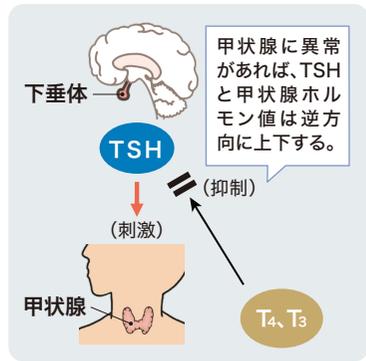


表2 甲状腺機能異常症と低T₃症候群における血中ホルモン値の変動

甲状腺機能	病名	TSH	FT ₄ ・FT ₃
亢進	顕性甲状腺機能亢進症	↓↓	↑
	潜在性甲状腺機能亢進症	↓	→
正常	正常	→	→
	潜在性甲状腺機能低下症	↑	→
低下	顕性甲状腺機能低下症	↑↑	↓
正常	低T ₃ 症候群	→	FT ₃ のみ↓

→:正常 ↑:上昇 ↓:低下 矢印の数は程度の強さを概念的に示す。

きなくなってしまう状態が顕性甲状腺機能低下症です。一方、バセドウ病で甲状腺が勝手にホルモンを過剰に産生した場合(甲状腺機能亢進症)では、当初は高くなり出した血中のFT₄を検知してTSHが低くなつてFT₄を正常に保つように調節されます(潜在性甲状腺機能亢進症)。甲状腺ホルモン

FT₄やFT₃が異常になる場合
血中甲状腺ホルモン値(FT₄とFT₃)が高くなる代表的な病気にバセドウ病があります。免疫の異常による自己抗体のために甲状腺ホルモンが過剰に作られる病気です。また、甲状腺の腫瘍が甲状腺ホルモンを作ることがあります(プランマー病)。亜急性甲状腺炎や無痛性甲状腺炎でもFT₄・FT₃が一時的に上昇します(表1)。
逆に甲状腺ホルモン値が下がる最も多

表1 血中FT₄・FT₃値が異常になる場合の例

高くなる病名など	低くなる病名など
バセドウ病	橋本病(慢性甲状腺炎)
プランマー病	バセドウ病アイソトープ治療後、甲状腺手術後
亜急性甲状腺炎・無痛性甲状腺炎の急性期	亜急性甲状腺炎・無痛性甲状腺炎の回復期、ヨウ素の摂りすぎ
妊娠時一過性甲状腺中毒症	先天性甲状腺機能低下症
甲状腺刺激ホルモン(TSH)産生腫瘍	下垂体機能低下症

い原因疾患が橋本病(慢性甲状腺炎とも呼ばれます)です。これは自己免疫によって甲状腺に炎症と障害が生じます。また、バセドウ病でアイソトープ治療をした後、甲状腺の手術をした後や、生まれつきの甲状腺の異常で低下する場合もあります。ヨウ素を摂りすぎた時や亜急性甲状腺炎、無痛性甲状腺炎の回復期にも一時的に低下することがあります(表1)。

TSHの重要性

甲状腺は自分勝手にホルモンを合成・分泌しているわけではありません。脳の真下にある下垂体というところから分泌される別のホルモンで厳密に調節を受けています(図3)。これが甲状腺刺激ホルモン(TSH)です。文字通り甲状腺を刺激するホルモンで、TSHが多くなれば甲状腺ホルモンの分泌は多くなり、少なくなれば少なくなります。一方で、血中のFT₄・FT₃が高くなればTSHは低くなり、FT₄・FT₃が低くなればTSHは高くなる、逆方向の調節も起こります(図3)。すなわち、甲状腺に異常がある場合、TSHとFT₄・FT₃は反対方向の動きをします。

また、甲状腺自体に異常がなくても、脳や下垂体の異常でFT₄・FT₃が異常をきたすことがあります。種々の重い内臓の病気を患っている場合や非常に痩せている人では、脱ヨウ素反応が低下してFT₃のみが低くなります(低T₃症候群)。

まとめ

甲状腺ホルモンと甲状腺機能検査について大まかに話しました。甲状腺ホルモンの興味を持って、ご自分の検査結果を正しく理解してもらえれば幸いです。

TSHの2つが選択されます。FT₄とFT₃は概ね同じように上下しますが、低下症ではFT₃よりもFT₄が早期に低値となり、亢進症ではFT₄よりもFT₃の方が上昇度の高いことが多い。また、前述のように、低T₃症候群では甲状腺機能は正常で脱ヨウ素反応低下が主因ですので、TSH、FT₄は正常で、FT₃のみが低くなります。これらの動きをまとめたのが表2です。

国際内分泌外科学会・万国外科学会のご報告

国際内分泌外科学会 (IAES) が万国外科学会 (ISS/SIC) とともに2022年8月にオーストリアのウィーン市のホフブルグ宮殿にて開催されました。コロナ感染症とロシアのウクライナ侵攻という困難な状況でしたが、学会は大成功でした。当院名誉院長宮内 昭は2019年からIAESのPresident(会長)を3年間勤めました(写真1)。Presidentの仕事の一つは最も重要なPeter Heimann Lectureの演者を選ぶことです。今回は、長崎大学名誉教授・福島医科大学副学長などの山下俊一教授に「甲状腺癌と核被爆」の講演をお願いし、講演内容は聴衆の会員から高く評価されました。隈病院からは伊藤康弘が口演、藤島成と佐々木崇博がポスター発表で当院にて世界で初めて取り組んだ甲状腺微小乳頭癌の積極的経過観察について発表しました(写真2)。宮内はPresidential Address(会長

講演)で“Chronology of Thyroid Cancer”の講演を行い、癌のある時点での評価ではなく、時間経過として判断することが重要であることを、ダプリングタイムやダプリングレートなどを使って話しました。講演内容はやや難しい内容でしたが、講演が終わるやいなや全員総立ちのstanding ovationとなり、大変高く評価されました。IAESの晩餐会では宮内から次期Presidentのスウェーデン、カロリンスカ研究所のZedenius教授にPresidential medallionが移譲されました(写真3)。なお、宮内名誉院長はISS/SICのFellow of the International Society of Surgeryという名誉ある特別会員に選出されました(写真4)。このように隈病院での日頃の取り組みが国際学会において高く評価されたのは大変喜ばしいことです。



さまざまな講演や発表を行っています。

7月	2日	読売市民健康講座(兵庫県神戸市) 医師 小野田 尚佳「甲状腺腫瘍」、医師 深田 修司「バセドウ病」	
	6日	細胞診断学各論V(乳腺・甲状腺)(京都府京都市) 検査技師 鈴木 彩葉「甲状腺の細胞診」	
	16日	第10回西東京臨床甲状腺研究会学術講演会(Web開催) 医師 深田 修司「日本の地方性甲状腺腫の存在、その原因」	
	19日	畿央大学 講義・実習(7月)(大阪府大阪市) 医師 廣川 満良「甲状腺の細胞診」、検査技師 鈴木 彩葉「甲状腺細胞診の顕微鏡実習」	
	21日	Lilly インターネット講習会(Web開催) 医師 伊藤 康弘「甲状腺癌の予後因子について」	
8月	11日	International Association of Endocrine Surgeons(オーストリア・ウィーン/Web開催) 医師 宮内 昭「Chronology of Thyroid Cancer」「RNL anastomosis」 International Association of Endocrine Surgeons, International Surgical Week 2022 医師 宮内 昭「Peter-Heimann Lecture」	▶P7へ
	14日	International Association of Endocrine Surgeons(オーストリア・ウィーン/Web開催) 医師 伊藤 康弘「The relationship between thyroid stimulating hormone level and tumor enlargement of low-risk papillary thyroid microcarcinoma during active surveillance」 医師 藤島 成「Complications and prognosis of conversion surgery after active surveillance and immediate surgery in patients with low-risk papillary thyroid carcinoma」 医師 佐々木 崇博「Comparison of outcomes between patients who underwent active surveillance and immediate surgery for low-risk papillary thyroid microcarcinoma」	
	17日	病理・細胞検査研修会(Web開催) 検査技師 山尾 直輝「乳腺・甲状腺」	
	26日	ラジオNIKKEI「医学講座」(大阪府大阪市) 医師 赤水 尚史「甲状腺疾患の診断と治療」	
	2日	副甲状腺機能亢進症に対するPTx研究会学術集会(福岡県北九州市) 医師 宮 章博「MEN1における原発性副甲状腺機能亢進症の外科治療: 診断技術の進歩に応じた術式の変遷」	▶P8へ
9月	3日	奈良甲状腺研究会(奈良県橿原市) 医師 赤水 尚史「自己免疫性甲状腺疾患の診療」に関する最近の話題」	▶P8へ
	3日	日本内分泌学会九州支部学術集会(熊本県熊本市) 医師 深田 修司「非自己免疫性甲状腺機能亢進症の臨床- 診断と治療の問題点-」	
	10日	Congress of the World Federation of Nuclear Medicine and Biology(京都府京都市) 医師 伊藤 康弘「Radioactive iodine therapy for differentiated thyroid carcinoma; indications and limitations」	
	12日	畿央大学 講義・実習(9月)(大阪府大阪市) 検査技師 鈴木 彩葉「甲状腺・唾液腺の細胞診」	
	17日	神戸甲状腺研究会(兵庫県神戸市/Web開催) 医師 赤水 尚史「IgG4関連疾患のUpdate」 医師 中泉 伸彦「新型コロナウイルスワクチン接種後に無痛性甲状腺炎を発生した2例」 医師 山本 雅司「Mixed medullary and Follicular Cell Carcinomaの一例」	▶P8へ
22日	木曾川内分泌カンファレンス(岐阜県各務原市/Web開催) 医師 伊藤 康弘「甲状腺分化癌- どう評価し、どう治療するか? -」		
26日	大阪府臨床検査技師会細胞診定期講習会(Web開催) 検査技師 鈴木 彩葉「甲状腺細胞診」		
29日	ノバルティスファーマ社員研修会(Web開催) 医師 小野田 尚佳「甲状腺がん診療について」		
29日	徳島大学保健学科講義(徳島県徳島市) 医師 廣川 満良「細胞診検体採取、精度管理、結果の解析と評価」		
30日	日本臨床化学会年次学術集会(富山県富山市) 医師 伊藤 充「甲状腺術後およびバセドウ病131I内用療法後のレボチロキシン補充療法における血清FT3濃度測定の意義」		

その他

SNSを活用した情報発信に取り組んでいます

隈病院では患者の皆様の利便性の向上のため、SNSを活用した情報発信にも力を入れています。今年はInstagramの内容を拡充し、甲状腺疾患に関わる知識をはじめ、ご来院の際に利用いただける近隣の情報も取り上げています。ぜひご活用ください。



Twitter



Instagram



YouTube



研修・見学の記録

8月

医師1名

9月

医師2名

小田 瞳 先生の 挑戦の毎日

vol. 4

2014年から2018年まで隈病院に勤務していた小田瞳先生の、新しい挑戦の日々を紹介します。

※小田瞳先生は神経の難病を発症され、現在、闘病中です。「OriHime (オリヒメ)」という遠隔型人型分身コミュニケーションロボットを活用し、健康相談アドバイザーとして活動しています。



公認心理師を目指して新たな挑戦

「みんなの保健室」で活動を始め、新しい目標ができました。公認心理師の資格を取得することで。隈病院ではカウンセラーと医師が連携しており、患者さんの気持ちが治療成績に大きく影響することを実感してきました。私も資格を取得することでより相談に訪れる人の力になりたいと思っています。そのために、子どもが起き出す朝5時に合わせて起き、勉強しています。

実は2年ほど食事が食べられず、チューブをつけて栄養を摂取している時期がありました。最近、口から食べられるようになり足も動かせるようになりました。家族、そしてオリヒメの活動が私の前向きに進む励みになっています。隈病院に通われ

ている皆さんも、何かおしゃべりしたい時、立ち寄ってくれたらともうれしいです。

Info

「みんなの保健室」(共和メディカルグループ運営)

年齢や疾患の有無に関係なく誰でも立ち寄り、心が落ち着ける場所を目指して開設された。「病院で相談するほどのことではないのだけど」という小さな悩みも相談できる。利用は無料。

- ◆住所 / 大阪府吹田市津雲台5-11-1-4
パークナードフィット津雲台1階
- ◆営業時間 / 月・水・木・金曜9:00~18:00
第2・4土曜9:00~12:00

※小田先生の活動は不定期 (note で告知)
※営業時間内でもスタッフが不在の場合があります。

- ◆電話 / 06-6831-1577
- ◆アクセス / 阪急山田駅から徒歩4分
小田先生の活動はこちらから /

note あかり訪問看護/みんなの保健室 検索



講演

赤水尚史院長が奈良甲状腺研究会で特別講演を行いました

2022年9月3日(土)に奈良県橿原市で開催された第12回奈良甲状腺研究会に、当院の赤水尚史院長が特別講演の講演者として招かれました。奈良甲状腺研究会は、一般臨床医に甲状腺疾患を身近なものとして理解してもらい、積極的な診断と治療へのアプローチにつな

ることを目的として立ち上げられた研究会です。奈良県下から多くの医師が演題の発表や講演を行うなか、赤水院長が、今回の研究会を締めくくる特別講演として、「自己免疫性甲状腺疾患に関する最近の話題」と題した講演を行いました。

講演

第115回 神戸甲状腺研究会のご報告

2022年9月17日(土)に開催された神戸甲状腺研究会にて、同研究会の代表世話人も務める当院の赤水尚史院長が、特別講演を行いました。また、当院の多くの医師が、一般演題での発表に参加し、数多くの診療実績・臨床経験から得られた研究の成果を披露しました。この神戸甲状腺研究会は、昭和56年に第1回目が行われ今回で115回目を数え、現在ではおよそ200名が会員に登録しています。日々の甲状腺診療の中で遭遇した特異な症例をはじめとして診療上有用な情報を交換するため、発表・討議を行う本会は今年も盛会裏に終了しました。



神戸甲状腺研究会代表世話人の
当院赤水尚史院長

講演

甲状腺機能亢進症に対する PTx研究会学術集会のご報告

第12回副甲状腺機能亢進症に対するPTx研究会学術集会が、2022年9月2~3日に小倉市のアジア太平洋インポートマートで開催されました。当院からは外科の宮 章博 副院長が「MEN1における原発性副甲状腺機能亢進症の外科治療：診断技術の進歩に応じた術式の見直し」という演題の発表を行いました。当院ではMEN1の原発性副甲状腺機能亢進症に対する外科治療の術式は「副甲状腺全腺切除+自家移植」を実施してきましたが、診断精度の向上に伴い、病状に応じて「副甲状腺亜全摘術」も採用するようになり、患者さんのQOL向上に貢献していることを報告しました。



発表を行う宮章博副院長



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

YouTube ▶



診療支援本部長、内科副科長

にしはら
西原 永潤
えいじゆん

息子の自主練を家族で

週末は、野球部に入り意欲満々な息子の自主練習に家族で協力することが多いです。体は思うようについていけないものの、私がノックをしたり妻が球拾いをしたりしながら、「こつやったらいいよ」などとアドバイスして練習しています。

私も大学の時に野球をしており、新型コロナウイルス感染症が流行する前には隈病院のソフトボールクラブにも所属していました。ところが、大会前の練習で膝の靭帯を切ってしまいました。再びけがをしないように、息子の自主練習の時には体を押し合いながら柔軟体操をしており、程よいリハビリにもなっています。

最近はずつと

グセンターに行くこともありません。家族3人負けず嫌いなので、ホームランを目指してむぎになつてバットを振っています。



野球の試合観戦もよくしますが、特に好きなのが選手との距離を近く

感じる2軍の試合です。好きな選手の名前が入ったタオルを振っていた息子に、その選手がボールをそつと投げ入れてくれたこともありました。

時には六甲山にも登って

普段の業務でパソコンを見ることが多いからか、週末は体を動かすことが自然と多くなっています。時々、昼

まで診療で夕方から当直という勤務があるのですが、診療を終えた足で六甲山に登り、途中で下山して銭湯に寄ってから再び病院に向かうこともあります。六甲山はいろいろなコースがあるので時間の融通をつけやすいのがいいですね。

診療と研究の両立をこれからも

隈病院には診療と研究を両立できる環境があり、私も年2回ある学会に向けて常に準備をしています。疑問を自ら見つけて考える、という研究の姿勢は、診療の際の視野の広さにもつながっていると感じます。上手にリラックスする方法を取り入れながら、この姿勢を持ち続けていきたいと思えます。



Doctor's Profile

長崎大学医学部を卒業後、長崎大学第一内科に入局。臨床・基礎研究に従事し、アメリカのペイラー医科大学へ留学。留学から帰国後は、基礎研究に従事しながら一般診療を担当した。その後、甲状腺の経験を積むために2004年に隈病院に入職。論文執筆を続け、2011年に日本甲状腺学会・七條賞を受賞。

現場の
トライベッドコントロールで
スムーズな入院へ

当院の入院病床数はアイソトープ治療病室を含め、全室個室の58床です。4・5階の2つのフロアでそれぞれナースステーションを囲むように配置されています。年間約2000件の手術を行うなか、スムーズに患者の皆様へ入院していただけるよう、病棟看護師がベッドコントロールを行っています。

病室は3つのタイプに分かれており、入院案内時にご希望をうかがいます。お聞きしたご希望のほか、治療内容やご年齢、障害の有無など様々な事柄を考慮し、ご入院いただく部屋を決定しています。

入院前から退院までの日数を予測して病室確保の調整を行っており、また緊急性を要する予定外の入院依頼があっても対応できるよう取り組んでいるため、入院の数日前までは病室の確定が困難です。できるかぎり患者の皆様のニーズにお応えするため、日々ベッドコントロール表と格闘していますので、病室の確定に時間を要する旨、ご了承いただけますよう、どうぞよろしく願いいたします。

※現在、増改築工事のため利用できないお部屋があります。

(病棟看護科 村澤 理恵)

日々の？を解決

甲状腺の病気は新型コロナウイルス
感染症のリスクになりますか？病状に合わせて、不明点や心配な
ことを相談してください

これまでの研究によると、橋本病などの甲状腺機能低下症やバセドウ病があるからといって、新型コロナウイルスに感染しやすいということはなく、また、万が一感染したとしても、重症化しやすいとも言われていません。一方で、バセドウ病眼症に対して、ステロイド薬などの免疫を抑える薬を内服されている場合は、新型コロナウイルスの感染リスクとなる可能性もあります。眼科の先生とよく相談するようにしましょう。

その他、甲状腺がんに関しても、これまでの報告によると新型コロナウイルスの感染しやすさや、感染した際の死亡率には影響しなかったとされています。

ただし甲状腺の病気といっても、多岐にわたり、それぞれの病状も異なります。何かご不明な点や心配なことがありましたら、遠慮なくスタッフや担当医におたずねください。

(内科 中泉 伸彦)



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

超音波検査の結果が出るまで

超音波検査とは？

超音波検査(エコー検査)とは、専用の装置を用いて体の表面から超音波を送信し、臓器に反射した超音波を画像として映し出す検査です。甲状腺の大きさや腫瘍の有無などを調べることができます。隈病院では検査の実施から、レポートの作成まですべて臨床検査技師が行っています。

超音波検査のレポートって？

臨床検査技師が作成する超音波検査レポートの記載内容は、日本超音波医学会の診断基準に基づいています。具体的には、甲状腺の大きさや内部性状(甲状腺内側の性質や状態)、しこりがある場合は形が整か不整か、甲状腺としこりの境界がはつきりしているか、不明瞭でギザギザしていないかなどを画像から読み取って記載します。また周囲のリンパ節や唾液腺など頸

部を広く観察しており、これらの内容は表現を統一して入力しています。また当院では図解によるレポートを用いるかという点、医師が甲状腺の全体像を瞬時に把握することができます。図解をする際に欠かせないのがタブレットとタッチペンです。**【図1参照】**。タッチペンを使うことにより、なめらかな曲線を描くことができます。なので甲状腺やしこりの形状、大きさなど忠実に再現することができます。図の描き方にはルールがあるので一部紹介します。嚢胞(液体が溜まった袋状のもの)を疑うしこりは、袋の形だけ描き、中は何も描きません。良性を疑うしこりは斜線、悪性を疑うしこりは網掛けで描きます**【図2参照】**。唯一、図を描くときに難しいなと思うことは、立



図1

体のものを平面上に描いているので、奥行きを表現できないことです。そういった場合は図と共にコメントを追記することでイメージしやすくしています。



図2

隈病院独自の取り組み

隈病院のレポートでは、さらに当院独自の分類を用い、甲状腺のしこりを5段階で評価しています。評価の1と2は良性、3は鑑別困難、4と5は悪性を疑うといったことを表しています。そしてこの数字が大きいものを優先的に報告しており、こうすることが細胞診の穿刺部位の決定にも役立っています。私たち臨床検査技師は、つねに正確で質の高い検査、レポートの作成・報告ができるように努めています。

(臨床検査科 久保田 真理子)



これからの医療安全への取り組み

隈病院は、これまで「自律的に安全を志向する組織風土へ」をスローガンに医療安全のための活動を行ってきました。昨年、創立90周年を迎え、今後モスタッフ全員、自らが、安全に働きたい、心理的にも安全な状態でありたい、と思えるような環境を整える活動を続けていきます。

医療安全から提唱されてきた「心理的安全性」という言葉は、組織マネジメントでも用いられるようになりました。分からないことは誰にでも質問できる、質問したことで自分の立場(職位)が脅かされるといったことがない状況を「心理的安全性がある」と表現します。私は医療安全活動を通して、職場環境においても「心理的安全性」を保てるような支援を行いたいと考えています。

これは安全な医療提供に欠かせない要素です。

(看護本部 本部長/安全管理室 新田 早苗)



お薬手帳とは？

「いつ」「どこで」「どのような薬」を「どのくらいもらったか」記録するノートです。いつも同じ薬を飲み続けている場合でも、開始時期や内服期間も大切な情報になるため、お薬手帳に記載します。

正確な情報共有のため、医療機関・薬局ごとではなく1人1冊にまとめて処方を受けた順に記録しましょう。

お薬手帳を使うメリットは？

● 複数の医療機関から処方されたも

のも含めて、医師や薬剤師が飲み合わせをチェックすることで、同類薬の重複処方を防げます。

● 副作用歴やアレルギー歴、既往歴を記載することができ、これを元に適切な処方が受けられます。

● 引越し、急な入院、旅行先、災害などで、いつもと違う医療機関にかかっても治療の継続がスムーズにできます。(常に携帯しておきましょう)

お薬手帳の活用法は？

手帳には、市販薬やサプリメント、ワクチン接種歴や残薬、体調の変化なども自由に記録できます。そうすると、思わぬ飲み合わせの問題が見つかる場合もあります。

お薬手帳を継続して使っていたことで、その情報ご自身の体調管理だけではなく、医師、薬剤師等による最適な薬物治療に役立ちます。当院でもぜひご利用ください。

(薬剤科 石川 莉沙)

BALANCE RECIPES

～五感で楽しむ毎日の食事～

限病院では、入院患者の皆様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

丈夫な骨づくりを 心がけましょう

新しい年を迎えて「今年は「健康第一）」という方が多いと思います。そのために運動しようと思意する方もいることでしょう。けがをすることなく運動を続けていくために必要な要素として「骨づくり」が大切です。

「骨づくり」に必要なのは、「ビタミンD」「負荷のかかる運動」「カルシウム」の3点です。ビタミンD生成には太陽の光が必要です。1日5分でもいいので、太陽の光を浴びましょう。次に負荷のかかる運動ですが、階段の昇り降り程度でいいので日々続けられる運動を習慣づけていきましょう。最後に骨の成分となる栄養素のカルシウムですが、乳製品などに多く含まれますので、上手に献立に取り入れていきましょう。

〈レシピ提供〉
栄養科 管理栄養士
ひらの みほ
平野 美保



カリフラワーのパン格拉タン

熱量304kcal、タンパク質12.9g、脂質6.0g、
炭水化物52.9g、塩分1.8g

材料(2人分)

カリフラワー	サラダ油	適量
……………150g(1房)	水	350ml
玉葱	牛乳	300ml
……………1/2個	コンソメの素	1個(5g)
じゃが芋(中くらい)	塩・こしょう	少々
……………1個	バター(フランス産)	……………1本
ミックスピーズ		
……………50g		
とろけるチーズ		
……………30g		

下準備

耐熱の器にバター又はサラダ油を塗っておく。

作り方

- ①カリフラワーは小分けにし、玉葱、じゃが芋は細切りする。
- ②鍋にサラダ油を少し入れ、玉葱がしんなりするまで中火で炒める。
- ③カリフラワー、じゃが芋、水を入れじゃが芋が柔らかくなったなら牛乳とコンソメを入れ弱火にし、好みで塩・こしょうをして火を止める。
- ④耐熱の器に食べやすい大きさにカットしたパンとミックスピーズを入れ、③を上にかけて粗熱が取れるまで置いておく。
- ⑤粗熱が取れたらチーズを上からのせてオーブントースターで焦げ目がつくぐらい焼く。

ネギスープ

熱量69kcal、タンパク質1.2g、脂質4.2g、
炭水化物7.7g、塩分1.1g

材料(2人分)

長ネギ	……………2カップ
……………1/2本	水
玉葱	……………1個
……………1/4個	コンソメの素
ニンニク	……………1かけ
……………1かけ	塩・こしょう
サラダ油	……………少々
……………小さじ2	

作り方

- ①長ネギは3cm幅に切り縦に細切りする。玉葱は細切りする。ニンニクはみじん切りにする。
- ②深めのフライパンに油をひき、ニンニクを炒め香りがでてきたら長ネギ、玉葱を入れ焦げないように5分～10分程度よく炒める。
- ③水、コンソメを入れて温まったら、好みで塩・こしょうを入れ、出来上がり。

★長ネギ

加熱すると甘味が増し、トロリとした食感になります。辛味成分には血行促進、疲労回復を高める効果があるといわれます。

★カリフラワー

消化吸収を促進する働きがあるといわれ、便秘予防にもお勧めです。

★チーズ・牛乳

含まれているカルシウムは骨のもとになり、骨粗鬆症の予防や精神安定によいといわれます。

笑ってほかほか 神戸新開地・喜楽館



一人の話し手がいくつもの役を語り分け、
笑いを生みだす落語。

いつでもふらっと立ち寄れる神戸の寄席
「神戸新開地・喜楽館」(以下:喜楽館)で、
笑って温かい気持ちになりませんか。



演者との距離の
近さも魅力です

定番の昼席から単発企画の夜席、
土・日曜・祝日中心の朝席まで多彩な内容
喜楽館では365日、毎日14時から16時20分頃
まで上方落語の口演が行われている
新開地はかつて神戸市役所や、最盛期には
24の劇場・映画館があった文化の街

ゲートをくぐって会場に向かいます

4周年を記念して設置された「MELLIKEN (メリケン)」像。膝をさすると笑いがかかります

マネジャーの山本憲吾さんに案内していただきました

もって気軽に
出かけてみよう

お土産には手拭いや
ロゴシールが人気

屋席の開場を知らせる
一番太鼓が響きます

白色を基調にした館内。
2階席もあります

いざ公演へ!!

喜楽館に向かう道中の
目印は、大きな提灯!!

落語のイロハ 伺いました

●落語の魅力とは?

同じ演目でも演者によって表現が変わります。お客さんの想像力をどれだけ膨らませることができるかが腕の見せどころ。

●上方落語とは?

大阪・京都を中心とした上方で発展した落語のこと。にぎやかで笑いが多く、江戸を中心とした江戸落語には人情味も多い。

●どんなふうに楽しんだらいい?

まずは気軽に笑いに来てください。たくさん落語家が登場するので、自分の笑いに合ったお気に入りを見つけるのもおすすめです。

神戸新開地・喜楽館

- ◆住所/神戸市兵庫区新開地2-4-13
- ◆TEL/078-335-7088
- ◆時間/昼席は14時~16時20分(13時30分開場)
※座席の状況は電話で確認できる
- ◆料金/昼席:一般前売2,300円、当日2,800円、
65歳以上2,300円、障がい者・大学生・高校生2,000円、
小中学生1,500円 ※要証明書
- ※特別公演を除く ※朝席、夜席は公演ごとに異なる
- ◆アクセス/神戸高速線(阪神・阪急・山陽・神戸電鉄)
「新開地駅」東改札口3番出口から徒歩約2分

新型コロナウイルス感染症の影響
からの客足回復を目指す喜楽館。
席に余裕があるので、当日訪れて
もゆったり鑑賞できます。注目した
い3つの点を紹介します。

もっと知りたい 喜楽館

- その1** いつでもやっている昼席
昼席は年中無休。「落語が聞きたい」と思ったら、
ふらっと立ち寄れる気軽な場所です。
- その2** 1週間ごとにかわる演者
演者は月曜日にかわります。また、猫好きな噺家を
集めた週など、切り口を工夫したプログラムも。1
月は豪華出演者による特別公演が目玉。
- その3** 今、関西の若手落語家が熱い!
20~30代の若手が揃っている関西の落語界。
“推し”探しも楽しそうです。



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 三宅 陽子さん

“前”はみない、“後”だけを見る

術後おしゃべり会に来られる方からよく聞かれるのが、圧迫感や飲み込みにくさといった“頸部の違和感”についてのお悩みです。自身の経験から思うのは、とにかく焦らないことが肝心です。回復にはそれなりに時間がかかりますし、ある日突然、劇的に良くなるというものでもありません。どちらかというと慣れに近い、いつの間にか意識しなくなる、それぐらいの感じをイメージしておくといような気がします。とはいえ甲状腺がんの場合、手術前に目立った症状や生活の制限がないことがほとんどなので、つい手術前の自分と比べてしまいがちです。そんな時は、“手術後から今に至るまでの変化にだけ”目を向けてみてはどうでしょうか。手術直後に比べたら全然楽だとか、1か月前にできなかったことができるようになったとか、術後の変化を前向きに捉えることで少しずつ今の自分を受け入れられるようになるのではないかと思います。

おしゃべり会には手術を経験したボランティアスタッフがたくさんいます。不安なことがあれば、ぜひ一度足を運んでみてください。



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) 休木曜
- B 豊福 【和食】
時間 11:00～14:00※夜はご予約のみ 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 11:30～14:30, 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 ビツェリアファミリア 【洋食】※営業時間はSNSを要確認
時間 11:00～14:30(LO), 17:30～20:30(LO) 休日曜
- G 洋食ますだ 【洋食】※臨時休業など要確認
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 11:00～21:00 休日曜
- J Tea Room BON 【喫茶】
時間 11:00～16:00 休日・火曜※要確認
- K すいから 【喫茶】
時間 10:00～17:00(金曜12:00～) 休水曜※要確認
- L Norari&Kurari 【喫茶】
時間 11:00～19:00(日曜・祝日は～18:00) 休土曜※不定休あり
- 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

- ・自動会計システムを導入してください。
- ・クレジット払いができるのは大変嬉しいですがJCBが入っていないのがとても残念です。取り扱うことはできないのでしょうか。

A. 貴重なご意見、誠にありがとうございます。会計時の待ち時間緩和のため、2022年9月から自動精算機を導入いたしました。1階ロビー(薬局の前方)に2台、設置しておりますのでぜひご利用ください。

また、クレジットカードについても、多くのご要望にお応えし、JCBカードもお使いいただけるようになりました。現在当院で使用できるクレジットカードは、Visa/Master/JCB/AMERICAN EXPRESS/Diners Club/DISCOVERの6種類です。いずれも一括払いのみのお取り扱いです。暗証番号のご入力が必要になりますので、お使いの際はあらかじめご確認くださいませよう、お願いいたします。



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

待ち時間にどうぞ

CARDI'S CLUB COFFEE

TODAY'S SPECIAL



全粒粉トーストプレート

単品¥500(税込) ドリンクSET¥660(税込)

食物繊維など豊富に入った全粒粉食パンにサラダなどプレートセットになっています。



チョコレートホットケーキ

単品¥570(税込) ドリンクSET¥820(税込)

ホットケーキにホイップクリーム・チョコソース・アーモンドが乗ったデザートです。

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
- 公益・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を各店舗にご確認ください