



地域医療支援病院  
・救命救急センター  
・地域がん診療連携拠点病院  
・地域周産期母子医療センター  
基幹災害拠点病院  
長野赤十字病院

ご自由にお持ちください

2022

冬

NO

130

広報誌

# わかさと



## 特集

- 4月1日「耳鼻咽喉科」から「耳鼻咽喉科・頭頸部外科」に改称します
- 放射線のおはなし

 日本赤十字社 長野赤十字病院  
Japanese Red Cross Society

長野市若里5丁目22番1号  
電話: 026-226-4131  
FAX: 026-228-8439  
<http://www.nagano-med.jrc.or.jp>  
発行者: 広報誌編集部会



# 「耳鼻咽喉科」から 「耳鼻咽喉科・ 頭頸部外科」に 改称します。

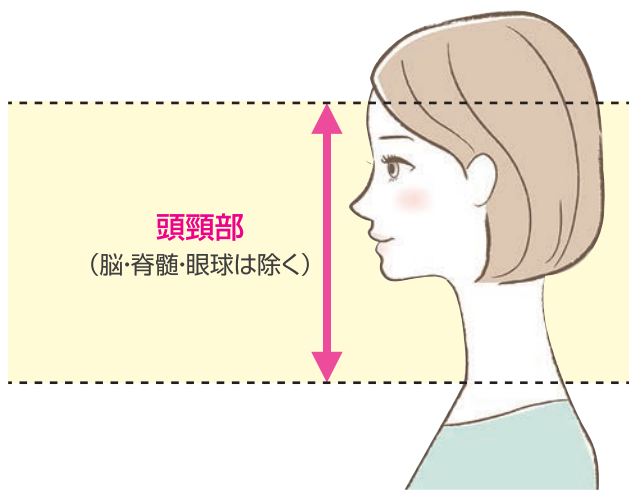


日本耳鼻咽喉科学会という耳鼻咽喉科を専攻する医師たちの学会があります。その名称が2021年5月12日に日本耳鼻咽喉科頭頸部外科学会と名称変更したことを受けて、当院も今年の4月1日から頭頸部外科を追加し耳鼻咽喉科・頭頸部外科とすることになりました。

一般的に「耳鼻咽喉科医の専門領域は耳、鼻、喉の病気」と考えられていますが、実際には頭頸部にできる腫瘍、外傷、形態異常なども診療領域となります。こうした疾患は外科的治療が中心となるため、この領域を頭頸部外科ともいいます。このような実態から、近年では世界的にも「耳鼻咽喉科・頭頸部外科」という一連の名称が使われる傾向にあります。長野赤十字病院でもその流れをうけて名称変更することになりましたので、これを機会に耳鼻咽喉科・頭頸部外科の診療内容を少し紹介したいと思います。

## ● 頭頸部はどの範囲？

頭頸部とは、脳と脊髄、眼球を除いた顔面から頸部(首)までの領域の総称です。この領域には、咽頭、喉頭、気管の一部、口腔、鼻、副鼻腔、耳、唾液腺、甲状腺などが含まれます。また、聴く(聴覚)、嗅ぐ(嗅覚)、味わう(味覚)、呼吸する、咀嚼(噛む)、嚥下(飲み込む)、発声するなど、人が日常生活を送るうえで必要不可欠な機能がいくつも存在しています。



## ● 頭頸部の病気にはどのようなものがあるの？

頭頸部の病気には目や耳、舌、鼻などの感覚機能に影響するものなどがあり、また消化器官や呼吸器官の入り口に当たります。病気がどの部位にできたかによって症状や進行の仕方が大きく異なることが特徴です。

疾患によつて薬による内科的な治療を行うこともありますが、手術を行うことで治療可能な病気が多くあります。その代表的な疾患を挙げてみました。

### 口の病気

口腔癌(舌癌、歯肉癌、口唇癌など)

### のどの病気

咽頭癌

(上咽頭癌、中咽頭癌、下咽頭癌)

喉頭癌、扁桃肥大、アデノイドなど

嚥下障害

### 鼻の病気

副鼻腔炎(真菌性、好酸球性など)

アレルギー性鼻炎、鼻中隔湾曲症

鼻・副鼻腔癌など

### 耳の病気

慢性中耳炎、真珠腫性中耳炎、

耳硬化症、中耳腫瘍、外耳道癌など

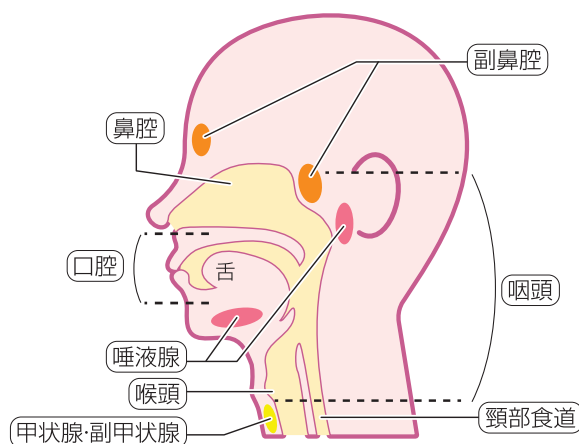
顔面神経麻痺

### そのほかの頭頸部の病気

唾液腺癌(耳下腺癌、顎下腺癌)

唾液腺良性腫瘍、深頸部膿瘍、

頸部リンパ節転移、頸部嚢胞、良性腫瘍など



## ● 頭頸部外科が診る病気について ～癌治療について～

上記のように頭頸部の病気全般の診療を行っているのが頭頸部外科です。良性腫瘍の手術や副鼻腔や中耳の炎症に対する手術、聴力や嚥下の機能改善手術など多数ありますが、当院では特に北信地区の基幹病院として頭頸部がん(口腔がん、咽頭がん、喉頭がん、副鼻腔がん、唾液腺がんなど)の手術治療を担当しています。放射線や化学療法に加えて、手術治療は癌治療の三本柱のひとつで、形成外科や口腔外科と協力しながら治療を行なっています。

頭頸部には味覚・嗅覚・聴覚などの感覚器が密集しています。咀嚼・嚥下・味わう・聴く・嗅ぐ・発声・呼吸などは人が社会生活を送るうえで非常に大切な機能です。頭頸部には、そのような機能をつかさどる耳・鼻・舌・喉などが密集しており、この領域にできる頭頸部がんは、患者さんのQOLに直結する病気です。

頭頸部癌は全ての癌の5%ほどで、癌の中では少数派ですが罹患すると大きな障害を生じることがあります。たとえば、治療の過程で舌や咽頭を切除すれば咀嚼・嚥下機能や発声機能などが低下し、人とうまく会話ができなくなったり、今まで食べられていたものがうまく食べられなくなったりします。気管切開をすれば、肩までじっくりと湯船に浸かることも難しくなります。

そのため頭頸部がんの治療においては、がんを治すことだけにとどまらず、いかに治療後の合併症や後遺症を少なくしてQOLを充実させるかについても念頭に置き治療に当たっています。

なお甲状腺癌については、地域や病院により取り扱う診療科が異なり、当院では乳腺甲状腺外科が担当しています。

## ● 長野赤十字病院耳鼻咽喉科における2020年の手術の実績

コロナの影響で減少しましたが、約400件の手術を手術室で行なっています。  
そのうち手術による癌治療は表の黄色部分にある通りで39件でした。

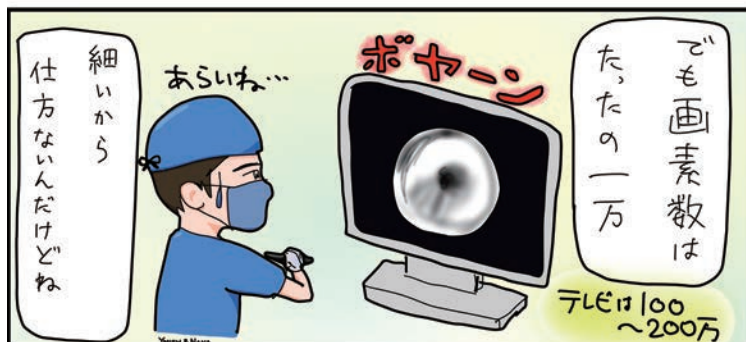
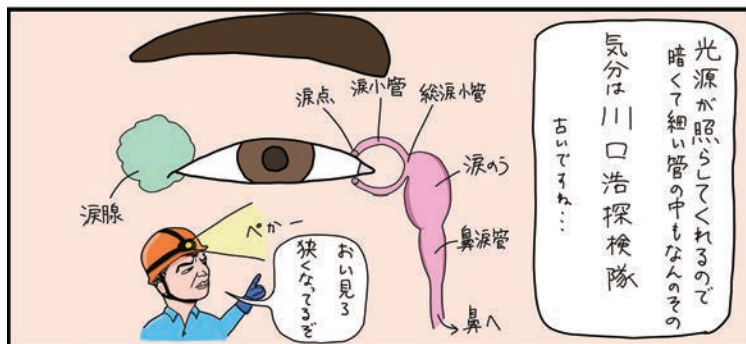
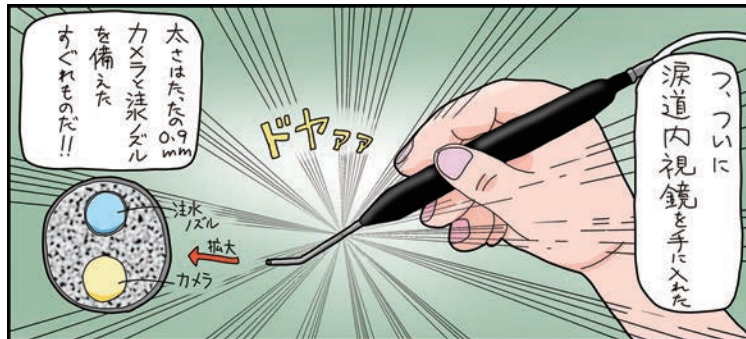
| 領域           | 術式                                | 件数 |
|--------------|-----------------------------------|----|
| 耳科           | 鼓室形成手術                            | 14 |
|              | 鼓膜形成手術                            | 4  |
|              | 鼓膜穿孔閉鎖術(リテインパ)                    | 5  |
|              | アブミ骨手術                            | 3  |
|              | その他(チューブ挿入、鼓室開放術、乳突削開術、先天性耳瘻管摘出術) | 26 |
| 鼻科           | 内視鏡下鼻・副鼻腔手術                       | 86 |
|              | 鼻中隔矯正                             | 24 |
|              | その他(下鼻甲介手術など)                     | 11 |
| 口腔・<br>上中下咽頭 | 口蓋扁桃手術(摘出)                        | 45 |
|              | アデノイド切除術                          | 8  |
|              | 上、中、下咽頭腫瘍摘出術                      | 5  |
|              | 咽後膿瘍切開術                           | 1  |
| 喉頭・気管・<br>食道 | 直達喉頭鏡手術(声帯ポリープや喉頭腫瘍)              | 15 |
|              | 気管切開                              | 11 |
|              | 嚥下機能手術(喉頭気管分離術)                   | 1  |
|              | その他                               | 4  |

| 領域            | 術式                   | 件数  |
|---------------|----------------------|-----|
| 顔面・頸部・<br>その他 | 顎下腺摘出(腫瘍・唾石)         | 5   |
|               | 唾石摘出術(深在性)           | 3   |
|               | 耳下腺腫瘍摘出術             | 10  |
|               | 頸瘻・頸嚢摘出術             | 6   |
|               | 副咽頭間隙腫瘍摘出術(経頸部によるもの) | 2   |
|               | 深頸部膿瘍切開術             | 1   |
|               | その他(リンパ節摘出術など)       | 46  |
| 悪性腫瘍<br>関連    | 鼻副鼻腔悪性腫瘍手術(全摘)       | 1   |
|               | 鏡視下咽頭悪性腫瘍手術          | 4   |
|               | 咽頭悪性腫瘍手術             | 1   |
|               | 舌悪性腫瘍手術(亜全摘)         | 2   |
|               | 口腔、顎、顔面悪性腫瘍切除術       | 3   |
|               | 喉頭・下咽頭悪性腫瘍手術(再建を含む)  | 2   |
|               | 喉頭悪性腫瘍手術(全摘)         | 1   |
|               | 顎下腺悪性腫瘍手術            | 1   |
|               | 耳下腺悪性腫瘍手術            | 2   |
|               | 皮膚悪性腫瘍切除術(単純切除)      | 2   |
| 頸部郭清術         | 20                   |     |
| 再建            | 遊離皮弁術など              | 7   |
| 合計            | 診療報酬に基づく手術件数         | 382 |
|               | 手術人数                 | 250 |

現在スタッフは4人で  
診療にあたっています。これからも地域の  
皆さんのより良い生活を守るためにスタッフ  
一同頑張りたいと思います。



# 涙道内視鏡検査 始めました。



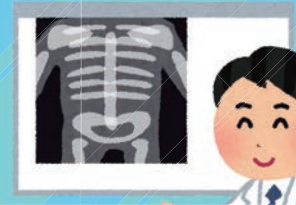
このたび長野赤十字病院形成外科では涙道内視鏡検査を始めました。直径1mmに満たない極細の内視鏡を使って、涙道という涙の排水路の中を見るといって、ロマンあふれる検査です。

まず涙は眼球の外側の上のあたりにある、涙腺というところで作られます。涙腺から分泌された涙は眼球表面を潤します。この涙は最終的に鼻へと流れ、鼻水になるのはなんとなく実感できることでしょう。鼻までの涙の経路を順番に解説すると、まず鏡を見ながら下まぶたをアッカンベーさせると、まぶたの鼻に近い方に小さな丸いくぼみが見えます。ここが涙点といって、涙の排水口にあたります。自分では少し見にくいですが上の瞼にも涙点があります。涙は上下の涙点から涙小管という細い管を通り、目頭のところで合流し

(総涙小管)、その後涙のうという涙がたまる袋のようなところに入ります。そして骨の中を通る鼻涙管という管を抜けて、最後は鼻へと流れます。

この涙の排水路のどこかが狭くなると、涙が目にあふれ、泣いてもいないのに涙がこぼれるようになります(流涙)。また、涙が流れなくなって涙のうにたまると、涙のうの中で細菌が繁殖して目やにが増えますし、さらに悪化すると目頭の下あたりが赤く腫れることがあります(涙のう炎)。このような症状の原因となる、涙道が狭くなった部分がどこにあるのかを突き止めるのに涙道内視鏡が役立ちます。そして涙道内視鏡を押し進めて狭くなった管を広げることができれば、そこにシリコン製の細いチューブを通してやります。チューブを数ヶ月後に抜くと、排水路が広がってまた涙が鼻へ通るようになるのです。なかにはチューブを通せないこともあり、その場合は別のルートに穴を開ける手術が必要になりますが、涙がこぼれる、目やにがやたら多いという方はまず涙道内視鏡検査を受けてみてはいかがでしょうか。興味のある方はお近くの眼科の先生にご相談ください。

# ほう しゃ せん 放射線のおはなし



皆さんは「放射線」というとどんなイメージをお持ちでしょうか？  
「怖い」「危険」という文字が思い浮かぶかもしれません。  
しかし、今日の医療は放射線無しでは成り立ちませんし、  
きちんと管理された放射線利用は利益にも繋がります。  
この記事が皆様の放射線に対する知識を深め、正しく向き  
合っていたくための一助になれば幸いです。



## そもそも、放射線って何？

放射線は、高いエネルギーをもった高速の粒子（粒子線）や電磁波です。放射線は目に見えませんが、物質を透過する性質や原子を電離（イオン化）する性質があります。高速の粒子の放射線には、アルファ（ $\alpha$ ）線、ベータ（ $\beta$ ）線、中性子線などがあります。また、電磁波は波の性質をもっていて、テレビやラジオの放送に使われている電波や自然の光なども含まれますが、電磁波のうち波長の短い（エネルギーの高い）エックス（X）線やガンマ（ $\gamma$ ）線を放射線として区別しています。

（出典：文部科学省 放射線等に関する副読本）

医療現場で最も多く使われるのがX線です。

皆さんは「大きく息を吸って」と言われて胸のレントゲン写真を撮ったことがあると思います。この時、肺は黒く、心臓は白く、骨は更に白く写っているのを見たことがあるでしょう。これは物質によってX線の透過する量が違っているからです。そして、放射線が多いと画像は黒く表現されます。



そこで次のページから問題です！

## Q1 次の臓器を放射線が透しやすい順番に並べましょう

骨 ・ 肺 ・ 心臓

## Q2 次の中でレントゲン写真に写りやすいものはどれでしょう

入れ歯 ・ アクセサリー類 ・ 髪の毛 ・ 下着のボタンや金具 ・ ファスナー ・ カイロ

レントゲン写真を撮るときは、「ボタンや金属の付いたものは外してください」とか「動かないでください」と声をかけられることがあると思います。これは普通の写真と同じように動きがあると画像がブレたり、ボタンや金属類と一緒に写り込んで病気と間違えたりしないようにするためです。

検査に必要なこと(良い画像を撮るため)は、必ずお伝えします。ご協力をお願いします。



## Q3 次のうち、放射線の影響で起こると考えられるものはどれでしょう

がん ・ 歯痛 ・ 白内障 ・ かぜ ・ 不妊



### 放射線は本当に「怖い」もの?

放射線を浴びると「がん」「脱毛」「白内障」や「不妊」などのリスクが増えると考えられています。がん以外のこれらのリスクは、一定の放射線量以上で発現します。普段の診療で、この放射線量を超えることはありません。

### がんについてはどうなの?

一般に放射線を浴びれば浴びるほどがんの発生確率は上がると考えられています。ただし、少ない線量(100mSv以下)でがんが増えるという明確な証拠はありません。

また、自然放射線は身の回りの至る所にあります。大地や空気中、宇宙や食物からも放射線は検出されます。飛行機に乗ることなどで宇宙からの放射線が増えることも知られています。

大地からの自然放射線量は、地域によって大きく異なりますが、それによってがんの発生率には違いが見られません。そして、がんの発生には放射線以外にも、喫煙、飲酒、食物・栄養、身体活動、体格、感染、化学物質など様々な要因が考えられます。(出典:厚生労働省 HPより)しかし、少しでも危険因子は取り除く努力は必要で、放射線にできるだけ当たらない方法を考えてみましょう。



## Q4 放射線を避ける方法はどれでしょう ( )の中を選んでください

放射線に当たる時間を(長くする・短くする)

放射線の発生場所から(離れる・近づく)

放射線発生源と身体の間(遮蔽物を置く・何も置かない)

(回答) Q1.肺→心臓→骨 Q2.全て(髪の毛は束ねてであると写りやすいです) Q3.がん、白内障、不妊 Q4.短くする、離れる、遮蔽物を置く  
全問正解できましたでしょうか？



放射線を使った検査・治療はいろいろあります。

胸部・腹部や骨などのレントゲン検査、歯の写真やパノラマ写真、マンモグラフィや骨密度測定、バリウムを使った胃や腸の検査、CT検査やPET検査、骨シンチやGaシンチ、血管造影などです。

放射線や粒子線を当ててがんの治療も行われます。

これらに使われる放射線は、医師と診療放射線技師がきちんと管理して使用し、必要な検査などを組合せて最良の結果が得られるように努力しています。

検査などで分からないこと、不安なことが  
ありましたら医師や診療放射線技師に  
お尋ねください。病院には、放射線以外でも  
検査や治療のために様々な専門家が大勢  
いて、患者さんの病気に立ち向かっています。  
そして、1日も早い回復を願っています。  
そんな皆様の助けになれば何よりです。







わしざわ かずひこ  
院長 鷺澤 一彦 先生

【学会・専門医】  
日本小児科学会  
日本小児アレルギー学会

テニスに興味です。  
毎週二回を目標にコートで  
練習しています。

# かかりつけ医のご紹介

皆様の日頃の健康をサポートしています

## 地域医療連携

症状が安定したら  
かかりつけ医へ

専門的な治療が必要  
になったら当院へ

開業医 ←

→ 当院

地域の医療機関が協力し合う医療体制

## 訪問

### わしざわ小児科へ

させていただきました!

平成18年から  
開業されています。



#### ● 医師を選択した理由

長野県内の村のご出身です。医師不足を見てきて、医師の必要性を感じてこられたことが動機となりました。村での開業は諸事情で叶いませでしたが、そのまま医師の道を選ばれました。ご専門は小児科です。大学卒業に当たってご専門を選ばれる際、小児科で興味深い研究を行っているを知り、そちらを選ばれました。実は当時は新生児や子供にあまり縁がなく接し方もよくわからなかったそうです。しかし多くの患児と関わり、現在では本当に可愛い大事な存在に感じておられ「小児科を選んでよかった」とお話しされました。

#### ● 開業までの経緯

更級医師会にあたる千曲川以南では小児科開業医が少なめで、そこを支援するつもりで開業したらどうだろうとアドバイスをもらったのがきっかけだそうです。未就学児の受診者が多く、待ち時間の短縮に役立つアプリを導入するなど、保護者の負担軽減も考えておられます。

#### ● 地域の方に一言

「いつも当院にご来院、応援いただきありがとうございます。なかなか余裕ある時間での診療が難しく申し訳ございません。患児だけでなく保護者の皆さんの不安を聞き、子育ての応援ができるよう、これからも頑張ります」



外観



待合室

## わしざわ小児科

所在地：〒381-2214 長野市稲里町田牧1322-7

T E L：026-286-0800

診療科目：小児科 アレルギー科

■診療受付時間【休診日：日曜日・祝日・水曜日午後・土曜日午後】

| 診療時間・曜日       | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|---------------|---|---|---|---|---|---|---|
| 午前 8:30~12:00 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | × |
| 午後 3:00~5:00  | ○ | ○ | × | ○ | ○ | × | × |

水曜・土曜 午前のみ(8:30~12:00)



# 長野赤十字

# 看護専門学校 だより

新しい年になりました。昨年は、新型コロナワクチン接種が進められたこともあり、感染状況下での対応をしながら、実習や授業に大きな影響はなく進めることが出来ました。お陰様で学生（113 回生）は最後の統合実習を終え、国家試験合格と卒業に向けて学びを深めています。最近は、『最後の』という言葉が多くなり、いよいよ寂しさを実感しています。この 113 回生が 3 月に卒業すると、明治 30 年から続いた当校の看護師養成の歴史に幕をおろすことになります。今回は秋に行った災害演習、ケーススタディ発表会、実習の様子などをお伝えします。

## 災害演習

日本赤十字社長野県支部で災害演習を行いました。災害時における救護所の設営や赤十字救急法を用いた傷病者の救護と搬送訓練、炊き出し訓練、無線機の取り扱いなどを学びました。傷病者の救護と搬送訓練では、赤十字救急法を用いて、頭から出血している患者の傷を三角巾を使って覆ったり、足を骨折した患者を三角巾と板を用いて固定したり、何人かいる患者の状況に応じて救護や搬送の優先順位を決めていました。最初は初めての状況に焦ってしまい、思い通りの判断や行動ができなかったのですが、その後、訓練を重ねるうちに動けるようになっていました。炊き出し訓練では、米と水を袋に詰めて大鍋で煮るのですが、梅干しや釜飯の素を一緒に入れてバリエーションをつけて災害時の食事について考えました。訓練を通し、学生は災害時の情報共有の大切さや、一人ひとりの主体的な行動や連携をとることの重要性を実感していました。また、災害時における赤十字の意義と、赤十字看護師としての役割や責務について理解を深めました。



傷病者の救護訓練



傷病者の搬送訓練



炊き出し訓練

## ケーススタディ発表会

実習での学びを事例を通して振り返るケーススタディ発表会を行いました。脳血管疾患の後遺症により、伝えたいことが伝わらないもどかしさや苦悩を感じている患者さんを受け持った事例では、身の回りの援助を行い試行錯誤する中で、患者さんのペースに合わせることや、伝えやすい環境づくりの大切さを学んでいました。また、心疾患を抱えて退院される患者さんの支援をした事例では、患者さんが家に帰っても元気で過ごしてもらいたいと、パンフレットを使って食事など生活の中での自己管理法をいっしょに考えていました。患者の思いに寄り添う看護がしたい、その人らしさを大事に関わりたい、患者の持つ力を引き出したいなど活発な意見交換がされ、一人ひとりが看護観を深めていました。



発表会の様子



発表会后、冊子をもって記念撮影

## 実習の様子

ケーススタディの発表会でも、学生は実習でたくさんのことを学んでいることを自覚していました。様々な病棟で実習させていただきましたが、お世話になった方々には本当に感謝しています。次の『わかさと春号』が出る頃は、病棟で新人看護師として働いていると思いますが、引き続き温かく見守ってください。

## 小児看護学実習



ハロウィンに合わせて折り紙や薄紙でジャック・オー・ランタンや魔女などのキャラクターを可愛らしくして貼りつけた飾りを作成しました。受け取った子供たちの反応は年齢によって様々でしたが、怖がらずに受け取ってくれました。



毎回、実習中に小児病棟に入院している患者さんへ、早く良くなって欲しいと願いを込めてプレゼントを作成して渡しています。小児看護学実習では、疾患や小児各期の成長発達段階を理解して関わるのが大切ですが、小児科に入院している小児は、生まれたばかりから中学生くらいまで幅が広いので、どんなものを渡したらよいかグループメンバーで悩みながら考えます。いつも病棟の保育士さんの力を借りながら、幅広い年齢層に喜ばれるような力作を作成しています。



秋の気配を折り紙で表現してリースを作成し渡しました。クマやウサギ、りんご、くりなど折って貼りつけ、毛糸でミノムシを作ってぶら下げています。幅広い年齢層で喜んでいただけました。

## 学校のお宝紹介

今回紹介するのは、学生赤十字奉仕団への感謝状と賞状です。現在、コロナ禍で活動ができない状況ですが、学生は代々、奉仕団の活動で献血推進事業の手伝いや募金活動などのボランティアを行っています。これらは活動が認められて頂いたものです。



日本赤十字社長野県支部長でもある阿部県知事より頂いた賞状



日本赤十字社大塚社長より頂いた感謝状



以前に活動した街頭募金などの様子



日本赤十字社長野県支部を通して募金を寄付しています



Table with columns for days of the week (月, 火, 水, 木, 金) and various medical departments (内科, 呼吸器内科, 感染症内科, etc.). Each cell contains the names of the attending physicians and their appointment times.

12