

ACCESS



◎面会時間は13:00~20:00です。※日曜・祝日も同じ時間です。

市バス

- 73系統(京都駅~洛西バスターミナル) 上桂前田町下車徒歩3分
- 70系統(太秦天神川駅前~桂駅東口) 上桂東ノ口下車徒歩5分
- 69系統(みぶ~桂駅東口) 上桂西居町下車徒歩10分

京阪京都交通バス

- 27・21系統(桂坂中央~京都駅前) 上桂前田町下車徒歩3分
亀岡・園部方面から27・21系統への 乗り継ぎは1・2系統
国道中山(下車)乗り換え

阪急電車

- 京都線「桂駅」下車北へ徒歩15分
タクシーで約5分

車

- 京都方面からは西大橋から信号4つ目左折50m左折
- 亀岡方面からは阪急のガードを越え 次の信号右折50m左折

無料送迎バス

- 阪急桂駅西口より約20分間隔で運行中
- ※開院日以外は運休しております。

【平日】

時間	阪急桂駅西口発	三菱京都病院発
8時	00 20 40	13 33 53
9時	00 20 40	13 33 53
10時	00 20 40	13 33 53
11時	00 20 40	13 33
12時		50 43
13時	10 30 50	03 23 43
14時	10 30 50	03 23 43
15時	10 30 50	03 23 43
16時	10 30	03 23 43

【土曜日(開院日のみ)】

時間	阪急桂駅西口発	三菱京都病院発
8時	00 20 40	13 33 53
9時	00 20 40	13 33 53
10時	00 20 40	13 33 53
11時	00 20 40	13 33
12時		50 43
13時	10 30 50	03 23 43

- ※予告なく変更・中止する場合がございます。
- ※道路事情・その他諸事情により乗車場所が移動する場合がございます。
- ※定員オーバー、交通事情により遅れる場合があります。ご了承下さい。
- ※開院日以外は運休しております。



MITSUBISHI KYOTO HOSPITAL

HIMAWARI

コミュニケーション誌 ひまわり



Vol.12 | 2008 SPRING

2 病院長就任のご挨拶
病院長 三木 真司

3 診療科のご案内
「人間ドック」

6 緩和ケアについて
腫瘍内科 医長 吉岡 亮

7 元気な食事「たけのこ」

最近の話題
「メタボリックシンドロームと微量栄養成分」

三菱京都病院

救急告示病院 人間ドック・検診施設機能評価認定施設
日本医療機能評価機構認定病院 厚生労働省指定臨床研修病院

〒615-8087 京都市西京区桂御所町1番地
TEL 075-381-2111 FAX 075-392-7952

予約専用
ダイヤル **075-381-7811**

<http://www.mitsubishi-hp.jp>



三菱京都病院



◆ 病院長就任のご挨拶

三菱京都病院は
「高度な技術であたたかい医療」を
提供できるよう全力で
取り組んでまいります。

この度、平成20年4月1日付けをもちまして院長に就任しました三木真司(みきしんじ)です。就任のご挨拶を申し上げます。

私は昭和59年京都大学医学部を卒業し、故村田眞司総院長のお勧めにて三菱京都病院心臓内科に就職しました。その後京都大学医学部大学院に進学し、平成4年に当院心臓内科に再就職しました。以後現在に至るまで心臓病の患者さまの診療に従事してきました。その間平成13年より心臓内科部長、平成19年より副院長を勤めて参りました。人生の三分の一を過ごしてきた三菱京都病院には人一倍の愛着と思い入れを持っております。この私が院長に就任しましたのも何かの縁と感じております。

さて、昨年は「医療崩壊」が新たな流行語となりました。医師不足による病院の閉院、勤務医の過重労働、看護師不足など様々な問題が表面化しました。医療崩壊の原因は、医師の絶対数の不足(人口当たりの医師数は日本がサミット参加7カ国の中でも最低であり、OECD諸国の平均からは12万人も医師が不足しています)と、医療費抑制政策(国民総医療費のGDP比率は8%で日本がサミット参加国で最低)です。このため昨年は自治体病院の3分の2が赤字決算で、医療機関の倒産も過去最高ペースとなっています。幸い当院は吉田前院長のリーダーシップの下に病院の全面建て替えが昨年に完成し、医療機器も最新のものに一新しました。これに伴い多くの患者さまにお選びいただくようになっています。ハードウェアの整備である病院建て替えが完成した次のステップとして、ソフトウェアすなわち医療内容の充実と向上に努力して行きたいと考えています。病院にとって逆風ともいえる厳しい環境の中で、医療の安全に十分配慮し、当院の基本理念である「高度であたたかい医療」を提供できるように、微力ながら全力を尽くす所存ですのでよろしくお願い申し上げます。

病院長 三木 真司



診療科のご案内

人間ドック

健診・人間ドック科
部長 重本 香保里



プロフィール

専門 | 消化器内科

自己紹介 | 1985年近畿大学卒業。
京大老年科入局。
日本消化器内視鏡学会専門医
日本医師会産業医
人間ドック認定指定医



はじめに

昨年2月に新病院が完成、同時に人間ドックセンターもリニューアルしました。これで、ドックセンター内でほぼ全ての検査を受けていただけることはもちろん、検査着の用意、ドックセンター内での食事の提供もできるようになり、リピーターの皆様からご好評をいただいております。

当院人間ドックのコース

一般的な健診コースとして、Aコース(糖尿病の詳しい検査等が含まれています。)、Bコース(Aコースより検査項目が若干少なくなります。)があります。また、全身くまなくチェックできる一泊二日のエグゼクティブコース(大腸検査や心臓の諸検査等、ほぼ全ての検査が含まれます。)があります。

他にも腹部エコー、CT、内視鏡等を用いる検査を中心にしたがんの早期発見のためのがん検診コースがあります。このコースはかかりつけの主治医がいて、定期的にもてもらっているので、がんに関してのみ精密検診を受けたいという方にお勧めのコースです。

当院人間ドックのオプション検査

基本のコースに加えて、種々のオプションをご用意しております。主なものとしては、PET、MRI、CT等の装置・検査法を利用した、PET(ペット)オプション、脳オプション、肺オプションがあります。

まず、PETオプションについてご紹介いたします。PET(Positron Emission Tomography)とは、ポジトロン(陽電子)を放出するアイソトープで標識された薬剤を注射し、その体内分布を特殊なカメラで映像化し、診断する検査法です。これは、がん細胞は通常の細胞より分裂が活発で、ブドウ糖代謝が盛んであるという性質を利用したものです。がんの早期発見や全身検索に非常に有用な検査ですが、消化器系がん(肝がん、胃がんなど)や泌尿器系がん(腎がん、膀胱がんなど)、婦人科系のがんの発見が困難な場合もあります。

このようにPETオプション単独で全てのがんのチェックは困難なので、当院はがん検診として標準コースにPETを追加するか、PET+がん検診コースの受診をお勧めしています。

脳オプションは脳MRI、MRA、頸動脈エコーを受け



ていただきます。MRIでは脳実質の異常の有無がわかりますし、脳MRA、頸動脈エコーでは突然の脳出血の原因となる脳動脈瘤の有無、血管の狭窄の有無がチェックできます。

肺オプションは、64列マルチスライスCTによって肺がんの早期発見等を目的としています。また、今年中に開始予定のオプション検査として、心血管造影CT検査があります。心血管造影CT検査とは、心カテーテル検査をすることなく心血管の異常を発見できる検査です。

当院は循環器科の専門病院としての豊富な実績と特色を生かしたドックとして皆様のお役に立つため、さらなる充実を目指しております。

当院人間ドックの特徴

当院ドックの最大の特徴は、当日中にほぼ全ての検査結果をご説明できることです(注・オプション検査などは、後日報告になります。)。午前中の検査結果も、午後にはご説明出来るように努めております。

採血結果、画像、放射線科の専門医をはじめとした



専門医の所見等が電子カルテ上で閲覧できますので、それに基づきご説明いたします。書面だけの報告ですと伝わりにくいことがありますので、検査を受けられた方に当日直接ご説明し、必要な方には2次検査の予約もさせていただきます。

この様にきめ細かいドックを行っておりますので、なるべく少人数制にはしておりますが、結果説明までの待ち時間が生じてしまうことがあります。どうぞご了承くださいませようお願い申し上げます。



終わりに

当院人間ドックセンターは人間ドック学会の機能評価認定施設であり、取得の審査時には内容面で高い評価をいただきました。今後もその評価に恥じない様、さらに充実したドックセンターを目指します。

そして当センターに来られた方にご信頼いただき、「次回も三菱京都病院に頼みたい」と言っていただけるように今後もスタッフ一同努力してまいります。



貴方にあったコース・検査をお選びください！

〔以下の各コースと各オプションはすべて **予約制** とさせていただきます。健診の組み合わせにつきましては検査項目一覧をご参照ください。〕

お申し込み・お問い合わせ **Tel.075-381-2111 Fax.075-381-4411**

コース・検査

(表示金額は税込み)

外来1日 Aコース / 52,500円

当院のおすすめコース。人間ドックが初めての方にも、経過を見ておられる方にも必要な項目がほぼ含まれているコースです。

1泊2日コース / 78,750円

オプション検査をご希望の方におすすめのコース。当院提携ホテルにお泊りいただき心身ともにリラックスをお約束いたします。

PET単独コース / 105,000円

全身PET検査、身体測定・血圧、血液検査(血糖値のみ)のコースです。

1泊2日エグゼグティブコース / 157,500円

全てのオプション検査を追加し、身体の隅々まで、入念に検査を行う特別コースです。(但しBNP検査、PETは含まれません。)

外来1日 Bコース / 39,900円

お気軽に人間ドックを受診いただけるよう、検査内容を必要性の高い項目に厳選したコースです。

がん検診コース / 63,000円

身体測定・血圧、血液検査、腫瘍マーカー4種(CEA、αFP、CA19-9、PSA)、便潜血(2回法)、超音波検査(腹部・甲状腺)、胸部・腹部CT検査、上部消化管内視鏡または透視検査のコースです。

基本コースに、ご希望のオプション検査を付加することが可能です。コースオプションに関してはご相談ください。

オプション

(表示金額は税込み)

脳ドック / 21,000円

脳梗塞、脳腫瘍、脳動脈瘤等の早期発見のため頭部MRI・MRA、頸動脈エコー検査を行います。

甲状腺ドック / 10,500円

甲状腺疾患のチェックのため超音波検査と血液検査を行います。

肺ドック / 15,750円

肺がんを中心とする胸部疾患の早期発見のためマルチスライスCT検査を行います。

心臓ドック(1泊2日コースのみ可) / 31,500円

心筋梗塞、狭心症、弁膜疾患、不整脈の有無を調べるため負荷心電図、心エコー、ホルター心電図検査を行います。

大腸ドック(1泊2日コースのみ可) / 15,750円

大腸がん、大腸ポリープ等の早期発見のため全大腸内視鏡検査を行います。

その他検査

- **骨粗鬆症検査(骨塩定量) / 2,100円**
骨粗鬆症等の早期発見のため前腕を使用したDEXA法による検査を行います。
- **マンモグラフィー / 3,675円**
乳がんの早期発見のためレントゲン検査を行います。
- **HCV検査 / 1,680円**
慢性肝炎や肝硬変、肝がんの早期発見のため血液検査でC型肝炎ウイルスの感染を調べます。
- **腫瘍マーカー2種(3種)セット / 3,150円(5,250円)**
がん(CEA:大腸、肺がんなど α-FP:肝がんなど CA19-9:膵、胆道がんなど)の進行度・治療効果のチェックや再発の指標とするため血液検査を行います。
- **PSA(前立腺腫瘍マーカー) / 2,100円**
前立腺がんの早期発見のため血液検査を行います。
- **BNP検査(ヒト脳性Na利尿ペプチド) / 2,100円**
心臓検診としての血液検査を行います。
- **PET / 105,000円**

- ◎1泊2日コースとエグゼグティブコースとPET単独コース(PETオプション)につきましては、前日・当日の予約取消は取消料が必要となりますので、ご了承ください。
- ◎オプションの変更につきましては、必ず前日までにご連絡ください。
- ◎オプションの予約につきましては、1日の検査人数が限られておりご希望に添えない場合があります。
- ◎料金や検査項目につきましては、加入されている健康保険組合によって、異なることがありますので、ご予約時に人間ドック担当者にご確認ください。
- ◎一部検査を省略された場合、料金の変更はありません。
- ◎検査内容、料金等は2008年3月現在のものです。変更する場合がありますので、詳しくはお問合せください。



緩和ケアについて

1 がん緩和治療とはどのような治療でしょうか

一生のうちで日本人の二人に一人はがんにかかるといわれています。さらに三人に一人はがんで死亡され、長期間死亡原因の第一位となっています。実は日本人にとって、がんは非常にありふれた疾患なのです。このような理由でがん治療技術の研究・がんの基礎研究は医療分野の中でも特に重点的に取り組まれ、著しい進歩を続けており、治療成績も大きく向上しています。

一方、治すことの出来ない状態のがんに罹患している患者様も残念ながらまだまだ多く、そのような状況の方は、病状を改善するためさまざまな治療を受けられることとなります。この治療のことを広い意味での緩和治療といえます。

広い意味での緩和治療には、解熱鎮痛剤やモルヒネなどの薬物的疼痛緩和、放射線による腫瘍骨転移の疼痛緩和など、外科手術による腸閉塞の解除など、抗がん剤により腫瘍増大の阻止によるがん症状の緩和、うつ病治療など精神症状の緩和など、さまざまな治療手段が含まれます。



腫瘍内科
医長 吉岡 亮
消化管がん化学療法、一般内科
1994年京都大学卒業。
京大老年科入局。
日本内科学会認定内科医

2 当院の緩和チームを紹介します

現在がん緩和治療の3本柱といわれているのはホスピス(終末期治療の専門施設)、在宅ホスピス(終末期治療の専門開業医)、一般病院の緩和チームです。一般病院である当院の緩和チームは2006年8月から正式に発足しました。チームとなる前は2002年11月から内科病棟看護師を中心に、薬剤師、医師などの有志で定期的に緩和治療の勉強会を続けてきました。当院は典型的な急性期医療を行なう病院ですから、勉強会では、実際に関わったがん罹患患者様の診療を通じて我々が認識した、がん終末期に特有の問題点に焦点を当て、急性期医療との違いを理解する活動をおこなってきました。重点的に取り組んだ課題は、



- 疼痛は完全になくそう
- 患者様本人はもちろん、ご家族、医療スタッフも癒される終末期医療をしよう
- 医療行為・検査をみなおし、患者様の負担をへらし、終末期のあるべき姿を見直そう等です。

外来での症状緩和の中心は医師ですが、入院での緩和治療の中心は病棟の看護師と薬剤師です。緩和チームのメンバーではなくても、経験をつんだスタッフに参与してもらおうと、的確な観察と処置、患者様への自己管理教育により、患者様の苦痛はすみやかに解除されます。チームによる診療で、より効果的に苦痛の緩和が可能となりました。患者様の症状が効果的に緩和されるとスタッフにとっても精神的負担が軽減される事がわかりました。

3 当院の緩和治療の特徴は以下の通りです

- 最終末期で症状緩和のみを目的とする場合はいわゆる「延命」よりも自覚症状を改善する事を優先しています。
 - なるべく自宅で過ごしてもらおう事を目標にし、苦痛無く過ごすためのあらゆる手段を考えますが、苦痛管理が在宅では困難になった場合は入院治療を行っています。
 - ご希望であれば最後まで当院で治療をうけることができます。
 - 当院で延命のための抗がん剤治療を受けてこられた患者様で、抗がん剤治療が終了になった方はホスピスへの転院、在宅医師への紹介、当院への通院などご希望によりいくつかの方針が選択できます。在宅治療を受けておられていても苦痛の管理が難しい状態になられた方も治療できます。
 - 当院では、往診をしておりませんので、在宅での治療を希望される方は在宅医療を提供していただける開業医の先生へお願いしています。
 - 残念ながら緩和治療の専門家や精神科医がおりません。かわりに腫瘍内科医が担当しています。専門外来は水曜日の午後からの予約制ですが、お急ぎの場合は対応します。
 - ホスピスではありませんので、ホスピスで行われるような全人的ケアを受けることはできません。身体症状の緩和治療が中心となります。
- ※なお緩和治療に関しましては、病棟の状況や緩和治療対象患者様のご入院状況によっては、ご紹介いただいてもお引き受けいたしかねる場合がございます。あらかじめご了承をお願いいたします。



元気な食事 食品についての情報を分かりやすく紹介します。

栄養管理科

旬の食材 「たけのこ」

若竹煮

1人分 エネルギー 51Kcal
タンパク質 3.7g
塩分 1.0g



【材料4人分】

生たけのこ 600g
(茹でたけのこなら300g)
生若布 150g
(乾燥若布なら15g)
木の芽 適量
だし汁 500cc
薄口しょうゆ 大さじ1と1/2
砂糖 大さじ1
みりん 大さじ1
塩 小さじ1/4

【作り方】

(1)たけのこは、米ぬか(なければ米のとぎ汁)を水に入れ、水から30分~1時間根元に串が刺さるくらいまで湯がきます。その後皮をむき、ぬかを洗い流して、根元の硬いところは1cm厚さの半月切りに、穂先の柔らかい部分は縦4つ割りにします。
(2)鍋に調味料を入れ、煮立てない程度に20分ほど炊き、最後に若布を入れてひと煮立ちさせてから器に盛り、あしらいに木の芽をのせて完成です。

残った筍は刻んでご飯にいかがですか?

たけのこ

約300年の歴史を持つ、春の味覚の代表選手、京野菜の売り場でもひととき目立っているのが、京たけのこ。秋のマツタケと並んで、全国でも人気の食材です。

たけのこは美味しく食べられる期間が短く、漢字の「筍」は、10日間を意味する「旬」に由来しています。また、たけのこにはシュウ酸とホモゲンチジン酸というアクの成分があり、シュウ酸は時間が経つにつれ2~3倍に増えてしまう為エグ味も出てきてしまいます。

「朝掘りたけのこ」などを入手した際もその日のうちに湯がくのが美味しくいただくポイントです。

たけのこの栄養

たけのこは食物繊維が豊富なので、便秘の解消や大腸がんの予防にも効果的。また、切り口に見られる白い粒子は「チロシン」と呼ばれ、脳を活性化したり、新陳代謝を活発にする働きがあります。他にもカルシウムやカリウム、亜鉛などのミネラル成分を多く含んでいます。

これからがまさに旬のたけのこ、食卓にいかがですか。

TOPICS 最近の話題

メタボリックシンドロームと微量栄養成分

現在の日本ではエネルギー摂取は過剰であるものの、ビタミンやミネラルなどの微量栄養成分は不足する傾向にあります。ビタミンやミネラルが不足すると、炭水化物やタンパク質、脂質を効率よく利用できなくなってしまいます。

また、ビタミン、ミネラルはまんべんなく摂ってこそ効果を発揮するので、特定の栄養素だけをたくさん摂っても、十分に吸収されません。バランスよく摂ってこそ、効果が期待できるもの。不足している栄養素があると、いくら他の栄養素多く摂っても意味がありません。

メタボリックシンドロームはもちろん、高脂血症や糖尿病にもこの代謝異常が大きく関わっています。代謝のメカニズムに負担をかけないためにもビタミン、ミネラルは毎日きちんと摂取することが重要です。

ビタミン、ミネラルを食事だけで十分摂取することは難しい?

最近の日本人のビタミン、ミネラル摂取量が低下している原因としては次のようなことがあげられます。

- 日本のはほとんどが軟水でミネラル成分がほとんど含まれていない。
 - 農作物に含まれるビタミン、ミネラル成分が大幅に減っている。(土地が痩せてきた事などが理由として考えられています)
 - 偏食傾向の人が増えたことや、外食や加工食品を利用する機会が多くなったこと。
- 自分では食事に気をつけているつもりでも実際には不足している栄養素が少なくないかもしれないのです。