

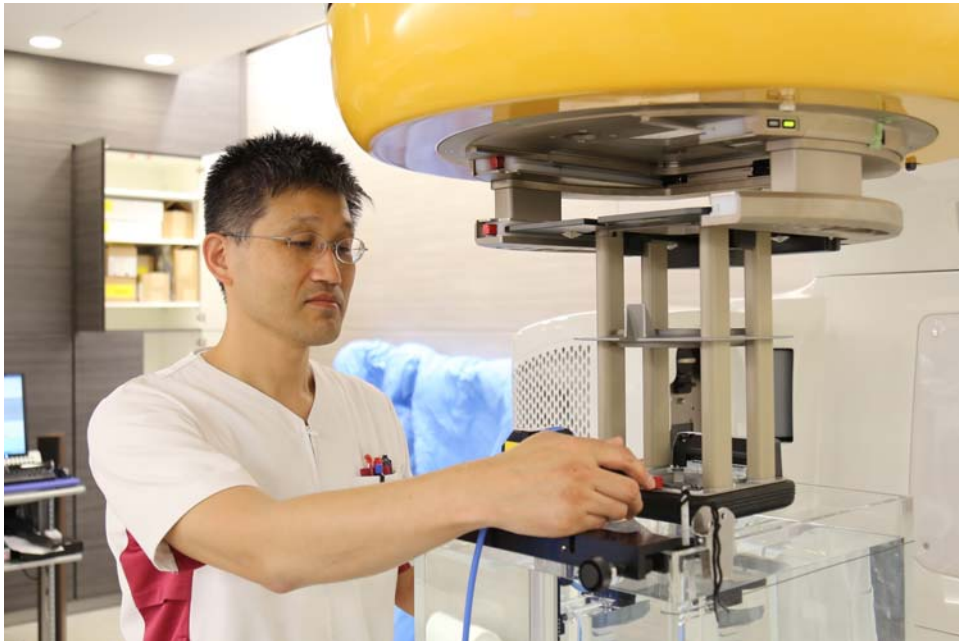
# ChiKaRa

Vol. 17

すずかけセントラル病院 広報誌

Vol. 17

## 特集 がんの放射線治療



## CONTENTS 新春のご挨拶 インフルエンザ対策について お知らせ・イベント情報

表紙の人 すずかけセントラル病院 放射線治療センター  
診療放射線技師 竹下 英男

### 免疫力と腸内環境の話

1月から2月にピークを迎えるインフルエンザや感染性胃腸炎、予防のためには、手洗いやうがい等の基本対策と共に、免疫力を高めることが大切です。



免疫機能は、6割が腸管に集中しています。腸管は、「有害なもの」は排除するという免疫機能を持っています。正しく働かせるには、約500種類・約100兆個の腸内細菌のバランスが大事です。しかし、食生活の乱れ等により、腸内の善玉菌が減り悪玉菌が増えると腸内環境が崩れ、免疫力は低下します。免疫力を低下させないためには、腸内環境を整えることが大切です。その為の食事のポイントが2つあります。



1つ目は、善玉菌であるビフィズス菌や乳酸菌を多く含む食品を摂ることです。代表的な食品にはヨーグルトや乳酸菌飲料があります。しかし、それらに含まれるビフィズス菌や乳酸菌は、腸内に留まりにくいいため、毎日食べることが大切です。



2つ目は、善玉菌の餌となる食物繊維を摂ることです。食物繊維には、不溶性と水溶性の2種類がありますが、善玉菌の餌となるのは主に水溶性食物繊維です。これは、海藻や果物、芋類に多く含まれています。

バランスの良い食事を心がけ、免疫力向上に努めましょう。

### INFORMATION

#### 中学生職場体験学習

今年度は10月に浜松市立南都中学校と浜北北部中学校、11月に新津中学校と江西中学校の2年生総勢16名が職場体験をしました。

学習の目的は「働く事の意義ややりがいを知り、将来の職業選択の参考にする事」です。2日間で各医療職の説明を聞き、看護師業務の見学や介護業務の体験をしました。後日いただいたお便りには、看護師の患者への接し方を優しく感じ、格好いいとの感想を頂きました。

追伸 中学生の皆さん、慣れない立ち仕事でお疲れ様でした。医療の現場でお待ちしております。



#### 星槎高校学生インタビュー

星槎国際高等学校の生徒さん5名と担当教諭が、鈴木一也院長へのインタビューに訪れました。学習の一環とすることで、たばこの害などについて質問していました。鈴木院長は、呼吸器疾患の専門医である為、詳しくかつ、わかりやすくインタビューに答えていました。



#### 休日当番医のお知らせ

2月11日(祝)は休日当番医となっております。診療科目は、内科・外科・整形外科・眼科を予定しています。

#### 編集後記

旧暦では1年の始まりは立春からと考えられており、この立春を基準に様々な節目の日が設けられています。立春の前日(2月3日)、冬と春との節目の日である節分には、豆をまいて悪疫退散や招福の行事が行われます。そして、立春から数えて88日目にあたる八十八夜は私たちになじみの深いものですね。八十八夜に摘んだお茶は新茶、一番茶と呼ばれ、長寿の薬とも言われます。今年も無病息災を願って穏やかに過ごしていきたいものです。

浜松市南区田尻町120-1

TEL : 053-443-0111 FAX : 053-443-0112

http://www.suzukake.or.jp

発行 すずかけセントラル病院 広報委員会

発行日 平成29年1月13日



# がんの放射線治療

## 南区唯一の放射線治療施設

「Novalis」という看板があります。これが当放射線治療センターの目印であり、使用している放射線治療機器「Novalis Tx（ノバリスTx）」（以後ノバリス）です。今回は、放射線治療について、そして放射線治療業務に携わっている診療放射線技師の専門資格についてお話しします。

当センターは、浜松市南区で初となる放射線治療を行える施設として、平成25年3月に治療を開始しました。高精度放射線治療を可能にする照射装置を備え、平成28年11月末現在で登録患者数470名、症例数680例となりました。スタッフは放射線治療医2名、診療放射線技師4名、看護師2名、事務員2名で構成されています。

## 放射線治療について

放射線治療は「がんの三大療法」の一つで、外側から放射線を照射する『外部照射』と体内の中に放射線を発生する物質（放射性物質）を入れて治療する『内部照射』の2つの方法があります。当センターのノバリスは『外部照射』です。ノバリスの最大の特徴は、高精度放射線治療が行うことのできる照射装置という点です。高精度放射線治療には、定位照射と回転IMRT（強度変調放射線治療）という方法があります。

定位放射線治療とは、ピンポイントに照射する方法で、頭蓋内や頭頸部では2mm、体幹部では5mmの位置精度が求められる治療です。IMRT（強度変調放射線治療）とは、いろいろな方向から腫瘍に放射線を照射する時に、それぞれの方角で照射範囲を変え、さらに放射線の強さにも強弱をつけて照射する治療です。腫瘍が正常組織と複雑に隣接している場合に、腫瘍だけに多く照射することができま。これら高精度の放射線治療により、正常組織は放射線による影響が最小限で済みます。

## 新春のご挨拶

新年、あけましておめでとーいになります。ずかけセントラル病院は、平成24年11月開設以来はや4年が過ぎ、5年目を迎えて気持ち新たに地域の皆様に信頼される病院として、質の高い医療を提供できるよう、より一層の努力していきたいと考えております。

法人の理念である「ずかけの木陰の優しさ」と、当院のコンセプトである「世界一風通しの良い病院」を目標とし、急性期では高度でより専門的な医療を提供し、回復過程では在宅復帰に向けて患者様自らの力を最大限引き出せるようサポートし、慢性期では安心して療養ができる環境を整えていきます。そのための人材確保と育成、そして職員の働きやすい環境づくりを進展させようと考えています。

「Be a good forgetter, and good forger」忘れ上手、話し上手。嫌なこと、失敗した事など上手に忘れて他人も自分も上手に許す。私個人の目標です。

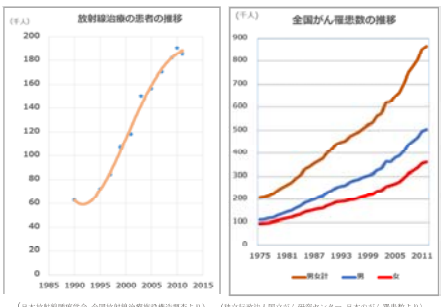
地域の皆様、医療機関の皆様におかれましては、本年も引き続きご指導、ご鞭撻をよろしくお願い申し上げます。

病院長 鈴木一也



## 診療放射線技師について＝専門性＝

日本人の2人に1人はがんになり、3人に1人はがんで亡くなると言われています。1975年にはがん罹患数は200万人でしたが、2012年には、880万人と4倍以上になっていきました。それに伴い放射線治療を受けられる方も、1990年から2011年の間で、約3倍へと増加しています。



平成18年にがん対策基本法が定められてから10年が経って、がんに対する療法に、がんに対する整備が進み、放射線治療を行う施設も多くなりま。それに伴い、放射線治療装置を扱うスタッフの育成も重要となってきました。治療が高精度化し、日々進化する治療法の中で機械の精度、照射に対する責任については専門的に常に学習し、患者様にしつかりした治療が出来るようにしていくことが必要とされています。

医療において放射線を扱う者として、診療放射線技師がその責務を任されていますが、放射線治療では更に、機械の精度や法の遵守が重要になります。そのため当センターでは、専門の資格を持った職員（放射線取扱主任者、放射線治療専門放射線技師、放射線治療品質管理士、医学物理士）が任務に就いています。

## インフルエンザ対策について

インフルエンザとは、インフルエンザは、38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛、全身倦怠感などの症状が比較的急速に現れるのが特徴です。お子様ではまれに急性脳症を起したり、高齢者の方や免疫力の低下している方では肺炎を伴い、重症化することもあります。

### ◎インフルエンザワクチン

昨年からワクチンの有効成分が、3種類から4種類に増加されました。その分、多種類のインフルエンザウイルスに対応出来るようになりました。

ワクチンの効果は、感染後に発症する可能性をある程度おさえる効果と、発症した場合の重症化の抑制に有効と報告されています。また効果持続期間は約半年間といわれています。そのため、インフルエンザの流行のピークは例年12月から3月ですが、ワクチンの効果が低下する5月から6月にも、流行する場合もあります。

### ◎インフルエンザの感染対策

インフルエンザの感染経路は、咳やくしゃみの時に口から発生される小さな水滴によるものです。これを「飛沫感染」と呼び、具体的な感染防止の対策として以下の4つが挙げられます。

- ①咳エチケットを心がけ、咳やくしゃみを他人にむけてしない。
- ②咳やくしゃみが出るときは必ずマスクをする。
- ③マスクが無い場合は、ティッシュや腕の内側等で口と鼻を覆い、顔を他人にむけない。
- ④鼻汁、痰などを含んだティッシュはすぐにゴミ箱に捨て、手のひらでくしゃみを受けた場合はすぐに手を洗うことを心がける。



## ◎放射線取扱主任者

原子力規制委員会が認定する国家資格で、『放射線業務従事者の放射線障害の発生を未然に防ぐ（被曝量を出来る限り小さくする）ために監督すること』を職務として、放射線治療機器を扱う病院では、第一種の資格を持つ人を1人以上選任しなければならないと義務付けられています。主な業務内容は、放射線業務従事者などに対して法律に基づく監督、『放射線障害防止規程』の整備、関連書類の管理、そして放射線の使用状況の管理があります。

## ◎放射線治療専門放射線技師

日本放射線治療専門放射線技師認定機構によって認定される資格で、『放射線治療に対する専門性を統一し、専門領域に於ける十分な知識・経験を持ち、標準的な放射線治療技術を提供できる診療放射線技師』です。

## ◎放射線治療品質管理士

放射線治療品質管理機構によって認定される資格で、放射線治療の品質管理に関すること、放射線治療機器の精度管理とその品質の維持を行います。

## ◎医学物理士

「放射線医学における物理的および技術的課題の解決に先導的役割を担う者」で、主に放射線治療分野での業務に従事しています。機器の物理的管理・線量検証・治療計画の立案と検証などをし、患者様が安心安全な放射線治療を施行できるように計画をしています。

## 放射線治療センターへのお問い合わせ

他施設から放射線治療センターへのお問い合わせは、地域連携室へ電話にてご連絡ください。個別のお問い合わせについても、まずは地域連携室へご連絡いただき対応させていただきます。



筆者 竹下 英男  
（放射線治療センター 主任）

## ◎外出後の手洗い

流水や石けんによる手洗いは、手指についたインフルエンザウイルスを物理的に除去するために有効な手段です。また、アルコールによる消毒でも効果が高いので、アルコール製品による手指消毒も効果が期待できます。

## ◎適度な湿度の保持

空気が乾燥すると、気道粘膜の防御機能が低下し、インフルエンザにかかりやすくなります。特に乾燥しやすい室内では適切な湿度（50～60%）を保つことも効果的です。

## ◎インフルエンザにかかったらどうすればよいでしょうか？

インフルエンザの治療薬としては、現在、カプセル剤が1種類、吸入剤が2種類、注射剤が1種類あります。お薬の種類によっては1回の投与で完結するものもあります。インフルエンザと思われる症状が出現した場合は、なるべく早く受診し治療しましょう。症状発症後2日以上経つと、お薬の効果が非常に低くなります。

また、咳やくしゃみがある場合は、周りの方に移さないようにマスクをしましょう。（不織布のマスクが推奨されています。）

最後に、感染後数日して、インフルエンザの症状が無くなっても、インフルエンザのウイルスは体に残っていますので、学校や職場へ復帰する場合は、それぞれの規定に従ってください。自分勝手な判断で、職場や学校に復帰しないよう心がけて下さい。

