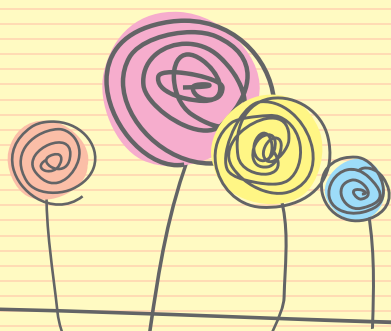
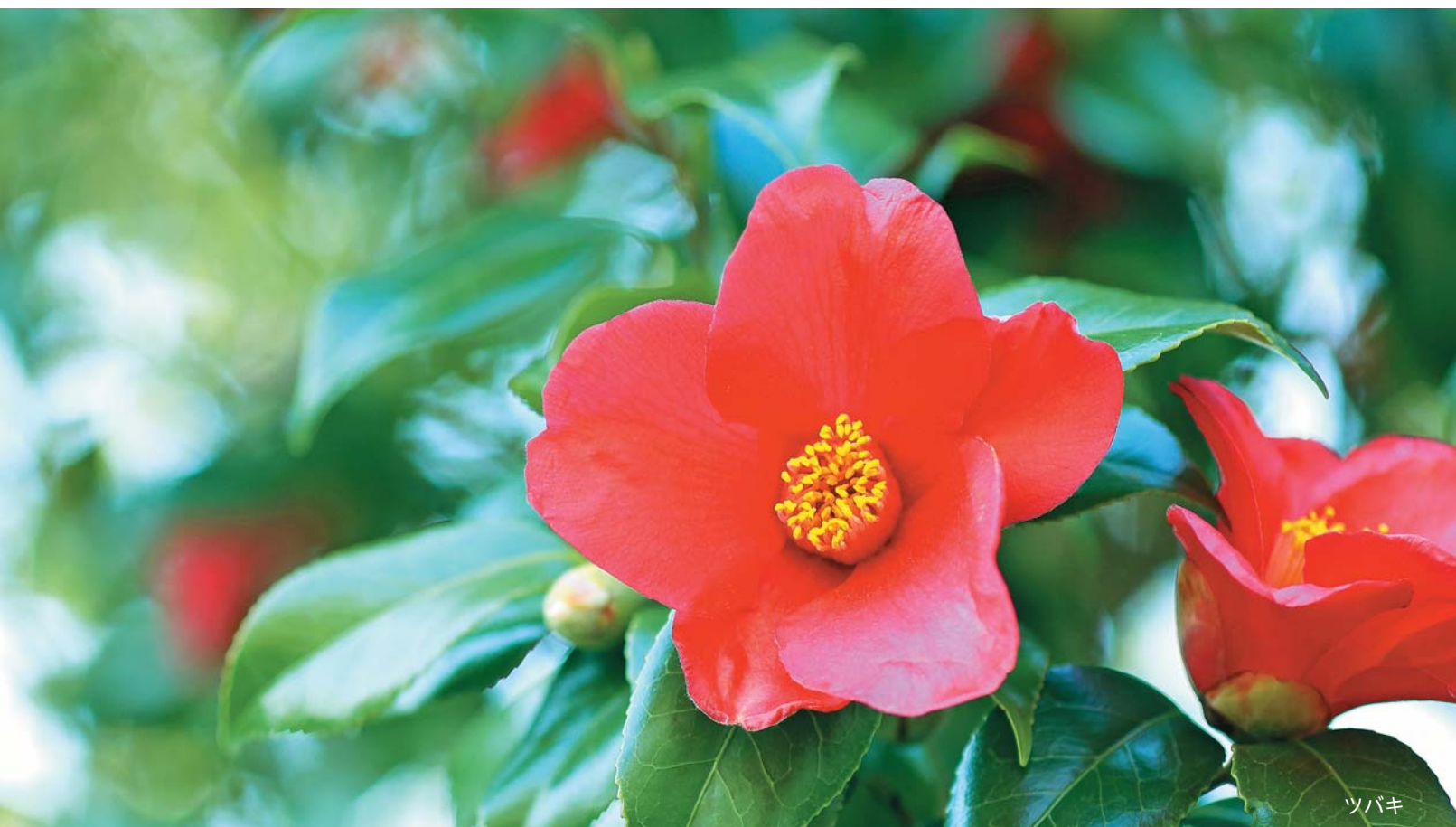




ほほえみ

Vol. 15
2020年1月

独立行政法人 地域医療機能推進機構 諫早総合病院 〒854-8501 長崎県諫早市永昌東町24番1号 TEL(0957)22-1380 FAX(0957)22-1184 <https://isahaya.jcho.go.jp>



ツバキ

もくじ CONTENTS

〈メディカルシリーズ〉 「悪性リンパ腫」について②	2
しょうがの常備菜で健康おかず	3
諫早総合病院 外来担当医一覧表	4

安心の地域医療を支えるJCHO

- 理念 我々全国ネットのJCHOは地域の住民、行政、関係機関と連携し地域医療の改革を進め安心して暮らせる地域づくりに貢献します

理念

仁愛 ～思いやりいつくしむ心を大切に～

基本方針

- 地域に密着した安らぎのある病院づくりを進めます。
- 患者さんと共に、安全・安心な医療・看護の提供を目指します。
- 患者さんやご家族に、解り易く説明するよう努めます。
- 医療水準の向上に努め、質の高いチーム医療を提供します。

患者さんの権利

- 診断・治療について知り、自分の意志で決定する権利
- 良質な医療を平等に受ける権利
- 個人の尊厳が守られる権利
- 個人情報を守られる権利

患者さんの義務

- より良い医療を受けられるよう、医療に参加し、協力する義務
- 病院の規則を守り、迷惑行為をしない義務



独立行政法人 地域医療機能推進機構

諫 早 総 合 病 院

「悪性リンパ腫」について②

諫早総合病院 血液内科 中島 潤

悪性リンパ腫の種類について

悪性リンパ腫の種類いろいろ

●ホジキンリンパ腫 ← 欧米に多い

●非ホジキンリンパ腫 ← 本邦に多い

びまん性大細胞型B細胞リンパ腫
ろ悪性リンパ腫
バーキットリンパ腫
成人T細胞白血病リンパ腫など

60種類以上

びまん性大細胞型 B 細胞リンパ腫

- ・全悪性リンパ腫の約1/3。
- ・比較的進行が早く、月単位で進行する。
- ・最も多く見られる症状はリンパ節腫脹。
診断時に約1/3が発熱、寝汗、体重減少といった症状を持っている。

濾胞性リンパ腫

- ・一般に経過が緩徐である悪性リンパ腫。
- ・年単位で進行する。
- ・治癒は得られにくい。
- ・無症状の患者が多く、リンパ節腫脹のみを認める場合が多い。

成人 T 細胞白血病リンパ腫

- ・ヒトT細胞白血病ウイルスⅠ型 (HTLV-1) により発症する白血病/悪性リンパ腫
- ・くすぶり型、慢性型、リンパ腫型、急性型の4病型に分類される
- ・リンパ腫型、急性型の進行は非常に早い。平均生存期間は約1年。

HTLV-1

- ・HTLV-1 の主な感染経路は母子感染(母乳)、性交、輸血
 - ・成人T細胞白血病リンパ腫発症患者のほとんどは母子感染
 - ・HTLV-1 キャリアの妊婦には授乳を避けるような指導が行われている
 - ・HTLV-1 キャリアは九州沖縄に多い
- ↓
- ・近年は全国に広がり、特に東京などの大都市で増加傾向
 - ・若年者のHTLV-1キャリアは減少→発症年齢の高齢化

悪性リンパ腫の治療法と治療効果について

悪性リンパ腫の治療方針

- ・化学療法：抗がん剤を用いた治療
- ・放射線治療：局所病変に放射線を照射
- ・経過観察：治療が必要となるまで無治療
- ・造血幹細胞移植

びまん性大細胞型B細胞リンパ腫に対する治療

薬剤名	投与量	投与法	1	2	3	4	5	6
リツキシマブ	375mg/m ²	点滴静注	↓					
エンドキサン	750mg/m ²	点滴静注		↓				
ドキシソルピシン	50mg/m ²	点滴静注		↓				
オンコビン	1.4mg/m ²	点滴静注		↓				
プレドニゾロン	100mg/body	内服		↓	↓	↓	↓	↓

21日を1コースとして

- 限局期(大きな病変のないI期)：3コース
- 進行期(上記以外)：6～8コース

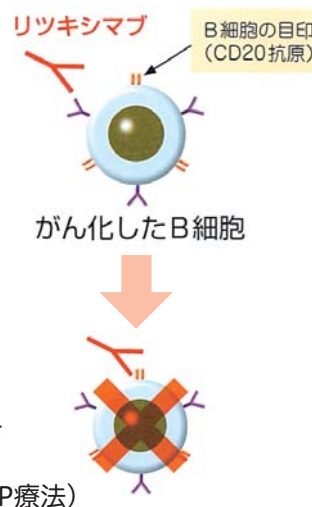
抗体療法や分子標的薬について

従来の化学療法

腫瘍細胞だけでなく正常な細胞も影響を受ける

抗体療法・分子標的薬

様々な機序を用いて腫瘍細胞のみを攻撃する



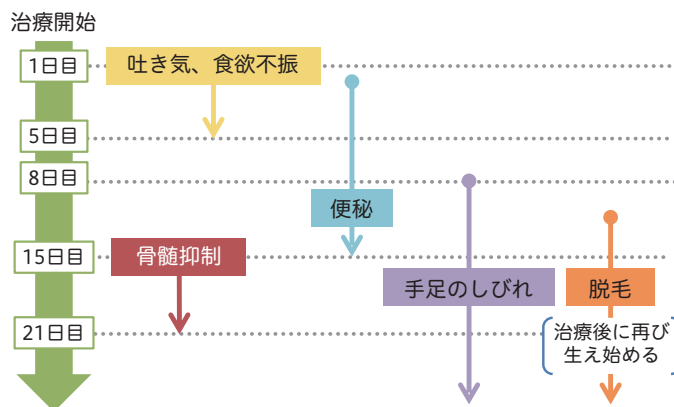
副作用の軽減を期待

抗体療法：リツキシマブ

- 腫瘍細胞が「CD20抗原をもつB細胞」のとき
例：DLBCLなど(R-CHOP療法)

抗がん剤の副作用について

一般的な副作用の起こる時期



副作用に対する対応

- 吐き気・食欲不振……制吐薬の内服
- 便秘……緩下剤の使用
- 手足のしびれ……薬剤の減量・休薬・中止
- 脱毛……帽子・かつらの使用
肌を傷つけるのでカミソリは×

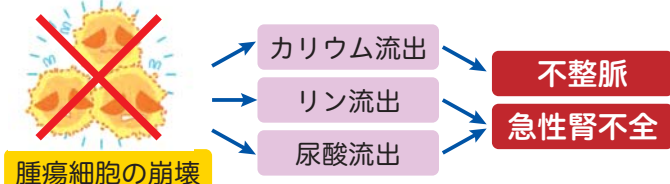
その都度、対症療法を行いながら可能な限り治療を行なっていきます

骨髄抑制

白血球	易感染性：細菌・ウイルス・真菌感染症	抗生剤 G-CSF
↓		
赤血球	貧血：ふらつき、倦怠感	輸血 Hb>7g/dL
↓		
血小板	易出血性：紫斑、粘膜出血（口腔、眼瞼） 消化管・脳出血リスク	輸血 Plt>2万/ μ L

腫瘍崩壊症候群

治療により腫瘍細胞が壊され、血中に電解質や代謝産物などが放出されて起こる治療関連合併症



※悪性リンパ腫だけでなく白血病でも

腫瘍崩壊症候群の予防と対応

不整脈 ・モニター装着
急性腎不全 十分に尿量を保つことが必要
・補液 ・利尿薬 ・尿測→報告



インフュージョンリアクション

- ・リツキシマブに特有の有害事象
- ・初回投与中～24時間以内（多くは2時間以内）に約9割の患者で起こる
- ・発熱、悪寒、悪心、頭痛、疼痛、掻痒感、発疹など様々
- ・適切な処置を行えば安全に投与終了することがほとんど
- ・まれに血圧低下など重篤化することもあります！

最後に

- ・悪性リンパ腫はリンパ球が癌になった病気です。
- ・悪性リンパ腫は種類が多くありますが、治療効果が期待できる病気です！

リンパ節の腫れに気づいたらまずかかりつけ医に相談しましょう。

そのまま食べてもアレンジしてもOK！

しょうがの常備菜で健康おかず

冷えとり効果抜群のしょうがをおいしい常備菜に。冷蔵庫にストックしておけば、そのまま食べたり、ひと手間加えたりして、いつでも手軽に健康おかずが完成します！



しょうが常備菜1 しょうがの佃煮

しょうがは生のままより、加熱したほうが体を温める効果がアップします。作ったら温かいうちに食べるか、電子レンジで温め直すと効果的。うどんにのせたり、きのこ炒めてパスタにしてもおいしいですよ。また、お肉で巻いたり、あえ物に使用しても美味です。

材料(作りやすい分量)

- ・しょうが……………100g
- A { 水……………1/4カップ
酒……………大さじ2
しょうゆ…大さじ1½
砂糖……………小さじ2
- ・削り節……………1/2袋

作り方

- ①しょうがは皮ごとせん切りにして水に10分ほどさらし、水気をきる。
- ②鍋に①とAを入れてざっと混ぜ、ふたをして火にかけ、沸騰したら弱火で15分ほど煮て削り節を加える。ふたを取り、中火でときどき混ぜながら汁気をとばす。

【保存の目安】

冷蔵庫で約1週間

しょうが常備菜2 しょうがの甘酢漬け

甘酢漬けは、やわらかく辛みの少ない新しょうがで作るのが一般的ですが、通年スーパーで見かけるしょうがで作れば、健康成分を多く含み、辛みも歯ごたえも充分。鶏肉と甘酢炒めにしたり、わかめと酢の物にしてもOKです。

材料(作りやすい分量)

- ・しょうが……………100g
- ・塩……………少々
- A { 酢……………1/2カップ
砂糖……………大さじ2
塩……………小さじ1/2

作り方

- ①しょうがは皮を薄くむいて薄切りにする。鍋に湯を沸かし、しょうがを入れてさっと湯通しし、ざるにあげて塩をふる。
- ②ボウルにAを合わせ、よく混ぜて溶かし、①が熱いうちに加熱して混ぜ、30分ほど漬ける。

【保存の目安】

冷蔵庫で約1か月

しょうが常備菜3 しょうがツナみそ

昔ながらの健康食材であるみそとしょうがの組み合わせ。ツナのうまみも加わり、ご飯にこれさえあれば、おかずなんていないおいしさです。ナスやキャベツのみそ炒め、みそチーズトースト、焼きおにぎりにもおすすめです。

材料(作りやすい分量)

- ・しょうがのすりおろし…大さじ2
- ・ツナ缶……………小1缶
- A { みそ……………大さじ6
みりん、酒……………各大さじ1

作り方

- ①ツナ缶の汁気をきる。
- ②鍋にAを入れて混ぜ、さらに①としょうがを加えて混ぜ合わせる。中火にかけ、汁気がとぶまで練り合わせる。

【保存の目安】 冷蔵庫で約2週間

健康に効果的なしょうがのとれ方

- ①毎日とれば免疫力アップ
1日1かけ(10g)が目安

- ②加熱することで温め効果がアップし冷えをとる

- ③体を動かす30分前にとれば

効率よく脂肪が燃焼



諫早総合病院外来担当医一覧表

令和2年1月1日現在

診療科	曜日診察	月	火	水	木	金
内科	脳神経	北之園寛子	認知症 長郷 国彦 AM 溝田 貴光 PM・新患 山下 彩	溝田 貴光	認知症 長郷 国彦 北之園寛子	溝田 貴光
	呼吸器	新患・旧患 泊 慎也 旧患 田中 咲子	新患 井手昇太郎 旧患 土井 誠志	新患 泊 慎也 -	新患 田中 咲子 旧患 井手昇太郎	新患 土井 誠志 旧患 泊 慎也
	消化器	新患・旧患 柴田 雅士 二次検診 橋本さつき	新患・旧患 大場 一生 旧患 柴田 雅士	新患・旧患 村田 朋哉 旧患 吉川 大介	新患・旧患 大場 一生 新患・旧患 藤野 亮太	新患・旧患 吉川 大介 旧患 村田 朋哉
	循環器	新患・旧患 山口 研児 新患 佐藤裕一郎	新患・旧患 高原 靖 新患・旧患 児島 正純	新患 佐藤裕一郎 旧患 山口 研児	新患・旧患 山口 研児 旧患 児島 正純	新患 高原 靖 新患 児島 正純
	リウマチ・膠原病	藤川 敬太	溝上 明成 赤城 翠	溝上 明成	藤川 敬太	溝上 明成 赤城 翠
	腎 臓	石井 拓馬	石井 拓馬	新井 英之	新井 英之	桑野 克久 PM 戸村 秀志
	糖尿病・内分泌	安井 順一	中路 啓太 PM 植田 真由	安井 順一 中路 啓太	安井 順一	AM 植田 真由 PM 中路 啓太
	総合診療	-	-	龍田 洋一	PM 永井 友基	龍田 洋一
	血 液	中島 潤	-	中島 潤	中島 潤	-
	脳神経救急対応	山下 彩	北之園寛子	梅野 哲也	溝田 貴光	山下 彩
	救急部	救急部医師（龍田医師 他）				
	消化器外科 一般外科	新・旧患 福岡 秀敏 原 勇紀	山口 広之 荒井 淳一	-	福岡 秀敏 丸山圭三郎	-
	呼吸器外科	新・旧患 -	-	村岡 昌司 松本 博文 君野 孝二	-	村岡 昌司 松本 博文 君野 孝二
	乳腺外科	新・旧患 -	-	村岡 昌司 松本 博文	-	村岡 昌司 松本 博文
	脳神経外科	新・旧患 梅野 哲也	-	梅野 哲也	-	梅野 哲也
整形外科	ストーマ外来	ストーマ外来(要予約) 第2・第4 14時～	-	-	-	-
	新 患	玉井 崇	松尾 洋昭	中村 郁也	玉井 崇	松尾 洋昭
	旧 患	松尾 洋昭	松尾 洋昭	玉井 崇	玉井 崇	中村 郁也
	新・旧患	原田 定智 明石 周爾	三瀧 正秀 田代 香澄	田代 香澄 明石 周爾	原田 定智 三瀧 正秀	明石 周爾 田代 香澄
	※要相談 専門外来 その他 14時00分～	乳児健診(要予約) 14時～ 予防接種(要予約) 15時～15時30分	第4 (アレルギー) 田代 香澄	第2 (アレルギー) 田代 香澄 第1・3・5 (神経) 松尾 光弘	第1・第3 (心臓) 蓮把 朋之 福永 啓文	(発育) 山下 未央
	-	-	-	慢性疾患外来	-	-
	新 患	-	花谷 祐未	原 肇秀	花谷 祐未	原 肇秀
	旧 患	原 肇秀 花谷祐未	原 肇秀	花谷 祐未	原 肇秀	花谷 祐未
	新 患	青木 大勇	西村 直樹	青木 大勇	西村 直樹	岩田 隆寿
	旧 患	西村 直樹	岩田 隆寿	西村 直樹	青木 大勇	青木 大勇
泌尿器科	ストーマ外来	ストーマ外来(要予約) 第1・第3 13時30分～	-	-	-	-
	眼 科	新・旧患 AM 時村源一郎	AM 時村源一郎	-	AM 草野 真央	-
	耳鼻咽喉科	新 患 藤山 大祐 旧 患 大野 純希 専門外来 -	大野 純希 藤山 大祐 -	大野 純希 藤山 大祐 14時30分～16時	藤山 大祐 大野 純希 -	大野 純希 藤山 大祐 -
麻酔科	術前外来・いたみの外来	酒井 一介	-	-	山下 彦馬	-
	緩和ケア外来	-	14時～15時 山口 広之	14時～15時 早田 央	-	新谷 貞代
精神科	緩和ケア外来	-	-	14時～17時 兵頭 佑規	-	-
産婦人科	新・旧患	阿部 修平 藤原恵美子	松脇 隆博 -	塚本 大空 松脇 隆博	藤原恵美子 塚本 大空	松脇 隆博 阿部 修平
	助産外来	月～金曜日の妊婦健診は外来担当医で行います。				
	母乳外来	☆ご希望の方は要予約。産婦人科外来へご連絡ください。				
放射線科	新・旧患	検査依頼は、林 秀行 まで 林 秀行 ・ 萩原 幸宏 ・ 二川 栄				
歯科口腔外科	新・旧患	吉富 泉	吉富 泉	-	吉富 泉	吉富 泉

※ は新患（紹介患者）担当医師

*各科受付時間は、8時30分から11時まで

予約受付時間 月～金 8:30～17:00 (17:00以降については、翌日の取扱となります)

休 診 日 土曜日・日曜日・祝日
年末年始 (12月29日～1月3日)



独立行政法人 地域医療機能推進機構

諫早総合病院

〒854-8501 長崎県諫早市永昌東町24-1
TEL 0957-22-1380 FAX 0120-1388-35



見やすく読みまちがえに
くいユニバーサルデ
ザインフォントを使用
しています。