

「笑顔」と「まごころ」あふれる病院

# Smile & Heart

医療特集

がん治療に関わる取り組み

健康講座 | 予防しよう心不全 ～今日からできる心不全対策～

がんの患者さまに  
多職種で寄り添う、  
ケア＋療法





# 痛みやつらさを和らげる 緩和ケア

2023年5月、新棟への移転と同時に、  
新棟9階に全室個室の緩和ケアセンター(14床)をオープン。  
愛知県がん診療拠点病院として、  
地域のがん患者さまへ緩和ケアを提供します。

## 診断時から始まる、緩和ケア

「緩和ケア」とは、終末期のみでなく、がんの診断時から始まり、治療中、治療後の幅広い時期にわたって、身体的・精神的な苦痛を和らげるための取り組みです。具体的には、倦怠感や痛みなどの苦痛に加え、気持ちの落ち込みや悲しみなどの心の苦痛もケアの対象となります。当院では、がんやがん治療に伴うつらい症状をやわらげ、患者さまとご家族が落ち着いた生活を保てるよう診療を行っています。



## “自分らしく生きる”を支える、さまざまなケア

「がん患者さんのつらさをやわらげ“自分らしく生きる”を支える」を理念に、在宅療養に向けての準備、在宅療養を行う地域の医療機関との連携、ご家族の休息を目的としたレスパイト入院、がん終末期の看取りなどに対応します。患者さまとご家族が希望される療養を安心して継続できるように支援します。



## 毎日を穏やかに過ごしていただくために

緩和ケアセンターでは、手術や抗がん剤治療などががんに対する治療は行いません。病状に合わせて、症状緩和のための薬物療法・放射線治療、酸素投与など、苦痛をやわらげる治療を行います。また、毎日を穏やかに過ごせるように日々の看護ケアを大切にしています。不安などの気持ちに寄り添い、ベッドサイドでゆっくりお話を聞いたり、リラクゼーションのための足湯なども行っています。



## 病室とつながるウッドテラス

各病室、デイルームからウッドテラスに出られます。天気の良い日は太陽の光を浴びたり、自然な風を気持ちよく感じていただけます。



## 見晴らしのいい緩和ケアセンター



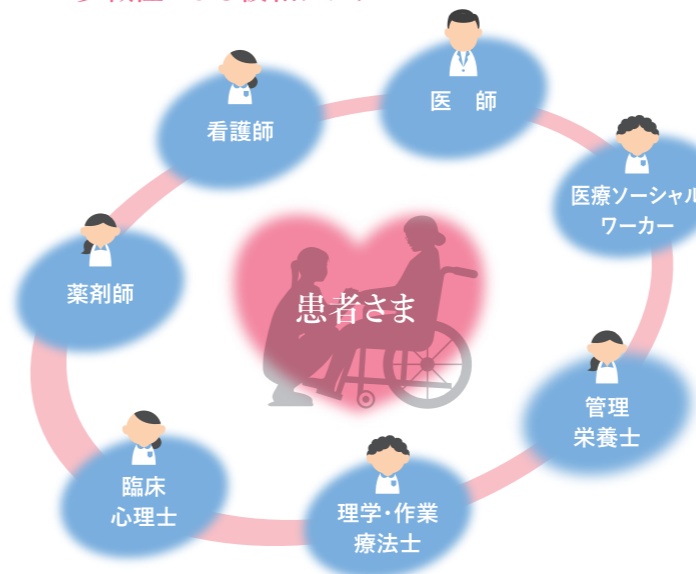
## 全室南向きの病室

病室はすべて南向きで日当たりの良いお部屋です。病室からは豊田市、岡崎市の景色を眺めることができます。

## デイルーム

患者さまやご家族がご自由にお使いいただける空間です。ご家族との面会や、定期的にボランティアスタッフにより開催されるやすらぎサロンでお茶を飲みながらご家族やボランティアスタッフとお過ごしいただけます。

## ●多職種による緩和ケアチーム



## 緩和ケアチーム

多職種チームで、主治医、病棟スタッフとともに、身体や心の苦痛症状を和らげるにはどうしたらよいかを話し合っています。現場と情報共有し、毎週のミーティングにて一人一人のつらさ・困りごとを皆で確認し対策を考えます。

## Message



患者さまとご家族が笑顔で一緒に過ごせるよう、病棟スタッフ皆で力を合わせていきたいと思えます。

緩和ケア内科・緩和ケア外科  
科部長 齋藤 雄史

患者さまとご家族の『どう生きていきたいか』という思いを大切に、ご希望に添えるようお手伝いします。

緩和ケア病棟  
看護長 山田 文代

患者さまのご希望や病気にあわせた薬剤選択と投与量の調節を医師と共に行い、安全な薬物療法を実践します。

薬剤科  
杉本 智哉

患者さまのご希望に寄り添い、生活動作の工夫や精神面のケアを行い、穏やかに生活できることを目指します。

リハビリテーション科  
原田 裕士

気になること、不安なこと、もやもやすることなど、お話を聞かせてください。一緒に考えましょう。

医療ソーシャルワーカー  
佐々木 芙美



# 妊娠の可能性を いつまでも 妊よう性 温存療法



## 将来、赤ちゃんを希望される方へ

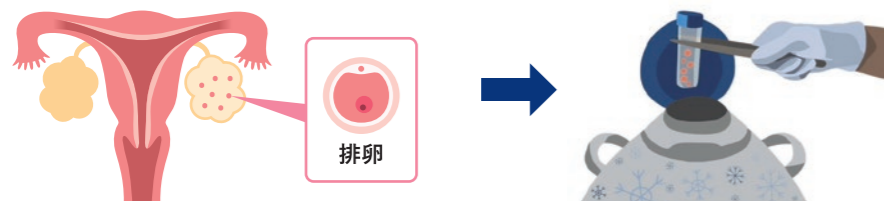
妊よう性(妊孕能)とは、「妊娠する能力」「生殖能力」のことです。妊よう性は、がん治療(手術、放射線療法、化学療法)によって損なわれることがあります。がんと診断された方は治療前に、胚(受精卵)、配偶子(精子や卵子)、生殖細胞(精巣組織や卵巣組織)を採取して保存し、将来、生殖補助医療などによって赤ちゃんを授かる可能性を残すことを「妊よう性温存療法」といいます。当院では2003年から妊よう性温存療法を実施しています。当院の妊よう性温存療法には3種類あり、将来、赤ちゃんを希望する患者さまが、がん治療を受ける際に推奨されている技術です。妊よう性温存を希望された患者さまを疾患別に見ると、造血器腫瘍が最も多く、次いで精巣腫瘍、消化器腫瘍、乳がんとなっています。



## 卵子凍結の流れ

- ① ホルモン剤などを10回程度注射し、排卵を促す(3~4回の通院が必要です)
- ② 卵巣の状態を確認し、膈から器具を挿入し採卵する
- ③ 特殊な溶液に浸した後、-196°Cの液体窒素で凍結し、保存する

-196°Cという温度ではほとんど化学反応が起こらないため、何十年も同じ状態のまま保存できます



## Message ベストな方法を提供できるよう臨んでいます

当院は、愛知県がん患者妊よう性温存治療費助成事業<sup>※2</sup>の補助金申請対象施設に認定されています。したがって、医療面だけでなく経済面でのサポートも可能です。私たちスタッフは、患者さま一人ひとりのお気持ち、健康状態に寄り添い、ベストな方法を提供できるよう治療に臨んでいます。

生殖医療・産婦人科 科部長 原田 統子



## 当院の妊よう性温存療法

	受精卵(胚)凍結	卵子凍結	精子凍結
概要	生殖補助医療の中で最も安全性が確立され、科学的根拠が構築された技術。パートナーがいる患者さまの第一選択となる方法	パートナーがいない場合や倫理的・宗教的な理由などで胚凍結を希望しない場合に施行	がん・生殖医療においても有効性・安全性が確立され、科学的根拠が構築された技術として推奨される
対象年齢	16歳~45歳	16歳~45歳	射精可能な方 ※18歳未満は病名の告知が必要
受診から凍結までの期間	2~6週間	2~6週間	随時(原疾患の治療前)
婚姻・パートナー	必要	不要	不要
費用(自己負担金) ※対象者は助成金の交付あり	約30万円	約15万円	約2万円
出産症例数	実施なし	実施なし	2症例

## 当院は補助金申請対象施設です

妊よう性温存には、時間的制限や経済的負担など、いくつも課題があります。「がんが予想以上に進行していて時間的余裕がなく、がん治療を優先した」「生殖医療が高額で負担が大きくて諦めざるを得なかった」など、妊よう性温存に至らなかったケースも少なくありません。こうしたなか、2021年、国は小児・AYA世代<sup>※1</sup>がん患者等の妊よう性温存療法の経済支援に乗り出し、当院は補助金申請対象施設に指定されています。

## 妊よう性温存の課題

- 時間的制限** | がん診断を受けて間もなく検討し、がん治療開始前に終了するという限られた短期間での対応が求められます。
- 情報不足** | 医療従事者から妊よう性温存の情報を得られず、機会を失うことがあります。
- 連携不足** | がん主治医と生殖医療医が密に連携するべきですが、患者を介した情報共有になりがちで、医師は専門分野外の情報が不十分。
- 経済的負担** | 生殖医療の経済的負担が大きい。

## AYA世代とは?(<sup>※1</sup>)

「Adolescent and Young Adult」の頭文字を合わせた言葉です。「思春期・若年世代」を示し、日本ではAYA世代を15歳から39歳と定義しています。

※2 愛知県がん患者妊よう性温存治療費助成事業について詳しくはこちら



## 専門知識を活かして患者さま・ご家族をサポート

患者さまが将来に希望をもってがん治療に臨めるように、妊よう性温存療法があります。医学的背景(予後、治療内容など)や心理社会的背景などあらゆる側面が関係し、個別性が高い治療です。必ずしもやらなければならない治療法ではありませんが、選択肢の一つとしてぜひ知っておいていただきたいです。当院では、患者さまご自身が療法を正しく理解したうえで自己決定できるよう、専門資格を有する看護師が情報整理し、理解度を確認しながら説明を行います。不安で迷っている時、看護師と話すことで気持ちが落ち着き、頭の中が整理できることもあります。ご自身が対象になるか分からない場合など、まずはお気軽にご相談ください。



## 認定がん・生殖医療ナビゲーターとは?

日本がん・生殖医療学会が認定する資格。より高度ながん・生殖医療を実現するため、多領域・多職種にまたがるがん・勢力医療の社会への啓発を目的としています。愛知県には12名の認定がん・生殖医療ナビゲーターがいます(2024年4月現在)。

## Message 「これで良かった」と思える選択をサポートします

妊よう性温存療法は、凍結保存して終わりではありません。がん治療後の妊娠・出産・育児など長期的な支援こそ必要と感じています。家族形成には幅広い選択肢があります。「これで良かった」と思える選択をしていただけるよう、ナビゲーターとして患者さまとご家族への十分なサポートを心掛けています。

認定がん・生殖医療ナビゲーター 吉川 典子





# 健康講座

地域の方を対象に「健康講座」を開催しています。病気の解説、予防方法などを分かりやすくお伝えします。

【メインテーマ】

## 予防しよう心不全 ～今日からできる心不全対策～

加齢により日本の心不全新規発症患者は2035年まで増加する見込みです。今回は心不全の予防についてお話しします。

### ▶ Youtubeで「健康講座」公開中!



## 心不全の症状・治療

医師 笥谷 泰代

心不全とはあらゆる心疾患の終末像です。心臓が悪いことで、息切れやむくみが起こり、だんだんと悪くなり、命を縮めます。症状は数日から数ヶ月前からでも、そこに至るまでに長い年月をかけてゆっくりと進行していきます。また、心不全で入院した患者の4人に1人は1年以内に再入院してしまいます。加齢や高血圧などの誰もが抱えるリスクから始まり、一度発症すると治りません。今自分がいる段階に合わせて、発症前から予防していくことが重要です。

心不全をきたす疾患として心筋梗塞、弁膜症、心房細動があります。その背景として高血圧、糖尿病、脂質異常症、肥満といった生活習慣病が挙げられます。いずれも食事、運動療法を土台として、薬物治療を実施することが効果的です。併せて、年に1回は聴診と心電図検査を受けましょう。動画では心不全に至る様々な病気や、予防方法について詳しくお話ししていますのでぜひご視聴ください。



動画公開中



## 心不全予防と食事

管理栄養士 近藤 理帆

心不全の重症化および、それに伴うフレイル<sup>※1</sup>の予防には、筋肉量を減らさないことが大切です。そのためには一日に必要なエネルギーを確保したうえでたんぱく質をしっかり摂取することが大切です。朝食はおにぎりやパンなどの主食のみで簡単に済ませがちです。例えば、豆腐入りのみそ汁を追加する、パンにチーズをのせるなどたんぱく質を意識して摂取する食事をおすすめします。また、塩分を摂り過ぎないことも大切です。塩分の摂り過ぎは心不全増悪再入院の原因で最も多くなります。日本人になじみが深い和食は健康的なイメージがありますが、塩分量が多く注意が必要です。とくに醤油や味噌などの調味料は塩分量が多いため、使い過ぎないようにしましょう。詳しい減塩のコツは動画をぜひご視聴ください。



動画公開中

※1 フレイル…健康な状態と要介護状態の中間に位置し、身体的機能や認知機能の低下が見られる状態のこと



## 心不全予防と運動

理学療法士 脇田 隆広

心不全患者の筋力低下の原因の1つとして、「過剰な安静」が挙げられます。運動により「動脈硬化の改善」や「血圧の安定」、「心不全の予防、改善」に繋がります。心不全には「有酸素運動」+「レジスタンストレーニング(筋トレ)」が有効です。有酸素運動は、息が切れない程度のウォーキングやサイクリングなどを行うことが基本です。頻度は3回/週以上、30分以上/回が効果的です。レジスタンストレーニングはスクワットやかかと上げなどの運動を10~20回、3セット/日程度行うと良いでしょう。膝や腰を痛めている方は無理のない範囲で行うことが大切です。また近年、運動と一緒にたんぱく質、分岐鎖アミノ酸(BCAA)などの栄養を摂取すると運動の効果を高めることが注目されています。筋肉が最も栄養を欲する運動後30分以内に摂取すると効果的です。ぜひ試してみてください。動画では簡単な筋トレや栄養補助食品の紹介もしていますのでぜひご視聴ください。



動画公開中

### 心不全の予防には「有酸素運動」+「筋トレ」が有効!

週3回(1回30分)以上

ウォーキングやサイクリング



+



1日10~20回(3セット)

特に下半身のトレーニング



### 目指そう、7点以上!

毎日食べる=1点

点数が高いほど筋力が多く身体機能が高い

毎日色々な種類の食品を食べることが大切!

## 地域医療連携

今回は患者さまのご自宅に定期的に医師が訪問し診療を行う「訪問診療」にご対応いただける医療機関をご紹介します。

### 中村医院

地域の「かかりつけ医」として、在宅医療にも注力しています

当院は松平地区の中心部にあり、松平地区や近隣の下山地区の方が多く通院しています。地域の「かかりつけ医」としての外来診療を行うと共に、在宅医療(往診、訪問診療)にも力を入れています。

以前より医療機関が少ない地域での診療に熱心に取り組んできたこと、在宅医療の必要性を強く感じていることから、ご自宅へ定期的に訪問する訪問診療を多く行っています。訪問診療では麻薬の処方から点滴処方や看取りまで、幅広く対応することが可能です。

また定期的なご自宅への訪問の中では、患者さんがいつも安定している状態ばかりではありません。24時間365日の訪問や電話対応にて支援し、異常があればそれを速やかに発見し、必要に応じて基幹病院にご紹介することもしています。患者さんのみならずご家族、ケアマネージャー、訪問看護の方など、患者さんを支える周りの皆さんと連携し、困ったと感じること、疑問に思っている事なども気軽に相談いただける様、努めています。お気軽にご相談ください。



院長 中村 英治

【住所】〒444-2225 豊田市岩倉町柿田39-3

【電話番号】0565-86-1414

【診療科目】内科、消化器内科、小児科、外科

【診療時間】9:00~12:00 16:00~19:00

【休日】水曜午後、土曜午後、日曜、祝日

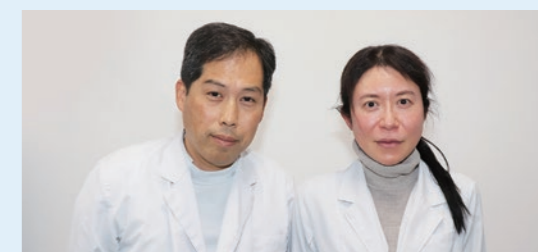


### 医療法人なりたクリニック

患者さまとご家族の思いに寄り添い支援していきます

最期は家で迎えたい、と考える患者さまがいらっしゃるのことは当然のことです。また、ご家族もその希望を叶えてあげたいと思われる時、そのサポートを医師の誰かがしなくてはなりません。それまで通院されていた患者さまが病状によって通院が困難となり、訪問診療へ移行される場合にはまず、患者さまの「どうしたいのか」というご希望をお聞きするとともに、それを支えるご家族ともよくお話し、「その人らしさ」や「その人のペース」に合わせて最期をどのように迎えたいのか、ご本人とご家族のご意向を十分お伺いしながら支援を行うよう、心がけています。

まずは特別なことをするよりも、飲み薬や貼り薬、点滴、麻薬などの処方とそのコントロールで、患者さまの苦痛を取ることを目指します。また患者さまの状態に合わせて、スピード感を持った対応を心がけていますし、必要時には訪問看護師の方々の協力を得ながら、患者さまと看護するご家族の支援を行っています。



成田 亨 成田 祥子

【住所】〒473-0905 豊田市住吉町上根1-3

【電話番号】0565-51-1010

【診療科目】内科、眼科

【診療時間】9:00~12:00 16:00~19:00

【休日】木曜、土曜午後、日曜、祝日



患者支援センターからのお知らせ

かかりつけ医をお持ちですか?

トヨタ記念病院は専門的な検査や治療、入院・救急医療など、急性期医療を提供する「地域医療支援病院」です。当院での検査・治療を受けて病状が安定した患者さまには、近隣の開業医の先生をご紹介します。患者支援センターは、皆様の「かかりつけ医」を探お手伝いをいたします。お気軽にご相談ください。

トヨタ記念病院と連携している医療機関をホームページで検索できます。

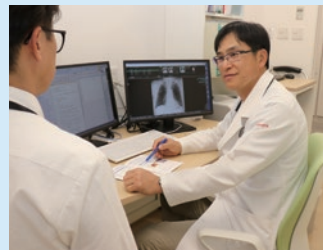


医療機関検索ページ

## 「医師の働き方改革」に伴う患者さま・ご家族へのお願い

### 医師の長時間労働改善に向けた取り組みにご協力ください

「医師の働き方改革」とは、医師の長時間労働によって支えられてきた医療の現状を見直し、医師が健康に働き続けられる環境を整備することで、医療提供体制を維持していくための取り組みの総称です。医療機関の労働環境を整備することは、医療の質・安全を確保することにも繋がり、政府が主導してこの取り組みを推進してきました。そして、2024年4月から勤務医の残業時間の上限が設けられました。患者さまに安心・安全な医療が提供できるよう、トヨタ記念病院でも「医師の働き方改革」を進めていきます。



### 下記の3点に関してご理解・ご協力をお願い申し上げます



#### 診療時間内の受診をお願いします

夜間・休日などの診療時間外に緊急性のない受診をする「コンビニ受診」が問題になっています。できる限り診療時間内に受診するようご協力をお願いします。



#### タスクシフト・シェアへのご理解をお願いします

医師の担っている業務のうち、説明などの一部の業務を専門知識を有する他の医療スタッフ（看護師、薬剤師、臨床検査技師、事務職等）が医師に代わって行うことをタスクシフト・シェアといいます。様々な職種がそれぞれの専門性を活かすことにより、患者さまへ提供する医療の質の向上にもつながります。「いつもの先生」以外の医療スタッフが対応することもあります。ご理解をお願いします。



#### 診療時間内の病状・治療説明にご協力ください

病状、検査、手術の説明が診療時間内にできるようお願いします。入院中の患者さまにおかれましても事前にお伝えしている場合は診療時間内となるようご協力をお願いします。※緊急時、病院から連絡させていただく場合は、例外として扱います。

### ホームページをリニューアルしました

2024年1月31日、病院ホームページをリニューアルしました。2017年以来、約7年ぶりのフルリニューアルでは、「“今”をやさしく伝え、信頼される病院へ」をコンセプトに、ホームページを訪れた方が、必要な情報を容易に取得できる構成へ刷新しました。より分かりやすく、情報が探しやすいホームページを目指し、今後もカイゼンを重ね、皆さまのお役に立つ情報提供に努めています。

#### リニューアルのポイント

- 1 トップページに必要情報（診療時間、休診日、電話番号など）を全て表示
- 2 訪問者別の入り口を分かりやすく整理
- 3 必要情報にすぐたどり着ける、タブとスクロール機能付き

#### パソコン/トップページ



#### スマートフォン/トップページ



#### 情報ページ

