

# 札幌共立五輪橋だより

第18号  
平成30年春号



平成29年11月11日に「糖尿病と膵臓がん」をテーマに当院の医師・看護師・栄養士が講演を行いました。今回は講演内容を要約し掲載させていただきましたので、ご覧ください。

## 目次 - Contents -

- 1～5 ページ …… 市民公開講座「糖尿病と膵臓がん」
- 6 ページ …… 当院学術大会の報告、健康教室、がん相談窓口、編集後記
- 7 ページ …… 病院理念、病院案内

## 市民公開講座「糖尿病と膵臓がん」

### 糖尿病と膵臓がんの背景

院長 本間 久登

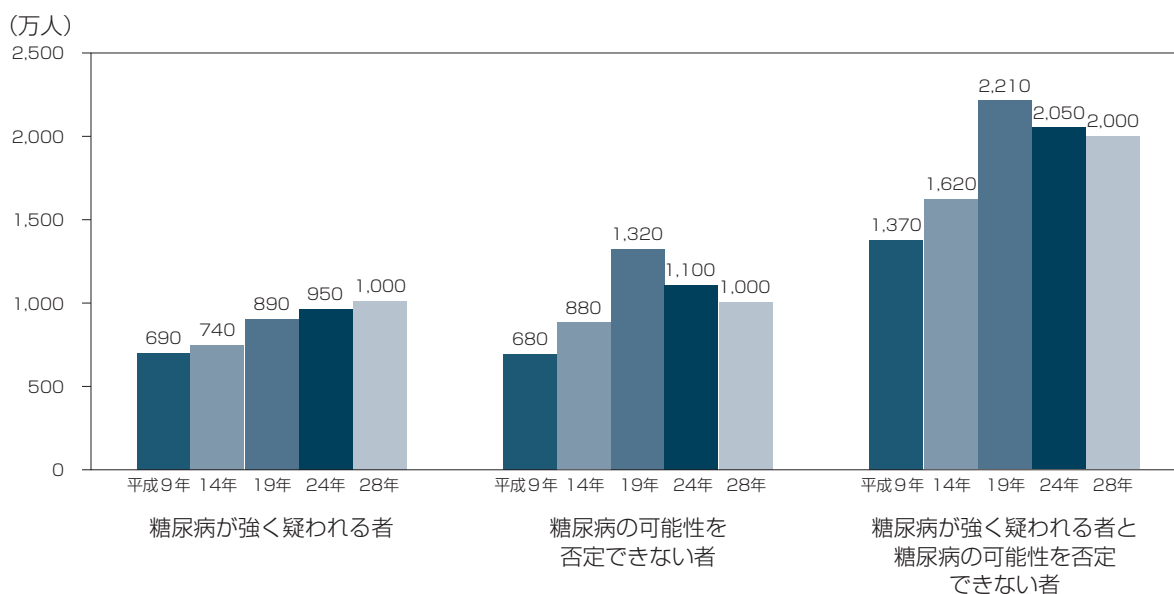
日本における糖尿病の患者の数は、生活習慣と社会環境の変化に伴って急速に増加しています。また、膵臓がんと診断される方も年々増加しており、膵臓がんの死亡率は2016年に第4位になりました。

2型糖尿病と膵臓がんの発症に共通する危険な因子として、加齢、男性、肥満、低身体活動量（日常生活で体を動かす量の不足）、不適切な食事（赤肉・加工肉の過剰摂取、野菜・果物・食物繊維の摂取不足など）、過剰飲酒、喫煙などが挙げられています。一方米国の大規模な分析調査では、成人期の食事と肥満（30%）、喫煙（30%）、運動不足（5%）、アルコール（3%）が、がんの発生に密接に関わっていると報告されています。このように、がんの発生には個人の生活習慣が約70%影響しています。つまり、2型糖尿病と膵臓がんの発症を予防するためには、生活習慣の改善がとても重要なのです。そのため、がん対策基本法に基づいた、一次予防である「がんにならないような生活習慣」を心がけること、二次予防である「がんの早期発見のための血液および画像検査など」を定期的に行うことが大切です。

### 糖尿病の治療について

腎臓内科診療部長 黒田 せつ子

糖尿病とは「高血糖症」で、放置すると特徴のある症状や全身の動脈硬化を起こし、さらに神経障害、白内障などの影響（合併症）が出ます。2016年厚生労働省の調査では、「糖尿病が強く疑われる者」は全国で1000万人に及ぶと推計されています（右図参照）。



出典：厚生労働省「平成28年国民健康・栄養調査結果の概要」

## 【糖尿病の成因】

1型糖尿病 膵β細胞がこわされてインスリンが作れない。  
インスリン治療が必須となっている。

2型糖尿病 中高年に多い。  
肥満や運動不足などの生活習慣によってインスリンの働きが悪く、十分なインスリンが作れない。  
現在7種類の内服薬とインスリンおよびGLP-1受容体作動薬の注射を組み合わせる。

妊娠糖尿病など その他の特定の機序・疾患によるもの。

いずれの糖尿病も治療の基本は食事療法と運動療法です。これらの治療により、健康な人と変わらない日常生活の質を維持することができ、寿命の確保をめざします。

膵臓がんではインスリン分泌が低下して耐糖能が悪化するため、内服薬で治療効果が得られない場合インスリン治療を行ないます。栄養不足とならないよう、きちんと食事をとったうえで血糖をコントロールしていくことが勧められています。

## トピックス ～膵臓の大きさと役割～

### <大きさ>

膵臓は長さ15cm、厚さ2cmほどの臓器です。胃の裏側にあるため、体の表面から触ることはできません。（下図参照）

### <役割>

- ① 膵液を分泌する：膵液にはトリプシン・リパーゼなどの消化酵素が含まれ、たんぱく質・炭水化物・脂質を分解したり、酸性の胃酸を中和させたりする役割があります。
- ② 血糖値の調整：膵臓内のランゲルハンス島という細胞の $\alpha$ （アルファ）細胞から血糖値を上げるグルカゴン、 $\beta$ （ベータ）細胞から血糖値を下げるインスリンが分泌され、血糖値を調整しています。

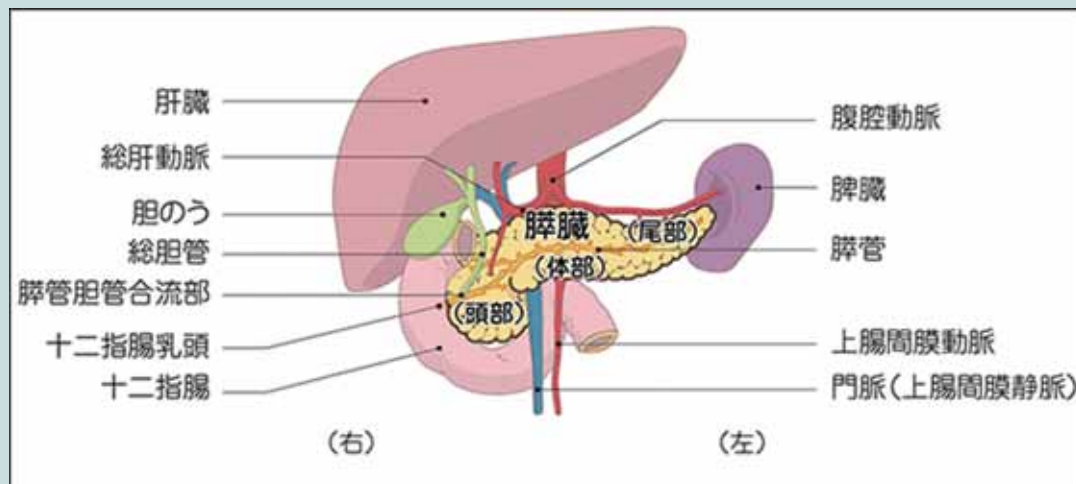


図 出典：国立がん研究センター がん情報サービスより引用

## 膵臓がんの診断と内科的治療

消化器内科診療部長 土居 忠

### 【膵臓がんの診断】

膵臓がんが診断されるまでに次のような検査を行います。まず、自覚症状や腹部エコー検査などで膵臓がんが疑われる場合、MDCTという造影剤を使用したCT検査を行います。MDCTで異常がある場合にはMRCP（MRI検査）、超音波内視鏡検査（EUS）などを行い、細胞を採取して細胞診検査の結果、膵臓がんであるという確定診断となります。しかし、膵臓がんは早期発見が難しく、膵臓がんのリスク因子を有する場合には定期的な画像検査が必要です。

### 【膵臓がんの内科的治療】

膵臓だけではなく、別の臓器や器官にがん細胞が転移（遠隔転移）がある場合や、周囲の重要な血管などに浸潤していて切除できない膵臓がんに対しては、抗がん剤治療が行われます。現在はゲムシタビン＋ナブパクリタキセル（GnP）療法と4種類の薬を併用するFOLFIRINOX療法が標準治療として行われています。

また当院では、膵周囲動脈塞栓術＋肝脾動注療法という特色ある治療も行っています。膵臓周囲の血管を塞栓（薬やコイルを詰めること）し、動脈内に留置したカテーテルから抗がん剤を投与する治療方法です。膵臓がんの切除ができなかった方からのご相談も受けています。詳しい治療方法については当院地域連携室にお問い合わせください。

## 膵臓がんの外科治療

消化器外科診療部長 竹内 幹也

膵臓がんの根治には、外科治療が必要です。がんの発生部位で手術術式が異なり、膵頭部のがんは「膵頭十二指腸切除術」を、膵体部や膵尾部の場合は「膵体尾部切除術」を行います。

膵臓は胃、十二指腸、胆管・胆のう、肝動脈、門脈、脾臓と接しており（トピックスの図参照）、がんは周囲臓器やリンパ節に浸み込みやすいため、がんを摘出する際には周囲臓器やリンパ節をすべて切除する必要があります。膵臓全体にがんが広がっている際には、「膵全摘術」が行われることもありますが、手術後は消化酵素薬やインスリン注射が必要で、患者さんの負担は大きくなります。

根治手術以外にも、例えば、閉塞性黄疸や腸閉塞の場合には、抜け道（バイパス）を作ることによって症状が改善し、食事が摂れるようになるなど、生活の質を改善できることもあります。

今後は腹腔鏡手術の応用など、患者さんの負担軽減に配慮した術式も発展するでしょう。

## 糖尿病を伴う膵臓がん患者の看護

病棟師長 清水 史緒

当院では、膵臓がんの治療として、全身化学療法と当院の特徴である膵周囲動脈塞栓術＋肝脾動注療法（以下、動注化学療法）、外科治療（手術）を行っています。全身化学療法と動注化学療法では治療を行う時の流れや方法、副作用、日常生活動作の注意事項を、外科治療（手術）では術式や合併症、術後の注意事項を、それぞれパンフレットや書面に沿って説明や支援をしています。

また、がんの治療方法は年々進化しているとはいえ、がんと診断され告知を受けると、ご本人・ご家族ともに大きなショックを受けると思います。そこで、不安や疑問が少しでも軽減され、治療の意思決定ができるように支援したり、意欲的に治療に向かえるように、医師や看護師だけではなく、薬剤師・栄養士・リハビリスタッフ・医療相談員など多くの職員がチームで連携して対応しています。

## 糖尿病を伴う膵臓がんの食事療法

栄養科 高柳 千佳

血糖コントロールを良好に保つには適正な摂取エネルギーと栄養素のバランスを保つ食事が重要です。炭水化物（ごはん、パン等）、たんぱく質（魚、肉、大豆製品、卵）、脂質（油脂）、ビタミン・ミネラル（野菜や海藻類、果物等）を適量食べましょう。

### <膵臓がんの各症状に合わせた食事>

よく噛んでゆっくり食べることが大切です。

手術後：1日5・6回に分けて少量ずつ摂取し、油を使用する調理法や食材の脂身、不溶性の食物繊維は控えましょう。

味覚異常：辛味や酸味を使用してはっきりした味付けにしてみましょう。

口内炎：薄味で柔らかく調理し、刺激になる酸味や辛味は控えましょう。

食欲低下：食べやすいものを食べて栄養を摂る必要があります。麺類や茶碗蒸し、一口で手軽に食べられるサンドイッチなどを準備しておくといいでしょう。栄養が摂れないと体重減少等に繋がる恐れがありますので栄養補助食品等も必要に応じて摂取してみましょう。

## 適正な摂取エネルギー量

### ●糖尿病療養のための1日の摂取エネルギー量の計算方法

標準体重：身長(m) × 身長(m) × 22

必要栄養量：標準体重 × 身体活動量

※身体活動量：25～35kcal/kg/日

### ◆現体重のBMI算出方法

現体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m) ⇒ BMI25以上が肥満

### ●膵臓がん治療のための1日の摂取エネルギー量

必要栄養量：標準体重 × 約27～35kcal/kg/日

(詳細なエネルギー量は主治医の指示によります)



## 必要な栄養素～食事量～

例)1日1600kcalを摂取する場合



## 学術大会の報告



平成29年12月16日(金)に「第11回 医療法人為久会学術大会」が開催されました。

札幌共立五輪橋病院と札幌共立医院より、看護部・放射線科・リハビリテーション科・栄養科・医事課などの部署から全17題の演題が集まりました。発表に対する活発な意見交換が行われ、各職種の枠を超えてチーム医療の視点からも学びを深めることができました。



## 健康教室



当院では、南区の住民の皆様に対し、南沢福社会館、南老人福祉センターと共催して、1～2ヶ月に1回健康教室を開催しております。また平成26年4月よりがん診療連携指定病院に認定され、同年11月より市民公開講座も開催し、地域のみなさまにがんという病気の知識や予防に対しての啓発活動をしております。ご参加お待ちしております。

詳細につきましては院内掲示板および当院ホームページをご覧ください。

## がんの相談窓口

今回のテーマは **緩和ケア**

### 緩和ケアを受ける時期は症状がある時に

痛みなどのつらい症状は、がんの進行が早い時期にも進んだ時期にもみられる症状です。痛みやつらさを和らげることが緩和ケアの大きな目的です。

### 緩和ケアを受けるにはかかりつけ医に

緩和ケアはがんの治療を行っている各病院で行われていることが多く、「がん相談支援センター」で相談ができます。当院では、緩和ケア病棟や治療のことなど下記で相談を受けています。

札幌共立五輪橋病院 がん相談支援室 (代)011-571-8221

## 編集後記

日ごとに暖かさが増し外出が楽しい季節になってきました。桜を楽しみにしている方も多いのではないのでしょうか。体調管理に気を付けながら春を満喫しましょう。 札幌共立五輪橋病院 広報委員会

## 理 念

患者さまから見た医療とは何かを基本から見据え、創造力豊かな医療と福祉の実現に努力する。

## 病院機能方針

1. 五輪橋病院は札幌市内における中核病院としての機能を果たすため、地域医療支援を充実させ、各医療機関や福祉施設との連携に尽力する。
2. 病院は人間の生命に直接関わる職場であることを自覚し、自己研鑽に努め、思いやりの心を持った人間性豊かな医療人を目指す。
3. 患者さまやご家族が安心して治療に専心できるように病院機能を充実させ、職員が働き甲斐と誇りを持てる職場環境作りにも努力する。
4. 患者さま主体の医療を行うため、五輪橋病院は地域医療機関の先生と共に共同診療（開放型病床）を行なうことで、患者さまには信頼のおける安心した医療を提供する。



## 交通機関のご案内



### タクシー

地下鉄真駒内駅から乗車 約6分



### じょうてつバス

地下鉄真駒内駅または札幌駅から乗車



### 駐車場

病院前または病院横の川沿ビル立体駐車場をご利用ください。外来受診や面会の方のご利用が可能です。

なお駐車台数が限られておりますので入院患者様のご利用はご遠慮いただいております。

医療法人為久会

## 札幌共立五輪橋病院

〒005-0802 札幌市南区川沿2条1丁目2-54

TEL.011-571-8221

<http://www.gorinbashi.or.jp>