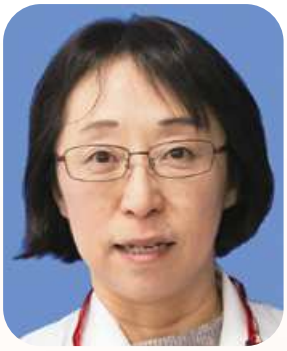
東北中央病院 情報誌
vol.91
発行／2016年7月1日
DREAMING
Heart of the Dreaming　私たちは「心温かい信頼の医療」を目指しています。

知っておきたい病気のはなし

身近にひそむ病気の話や覚えて役立つ医療の情報をお届けします。

子宮内膜症と子宮腺筋症

産婦人科　岡根（おかね）　夏美（なつみ）



はじめに

生理痛―男女問わずよく聞く言葉と思います。月経（生理）の時の下腹部を中心とした痛みで、その痛みがひどいと日常生活にも差し支えます。日常生活に差し支えるほどのひどい生理痛を月経困難症と言い、中には疾患が元となっている場合があります。

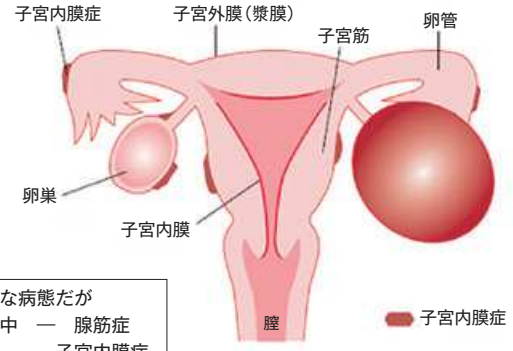
その代表的なものが子宮内膜症、腺筋症による月経困難症です。

子宮内膜症、腺筋症とは

子宮内膜症、腺筋症とは、今のところ原因不明で、子宮内膜に似た組織が子宮内腔以外の骨盤内の組織にできてしまう病気です。子宮筋の中にできる場合を腺筋症、それ以外の骨盤内（卵巣、漿膜が多い）にできる場合を子宮内膜症と呼びます。

子宮内腔の子宮内膜は、月経時に血液と一緒に脱落し、いわゆる「生理」として子宮口から外へ出てしまいます。しかし、他所の、出口のない部分にできた内膜組織は、ホルモンの命令のまま、脱落、出血して「生理」として流れようとしますが、出口がありません。出口のない子宮の筋肉内で出血を繰り返せば子宮は痛みを伴って腫れ、卵巣の中であれば、卵巣内に出血がたまって古くなりチョコレート状の液体で嚢胞を作ります（卵巣チョコレート嚢腫）。骨盤の中の腹膜に散らばって表面にゴマのようにできている病巣は、出血と癒着を毎月繰り返して痛みの原因となります。

前から見た図



同じような病態だが
子宮筋の中　―　腺筋症
子宮の外　―　子宮内膜症
と分けて診断する

診断のチェックポイント

まずは、ほぼ毎月学校や仕事を休むくらいひどい生理痛があったら、子宮内膜症又は腺筋症を疑ってみましょう。年数とともにひどくなる生理痛なら、かなり要注意です。ただし、10代前半では、病的ではない痛みが多く、様子を見ることになるでしょう。10代後半からはチョコレート嚢腫や他の病巣が見つかる患者さんもおられます。

子宮内膜症の確定診断は、実は開腹手術や腹腔鏡手術により目で見て病巣を確認することです。超音波やMRIなどの画像診断で確実と思われる病態もありますが、肉眼で見るまでは臨床診断といって、確定診断ではありません。とはいえ、成熟年齢女性の10％に子宮内膜症があると言われる昨今、すべて手術を受けるわけではなく、患者さんの状態をみて、臨床診断で治療を行うこともあります。また、血液検査において

CA-125という腫瘍マーカーの一種が子宮内膜症でも上昇するため、診断の補助に使われますが、これは子宮内膜症が肉眼ではっきりしていても正常値という患者さんが多く、あくまで診断の補助にしかなりません。

予防　治療

今のところ原因不明の疾患ですので予防法はないのですが、私が思っているのは「子宮内膜症の重症化は予防したい」ということです。日本の女性の結婚、初産の年齢は上昇してきています。そのこと自体は悪いことばかりではないのですが、どうしても 50 年前の日本女性よりはたくさんの月経を経験して、その後に結婚妊娠、というパターンになりますので、運悪く子宮内膜症がある場合、結婚する頃に重症化している率が高くなるということです。

一定以上に重症化した子宮内膜症は、不妊の原因にもなりますので、強い生理痛がある場合は、ためらわず婦人科を受診し、適切な検査、治療を受けることが大切です。

また、自分の病態を知ることにより重症化をある程度、避けられることもあります。

治療は大きく、①手術療法、②ホルモン療法に分けられます。

子宮内膜症、腺筋症に対する根治手術療法は、子宮、卵巣ともすべて取ってしまう手術です。卵巣からのホルモンが出なくなり、月経はなくなります。しかし、この手術は妊娠を希望している方にはできません。

手術で一般的なものは、開腹手術あるいは腹腔鏡手術で卵巣チョコレート嚢腫のみ摘出する、腹膜表面の内膜症病変を焼灼する、癒着をはがす、比較的かたまって見える腺筋症病変を子宮から核出する（えぐってくる）などです。手術の後は、生理痛が軽減する方が多いですが、目に見えないような小さい病巣は取りきれないため、卵巣が残っている限り再発の可能性があります。

次に、ホルモン療法ですが、代表的なものはLH-RH アゴニスト療法と、低容量ピル療法です。LH-RH アゴニストとは脳の下垂体に作用して、一時的に閉経した状態にするホルモンです。内膜症は、月経が止まれば進まないので、半年を区切りとしてこの閉経ホルモンを使うとその間月経は止まり、病巣も小さくなる場合があります。生理痛のひどい方は、半年月経が来なくなるというだけで、ほっとされることが多いようです。

ピルは、それに比べると根本的な治療にはならないのですが、排卵を止め、ホルモン量をコントロールすることで子宮内膜の増殖を抑えます。月経量は減り、生理痛は軽くなり、特に卵巣チョコレート嚢腫に対しては縮小効果も報告されています。若年の方にはLH-RH アゴニストが使いづらいので、こちらが第一選択となります。

治療として、月経の時の鎮痛剤のみでやっていきたいという方もまだたくさんおられますが、病状を把握しないで痛み止めだけで何年も過ごすことはまったくお勧めできません。特に近年は、卵巣チョコレート嚢腫の癌化が注目されており、治療は外科的治療が優先される傾向になってきました。

おわりに

婦人科＝内診のイメージで、受診の敷居が高いとされる婦人科ですが、長い女性の人生を健康、快適に過ごすためには欠かせないツールと思っております。ぜひかかりつけ婦人科を決めて、気軽に受診してください。

新任医師紹介

氏　名　岡根（おかね）　夏美（なつみ）
職　名　産婦人科医
出身地　山形県山形市
趣　味　読書

高校卒業までずっと山形市薬師町で育ち、茨城県の大学に進学。そのまま茨城で暮らし、子ども 2 人も進学で家を離れました。

縁あって、ほぼ 30 年ぶりに故郷で仕事をさせて頂くこととなりました。

山々は変わりなくとも、街なかは随分と変わってしまい、休日ごとに車でウロウロ走って地理やお店の勉強をしている始末です。

今までは、不妊治療、分娩を中心とした産婦人科単科の病院に勤務していましたので、勝手が違いご迷惑をお掛けすることもあると思います。どうぞよろしくお願い致します。

おじゃまします！　リハビリテーション室の１日

当院のリハビリテーションの対象疾患は整形外科をはじめ、内科（呼吸器内科、循環器科、消化器内科）、外科など多岐に渡ります。主治医の指示によりリハビリテーションを開始し、患者さんの状態に合わせたリハビリテーションを提供しています。症状の改善（筋力増強、関節可動域の改善、心肺機能の改善、神経筋協調性の改善など）や、日常生活動作及び応用生活動作の改善を目標にしています。
医師はもとより看護師、医療相談員等の他職種スタッフとの連携を図るため、定期的なカンファレンスを行い、退院までより良質なリハビリテーションの提供を心掛けています。

◆理学療法士・作業療法士とは

理学療法士とは…基本的な動作（寝返り、坐位、立位、歩行など）の改善を目標とし、関節や筋肉に対しての運動療法や物理療法を行っていく職種です。

作業療法士とは…日常生活動作（整容動作、更衣動作、トイレ動作、入浴動作、書字動作など）の改善の他に心身機能や認知機能の改善を目標に運動療法や再教育などを行う職種です。

リハビリテーション室は、室長（整形外科医師）1名、理学療法士9名、作業療法士3名の合計13名のスタッフで構成されています。

◆とある1日のスケジュール

8:30	始業
9:00	午前のリハビリ（電子カルテへの記録）
11:00	MSW（医療相談員）に退院後の生活などを相談
12:00	休憩
13:00	午後のリハビリ （リハビリ室内の器具を使用したり、廊下を歩行したり運動します）
14:30	他職種カンファレンス （より質の高いサービスが提供できるように、他職種との意見交換を行っています）
16:00	主治医に患者さんの状態を報告 （報告・連絡・相談を徹底しています）
17:15	終業

リハビリテーションの様子

◆地域包括ケア病棟

2015年7月より地域包括ケア病棟を開設しました。地域包括ケア病棟は、急性期治療が終了し、症状が安定した患者さんへリハビリテーションや退院支援などを効率的かつ高密度に行うための病棟です。一般病棟に入院されていた患者さんが退院される前に地域包括ケア病棟に移り、更なる症状の改善や、退院後、在宅での生活がより快適になることを目標にリハビリテーションを提供しています。

新任医師紹介

氏　名　髙田（たかだ）　哲史（てつし）
職　名　整形外科医
出身地　千葉県
趣　味　ゴルフ、サーフィン、クロスカントリースキー、スノーボード、日光浴、スウィーツ

今年４月から東北中央病院整形外科に勤務することになりました髙田哲史といいます。高校卒業まで過ごした地元千葉県では、ゴルフ三昧な日々を過ごしました。東北大学へ進学してからは、ゴルフに加え、サーフィンやクロスカントリースキーに打ち込む日々を過ごしておりました。東北大学病院での２年間の卒後臨床研修を経て、整形外科医として、石巻赤十字病院で２年間勤務しました。その後、当院に転勤となりました。

フットワーク軽く、外傷もこなせる脊椎外科医を目指して、一生懸命働きます。

趣味も含めまして、今後ともどうぞよろしくお願いします。

P.S.　山形に住むのは初めてですので、色々教えてくださいますと幸いです。

フレッシュ・ボイス

FRESH VOICE

病院にやってきたフレッシュさんの
フレッシュな声を伝えるコーナーです。

診療放射線技師長　篠原久男（しのはらひさお）

診療放射線技師としてこれまで、「幅広い視野と専門分野での知識と技能」「語らずとも伝わる言葉の確立」「求められる言葉を使える」といったことが大切と考えてきました。特に、患者さんへは、相手を理解し、わかる言葉で伝え、病態病期における患者さんの心理に合わせることで寄り添うことが必要と考えてきました。九州から東北の地へ赴任してきた今、「思えば遠くへ来たものだ」こんなフレーズが頭の片隅に浮かびます。

同じようなことが以前にもあったような気もします。初心を再認識し、それまで培ってきたものを周囲に溶け込ませ、新しい展開の中で新たな開花と実りに心弾ませたものです。

15年ほど前になりますが、放射性医薬品を用いた乳がん術前検査としてセンチネルリンパ節同定法が始まりました。当時は自由診療として行われたもので、検査を行っている施設も少なく情報も不足していました。医師の指導のもと検査法を決め開始しましたが、全体の流れを理解する必要を感じ手術に立ち会い把握にも努めました。ここで、疑問と問題点を整理すると医師の時間的負担が大きいこと、検査時間も延べ3時間と長いこと、手術スタッフの放射線被ばくに対する不安があることなどが出てきました。そこで、放射性医薬品の体内挙動、他の検査および病理結果との照合検討、放射線被ばく量の把握を半年間にわたり調べ改善点を見出すことにしました。これらを基に医師や他の検査担当技師とも協議検討を行い、検査法の見直しと必要な情報の提供を行った経験があります。計画を立てデータを蓄積し評価し改善することを繰り返し最適なものとなることを実感できたものです。

これから、心と体の健康を大切に守るためには、地域連携をはじめとする医療全体として包む輪、家族や地域のさまざまな人たちに囲まれて保つ大きな輪、その中にある東北中央病院の役割と存在があります。この大きな輪の中で推進力として貢献できるよう努めてまいりますので、よろしくお願い致します。

よくある質問! Q&A

このコーナーでは、日頃各部署に対するよくある質問を紹介しています。病院のことや医療制度などを知っていただき、病院を利用する方にとって少しでも役立つ情報を提供したいと思います。今回は、薬剤部に寄せられる質問をQ＆A方式でご紹介します。

Q：お薬手帳は必要ですか？
A： お薬手帳は、いつ、どの医療機関から、どのような薬を処方されたか記録を残しておくものです。お薬手帳を持ってきていただくと、他の医療機関から出たお薬やサプリメントとの飲み合わせのチェックが出来ます。また急病になった時や震災などの災害時、薬から体の状態を予測する道具にもなります。是非お持ちになりましょう！

Q：お薬が毎回同じ内容でも、お薬手帳を出した方が良いですか？
A： 薬剤師は、お薬の内容はもちろんですが、現在お薬を継続している状態なのか、継続している間で変わったことはなかったかどうかもチェックさせていただいております。『特別変わったことはなかった』事も、とても大切な情報なのです。お手数ですがお薬を貰う際は、毎回お見せいただくようお願いいたします。
当院では9番の薬剤部のカウンターにて、引換券と一緒に出していただけると薬剤師が拝見します。

Q：お薬手帳が何冊もあるのですが…
A： 医療機関ごとにお薬手帳を分けて管理している患者さんがたまにいらっしゃいますが…それでは他の医療機関とのお薬の飲み合わせを調べることが出来ず、お薬手帳本来の役割を発揮できないことがあります。どこの医療機関に掛かっても『共通の一冊』を使用することが大切です。一冊へまとめることをお勧めいたします。どのようにまとめたら良いかわからない、などのご相談がありましたら、いつでも薬剤部へどうぞ！

◆昨年より当院でも患者さん全員へお薬手帳の対応を開始させていただきました。
お薬のことでご相談がある方は気軽に薬剤師へお話しください！その際はぜひお薬手帳を持って来てくださいね！

Dreaming

クリニック探訪(25) 奥山内科胃腸科クリニック

この連載では、地域医療連携でお世話になっている施設が、どんな医療を展開しておられるのか、お話を伺っています。

プロフィール
☆院　長　**奥山**（おくやま）　**芳見**（よしみ）先生

【内科・胃腸科】
☆いつ開業　平成８年９月
☆スタッフ　奥山院長、看護師3名、医療事務3名
☆受付時間

	月	火	水	木	金	土	日・祝祭日
8:40〜12:15	○	○	○	○(※)	○	○	×
14:00〜17:30	○	○	○	×	○	×	×

（※）木曜日の午前中のみ8:40〜11:45の受付となります。

〒990-2462
山形市深町3丁目1番20号
023-646-3223

Q：先生が開業したきっかけは何ですか？

A：　大分前の事なのでよくは覚えていないのですが、多分、病院（当時勤務していたのは県立中央病院）以外の世界を見てみたいと云う程度の気持ちだったと思います。昭和57年に医学部を卒業し、秋田の病院での初期研修を終え、生まれ故郷の山形の地に戻り、山形大学医学部第2内科に入局させていただき、その後県立中央病院に派遣されて働いておりました。当時の県立中央病院は桜町にありました。病院の先輩の先生方、同僚の先生方に恵まれ、夢中で働いていた様な気がします。ところが、いつしかもっと別の世界を見てみたいと思う気持ちが私の中に忍び入り、開業したというのが正直な所です。

Q：日々のクリニックの様子を教えてください。

A：　特に変わった事はありません。検査（主に胃カメラ）があればそれを順番にこなし、後は患者さんをひたすら診察する、という事に尽きます。患者さんはいろんな事を訴えて来院されます。感染症の方とか、高血圧、糖尿病等の慢性疾患の方とか、私が消化器を専門にしているという事で、腹部症状を訴えて来院される方等々です。私の専門外の整形外科的症状を訴えて来院される方もおられます。

　私は、私の医療で対応できると判断した場合は、その範囲内で対応する様にし、対応できないと判断した場合は、直ぐに次の病院に紹介する当り前の方針で働いています。つまり、目の前の患者さんは、何処の医療機関で医療を受ける事が望ましいのだろうかを考えながら、診療していきたいと思っています。

Q：東北中央病院に対する要望等はありますか？

A：　東北中央病院には大変お世話になっております。特に田中院長先生には、紹介させていただいた患者さんに対する確実な御診断と適切な御処置をしていただき、いつも敬服しております。放射線科の先生方の適切なレポートには、いつも感謝しております。消化器系の諸先生方（石濱先生、渡邉先生を始め）にも、患者さんを紹介させていただいております。いつも適切な判断をしていただき、また丁寧な御返事をいただき恐縮しております。その他の先生方にも御指導いただいております。これ以上の要望はございません。いつも感謝の気持ちでいっぱいです。

（担当：髙橋・安達）

数字でみる東北中央病院

このコーナーでは、「数字」を通して東北中央病院を紹介しています。

3

平成28年5月より、医療ソーシャルワーカーが3人に増えました。

当院の医療ソーシャルワーカーは、患者さんやその家族の方が抱える心理的・社会的な問題の解決・調整を援助し、社会復帰の促進を図っています。

これまで以上に患者さん一人一人に親身になって、お話を伺っていきたいと考えていますので、お気軽に声をかけてください。

Photo Sketch

東北中央病院/歳時アルバム

ふれあい看護体験 昼食会

毎年５月１２日は看護の日です。当院でも高校生８名を受け入れて、「ふれあい看護体験」を開催しました。病院職員との昼食会では、患者さんと同じメニューを参加した高校生にも食べていただきました。

【当日のメニュー】
ビビンバ丼、卵豆腐、玉こんにゃく、漬物、牛乳

専門外来のご紹介

名　　称	曜　日	時　　間	予約制	担当医
脊椎外来	毎週月曜日	9：00～11：30 13：30～17：00	予約制あり	田中靖久
	毎週木曜日	9：00～11：30 13：30～16：00		
膝関節外来	第1･3･5水曜日	14：00～	完全予約制	上村雅之
	隔週金曜日	14：00～		髙橋　敦
肩・肘　スポーツ障害外来	第2･4水曜日	14：00～16：00	完全予約制	田中　稔
乳腺外来	毎週月･金曜日	9：00～11：30 14：00～15：30	な　し	齋藤善広
	毎週火曜日	13：30～15：00	な　し	鈴木幸正
	毎週木曜日	9：00～11：30 13：30～15：00	な　し	鈴木幸正
肛門外来	毎週木曜日	8：30～11：30	原則予約制	設樂英樹
そけいヘルニア(脱腸)外来	毎週木曜日	8：30～11：30	原則予約制	設樂英樹
肝臓外来	毎週火曜日	14：00～15：30	原則予約制	渡邉久剛
	毎週木･金曜日	9：00～13：00 14：00～15：00		
腎臓・リウマチ膠原病外来	第1金曜日	9：00～11：30	な　し	今田恒夫

＊都合により、休診となる場合もあります。

編集後記

夏の暑さにはクールビズが定番になってきましたが、近年は「ゆう活」が話題になっています。
「ゆう活」とは、夏の生活スタイル変革として、働き方の見直しの一環として推進されているものです。広報誌作成においても、誌面の見せ方、伝え方などスタイル変革に取り組む必要があるのかもしれません。

公立学校共済組合 東北中央病院
〒990-8510 山形市和合町 3-2-5
TEL 023-623-5111　FAX 023-622-1494
www.tohoku-ctr-hsp.com
E-mail:jimu@tohoku-ctr-hsp.com

■発行責任者／田中靖久　■編集／広報委員会

東北中央病院 ホームページへ GO!
ご利用の携帯端末によっては、アクセスできない場合があります。