

北海道社会保険病院だより

平成20年3月発行 第30号

胸腔鏡下手術について

外科部長 数井 啓蔵



北海道社会保険病院外科の数井です。
今日は外科で行っている胸腔鏡下手術についてご紹介したいと思います。

外科で行っている手術は年間500件くらいです。そのうち呼吸器外科（肺、縦隔、胸膜疾患）の手術件数は年間50～80件くらいです。その多くは、胸腔鏡下あるいは胸腔鏡補助下（小さな開胸創で胸腔鏡を補助的にも用いる）で行っています。

胸腔鏡下手術は「バツツ、VATS」とよく言いますが正式には「video-assisted thoracoscopic surgery」の略語。
直径10mm程度のカメラを胸の中に挿入し、1～3の小さな傷で行う手術です。

対象疾患は、良性肺疾患（自然気胸、良性腫瘍、炎症性疾患）、早期肺癌（stage I）、転移性肺癌、良性縦隔・胸膜腫瘍です。逆に対象外は、高度癒着例、進行肺癌、悪性縦隔・胸膜疾患です。

必ずしも術前に確定診断がついているとは限らず、この場合は胸腔鏡下に切除を行

い、直ちに顕微鏡検査に回し、術中に病理診断してもらいます。

100%の診断とはいきませんが、この結果に応じて術式を決定していきます。

たとえば、術中迅速病理で肺癌と診断されれば、標準術式の肺葉切除と縦隔リンパ節郭清を行います。癒着、分葉不全が強くなければ胸腔鏡下に行えます。

胸腔鏡下手術の利点として、傷が小さいので術後の痛みが少ないこと、美容上よいこと、回復も早く入院期間が短くて済みます。術後2～3日で退院できる方もあります。

また、開胸手術に比べて開胸・閉胸という時間のかかる操作がないため、必ずしも手術時間が長いわけではありません。

かつての標準開胸は30cmの皮膚切開で、筋肉も切断し、肋骨も1～2本切っていました。胸腔鏡手術を始めてから、このような開胸をすることはほとんどなくなりました。というのは、小さな傷でも胸腔鏡の手術器材を用いれば手が入らないような傷（10～15cm）でも手術が可能となりました。
肺癌に対して、胸腔鏡手術はまだ標準ではありませんが、患者さんに負担の少ない手術として有用と考え、当院では今後早期肺癌に対して適応としていきたいと考えております。



胸腔鏡手術風景です。



胸腔鏡による胸腔内観察：
自然気胸の患者さんで、脆弱の肺嚢胞（プラ）を認めます。



自然気胸術後の傷で、2cmの傷1つで肺縫縮術を行っています。

5階南病棟紹介

看護科長 佐藤 貴子

5階南病棟は外科15床、耳鼻科15床、泌尿器科10床、血液・膠原病科10床、皮膚科1床の5科混合病棟です。

当病棟は約半数の患者様が手術を目的として入院されます。入院、手術に対する不安は手術の大、小に関わらず皆さんお持ちだと思えます。

その不安の軽減に少しでもお役に立てればと思い、昨年9月より手術を受けられる患者様へ入院前に病棟でのオリエンテーションを取り入れていきます。

開始前に患者様に協力して頂き、聞いておきたかったこと、説明してほしい事は何ですか?のアンケートを取らせて頂きました。

回答には、「手術費を含めた入院費はどれ位なのだろうか?」「荷物はどれ位収納できるのだろうか?」「部屋の大きさは?明るさは?」「入院生活の1日の流れはどうなっているのだろうか?」「入院日→手術当日までの流れは?」「手術当日の必要物品は?」等、たくさん貴重な御意見を頂きオリエンテーションに役立てています。(御協力頂いた皆様ありがとうございます。)

オリエンテーションの流れとしては、入院前に5階南病棟を実際に見て頂き、入院後の生活の流れ、手術までの流れ、手術後のおおよその経過等を説明しています。

現在は、外科がほとんどですが今後は他科にも対応させて頂く予定です。

もし、希望があれば御相談下さい。できる限り対応させて頂きます。いつも笑顔で明るい5階南病棟をよろしく願います。



活性酸素を退治して、

病気を防ぎましょう!

栄養管理室 山田 朋枝

活性酸素は、有害な働きをする酸素分子で、大気汚染、ストレス、喫煙、偏食、紫外線などを介して連鎖反応を起し、周囲の物質をどんどん酸化させてしまいますが、私たちの体内にはそれを消去する機能が備わっていて、健やかな生活を過ごせるようになっていきます。

しかし、体内で消去できる限度を超えてしまうと、様々な疾患の発症を招くこととなります。それが、癌や動脈硬化であったり、免疫力の低下やアレルギーの原因となります。また、老化現象にも大きく関与すると言われています。

では、活性酸素を抑制・消去するにはどうしたらいいのでしょうか?どういった食品をとり入れたら良いかあげてみますのでご参考にして下さい。

【活性酸素を消去する食品(食品中の抗酸化食品)】

種実類、植物油・・・少量ずつとり入れてください。ビタミンEが豊富

野菜・・・カロチン、ビタミンE・Cが豊富

赤や緑の植物や魚類・・・トマトのリコピン、ほうれん草のルテイン、ピーマンのカプサンチン、カニや鮭のアスタキサンチンなどのカロチノイドが豊富

お茶・コーヒー・ワイン・・・お茶のカテキン、コーヒーのタンニン、ワインのイソフラボンなどのフラボノイドが豊富

その他、味噌にはメラノイジン、魚肉にはセレン(微量元素)、生姜の辛味成分であるジンゲロン、ショウガオールなど殆どの食品には多くの生理活性物質が存在。何らかのかたちで活性酸素を消去してくれるので、いろいろな食品を摂取することが大切です。特定の食品に片寄らないようにしましょう。

今回で栄養管理室の連載はおしまいです。いかがでしたか?食品には色々な成分が含まれていますので、特定の食品に片寄らないことが大切です。

お好みはあるでしょうが、いろいろな味、色、香りを楽しみながら健康的な食生活を送ってください。

今回で栄養管理室の連載はおしまいです。いかがでしたか?食品には色々な成分が含まれていますので、特定の食品に片寄らないことが大切です。

お好みはあるでしょうが、いろいろな味、色、香りを楽しみながら健康的な食生活を送ってください。

今回で栄養管理室の連載はおしまいです。いかがでしたか?食品には色々な成分が含まれていますので、特定の食品に片寄らないことが大切です。

お好みはあるでしょうが、いろいろな味、色、香りを楽しみながら健康的な食生活を送ってください。

今回で栄養管理室の連載はおしまいです。いかがでしたか?食品には色々な成分が含まれていますので、特定の食品に片寄らないことが大切です。

お好みはあるでしょうが、いろいろな味、色、香りを楽しみながら健康的な食生活を送ってください。

今回で栄養管理室の連載はおしまいです。いかがでしたか?食品には色々な成分が含まれていますので、特定の食品に片寄らないことが大切です。

お好みはあるでしょうが、いろいろな味、色、香りを楽しみながら健康的な食生活を送ってください。

茄子と豚肉のキムチ炒め



豚肉にはたんぱく質、セレン、亜鉛、ビタミンB群、茄子には、アントシアニン、キムチにはカプサイシン、味噌にはメラノイジンが豊富!

【材料(4人分)】

茄子	3本	味噌	大さじ1杯
豚肉	100g	砂糖	大さじ1/2杯
キムチ	60g	ごま油	大さじ1杯

【作り方】

豚肉は一口大に切り、茄子は縦半分に分けてから、斜めに8ミリ程度のスライスにする。

ごま油を熱し、豚肉を炒め、色が変わったら茄子を炒める。

に砂糖、味噌を入れ調味し、キムチを加えて更に炒め合わせる。

調味料、キムチは好みで調節してください。ピーマンや人参などを加えてもいいでしょう。