

# SUZUKI HEALTH TOMORROW

Vol.405  
R7.1



## 医療法人 浩生会スズキ病院

〒176-0006 東京都練馬区栄町7-1 TEL: 03-3557-2001

HP: <https://suzuki-hospi.or.jp/>



東京都指定 2 次救急医療機関  
(財)日本医療機能評価機構認定病院  
人間ドック・健診施設機能評価 認定病院  
日本外科学会専門医制度関連施設  
機能強化型在宅支援療養病院



# 「免疫とインフルエンザ」

呼吸器科医師

故 神尾 重則

満員電車の中。乗り合わせたインフルエンザの感染者がくしゃみをする、ウイルスは周囲に撒き散らされてゆく。そんな時、私たちの体内にある免疫システムは、直ちに作動し始める。

感染防御機構には、あらかじめ備わっている「自然免疫」と感染後数日から機能する「獲得免疫」がある。もし、今まで一度もお目にかかったことのない未知の病原体であれば、最初に「自然免疫」と呼ばれる防衛機構が応答する。病原体を非自己＝敵と識別して、短期速効の攻撃で排除するものだ。



敵の侵入が大量であったり、強力で防ぎきれないときは、出動態勢を整えていた獲得免疫の出番となる。敵を個別に記憶して、専門の免疫細胞が抗体という武器で外敵を撃退するのである。

いずれの免疫応答においても、樹状細胞と呼ばれる白血球の一種が司令塔となる。「意思決定」の役割を担う樹状細胞は、体のあちこちで枝のような突起をひろげて、周囲と情報のやり取りを行っている。とりわけ、この細胞が備える「TLR＝トル様受容体」と呼ばれる監視アンテナの感度は優れもの。ウイルスや細菌の成分を感知して、侵入者が何者であるかを識別することが出来るのだ。敵を発見すると、その人相書きを味方の免疫細胞に伝達し、病原体との戦いの火蓋が切られてゆく。

2011年のノーベル医学賞は、こうした免疫メカニズムの解明に貢献した3人に贈られた。自然免疫と獲得免疫の機能の理解、樹状細胞とTLRの発見という成果は、感染症のみならず、がんや自己免疫疾患などの新たな予防と治療法の開発に繋がるものと期待されている。さて、インフルエンザの季節も間近。ワクチンは予防の主役となる。無毒化した病原体の一部を使って、獲得免疫系の部隊に敵を教えておけば、即座に防衛体制を取ることが出来る。かつて遭遇した敵の記憶が残っていれば、直ちに再武装して速やかに排除することが可能となるわけだ。麻疹や水疱瘡などに2回かかることがほとんどないのは、この獲得免疫の働きによる。

2009年に世界で大流行したパンデミックインフルエンザの経験は、ワクチンへの注目度を高め、ヒブやヒトパピローマウイルスなど、新規のワクチンも相次いで承認された。ワクチンを巡っては、予防効果や安全性、接種費用の負担や補償制度の在り方などの問題も指摘される。ワクチンを正しく理解するという「知識のワクチン」も、感染症の予防対策には欠かせない。

## 2024年12月20日クリスマスコンサートを開催しました

今回演奏してくださった「フルートカルテット・プリムローズ」は武蔵野音楽大学出身者で結成されたグループで、メンバー全員が高い演奏技術を持っており、独立したプロとしても活動されているとのこと。

クリスマスらしい赤いドレスで登場しアンコールも含め全5曲、一曲ずつ丁寧な解説つきで演奏をしていただき、より一層楽しむことができたのではないのでしょうか。

患者さんからは「癒された」「昔の映画を思い出した」などのお声や、演奏中には口ずさんだり拍手をしたり、指揮をとったりして楽しむ姿も見られました。

30分程度の短い時間ではありましたが、皆様にクリスマスの雰囲気をお届けできたかと思えます。(もちろん当院スタッフにも！)

閉会の挨拶で副院長が「こんな素敵な音色を聴きながら仕事したいわ」と仰っておりました。が私も同感です(笑)

次回はどんなコンサートになるのか、今から楽しみにしております。



**2024 ススキ病院  
クリスマスコンサート**

日時：12月20日(金) 15時30分～  
会場：1階待合スペース  
演奏：フルートカルテット・プリムローズ

【曲目】

1. モーツァルト / 「フィガロの結婚」より序曲
2. チャイコフスキー / 「くるみ割り人形」より『マーチ』『あし笛の踊り』『花のワルツ』
3. ピアソラ / リベルタンゴ
4. ロジャース / サウンドオブミュージック

どうぞ素敵なひと時をお過ごしください♪

## センチネルリンパ節生検の重要性



ピンクリボンアドバイザー 郷田凧沙

わきの下のリンパ節（腋窩リンパ節）に転移があると考える乳房手術のときに、わきの下のリンパ節を周囲の脂肪組織と一緒にひとまとめにして、決められた範囲を取り除く「リンパ節郭清」が行われてきました。

ただ、リンパ節郭清を行っても、リンパ節に転移が見つからない場合もあり、その一方で、わきの下のリンパ節を取ると腕が上がらない、しびれやむくみが出るなどの副作用が現れます。

そうしたリスクを回避するために、リンパ節への転移をピンポイントで調べる検査が「センチネルリンパ節生検」です。2010年からは、この検査に健康保険が適応されています。

センチネルリンパ節は見張りリンパ節とも言われ、乳がんのがん細胞が最初に流れ着くリンパ節です。このセンチネルリンパ節だけを小さく切除して検査し、転移がないことが分かれば、リンパ節郭清を行わずに済むわけです。

センチネルリンパ節生検は、手術と同時に行われるのが一般的ですが、手術前に、外来や短期入院をして行われることもあります。

すでに、触診、画像診断、細胞診などでリンパ節の転移が確認されている場合センチネルリンパ節生検の対象にはならず、リンパ節郭清が行われます。一方、最近の研究により、早期乳がん術後に放射線療法や薬物療法が予定されている場合、センチネルリンパ節に転移があってもリンパ節郭清を行わないケースがでてきました。

### 乳房切除術の術後

乳房切除術で切除したがん組織は病理検査で詳しく調べられて、術後の治療の情報として生かされます。

乳房全摘を行うと、局所の再発リスクはほとんどなくなりますが、遠くの臓器に転移する可能性が残るので、非浸潤がんでは完全にがんを取り除いた場合以外は、全身療法を行うかどうかを決定します。

また、本来、放射線療法を行うのは乳房を温存した場合ですが、わきの下のリンパ節に転移が見られたり、しこりが非常に大きかったりする場合、全摘をした後にも胸壁、郭清しなかった腋窩部分や鎖骨上リンパ節に放射線療法が行われます。

この乳房切除術で失った乳房を取り戻すために、手術と同時に、または手術後期間をあけてから乳房再建が行われることがあります。



# 「メディアによる感染症の流行報道とワクチンについて」

広報委員



1年があっという間に過ぎ去り、気づけば2025年が明けてしまいました。ここ1ヵ月くらいの間に街中・店・電車など様々な場所でゴホゴホと咳をしている方が大変多くなっています。インフルエンザの流行も注意報の基準を超え、それに伴うマスメディアでの報道も当然増えております。(マスメディア：主にテレビ・ラジオ・新聞・雑誌)

さて、この流行報道ですが視聴者や読者の感染予防に一役買ってはいるものの、別の側面から見てみると、また違った問題を引き起こす引き金にもなります。

今年のインフルエンザにも言えることですが、例えばマスメディアの報道によって感染症の流行が広く知られると、予防接種を急いで受けようとする方が増加するため、ワクチンの需要が急増します。急激な需要増加に対して供給が追いつかないことが、薬が枯渇する一因となります。

メディアによる報道は冷静・正確かつ、専門家の意見など透明性のある情報を提供することが重要ですが、不安を煽るような報道が視聴者（読者）達に混乱を引き起こし、ワクチンの不均等な分配を招く可能性も出てきます。SNS (Twitter 現：X など) にも言えることで、デマの拡散や尾ヒレ背ビレのついた信憑性のない情報によっても同じことが起きます。

そこで政府や自治体・医療機関等は各メディアによる影響を予測し適切な在庫管理や供給計画を立てる必要があるのですが、実はワクチンの生産にはとても時間がかかります。また冷蔵保存が必要なこともあり、供給ラインが複雑に絡み合ってくるのです。コロナ流行時もそうでしたが、特に予期せぬ需要の急増に対応するとすると、薬品メーカーを含む様々な機関がそれぞれ対応を取る必要があるため、とてもとても難しいのです。

このように、メディアの情報によるワクチンの急激な枯渇はいくつかの要因が絡み合っており、各方面での協力と対策が求められます。例えば、政府がワクチン供給状況や接種者の優先順位についての情報公開を行う、地域の医療機関や自治体・各メーカーが連携し、地域ごとの需要に応じたワクチン供給を行うことなどが重要となってきます。また、予防接種の重要性をウイルスの流行前、接種開始期間の前から広く知らせ、強調することで、計画的な接種を促すこともできます。都内の各区では接種期間の開始前に助成券つきの予診票が届くなどの取り組みが行われていますね。そして感染症の予防策や対処法を具体的に報道・特集し、個人でできる感染対策を周知できると、ワクチンをいち早く接種しなくては！！という漠然とした不安を軽減することもできます。

皆さんも目の前の情報を鵜呑みにせず、信頼性の高い情報源を確認する習慣を持つこと、より良い情報の受け取り方を学ぶことが重要です。これは SNS 上で目にするデマや混乱を招くような情報の取り扱いと一緒です。

一人一人の感染予防・対策が社会全体の健康と安全に繋がっていきますので、うがい手洗いやマスクの着用といった基礎的な風邪対策の部分から、バランスのよいご飯をしっかりと食べてぐっすり寝る、といった生活習慣の基本を見直すきっかけになれば幸いです。



## 「ブリごぼう」

冬といったらブリ！大根と一緒に煮ることが多いと思いますが、ごぼうとの相性も良く、素材のうまみをたっぷりと味わうことができます。

### 《材料》（2人分）

- ・ブリ … 2切れ
- ・ごぼう … 1本
- ・砂糖 … 大さじ1
- ・醤油 … 大さじ1.5
- ・料理酒 … 大さじ2
- ・水 … 100mL
- ・柚子の皮 … 適量



(1人当たり約300kcal)

### 《手順》

1. ブリをバット等に乗せて全体に塩（分量外）を振ります。そのまま10分ほどおいた後キッチンペーパーで出てきた水気をふき取ります。  
鍋にお湯を沸かしたらブリを5秒程度茹でて取り出し、すぐ冷水に入れて撫でるようにやさしく洗います。その後水気を切り、再度キッチンペーパーで水気をふき取ります。
2. ごぼうの皮をこそぎ、洗ったら4~5cmの長さで斜め薄切りにしていきます。  
切ったものからボールなどで水にさらし、4~5分程度おいたらザルで水を切ります。  
ブリは3cm程度の幅に切っておきましょう。
3. 鍋またはフライパンに水・料理酒・醤油・砂糖を入れ、煮立ったら2のごぼうを加えて落としブタをし、弱火で5分程度煮ます。
4. 2のブリを加え、再度落としブタをして中火で5~6分程度煮ます。  
煮終わったら全体に煮汁を絡ませ、盛りつけに柚子の皮（細切り）を散らせば完成です。

### ★ポイント★

1の下ごしらえでは茹ですぎるとブリがパサつき、水に長くつけすぎると今度は旨味が逃げてしまうので注意してください！！



## 患者さんの権利

- 平等で、質が保護された最善の医療を差別なく、継続して受ける権利
- 医師や病院の選択の自由と、セカンドオピニオンを受ける権利
- 診断・治療に関する情報を得て、同意または拒否する自己決定権
  - ・意識喪失患者は、家族または法廷代理人の同意が必要（緊急時は例外）
  - ・法的無能力者も、家族または法廷代理人による本人の意思決定への参加
  - ・患者さんの意思に反する処置、治療は法の許容範囲内で例外的に実施
- 十分に説明を受ける権利と共に、知らされない権利
- 医療に関する秘密が保持され、個人情報保護される権利
- 予防・早期発見と医療を選択する権利と自己責任
- 尊厳を尊重し、苦痛のない人間的な終末期ケアを受ける権利
- 聖職者による霊的・倫理慰安などの宗教的支援を受ける権利



## 浩生会スズキ病院理念

私たちは、練馬区の中核病院として地域医療に貢献することの責務を自覚し、安全良質・高度な医療を行ないます。



## 浩生会スズキ病院の基本方針

1. 私たちは、患者さんのプライバシーを守り、意思と権利と安全を尊重した医療を実施します。
2. 私たちは、自己研鑽に努め、豊富な医療知識と技術に基づいた医療を提供します。
3. 私たちは、地域の人々や他の医療機関、福祉介護機関と共に医療・介護と福祉のネットワークを進め地域医療に貢献します。



診療科目・診療担当者表

2024年 10月 1日 改訂

		月	火	水	木	金	土
午前	内科	鈴木(牧)	鈴木(牧)	鈴木(牧)	鈴木(牧)	鈴木(牧)	鈴木(牧)
	糖尿病内科	澗潟					
	消化器外科・外科	病院長	病院長	病院長	病院長	病院長	病院長
		平野			金森		
	循環器内科			鈴木(臣)☆	鈴木(小)☆	鈴木(臣)☆	
	呼吸器内科			加藤☆			加藤☆
	整形外科		坂本			内野	
訪問診療	田中	澗潟	町田	二木	下澤		
午後	内科	鈴木(牧)	鈴木(牧)	鈴木(牧)	鈴木(牧)	鈴木(牧)	鈴木(牧)
	消化器外科・外科		平野				平野
	整形外科 (14:30~)		坂本				坂本
	循環器内科					佐藤 第4週	第2週休診 PM 2:00~
	泌尿器科	山崎					
	訪問診療	田中	鈴木[小]	町田	二木	下澤	

※ 診療日：月～土曜日 休診日：日祝祭日。(急患の方は、24時間受付しております。)

※ 診療受付時間：8:30～11:30、13:00～16:30 ※ ☆:予約制です。

