

# SUZUKI HEALTH TOMORROW

Vol.413

R7.9



## 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



## イラン紀行（２） 石油とおとぎ話

呼吸器科医師 故 神尾 重則

アラブ首長国のドバイからイランの首都テヘランへ向かう機上。窓下にはペルシャ湾がひろがっていた。ここは石油輸送の大動脈。湾の出口であるホルムズ海峡は、戦略的重要性から、国際政治の火薬庫と呼ばれている。もしこの海峡が封鎖されると、日本への影響は計り知れない。日本に来る石油タンカーの実に8割がここを通過しているからだ。石油と原発のエネルギーが供給されないとき、私たちが乗っている日本丸は完全に沈没してしまうに違いない。ペルシャ湾を目の当たりにして、そんな悪夢が一瞬よぎった。

ドバイでは平服だった女性たち、テヘラン空港に着くころには、いつの間にか黒いチャードルをまとっていた。露出することによって失われるものを守る。隠すことに実用的な機能がなければ、文化として続くことはないはずだ。

テヘラン空港に降り立つと、アラビアンナイトの世界が甦ってきた。子供のころに「いれずみ」のように刷り込まれた記憶。イスラムの世界で語り継がれてきたアラビアンナイト（千一夜物語）には、ペルシャを含めたあらゆる国の話が、アラベスク模様のようにちりばめられ、独自の世界観が展開されている。

たとえば「アリババと40人の盗賊」。アリババは「ひらけゴマ」の呪文を唱えることで、財宝の山を手に入れる。アッラーは「運命としての富」をアリババに授けるのだ。ヒトの営みのすべてが仏の手のひらで踊っているように、すべてはアッラーの思召しなのである。

偶然の幸運によって手にした富。イランにとって石油はアッラーより送られた賜物といえるのだろう。世界第二位を誇る原油の埋蔵に依存するイランの経済。しかし、石油による脂肪太りの体質は、けっして健全なものではあるまい。石油は一夜の夢物語。すべてのおとぎ話は虚構なのである。

イランは今、核開発問題を巡って欧米と激しく対立している。経済制裁によるインフレで、市民生活にも影響が出はじめている。それでもテヘランの人々の表情は暗くはなかった。私たちが訪れたとき、テヘランでは「非同盟諸国会議」が開催されており、欧米とは一線を画す100を超える国と地域が参加していた。会議の様子を伝える現地メディアの報道からは、イランにとって生き残りをかけたアピールの場であることが伝わってきた。水と油の関係にあるイランと欧米各国。「水魚の交わり」など、国際社会の現実の中では、おとぎ話に過ぎないのかも知れない。



写真：笑顔のイラン人家族

（著者2012年 執筆）

## 乳房再建術（2）



ピンクリボンアドバイザー 郷田凧沙

### インプラント（人工乳房）による再建

インプラントと呼ばれる人工乳房を埋め込んで、体に負担をかけずに乳房を再建します。現在多く使われるインプラントは、コヒーシブシリコンという破損しても中身が飛び出さない安全なもので感触も自然です。

インプラントによる乳房再建では、インプラントを入れる前や、乳がんの手術時に、エキスパンダーという皮膚を伸ばす器具を乳房の大胸筋の背中側に入れます。

そこから時間をかけて、少しずつ生理食塩水を入れて皮膚を伸ばします。対側の乳房と同じくらいの大きさの乳房ができるようになったら、エキスパンダーとインプラントを入れ替えます。残った皮膚に余裕のある人や、ももとの乳房が小さめの人は、大胸筋の下に直接、インプラントを挿入する方法もあります。

インプラントを入れた後でも、対側のマンモグラフィ、超音波検査やMRIを受けることができます。ただエキスパンダーには金属が入っているため、エキスパンダー挿入中はMRIを受けることができません。

合併症としては、エキスパンダー挿入中に感染症が起こりやすいことで、感染症が悪化した場合はエキスパンダーを取り除くことがあります。また、まれにインプラントを入れた後に被膜拘縮を起こすことや、インプラントが回転することが起きます。再建後は、インプラントの状態をチェックするために、定期的に検査に通う必要があります。

インプラントを用いた乳房再建で見られる鎖骨下のへこみ、自家組織を用いた乳房再建における組織量不足などに対して、脂肪注入（脂肪移植）による乳房再建が行われるようになりました。ただ、注入した脂肪が壊死を起こす、局所再発とまぎらわしい所見を示すなどの問題があり、専門家による慎重な手術が必要です。脂肪注入による再建術は、これからの研究課題です。

	自家組織による再建	インプラントによる再建
メリット	・やわらかく、触ったときに温かい乳房ができる。	・入れ替えの手術は1~2時間で済む
	・正常な乳房と同様に年齢とともに変化する	・体にかかる負担が少なく社会復帰までが早い
	・放射線療法後も適応	・乳房以外に傷ができない
	・免疫反応が起きない	
デメリット	・腹部や背中にも傷が残る	・やや硬く触ったときに冷たい感じがする
	・手術に4~8時間かかり約2週間の入院が必要	・年齢とともに、もう片方の乳房と差が出る
	・社会復帰までに時間がかかる	・放射線療法後は適用が難しい
	・将来妊娠・出産を希望する場合には腹部の皮膚・脂肪を用いた再建は勧められない	・乳がんの手術で大胸筋が残ってないと適応できない
	・免疫反応が起きることがある	
		・経年劣化によりインプラント入れ替えの必要が生じることがある

## 長引く猛暑、熱中症のリスク

### 広報委員

8月から異例ともいえる猛暑が続き、気象庁は9月、10月もこの猛烈な暑さが続くであろうと発表しました。残暑が長引く中9月、10月になると台風シーズンとなり、短時間による突然の大雨や突風が発生します。高温多湿な環境が長引くことにより、より熱中症のリスクが高くなってしまいます。



国内では今年8月5日に群馬県伊勢崎市で、41.8度を記録し国内最高気温を更新しました。またほかにも埼玉県鳩山町で41.4度、前橋市で41.0度、茨城県古河市で40.6度、東京・青梅市で40.4度、栃木県佐野市で40.2度など14の観測点で40度以上を観測しました。その他にも、35度を超える猛暑日を観測した地点は全国で280カ所を超えている状態にあります。

東京都内では、熱中症疑いで一日に195人ものが救急搬送され、半数が中等症、重症患者であったそうです。また8月に入って熱中症疑いで亡くなった事が分かっているのは5日までで、5名でした。

これほどの暑さになった背景として、気象庁は気圧配置と西風によるフェーン現象を挙げています。

フェーン現象とは、空気が山を吹き下りる際に気温が上昇することで、山のふもとに異常な高温をもたらす現象です。

ここ数日、日本付近は太平洋高気圧に覆われていて、さらに今シーズンは、大陸の上空にあるチベット高気圧が強まって張り出しているため、日本付近は、2つの高気圧に覆われている状態です。

また、5日は低気圧や前線が本州の北側にあり、太平洋高気圧の縁を回るような形で関東に向かって西寄りの風が吹き付けました。

その結果、関東の上空およそ1500メートルの気温は平年よりおよそ6度も高く、25度となりました。

これを地上気温に換算すると、この時点で40度近い暑さとなる計算になります。

さらに、地形の条件も重なりました。関東の西側の山を越えて吹きおろすことで気温が上がるフェーン現象によって、内陸部を中心に、地表付近の気温はさらに高くなったと考えられるということです。

熱中症にならない為に、予防・対策をご紹介していきたいと思います。

### 対策1 暑さに負けない体づくりを続けよう

日常的に適度な運動を行い、適切な食事、十分な睡眠をとりましょう。

具体的には水分をこまめにとり脱水を防ぐ、塩分を程よく取り失った塩分補給を行う。通気性や吸水性のいい寝具を使い、睡眠環境の改善を行う。バランスの取れた食事を摂取し丈夫な体をつくるといったことです。

### 対策2 暑さに対する工夫をしよう

暑さは日々の生活での工夫や心がけでやわらげることができます。適度な空調で室内の温度を快適にし、衣服を工夫することで、熱中症の危険が避けやすくなります。また、日よけをして直射日光を避けましょう。自分のいる環境の熱中症危険度を常に気にする習慣をつけることも重要です。

特に室内の温度を下げる際は、過度の節電や多少の我慢を行うと熱中症になるリスクが高くなってしまうため、快適に生活するためにエアコンや扇風機を使うようにお勧めします。節電するより熱中症で救急搬送され、入院をしてしまう方が余計にお金を使ってしまうこともありますので、気を付けましょう。

### 対策3 暑さから身を守るアクションを取りましょう

炎天下でのスポーツや、空調設備の整っていない環境での作業時などでは、熱中症の危険からしっかりと身を守るアクションをとることが必要です。適度な水分と塩分の補給をおこない、こまめに休憩をとるようにしましょう。



## 「栗のポタージュ」

季節に合わせた栗のレシピです。甘栗由来のでんぷんで腹持ちよし◎  
カリウムなども豊富なので、むくみ予防や血圧調整にもおすすめのレシピです。

### 《材料》（2人分）

- むき甘栗 … 100g程度
- タマネギ … 1/2個
- 牛乳 … 200mL
- 生クリーム … 30mL
- コンソメ顆粒 … 小さじ1
- 塩コショウ … 少々
- 水 … 100mL

下記のうち どちらか

- ◇バター … 小さじ1
- ◇オリーブオイル … 小さじ1



(1人当たり 約280kcal)

### 《手順》

1. タマネギを薄切りにします。フライパンで◇を熱し、切ったタマネギを弱火で透明感が  
出てくるくらいまで炒める。
2. むき甘栗・水・コンソメを加えて中火で3分ほど煮ます。
3. 2に牛乳を加え、沸騰直前くらいまで温めます。(沸かさないように注意)
4. ミキサーに移して攪拌し、全体を滑らかにします。
5. 鍋に戻し、塩コショウで味をととのえ、生クリームを加えて混ぜたら完成です。

### ★ポイント★

- ビタミンCは栗由来でしっかり残るので、美肌効果&抗酸化作用にも◎
- きのこやベーコンを加えることで、コクやうまみもアップします！（塩分量には注意）



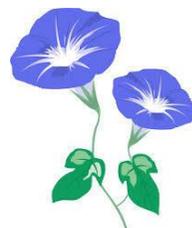
## 患者さんの権利

- 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

2025年7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					
	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			長谷川	
訪問診療	田中	澗潟	町田	千葉	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	三好					
	訪問診療	田中	鈴木[小]	町田	千葉	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。

