

医科研病院だより



第21号

発行：東京大学医科学研究所附属病院
平成25年10月15日
〒108-8639 東京都港区白金台4-6-1
代表電話03-3443-8111
ホームページ <http://www.transrec.jp/>

CONTENTS

病理部長着任にあたっての所感……………	1
すこやか・カフェ……………	2
栄養サブリ……………	3
なんでも・ひろば……………	4

病理部長着任にあたっての所感

病理部長 大田 泰徳

医科研便りをご覧の皆様、はじめまして。私は2013年4月1日に病理部長として着任いたしました大田泰徳というものです。今回は病理部の紹介をさせていただきたいと思っております。病理ってなんですかという方も多いと思いますが、患者さんの細胞をみて、患者さんの病気の診断を行い、治療に役立てていただくという部門です。私たちは普段、皆様に直接お会いする機会は少ないですが、皆様の治療のために誠心誠意を尽くして日々の診断業務にあたっています。

病理とは「病気に関する理論」ということであり、病気の原因や振る舞い、そして治療法について研究する学問のことです。古代より人類は病気の原因について知るために様々な手段を尽くしてきましたが、なかなか画期的な成果は得られませんでした。ルネッサンスの時代になり、イタリアで亡くなられた方を直接解剖して病気の原因を探ることが行われるようになり、多数症例を行うことにより、病気の理解が進みました。今日でも、不幸にして亡くなられた患者さんに対して解剖を行い、病気の原因や最適な治療を探ることは剖検と呼ばれていて、医療の進歩に貢献する重要な検査の一つとなっています。

産業革命の時代になり、科学の進歩に伴って高性能の顕微鏡が作られるようになると、病気になった患者さんの病変部において細胞を観察することができるようになりました。その結果、様々な病気において、特徴的な細胞の変化が起こってくるのがわかってきました。この知見を元に、生きていらっしゃる患者さんの病気の原因となっている細胞を採取し、その細胞を観察することで、正確な診断ができるようになりました。このことは診断に基づいた治療を行うための第一歩となり、今日では病理検査は確立された検査となり、正確な診断および最適な治療方針の決定に重要な検査となっております。

皆様が病院にかかっていて、お医者さんから「少し組織を採取して、検査をしましょう」というようなことを言われることがあるかと思いますが。このときに採取された組織は、病理部に運搬され、高度な専門技術を有する臨床検査技師の手によってプレパラート標本になります。そして、病変を構成する細胞集団を観察し、病気の性質を判断(ノ)

(ノ)し、病気の診断を行うのが病理医の仕事です。東京大学医科学研究所附属病院病理部は小さい組織ですが、患者さんのことを考えて、臨床検査技師及び病理医が全力で診断にあたっていきたいと思います。

トピックス

◆港区との連携協力締結について

当院では、「市民公開医療懇談会」を毎月開催し、最新の医療情報などを提供する機会を設け、地域に密着した病院を目指してきました。このような活動をますます発展させるべく、7月30日に東京大学医科学研究所と港区は、相互の緊密な連携・協力のもとに、港区の医療、研究、教育、健康増進、産業振興、地域振興等の分野において、地域社会及び学術研究の発展に寄与することを目的とした協定を締結いたしました。

今後、①みなと緩和ケアダイアルの実施、②港区立中学校における医科学等の健康教育、③最新の医科学情報をみなと保健所に展示、④港区民向け健康講座の共同開催、④(仮称)みなと在宅緩和ケア支援センター開設に向けた事業の検討、を行っていく予定です。

地域と連携し、様々な分野で貢献できるよう活動していきます。



市民公開医療懇談会のようす

◆病院からのお知らせ◆

●臨床検体の取扱いにつきまして

当院での保存・追加採取検体を用いた臨床研究名をお知りになりたい方は

http://www.ims.u-tokyo.ac.jp/ore/IMSUT_ORE_7.html
をご覧ください。

すこやか・カフェ



抗がん剤レジメン管理について

レジメン管理委員会 大野 伸広

皆さん、こんにちは。医科研病院で「抗がん剤レジメン管理委員会」の大野と申します。

最近五十肩がひどくて、文字を書くのも辛い状況なのですが（泣）、すこやか・カフェに登場できるということで頑張っ筆をとりました。（実際はパソコンで作成しました。）

【レジメン】 レジメン（regimen）という言葉をご存知でしょうか。耳慣れない方も多いと察しますが、「抗がん剤の投与量、投与スケジュール、治療期間を示した治療計画」を指す言葉です。こう書いても難しく感じますが、料理におけるレシピのようなものです。レジメンは一つの薬剤のものもあれば、多剤併用の複雑なレジメンもあります。それぞれに有効性や有害事象などが報告されているのが常です。抗がん剤の治療を受けられる方は、そのレジメンの成り立ちや治療成績などをお聞きになってみて下さい。病気の特徴や治療の進歩の歴史も垣間見られるはずですよ。

このレジメンが、＜安全に＞＜効率良く＞遂行できるよう設置されているのが、「抗がん剤レジメン管理委員会」（以下レジメン委員会）です。

【レジメン管理】 レジメン委員会の仕事は、「レジメン管理」なのですが、具体的にはレジメンに関する＜申請＞＜審査＞＜登録＞＜運用＞＜監視＞などを行うものです。

医師から、がん薬物療法（化学療法といいます）のレジメンを申請してもらいます。そのレジメンが適切かどうかを審査します。例えば、投与する時間や順番は大丈夫か、吐き気止め等は適切に使用されているか、など。何より大事なのは、そのレジメンに科学的根拠（エビデンス）が伴っているかどうか。意外に思われるでしょうけれども、効果や副作用に関してよく分かっていないレジメンも実は少なくありません。

そのために月1回の定例会の他、迅速審査委員会などを設け、適切なレジメンが適切に運用されているかを吟味しています。つまり、適切な抗がん剤が正しく投与されているかを審査・監視しています。考えれば当然のことですね。

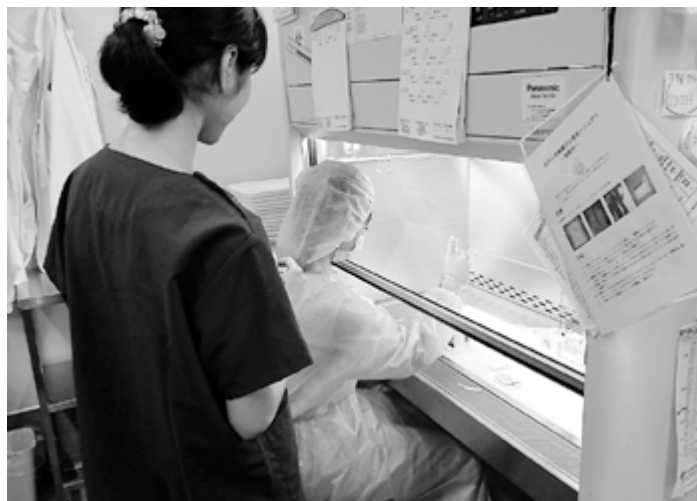
あまり大きな声では言えませんが、私が医科研病院に来た頃（遠い昔です）は、同じ化学療法でも医師によってやり方が異なっていました。5人の医師がいれば5つのレジメンがあったようなもので、これでは効率も良くありませんし、間違いのもとになり一番大事な安全管理の面で問題です。レジメンを画一化することで、効率性・安全性が期待できるのです。

【レジメン運用】 では、そのレジメンを実際に臨床の（メ）

（メ）場で行う際には、どのような注意が必要でしょうか。医療側の立場でみると、スタッフの共通認識が大切です。いつ、どの患者さんにどのレジメンが行われるのか、医師・看護師・薬剤師・関係スタッフが共通認識を持っていること。そのために「化学療法予定表」というものが作成されていて、予め行われるレジメンを把握するシステムになっています。そして、主治医がレジメンを予定通り実施することを決定した段階で「実施確認」という作業を病棟のコンピュータ（オーダーリングシステム）で行って、それが看護師や薬剤師に伝達されるシステムになっています。

【抗がん剤の調製】 抗がん剤は、注射薬であることが多く生理食塩水などの溶媒と混合され投与されます。この混合作業を「混合調製」または単に「調製」といいます。この際に、1. 安全で清潔な抗がん剤を患者さんに提供すること、同時に、2. 医療関係者側も抗がん剤の暴露から護る、ということが大切です。適切と判断され、登録されたレジメンで使用される抗がん剤は薬剤師が調製し、病棟に運ばれます。

写真がその調製の様子です。ガウンを着て、マスク・手袋を装着し、「安全キャビネット」という装置の中で清潔操作にて行われています。さらに、後ろでその様子をチェックする人がいます（ダブルチェック）。厳重で、ちょっとしたものしい作業に見えませんか？このように、慎重に間違いの無いように行われているのです。



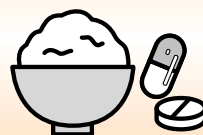
薬剤師による抗がん剤の調製の様子

安全で適切な治療が遂行されるよう、今後ますますの充実を目指します。

みなさんのご協力、ご意見等よろしくお願いいたします。



栄養サプリ



ビタミンシリーズ第二弾

知って得する！ビタミンBの豆知識

バランス良く
食事をとって
ビタミンB群が
不足しないように！



ビタミンB群は
お互い協力
しあって働いて
います！

〈ビタミンB群の仲間たち〉

〈ビタミンB群の働き〉

炭水化物の代謝を助ける
エネルギーをつくる
ビタミンB1
アルコールの分解
粘膜を守る

たんぱく質をエネルギーに変える
丈夫な体をつくる
ビタミンB6
毎日の美容にも活躍

悪性貧血を防ぐ
新しい細胞を作り出すのに必要
葉酸
妊婦は2倍の必要量

ストレスに対抗するホルモンをつくる
糖質、脂質、たんぱく質の代謝を助ける
パントテン酸
免疫力の維持に重要

健康な皮膚をつくる
皮膚や粘膜を守る
ビタミンB2
髪、爪などをつくる

たんぱく質の合成に関わる
神経の働きにも大切
ビタミンB12
血液を作る時に大切

糖質、脂質、たんぱく質の代謝を助ける
皮膚を健康に保つ
ナイアシン
アルコールの分解に大切
脳神経の働きを助ける

髪や皮膚を守る
疲労感、憂鬱、脱力感などを緩和する
ビタミンB12
糖質、脂質、たんぱく質の代謝を助ける

ビタミンB群を多く含む食品



パントテン酸
食品全般
(色々な食品をとりましょう)

お手軽に美味しくビタミンBを補給♪おススメ鍋

豚肉と水菜のみぞれ鍋

豚肉のうま味と大根おろしがよく合います

〈材料・2人分〉

豚しゃぶ用肉…150g (a)水…3カップ
水菜…1/2束 みりん…大さじ1
絹ごし豆腐…1丁 酒…大さじ2
えのき…1袋
大根おろし…1/4本分
和風ダシの素…小さじ1・1/3

1. 絹ごし豆腐は食べやすい大きさに切る。えのきは根元を切落として食べやすくほぐす。水菜は4cm位の長さに切る。
2. 鍋にダシと(a)を入れて火にかける。
3. 豚肉、1の絹ごし豆腐、えのきを鍋に入れて煮、水菜も加えてサッと煮る。
4. 大根おろしを中央に盛って出来上がり。お好みで七味唐辛子をふる。

※水菜をほうれん草に変えて水炊きにして常夜鍋風にすると更にビタミンB群が補えてます。ポン酢などをつけてどうぞ。

まろやか豆乳鍋

豆乳をつかったコクのあるクリーミーな鍋です

〈材料・2人分〉

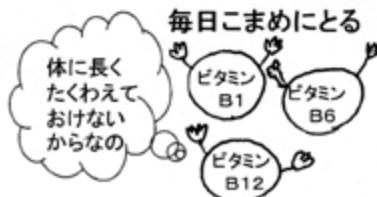
鮭…2切れ (a)無調整豆乳…大300cc
白菜…1/8束 水…500cc
絹ごし豆腐…1丁 酒…50cc
長ネギ…2本 みそ…大さじ3
えのき…1袋 中華スープの素…大さじ1
しめじ…1袋 すりごま…大さじ1
豆板醤…小さじ1

1. (a)の材料をボールで混ぜておく。
2. 鮭、白菜を一口大に切り、絹ごし豆腐も食べやすい大きさに切る。長ネギは斜めにざく切りし、えのきやしめじは根元を切り落として食べやすくほぐす。
3. 2を鍋に盛りつけ、1を入れて蓋をし、火にかける。全体的に火が通ったら豆板醤を入れて出来上がり。

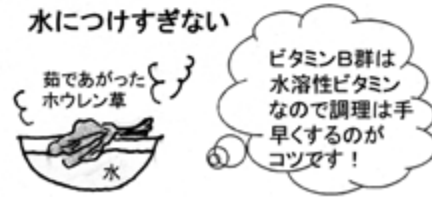
※残りのスープに玄米を入れてリゾット風に。なじみの少ない玄米も食べやすくなり、更にビタミンB群も増量できます！

ビタミンBをとる工夫

毎日こまめにとる



水につけすぎない



体に長くたくわえておけないからなの

茹であがったホウレン草

ビタミンB群は水溶性ビタミンなので調理は手早くするのがコツです！



自転車の風景②

放射線部 井下 富夫

近頃、ツーキニストが増殖しているらしい。メディアによる自転車通勤者の呼称で5~6年前から静かなブームを迎えて震災3.11の後から都内で急増しているように見受けられる。かく言う私も6年くらいツーキニストをやっている。

田舎の友人達に話すと一様に驚きの反応で迎えらる。天命を知るべき年齢にあって自転車通勤などあり得ないと。いわゆる「地方」では自転車という交通手段は中高生の専売特許であって「いい歳をしたオヤジ」のそれは奇異な目で見られるようだ。

一方、自転車先進国の欧州では自転車レースがとても盛んで人気が高い。「いい歳をしたオヤジ達」が休日になると自慢のロードレーサーで自転車散歩に出かけるようだ。徒党を組んでの路上井戸端会議、あれこれと世間話をしながらのんびりと目的地へ向かうという。マルセイユ在住のある邦人は、休日の朝、しばしばこの一団がアパート前を通過してその喧騒が目覚めるのだ、とボヤいておられた。オランダやデンマークでは電車にそのまま自転車を積み込めるスペースが確保され、市内に自転車シェアリングのシステムが整備されているとか。

だが、そんな欧州の人々が自転車発展途上の日本を熱い眼差しで見ているという。ズバリ日本の自転車は安価でそこそこ性能がいいということ。(デザインの評価は別らしい。)

最近、大手の自転車メーカーはその生産拠点を自国から台湾・中国へと移しており、自転車パーツの「シマノ」は、今や世界市場を席巻して高品質なパーツを低価格で供(ノ)

(ノ)給している。伝え聞くとところによると自転車の平均単価は日本で¥10,000前後なのに対して欧州では¥50,000近くもするとか。自転車を取り巻く環境が大きく変化してコストパフォーマンスに優れたモノが巷に溢れているという現実に我々は気付いていない。

そう日本では、もはや使い捨て感覚に近い自転車だが、欧州では「高価でも長く大切に使う」という心情が根強いようだ。なにやら「昭和という時代」の呪縛をふと思いつき起こさせてくれる、そんな懐かしい心根がそこにはうかがえる。

ある自転車クラブのツアーに参加してオタクの方々のお話を聞く機会があった。そのお一人がミニベロにハマっているという。いわゆる小径車(ミニサイクル)のことで折りたたんで輪行袋に入れれば、夜行寝台列車にも積載できるので遠方への自転車旅行に旅立るといふ。だが、このご時勢、夜行寝台は絶滅寸前なので(ちなみに自転車は夜行バスには載せてもらえない。)いっそのことクルマのラゲッジルームに詰め込んで出掛けてみる。旅先の不案内な細道でもミニベロならすんなりと入っていけるし、徒歩とは雲泥の差で芳しい景色の只中を風のように駆け抜けてゆけるのだ。時にはガイドブックを放り出して事前のプランから脱線してみるのもひとつの手だし、欧州の人々のように散歩する感覚で憧れの街を、美しい季節を、じっくりと走ってみては・・・。

これからの季節、爽やかな風を纏って見知らぬ街へ、その路地裏を大切な誰かと彷徨ってみるのも一興かと。声高に叫ばれるエコやメタボの呪縛を思いっきり蹴飛ばして今の自分をおおらかに見つめ直すには、いい手立てかもしれない。

東京大学医科学研究所附属病院・ご利用案内

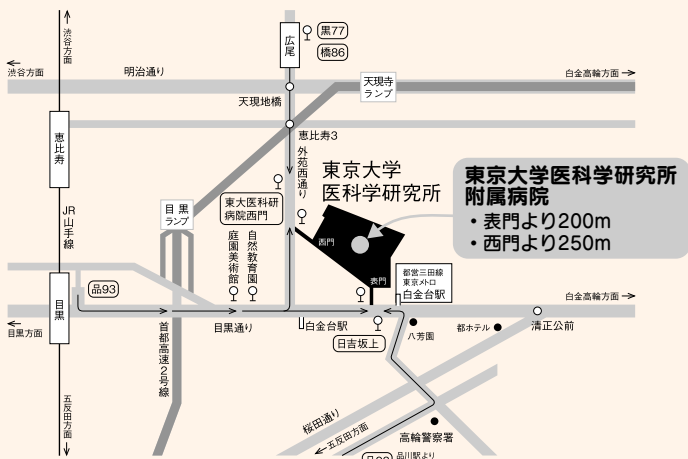
診療科

内科(総合、血液腫瘍、感染症、アレルギー・免疫、代謝・内分泌、循環器、消化器)

小児科(小児細胞移植)

外科(一般、腫瘍、消化器、乳腺)、整形外科(関節)

脳腫瘍外科、放射線科、麻酔科、遺伝相談



外来診療日

月曜日～金曜日(祝日および年末年始を除く)

診療受付時間

8:30～11:30(初診・再診)

12:30～16:00(再診のみ)

※予約時間の15分前までに受付にお越しください。

(確実にご受診いただくために、ぜひ予約をお取りください)

予約専用電話(予約受付および変更)

診察: 03-5449-5560

検査: 03-5449-5355

受付時間 8:30～17:00(外来診療日のみ)

アクセス

- ・東京メトロ南北線・都営地下鉄三田線で「白金台駅」下車
 - ・JR山手線目黒駅東口から都バス品93大井町競馬場行で「白金台駅」下車、あるいは都バス黒77千駄ヶ谷行か橋86新橋駅行で「東大医科研西門」下車、または駅より歩いて約15分、タクシーで約5分(1メートル)
 - ・JR品川駅から都バス品93目黒駅行で「白金台駅」下車
 - ・東京メトロ日比谷線広尾駅から都バス広尾橋から黒77または橋86目黒駅行で「東大医科研病院西門」下車
- ※患者専用駐車スペースも数台分ございます。ご利用は受付にお申し出ください。