

いこころ

VOL. 37



SPECIAL FEATURES

おなかの不調が続いたら 早めにお医者さんに相談しよう



今回お話しいただいた先生
鬼澤 道夫 先生 (おにざわ みちお)
福島県立医科大学
消化器内科学講座 学内講師

腹痛や下痢は、高校生のみなさんも経験したことがありますよね。大抵は数日で治りますが、2週間以上続くときは、少し勇気を出してお医者さんに相談しましょう。まれに「潰瘍性大腸炎」という治療が長引く難病の可能性もあるからです。今回は潰瘍性大腸炎も含めて、難病について解説します。

潰瘍性大腸炎の患者は約22万人 腹痛などが続いたらチェックしてみよう

おなか痛くなる、下痢をする、1日に何度もトイレに駆け込むなど、おなかの具合が悪くなることはほとんどの人が経験したことがあると思います。そうした症状は2~3日で治ることが多いので、よほど症状がひどくなければ気にすることはありません。

ただ、こうした症状が2週間以上続くようなら、一度お医者さんに相談しましょう。国が定める「指定難病」の一つ、「潰瘍性大腸炎」という病気の可能性があるからです。症状が軽いと我慢しがちですが、もし潰瘍性大腸炎だったら、おなか(腸)の

組織へのダメージが続き、重症になってしまうことがあります。

潰瘍性大腸炎の症状はさまざまです。右のチェックシートを確認して、3つ以上の症状があったら、恥ずかしさもあると思いますが、ちょっと勇気を出して、近くの内科や消化器内科のクリニックに行きましょう。潰瘍性大腸炎は原因がわからず、現在は完治させる治療法はありませんが、治療が効くと症状はなくなり、制限なく日常生活を送れる可能性が高まります。軽症では入院せずに治療ができます。

こんな症状に 心あたりはありますか?

次の症状が3つ以上あったら、早めに医師へ相談しましょう

- おなかの痛みが続く
- ゆるい便や下痢が続く
- 便に赤い血が混じっている
- トイレに行く回数が増えた
- おなかの不調が2週間以上続く
- 食欲が落ちてきた
- 体重が減ってきた
- 発熱が続く
- 貧血気味になった
- 倦怠感、体のだるさが続く ((

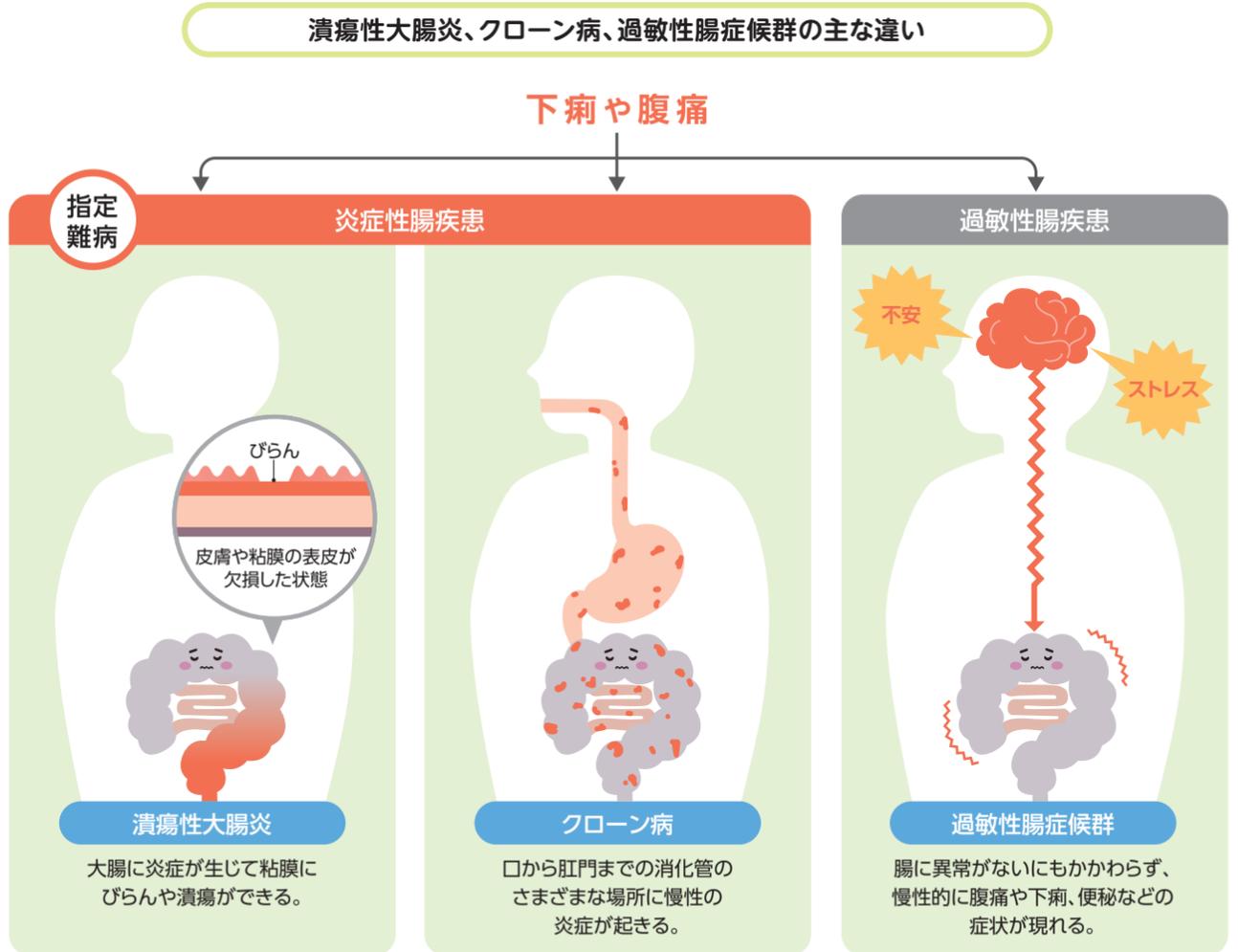
2

10代で発症することがある腸の病気。お医者さんにきちんと診断してもらおう

腸の難病にはもう一つ、クローン病という病気があります。潰瘍性大腸炎と合わせて「炎症性腸疾患」と呼ばれています。潰瘍性大腸炎の患者さんは全国で約22万人、クローン病は約7万人と推計され、欧米に多かったのですが、近年では日本でも急に増加してきました。また、これらの難病とは別に、過敏性腸症候群という腸の病気もあります。

クローン病は潰瘍性大腸炎と同じように、腹痛や下痢、便に血が混じるなどの症状があります。潰瘍性大腸炎は主に大腸の症状ですが、クローン病は小腸から大腸、肛門までのあちらこちらで症状が起こります。

一方、過敏性腸症候群は、腹痛やおなかの不快感、長引く下痢、下痢と便秘を繰り返すなどが主な症状です。日本では1〜2割の人が経験しているとされています。通学中やバス・列車の乗車中などトイレに行きにくいときや、試験の前などストレスを感じる時に症状が現れるため、普段の生活に支障を来すことがしばしばあります。しかし過敏性腸症



候群は、通常の検査では異常がありません。過敏性腸症候群は、生活習慣や食生活、ストレスなどが主な原因なので、生活習慣の改善やスト

スを減らしながら、お薬による治療を行う場合もあります。下痢や腹痛が長引くときには、お医者さんに相談してきちんと診断し

てもらいましょう。病気によって治療方法が違いますし、早めに治療を始めることで、その後の生活が改善します。

3

341種類もある「指定難病」
100万人が難病に悩まされている

指定難病とは「発病の仕組みがよく分からない」「治療方法が確立していない」「患者数が少ない」「長期間の療養が必要になる」「患者数が一定の人数に達しない」「客観的な診断基準がある」という病気です。

潰瘍性大腸炎やクローン病のような指定難病は、現在341種類あり、患者さんは合わせて100万人以上います。患者さんが十数万人いる潰瘍性大腸炎やパーキンソン病のような病気から、10人未満という病気も多くあります。

難病に共通しているのは、全身の体調の崩れやすさです。疲れやすい、だるい、痛み、発熱、集中力の低下など、本人の自覚症状が多いことです。これに加えて、病気の種類によって異なる特有の症状があります。病気の経過や進行に伴って障害が残ることがあり、治療によって顔がむく

む、免疫力が低下するなどの副作用が現れることもあります。これらの症状は人によっても違います。

指定難病は、原因不明で治療が難しく、療養が長期間にわたります。医療費が高額となることから、治療にかかる費用の一部は国や自治体が助成しています(18歳未満の方は小児慢性特定疾病への医療費助成制度もあります)。指定難病に関する相談は、福島県難病相談支援センターやお住まいの地域の保健福祉事務所または保健所で行うことができます。

4

難病の治療は年々進歩している
本人が日常生活で抱える悩みを知ろう

難病は、潰瘍性大腸炎やクローン病のように10〜30代で発症しやすい病気もあれば、高齢で発症する病気もあります。みなさんや家族の方、誰もがかかるかもしれない病気です。

難病の治療法は確立していないとはいえ、年々進歩しています。例えば、以前では症状が良くなかった潰瘍性大腸炎の患者さんでも、さまざまな新薬で症状が消失することが多くなりました。また、クローン病では20年以上前は効果的な薬が

ないため、長期間入院して点滴を受けながら絶食するという治療が行われることもありました。学校に通えず、就職することができない人も多くいました。今は、学校に通う、仕事をするなど日常生活を送りながら通院で治療できるようになりました。完全に治すことはまだ難しいのですが、新しい治療法の開発は続いています。

難病の症状は外見からは分かりにくいことが多く、本人は体調の崩れやすさなどの日常の悩みについて相談できず孤立することがあります。もしそういう友達がいても、難病なんだと特別に気をつかう必要はありません。体調などで困りごとがあると相談されたら、日々の生活で悩みがあることを理解した上で、思いやりのあるコミュニケーションを心がけてください。

指定難病の例

神経・筋疾患	パーキンソン病、もやもや病、重症筋無力症、多発性硬化症/視神経脊髄炎 など
免疫疾患	全身性エリテマトーデス、全身性強皮症、皮膚筋炎、多発性筋炎 など
消化器疾患	潰瘍性大腸炎、クローン病 など



チーム医療とは？

1人の患者さんに対して、さまざまなスキルを持った医療スタッフが連携して、治療やケアに当たることです。福島県医科大学附属病院では、日々さまざまなチームが活動しています。

第4回 呼吸ケアチーム

呼吸を安全に管理し命を守る

人工呼吸器を少しでも早く外すことを目標に活動

呼吸ケアチームは、主に人工呼吸器を装着した患者さんを対象に、医師、看護師、理学療法士、臨床工学技士などの多職種が活動します。人工呼吸器は、何らかの原因で本人の呼吸だけでは体に必要な酸素が不十分となり、生命を維持することが難しい危機的な状況の場合に装着します。

人工呼吸器を着ける原因はさまざまで、肺炎やCOPD(慢性閉塞性肺疾患)などによる呼吸不全、心臓の病気により血液の循環が悪くなる障害、脳の病気です筋力が落ちて自力で

呼吸できない障害、胸部のけが、心臓や肺の大きな手術のあとなどです。小さい子どももいます。こうした患者さんの呼吸を安全に管理して、命を守り、回復を手助けするのが呼吸ケアチームの仕事です。

人工呼吸器は、患者さんが息を吸ったり吐いたりすることをサポートする器械です。気道にチューブを入れたり、マスクを着けたり、鼻にカニューレというチューブを着けたりして、肺に酸素を送り込みます。

しかし、人工呼吸器をいつまでも着けていては、患者さんは元の生活に戻れません。そこ



で呼吸ケアチームは少しでも早く、人工呼吸器を外せることを目標にしています。呼吸の機能だけでなく、食事をうまく飲み込む、自分で痰を吐く、栄養をしっかり取る、筋力の回復と改善の運動をするなど、患者さんの全身の状態をみながら、治療や指導を行っています。

集中治療室や一般病棟を巡回し現場にアドバイスを行う

呼吸ケアチームは週に1度、人工呼吸器を着けているすべての患者さんに会います。事前に一人ひとりの様子をカルテなどで調べて、メンバーで対応を話し合います。集中治療室や一般病棟を巡回し、患者さんの状況に合わせて現場の看護師さんにアドバイスをします。血液の酸素濃度に応じて、人工呼吸器からの酸素の量の調節について具体的に説明することもあります。

子どもの場合は、退院後も自宅で人工呼吸器を使う必要のある子もいます。保護者に自宅での装置の使い方や、通院での車の乗り降りの際の機器の扱い方をアドバイスするのも私たちの大切な仕事です。

患者さんの命を預かる医療機器 保守・点検、操作を担当

臨床工学技士(CE)の仕事は、医療に使われるすべての機器がいつでも安全に使えるように保守・点検し、それを操作することです。病院の中で見かける医療機器は、すべてCEが管理しています。

医療機器は、医療の進歩に伴って性能も向上していますが、同時に複雑になり、保守・点検は正確で繊細な作業が求められます。現在は診療分野ごとに、そこで使われる機器を専門とするCEが担当しています。私は呼吸管理の機器を専門としています。

この方に聞きました!



佐藤 梓さん 福島県立医科大学附属病院 臨床工学技士 (さとう あずさ)

臨床工学技士の仕事

命を維持する装置を管理する

コロナ禍では呼吸管理を担当 命の危険を感じたことも

新型コロナウイルスの感染が広がった2020年の春は、呼吸管理担当として人工心臓(ECMO)を昼夜にわたり操作し続けました。本学附属病院にはECMOが3台あり、操作できるのは技師長を含めて4人でした。ECMOの操作と管理は複雑で微妙です。患者さんは皆、重症ですから、一時も気が抜けませんでした。さらに、新型コロナウイルスには分からないことも多く、患者さんのすぐそばにいる自分の命が脅かされるかもしれないという恐怖もありました。でも、呼吸器を外せない小さな子どもの母親が、自宅で子育てと呼吸管理をし、通院を続ける姿に接すると、母の愛の力

はすごいと一人の母親として励まされます。

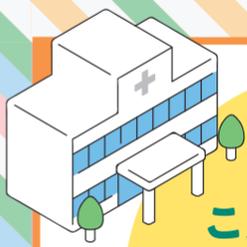
CEの仕事で大切なのは、医療機器を使っている患者さんをみることです。私の場合、毎日、呼吸器を着けている患者さんに会い、顔色や全体の様子などから、適切な酸素が送られているかどうかを細かくチェックします。機器の管理だけでなく、患者さんの様子も知ることがCEの仕事であり、魅力でもあります。



もっと知りたい人はこちらをチェック ▶

<https://www.fmu.ac.jp/home/kangobu/scene/team/>





どんな役割 こんな役割 特別篇

パンダハウスを 育てる会

VOL.16



第16回は、特別編として、パンダハウスを育てる会についてご紹介します。

皆さんは、病と闘う子どもとその家族を支えるパンダハウスを知っていますか？

「パンダハウスを育てる会」は、病と闘う・病と生きる子どもと家族を応援するNPO法人です。「病院近くのわが家」として、病気を抱えた子どもが治療に専念できるように、そしてその家族が安心して生活を送れるようにサポートしています。

治療を受けるために長期間病院に通う子どもの家族は、経済的にも精神的にも大きな負担を抱えています。入院中の子どもに家族が付き添う場合、家族は離ればなれになり、きょうだいも寂しい思いをしているかもしれません。

「パンダハウス」は、そのような家族が体や心を休められる場所です。また、入院中の子どもが外泊できるときにはハウスで好きなことをしたり、

家にいるきょうだいもハウスに泊まり家族そろって食事をしたりお風呂に入ったりして過ごします。

また、「パンダハウスを育てる会」は、ハウスの運営だけではなく、病と生きる子どもたちが前向きに生活できるような支援活動を行っています。例えば、子どもたちの“やりたい”を一緒にかなえたり、地域で暮らす同じような状況にある子どもや家族同士が交流する場を提供したりしています。これらの活動を通じて、子どもたちや家族に少しでも明るい時間を届けることを目指しています。

これらの活動は、多くのボランティアや寄付によって支えられています。高校生の皆さんも、こうした活動に興味があれば、ぜひ応援する方法を考えてみてください(ワークショップの様子 <https://pandahouse.org/minami01/>)。ボランティア活動に参



加したり、自分たちでできる支援を企画したりすることで、病と闘う子どもたちやその家族に力を届けることができます。

「パンダハウスを育てる会」の取り組みは、福島県だけでなく全国の子どもたちや家族を応援する大切な活動です。私たち一人ひとりができることを考え、行動することで、より多くの笑顔を作ることができると信じています。あなたも一緒に支援の輪に加わりませんか？

連絡先

認定特定非営利活動法人(NPO)
パンダハウスを育てる会

〒960-8157 福島県福島市蓬萊町8丁目15-1

TEL : 024-548-3711

FAX : 024-573-0017

(お電話受け付け時間 10:00~13:00)

E-mail
office@pandahouse.org

URL
<https://pandahouse.org/>



INFORMATION & TOPICS

NEW

必見! 「国立シンガポール大学 医学部留学の1ヶ月間に密着!」

福島県立医科大学広報サークル「FMU PR_Lab」が制作した動画『国立シンガポール大学医学部留学の1ヶ月間に密着!』をご紹介します。

この動画は、本学学生が国立シンガポール大学(NUS)医学部で1カ月間の研修を行った様子を学生目線で紹介するものです。動画は約4分30秒とコンパクトにまとめられており、短時間で研修の流れを知ることができます。

内容は、シンガポール到着(0:21)から始まり留学生活のありのままの体験が記録されています。また、観光の合間に現地の食文化に触れる様子や、外科実習を終えた学生の振り返りも探られており、学びだけにとどまらない異文化体験の様子などが伝わる内容となっております。

ぜひ皆さんご覧ください。

動画は
こちらから



NEW

高度医療機器体験会を 開催しました



令和6年12月21日(土)、福島県教育委員会と共催で高度医療機器体験会を開催しました。県内の医学コース導入校の高校生20名が、本学附属病院で最先端の医療機器を操

作し、「心血管外科とは」と題した講義や、医療現場で手術支援ロボット「ダヴィンチ」などの高度医療機器の見学を行いました。

体験プログラムでは、普段触れることのない高度な医療機器を実際に操作し、「想像以上の感動を味わった」「命の大切さを実感した」「医師を目指す気持ちが強くなった」など、多くの参加者が感動を語っていました。また、医大生との交流では、リアルな話を直接聞ける貴重な機会となりました。

この体験会をきっかけに、「医師になる夢を見る」から「夢をかなえる」一歩を踏み出してほしいと願っています。本学では、これからも高校生の皆さんが医療の世界を学べる機会を提供していきます!

詳しくは
こちらから

