

# かけはし

VOL.106

2020年11月

ご自由にお持ちください

特集

## がん患者さんと 新型コロナ感染症

正しく恐れ適切な対応を



朝  
昼  
夜

## 野菜は 足りていますか？

不足しているといわれる野菜70gは小鉢1皿分！  
『あと1皿』の野菜を意識してみましょう。

1日に必要な野菜は350g以上  
料理にすると小鉢5皿分が目安

例



不足分の  
野菜70g  
=あと1皿

### 『あと1皿』を無理なくとるために

まずは1日3食  
きちんととろう



汁物は  
具沢山にしよう



ちぎって洗うだけの  
野菜を常備しよう



火を通す・すりおろすなど、かさを減らして  
食べやすくしよう



両手1杯が…  
(1食分の野菜120g)

カット済み野菜、冷凍野菜を活用しよう  
電子レンジで加熱するだけで手間いらず！



余裕のある夕食などに1品多めにおかずを作り、翌朝のおかずにしよう！

市販のお弁当やお惣菜は、野菜料理が豊富なものを選ぼう！

“1食分の野菜がとれる”など、野菜の量をわかりやすくした商品もあります

外食は丂ぶりなど単品なら野菜『あと1皿』をプラス。  
定食にすると野菜料理が豊富に

Q 野菜ジュースは野菜のかわりになるの？

野菜ジュースと野菜ではとれる栄養素が違うため、補助的に活用しましょう。

その際は塩分や糖分無添加が良いでしょう。※腎臓病の方は野菜のとり過ぎに注意が必要な場合があります。



栄養士  
かとうかな  
加藤佳奈

かけはし vol.106 2020年11月

[発行] 福井県済生会病院  
〒918-8503 福井市和田中町舟橋7番地1  
TEL: 0776(23)1111 (代)  
[責任者] 野ツ俣和夫 [編集] SQMセンター

理念

患者さんの立場で  
考える

行動指針

私たちは、患者さんの立場にたって行動します  
私たちは、信頼される医療を提供します  
私たちは、チームワークを高め、活力溢れる職場をつくります

# 正しく恐れ 適切な対応を

新型コロナ感染症の広がりに際して、がん患者さんは自身のがんや、がん治療の心配に加え、治療や検査・診察について不安を抱えいらっしゃいます。何に注意し、どのように行動をしたらよいか、専門医がお答えします。

## リスク・注意点

**自己判断は厳禁!  
主治医に相談を**



呼吸器内科部長  
しらさき ひろき  
**白崎 浩樹 医師**

### がん治療薬

**自分の治療を正しく  
知りつつ、感染予防**



腫瘍内科部長  
なかやま たかし  
**中山 俊 医師**

動画で詳しく見る

動画についてはP11の「インフォメーション」でもご紹介しています。



**自己判断せず、  
どんなときでも相談しましょう**

治療の延期・継続の判断は、がんの種類や体の状態、治療の目的や状況などによります。自分で判断するのではなく、主治医とよく相談してみることが何よりも大切です。

(図1)

- がんの治療を予定している患者さんが通院・入院の際に注意が必要な場合
- 2週間以内に新型コロナウイルス感染症患者やその疑いがある方と接した
  - 高熱、呼吸器症状(咳・咽頭痛・呼吸苦)、強い倦怠感がある
  - これまでのがんの治療の際に出た症状とは異なる症状が出ている
  - その他心配な症状がある

もしかしたらと思ったら、  
まずは主治医に相談を

熱や咳などの症状がある場合は、ご自分で判断せず、主治医

に症状の詳細をお伝えください。がんの病状・治療内容を勘案した指示があると思います。図1のような場合は、受診前に必ず医療機関に連絡をしましょう。

がん患者さんは、がんによる影響に加え、化学療法を行っている場合、免疫力が低下している可能性があります。がん患者さんは一般の人々比べ、新型コロナにやや感染しやすく、またやや重症化しやすいという報告もあります。ただ、全てのがん患者さんの免疫力が低下するわけではありませんので、「心配な場合は、主治医に」と相談ください。

**免疫が低下していると  
注意が必要です**

**がん患者さんも、そのご家族も、  
とにかく感染を避ける**

感染すると重症化の問題だけでなく、ウイルスが消えるまで通常の治療はできなくなります。また、同居家族が感染すると患者さんは濃厚接触者と判定され、ウイルス陰性が完全に確認されるまで、治療を通常通り行えなくなります。つまり、家族みんなの協力が非常に重要なのです。

**感染下では、がんの状態・治療薬の種類で治療の是非を決定**

新型コロナ感染下では、がんの大きさや進行スピードとともに、がん治療薬の種類によって治療の是非を判断します。感染者となつた場合は、原則として治療が延期されます。濃厚接触者の場合でも、がんが大きい、進行が速い場合を除いて延期になります。

(図2)

| 種類     | 抗がん剤    |              |          |
|--------|---------|--------------|----------|
|        | 細胞障害性薬剤 | 分子標的治療薬      | がん免疫療法薬剤 |
| 免疫力    | 低下      | 維持<br>一部例外あり | 維持       |
| 肺炎の副作用 | 有       | 有            | 有        |

**がん治療薬の種類と特徴を  
知りましょう**

がん治療薬には「抗がん剤」と「がん免疫療法薬剤」があり、抗がん剤には皆さんがイメージされる「細胞障害性薬剤」と比較的副作用が少ない「分子標的治療薬」があります。図2のように全ての薬剤が免疫力低下を起こすわけではありませんが、いずれも副作用として肺炎を起こす可能性があり、新型コロナとの区別が困難な場合があります。

**自分の治療を正しく  
知りつつ、感染予防**

# 放射線治療

放射線治療の延期は  
好ましくありません

## 新型コロナウイルス感染症には、 正しく恐れ、適切な対応をしましょう



副院長  
集学的がん診療センター長  
むねもと よしのり  
宗本 義則 医師

新型コロナウイルスには、まだまだ不明な点が多いのが現状であり、がん患者さんとそのご家族の不安は並大抵のものではないと思います。

正しい情報をもつことは、不安の解消につながります。まずは信頼できる情報を得ることが大切です。

医療機関では、感染拡大防止対策を徹底し、患者さんのがんの進行状況や治療効果、地域の流行状況などから総合的に判断して治療方針を提示しています。心配なときには、自己判断せずに必ずかかりつけ医や主治医に相談してください。

そして何より、ひとりで抱えこまないことが大切です。がん診療連携拠点病院には、「がん相談支援センター」があり、電話や対面でがん専門相談員が、がん患者さんの相談を聞いています。不安に思ったら、お気軽に利用をしてみてください。

### お問い合わせ

福井済生会病院 がん相談支援センター（集学的がん診療センター内）

場所 南館1階

がん相談直通ダイヤル 0776-28-1212

受付時間 8:30～17:00  
月～金曜日（祝日を除く）

福井県済生会病院 がん相談支援センター 検索

### ご自身のリスクを 主治医に確認しましょう

放射線治療が他のがん治療に比べて危険性が高いとは考えにくいですが、がん患者さんは一般の方より新型コロナの重症化リスクが高いという報告もあります。「どのような治療を受けているか」「免疫力はどの程度低下しているかなど」自身のリスクを確認しましょう。

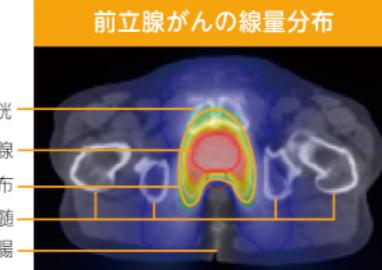
### 抗がん剤治療併用、 胸部への放射線治療には注意が必要

抗がん剤治療を併用した化学放射線療法の場合、免疫力が低下する可能性があります。胸部への照射では数か月後に放射線肺炎が起こることがあり、これに新型コロナ肺炎が重なると重症化のリスクが高くなる可能性は否定できません。

一般的な放射線治療で  
免疫力は下がりません

免疫力の低下は、免疫を司る白血球が減少することがあります。血液細胞は骨髓でつくられています。例えば前立腺がんの治療を例にとりますと（図3）、がんの周囲の組織を避けて治療するため骨髓にあたることはありませんので白血球が減少することはありません。

（図3）



放射線治療センター長  
さくち ゆうぞう  
菊池 雄三 医師

大切なのは一人で  
抱えこまないこと  
不安を避けるには、  
正しい情報に触ること

不安とは「対象のない恐れの感情」。得体の知れない脅威があるときの心と体の反応ですが、不安な感情があるから、適切な行動をとることができます。まずは不安に対する正しい知識を得ることが大切です。がんと新型コロナについての情報は、図4のような信頼できる情報源に触れるようにします。また、テレビやインターネットなどを見過ぎないことも大事です。情報に触れることを1日1～2時間程度にして、新型コロナのことを考えない時間をつくるのも良いことです。

（図4）

### 新型コロナウィルス感染症の 信頼できる情報源

- 厚生労働省「新型コロナウィルス感染症について」  
[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708\\_00001.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html)
- 日本癌学会「新型コロナウィルス感染症とがん診療について(患者さん向け)Q&A」  
[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708\\_00001.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html)
- 国立がん研究センターがん情報サービス「新型コロナウィルス感染症Q&A」  
[https://ganjoho.jp/public/support/infection/covid19\\_QA.html](https://ganjoho.jp/public/support/infection/covid19_QA.html)

# 緩和ケア



緩和ケア科主任部長  
つちだ けい  
土田 敬 医師

## 在宅緩和療養には 感染予防を徹底しましょう 外来での緩和医療の 継続は可能です

がんによるつらい症状を和らげるることは、生活の質の改善につながりとても大切です。外出や医療機関での接觸が気になりますが、受診の延長や、電話などの診療ができる場合もありますので主治医に相談してみてください。

もし家族内で発症すると、がん患者さんだけでなく、往診や訪問看護、在宅ケアサービスなどを介して他の家族にも感染が拡大する可能性があります。介護者の方も、標準的な感染防止を行い、ひとりひとりが「自分が感染者のつもりで周りの人々に感染させない配慮をしながら生活する」ことが望されます。

# あなたの希望や 「もしものとき」のためには 「話し合うことが、より良い療養生活に繋がります

## 話し合うことが、より良い療養生活に繋がります

重い病気やケガを患った“いざ”という時、平常時のような判断をすることはなかなか難しいもの。だからこそ人生会議(ACP)を通じて家族と理解を深め合い、価値観を共有しておくことが大切です。



がん看護専門看護師  
まつもと ゆりこ  
松本 友梨子 さん

### Q 人生会議のタイミングは？

A いつでも結構ですが、がんや、COPD(慢性閉塞性肺疾患)、心不全などの慢性疾患などの疾病をお持ちの場合は、病状が徐々に進行している段階で始めるのが良いでしょう。ただ、心身の状態に応じて意思が変わることもありますので、繰り返し話し合うことも大切です。

### Q どういう内容を話し合えばいいの？

A 大切なのは患者さんの価値観やご意向を知り、ご家族で共有することです。下記の「話し合いの進め方例」を参考にして話し合ってみてください。

### Q 話した内容はどうしたらいいの？

A どんな形式でもいいので、記録をしておきましょう。話した内容と流れ、日時を記録してください。そして、その記録を家族、医療者と共有することが大切です。

### 話し合いの進め方（例）

#### あなたが大切にしていることは何ですか？

「楽しみってどんなこと？」「趣味は何？」「仕事で楽しかったことは？」など、これまでの人生を振り返ることで、ご本人の価値観や大切にしたいことが見えてきます。ポイントは「それはなぜ？」と理由を問いかけることです。

#### あなたが信頼できる人は誰ですか？

万が一、ご本人の意思決定が難しくなった場合、誰に判断を委ねるのかを確認しておきましょう。

#### 信頼できる人や医療・ケアチームと話し合いましたか？

大切にしたいことを共有することで、今後の医療・ケアに繋がります。

もしものときに意思決定をする人に共有をしておきましょう。

心身の状態に応じて意思は変化しますので、何度も繰り返し話し合いましょう。

詳しく  
知りたい方は



ACP ロゴ ゼロからはじめる人生会議 厚生労働省  
<https://www.med.kobe-u.ac.jp/jinsei/>  
簡単なチェックや入力で実際にやってみて、印刷することもできます



- 自分の健康には自信がある
- 忙しくて最近家族とじっくり話していない
- 「もしものとき」について考えたことがない

これからどう生きたいのか、受けれる治療や介護について人まかせにしていませんか。誰でも、いつでも、命に関わる大きな病気やケガをする可能性があります。

そのときのために、あなたの大切にしていることや好み、どのような医療やケアを望んでいるかについて、自ら考え、家族や医療者と話し合って記録に残しましょう。そうすれば



あなたの希望や思いが治療や介護に反映されるでしょう。周りの人にあるの希望や価値観を伝えることは、あなたの望む生活や医療・ケアを受けるためにとても重要な役割を果たします。これから豊かな人生を目指して「人生会議」を始めましょう。あなたを知っているみんなで話しながら、迷いながら進んでいくこと、結論を話すのではなく過程が大切です。

### 人生会議

人生の最終段階における医療・ケアについて、本人が家族等や医療・ケアチームと繰り返し話し合う取り組み、「ACP(アドバンス・ケア・プランニング)」を、厚生労働省は「人生会議」という愛称で呼ぶと決めました。また11月30日(いい看取り・看取られ)は人生の最終段階における医療・ケアについて考える「人生会議」です。

# 地域連携医療の 絆

— KIZUNA —

## あんしんの地域医療サービスをめざして

各医療機関の取り組みや診療体制をシリーズで紹介しています。地域連携医療を推進しています。

**若狭町** 「地域医療」を支えるクリニック

**加藤医院**  
【消化器科、内科、小児科】

院長 加藤 充朗

子供から高齢者、頭からつま先まで  
“適正な診療”への案内人を目指して

先代から続く当医院は、若狭地域の皆様にご愛顧いただいている“地域のかかりつけ医”です。専門は消化器内科・消化器内視鏡ですが、地域密着型のクリニックは専門分野を診るだけではなく、患者さんの幅広いニーズに応える必要がありますので、内科疾患全般から生活習慣病、各種感染症、検査・検診とその後の指導まで対応しております。追加で専門的な治療や精密な検査が必要な場合にはそれぞれの専門科や基幹病院へ速やかにご紹介いたしますので、何科を受診するか迷った場合もお気軽にご来院ください。また若狭町から巡回診療の委託も受けしており、当院の訪問診療と併せて行っています。今後も、地域の声に応えられるよう一層努めて参ります。

三方上中郡若狭町鳥浜25-75  
TEL.0770-45-0048  
【診療時間】  
平日 9:00～12:00 / 14:30～18:00  
土曜 9:00～12:00  
【休診日】  
土曜午後、日・祝日

「JR小浜線」  
三方駅下車 徒歩約3分

三方上中郡若狭町鳥浜25-75  
TEL.0770-45-0048  
【診療時間】  
平日 9:00～12:00 / 14:30～18:00  
土曜 9:00～12:00  
【休診日】  
土曜午後、日・祝日

「JR小浜線」  
三方駅下車 徒歩約3分




**福井市** 一生自分の歯で過ごすために

**すすき歯科クリニック**  
【歯科、小児歯科、口腔外科】

院長 鈴木 康祐

健康な天然歯で充実した毎日を！  
「8020」の更に上「8028」を目指します

今年4月の開院以来、近隣をはじめとした地域の皆様にご来院いただいております。当院では病気ありきの治療ではなく予防を重視した診療を行っており、個々人の状態・状況に合わせた治療プログラムを患者さんと相談しながら作成しています。また「歯科治療は時間がかかる」と足が遠のく方もいらっしゃいますが、短期集中治療プラン(通常の約半分の期間で治療)もございますので、多忙なビジネスマンの方も安心です。あらゆる年齢層の方それぞれに最適で最良の治療やメンテナンスをご提供できるよう医療技術や知識の習得に励むと共に、丁寧で分かりやすい説明でご自身の口腔内に关心を持っていただくことで健康向上のお手伝いに努めています。

福井市西谷2-2110  
TEL.0776-36-0111  
【診療時間】  
平日 9:00～13:00 / 14:00～18:30  
土曜 9:00～14:30  
【休診日】  
水曜日、日・祝日  
※祝日のある週の水曜は診療あり

「京福バス 運動公園線」  
花堂バス停下車 徒歩約15分

福井市西谷2-2110  
TEL.0776-36-0111  
【診療時間】  
平日 9:00～13:00 / 14:00～18:30  
土曜 9:00～14:30  
【休診日】  
水曜日、日・祝日  
※祝日のある週の水曜は診療あり

「京福バス 運動公園線」  
花堂バス停下車 徒歩約15分




**福井市** 地域の健康を広くサポート

**加藤内科・婦人科クリニック**  
【内科、婦人科、皮膚科】

院長 服部 桂子 理事長 服部 克成

健康に関する地域の相談係となること、  
がんの早期発見に貢献することがモットーです

院長は一般内科、理事長は婦人科を担当し、年齢・性別を問わず広くご来院頂いています。内科では生活習慣病をはじめ幅広く様々な症状の診療を行っています。禁煙外来や睡眠時無呼吸症候群の検査・治療も行い、必要な場合は基幹病院の専門家に速やかにご紹介しています。婦人科においては、ライフスタイルの変化により子宮筋腫や子宮内膜症、重い生理痛などが増加傾向にあると感じています。近年婦人科疾患の治療にもバリエーションが増えてきていますので、一人で悩まず是非ご相談ください。また当院では子宮がん・乳がん検診をはじめとしたがん検診にも力を入れており、市町村の検診(胃がん以外すべて可能)を1日複数受けることも可能です。

福井市志比口1-10-28  
TEL.0776-53-0053  
【診療時間】  
平日 8:00～12:00 / 14:00～18:00  
土曜 8:00～12:00 / 14:00～17:00  
【休診日】  
木曜午後、日・祝日

「えちぜん鉄道」  
福井口駅下車 徒歩約6分  
スマイルバス「松本車庫」前 徒歩約2分

福井市志比口1-10-28  
TEL.0776-53-0053  
【診療時間】  
平日 8:00～12:00 / 14:00～18:00  
土曜 8:00～12:00 / 14:00～17:00  
【休診日】  
木曜午後、日・祝日

「えちぜん鉄道」  
福井口駅下車 徒歩約6分  
スマイルバス「松本車庫」前 徒歩約2分




**福井市** 心も体も明るい毎日を

**わかば内科クリニック**  
【呼吸器内科、内科】

院長 若林 聖伸

睡眠の質と日中の活動量をアップし  
生活の質を向上させるお手伝い

今年6月に開院いたしました。呼吸器内科を中心に、睡眠時無呼吸症候群やCOPD、喘息などの疾患を中心に診てあります。呼吸器疾患をお持ちの方は生活習慣病を併発するケースが多いため、合併症もあわせて適切な治療を行っています。また喫煙に関連した疾患は多く、禁煙を考えておられる方は禁煙外来で対応しておりますので、お気軽にご相談ください。当院では院内で迅速に診断して治療ができるように、肺機能検査(肺年齢)や呼気NO測定、携帯用睡眠評価ポリグラフィー、鼻腔通気度などの検査機器を揃えています。慢性呼吸器疾患は長期にわたる継続した治療が必要です。健康寿命をのばして元気で過ごせるよう、一緒に頑張りましょう！

福井市二の宮2-30-14  
TEL.0776-23-0884  
【診療時間】  
平日 9:00～12:30 / 14:30～18:00  
水・土曜 9:00～12:30  
【休診日】  
水・土曜午後、日・祝日

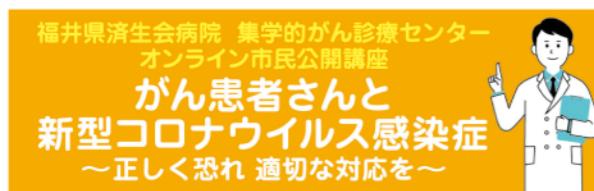
「京福バス 高木線、丸岡線」  
福井トヨペット前バス停下車  
徒歩約1分

福井市二の宮2-30-14  
TEL.0776-23-0884  
【診療時間】  
平日 9:00～12:30 / 14:30～18:00  
水・土曜 9:00～12:30  
【休診日】  
水・土曜午後、日・祝日

「京福バス 高木線、丸岡線」  
福井トヨペット前バス停下車  
徒歩約1分




12月末まで(予定)



インターネットで動画配信中！

パソコンの方 スマートフォンの方

福井県済生会病院ホームページ 右の二次元コードからアクセスして下さい。  
(<https://www.fukui-saiseikai.com/>)

新型コロナウイルス感染症の広がりの中で、治療の開始時期や継続、治療後の定期的な検査や診察など、迷つたり不安に思つたりしていませんか。がん患者さんとそのご家族に向けて、当院ホームページでオンライン市民公開講座をご視聴いただけます。外出しなくてもご自宅からなど、いつでもどなたでも視聴が可能です！

- chapter1 「がん患者さんのリスクと注意点」 呼吸器内科部長 白崎浩樹
- chapter2 「抗がん剤治療のリスクと注意点」 腫瘍内科部長 中山俊
- chapter3 「放射線治療のリスクと免疫力」 放射線治療センター長 菊池雄三
- chapter4 「不安な気持ちとの向き合い方」 緩和ケア科主任部長 土田敬
- chapter5 「正しく恐れ 適切な対応を」 副院長・集学的がん治療センター長 宗本義則



## オンライン市民公開講座 がん患者さんと新型コロナウイルス感染症 ～正しく恐れ 適切な対応を～



### メディカル情報サロンで癒しのヒトトキを

場所 南館1階 スターバックス横  
受付時間 9:00~16:00  
月~金(祝日を除く)

当院の南館の1階に、静かで年間を通して日当たりのよい空間があります。「メディカル情報サロン」と名付けられているこの場所は、外来や病棟の喧騒から少し離れた場所にあり、静かで落ち着いた環境の中ゆっくり待ち時間を過ごしていただくことができます。待ち時間表示のモニターも設置しており、診察の順番が気になる方にも、安心してご利用いただけます。



病院にいることを忘れ、リラックスして過ごせる、そんな「院内のサードプレイス」をご紹介します。



## オンライン市民公開講座 がん患者さんと新型コロナウイルス感染症 ～正しく恐れ 適切な対応を～



### アプリのインストール方法

App StoreまたはGoogle Playで「接触確認アプリ」で検索してインストールしてください。



Google Play



App Store

※動作可能なOSバージョンは、iPhone端末ではiOS13.5以上、Android端末ではAndroid 6.0以上です。(一部の機種によっては動作しない場合があります)。

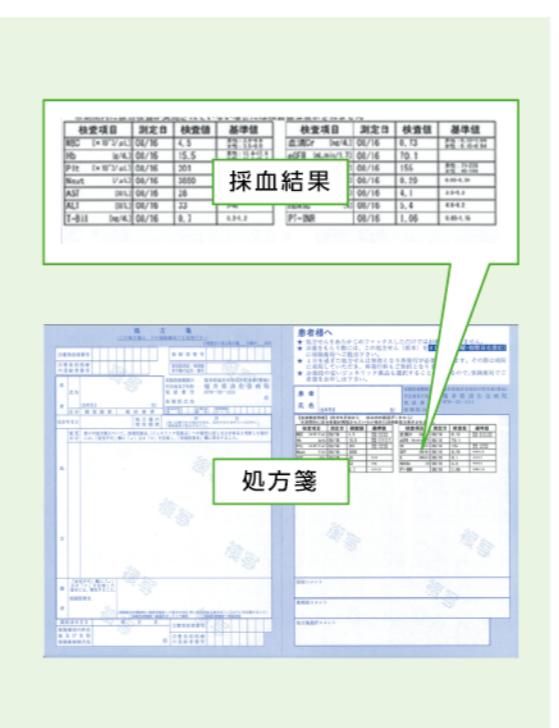
当院は厚生労働省が開発した新型コロナウイルス接触確認アプリ「COCOA」の利用を推奨しています。COCOAは、新型コロナウイルスの感染者と接触した可能性について通知を受け取ることができ、利用者が増えることで感染拡大の防止につながることが期待され

ています。またスマートフォンの近接通信機能(ブルートゥース)を利用して、お互いに分からぬようプライバシーが確保されており安心です。インストールの方法など分からない場合は気軽に職員にお問い合わせください。

## 新型コロナウイルス接触確認アプリ 「COCOA」あなたはもう導入していますか？

自分をまもり、大切な人をまもり地域と社会をまもるために

処方箋に採血結果が記載されます



12月1日から処方箋に採血結果が記載されるようになります。これにより、調剤薬局の薬剤師が検査値を確認することができます、「お薬の量が適量であるか」、「お薬による副作用がでていなか」など患者さんの状態を把握しやすくなります。

採血結果を調剤薬局で見せたくない場合には、採血結果を切り離すこともできますので、処方箋のみを調剤薬局にお渡しください。

ご理解とご協力をよろしくお願ひいたします。



処方箋に採血結果が記載されます