

巻頭言

—放射線治療を身近に感じていただくために—



＜放射線治療科＞
新城 秀典 准教授

放射線治療科の新城秀典と申します。私は2019年1月より当院で放射線治療を担当しており、長年この分野に携わってきました。今回お伝えしたいのは、「放射線治療が特別な治療ではなく、がん向き合う多くの方々にとって身近で重要な治療法である」ということです。

放射線治療とは、放射線を用いてがん細胞を破壊する治療法です。がん治療といえば、「手術」や「薬物療法（抗がん剤）」が広く知られていますが、放射線治療もこれらと並ぶ「がん治療の三本柱」の一つとして確立されています。近年の技術革新により、放射線を正確にがん細胞へ照射し、周囲の健康な組織への影響を最小限に抑えることが可能になりました。治療中に痛みを感じることはなく、多くの場合、通院しながら普段通りの日常生活を送れる点も大きな特徴です。

放射線治療は、単独で行われるだけでなく、手術や抗がん剤治療と組み合わせることで、治療効果を高める役割を果たします。たとえば、手術前にがんを小さくして手術を行いやすくする「術前治療」、手術後の再発を防ぐ「術後治療」、痛みや症状を和らげる「緩和治療」など、さまざまな場面で活用されています。また、患者さん一人ひとりの状態に合わせた治療計画を立てられるのも大きな特長です。さらに、体力に不安のある高齢者の方や、肝臓・腎臓などの臓器機能が低下している患者さんにも安全に実施することが可能です。

一方で、「放射線」という言葉に不安や恐怖を感じる方も少なくありません。しかし、放射線治療で使用される放射線は、厳密に管理された環境下で安全に使用されています。治療は、放射線治療医、放射線技師、看護師、放射線物理士など、多職種の専門家によるチームで行われます。最新の機器と高度な技術を活用し、患者さんの安全を最優先に治療が進められています。

放射線治療の具体的な進め方や効果について、十分にご存じない方も多く、さまざまな疑問や不安を抱かれることがあるかもしれません。私たちは、こうした不安を少しでも解消し、患者さんやご家族が安心して治療に臨めるよう、全力でサポートしてまいります。

放射線治療は、がん治療において重要な役割を果たす心強い治療法です。これからも、皆様に信頼される医療を提供し、必要な際に安心して放射線治療を選んでいただけるよう努力を続けていきます。放射線治療をより身近に感じていただければ幸いです。今後ともどうぞよろしくお願いいたします。



P1【巻頭言】放射線治療を身近に感じていただくために

P2【医学講座コーナー】虫歯・口内炎について

P3【医学講座コーナー】虫歯・口内炎について

【お知らせ】ボランティア募集のご案内

【お知らせ】鷺沼に新キャンパス誕生

P4【患者さんからのご意見・ご要望】【編集後記】

【医学講座コーナー】虫歯と口内炎について

(病院歯科 安田有沙 講師)

諸外国において「歯がきれい」であることは一つのステータスとなっています。彼らは綺麗な歯で笑うことが初対面の相手に良好な印象を与えるだけでなく、お口の健康が全身にも影響することを昔から理解しているのです。対して日本では口に対しての意識は低く、定期的に歯科医院へメンテナンスに行く人も多くはないのが現状です。

お口の病気が及ぼす影響

お口の病気が影響を及ぼすのは口の中だけではありません。お口の中の菌で状態が悪化する病気があったり（糖尿病など）、歯並びの悪さが姿勢や骨格等にも影響を及ぼし頭痛や肩こりの原因になることもあります。このようにお口の健康を保つことは対人関係だけでなく、自身の健康維持にも影響しているのです。

実は日本人が最も、り患している病気は「虫歯」です。虫歯は感染症であり、お口の環境を悪くする第一歩となり得るのです。ここでポイントなのは、虫歯は誰もが「予防可能である」ということで、それは毎日の「歯みがき」によって実現できます。

虫歯は歯の表面が細菌によって侵され穴が開く病気です。初期段階では、歯がしみる、痛むといった症状が現れます。進行すると、痛みが強くなり、歯ぐきが腫れたり、膿が出たりすることもあります。この段階までくると口の血管から菌が全身に広がる可能性が出てきます。覚えておいていただきたいのは、「虫歯は自然治癒しない」ということです。時々、「痛みがなくなったから治った」と勘違いしてしまう方がいるのですが、これはほとんどの場合において治ったのではなく、「神経が死んだ」ことで症状が緩和しているだけなのです。

虫歯を予防するには？

虫歯の予防法は言うまでもなく、毎食後に歯を磨くことであり、歯みがきは歯垢を取り除き、虫歯の原因となる細菌の繁殖を防ぎます。

歯は複雑な形態をしているためテクニックが必要なので、歯みがきの方法は歯科医院などで習った方が良いでしょう。また、虫歯になった場合でも早期発見と治療が重要です。歯周メンテナンスを行うためにも少なくとも半年に一度は歯科医院を訪れ定期健診を受けるようにしましょう



口内炎とは？

口内炎は、口の中の粘膜にできる炎症や潰瘍（かいよう）です。一般的には、口の中に白っぽい斑点（はんてん）や赤い腫れが見られ痛みを伴います。口内炎といっても、一般的に疲れた時などによくできる小さいものから、難治性のもの、他の病気の一症状であることもあり、実に多様です。原因も様々で、疲れや栄養不足などによる免疫力の低下、歯や食べ物などによる粘膜への物理的刺激などがあり、原因が不明なものもあります。口内炎は悪化すると食事が取りにくくなり、食事が取れないと体力が低下して治るのを遅らせてしまうという悪循環が生じます。

口内炎を予防するには？

口内炎の予防も、口腔内を清潔に保つことで、口腔内の細菌の数を抑えることが大切です。また、バランスの取れた食事、ビタミンB群や鉄分を含む食品を摂取することは、口内炎の予防に役立ちます。虫歯や歯軋りで歯が欠けると粘膜を傷つけてしまうため、定期的な歯科医院への受診が大切です。

このように、口腔内の環境を整え、健康に保つためには毎日の歯ブラシと定期的な歯科医院でのメンテナンスが重要です。また、食生活を見直し、甘いものや酸性の強い飲食物は控えめにし、バランスの取れた食事を心がけましょう。虫歯も口内炎も日常のケアと生活習慣の見直しで予防できることが多いです。定期的な歯科健診と健康的な生活を心がけて、口の健康を保ちましょう。

【お知らせ】ボランティア募集のご案内

北部病院では、より良い患者さんサービスを目指し、そのお手伝いをしてくださるボランティアさんを募集しています。地域に根差す病院となるため皆さまの参加をお待ちしています。



ご応募はこちらから！



【お知らせ】鷺沼に新キャンパス誕生

本事業は旗の台キャンパスの校舎整備計画の一環として行うもので、2027年4月に鷺沼校地を「鷺沼キャンパス」として開設する計画になります。本計画は医学部、歯学部、薬学部の2、3年次と4年次の一部、保健医療学部の2～4年次、助産学専攻科の学生2,000人が学ぶキャンパスとして整備します。

本学が100周年を迎えるにあたり、学生たちのより充実したキャンパスライフを実現させ、医系総合大学としての使命を全うできるよう計画を進めてまいります。



患者さんからのご意見・ご要望

ご意見・ご要望	回答・改善等
中央棟1階と西棟連絡通路の車椅子の数が少なくて、地下駐車場まで取りに行ったことが何度かあります。 数を増やしてもらえると有難い。	ご意見ありがとうございます。 車椅子については、過年度増台したところですが、台数に限りがございます。再度、増大を検討いたします。 もし見つからない場合、お近くのスタッフがお探しいたしますので、ご遠慮なくお声がけください。 (回答部署：管理課)
パジャマのズボンですが、ゴムのゆるい物が3本に1本くらいありました。 洗濯の際、確認してください。	この度はご不便をおかけし申し訳ございませんでした。検品業務の徹底を強化してまいります。 また、万が一不具合がございましたら、他の病衣を用意しておりますので、そちらもご利用いただけます。 貴重なご意見ありがとうございました。 (回答部署：管理課)

編集後記

1年のうちで最も寒い季節ですね。毎年「夏は暑くても服は脱げない、でも冬は着込めば何とかなるから冬が好き」と寒い方が得意と思ってきましたが、年々身体の冷え・首や肩の凝りが強くなり、ついに冬が苦手になりました。

さて、「冬バテ」という言葉があるようですが、皆様はご存じでしょうか。「冬バテ」は、寒さによる血管の収縮、多忙によるストレスなどで交感神経が優位に働き常に緊張状態になることや、屋内外の温度差が大きいと自律神経が乱れてしまうことで起こります。

冬バテの予防は「規則正しい生活」とのこと。食事、睡眠、運動を整えることがコツとはわかっているのですが、これが難しい。ただ、週1日だけでも実践できれば体調をリセットしやすくなるそうなので、週末ぐらいはおいしい物を食べて早寝早起き、そしてちょっと頑張って運動しようと思います。1年で一番短い2月、体調を整えて充実した日々をお送りください。

(7B 坂本師長)



北部病院だより 第200号(2025年2月1日発行)

発行責任者 坂下 暁子(昭和大学横浜市北部病院長)

編集責任者 緒方 浩顕(広報委員会 委員長)

発行 昭和大学横浜市北部病院

〒224-8503 横浜市都筑区茅ヶ崎中央 35-1

電話 045-949-7000(代表)

URL: <https://www.showa-u.ac.jp/SUHY/>

北部病院ホームページにて最新・過去の『病院だより』がご覧いただけます。