

病院だより 11月号 昭和医科大学横浜市北部病院

2025年11月1日 発行

通算 第209号

巻頭言 ～内視鏡とAIが創る、やさしい医療の未来～



<消化器内科>
三澤 将史 准教授

2025年8月から消化器内科の准教授を務めております、三澤将史（みさわ まさし）と申します。2005年に新潟大学を卒業後、センター長の工藤進英の下で学ぶために2007年より当院で診療にあたり、早いもので18年が経ちました。この間、多くの患者さんとの出会いを通じて、地域の皆さまに支えられながら医師として成長させていただきました。

私が専門としている内視鏡検査・治療は、この20年で目覚ましい進歩を遂げました。以前は「つらい検査」というイメージが強かった胃カメラや大腸カメラも、機器の小型化や鎮静剤の適切な使用により、患者さんの負担が大幅に軽減されています。

当科ではできる限り痛みや苦痛の少ない低侵襲な治療を心がけております。早期の胃がんや大腸がんであれば、お腹を切らずに内視鏡だけで治療できるケースも増えています。入院期間も短く、日常生活への復帰も早いため、患者さんやご家族の負担も少なくて済みます。また、当センターの大きな特徴は、内科と外科が一つのチームとして機能していることです。内視鏡治療が難しい場合でも、外科の先生方とすぐに相談し、切れ目のない治療を提供できる体制を整えています。

抗がん剤治療が必要な場合には、最新の科学的根拠に基づいた治療を行っています。患者さん一人ひとりの状態に合わせて、最適な治療法を選択し、副作用を最小限に抑えながら治療効果を最大化することを目指しています。

さらに、当センターが開発を主導した内視鏡AI（人工知能）システムは、見落としがちな小さな病変も見逃さず、診断の精度を向上させています。これは医師の「目」をサポートする心強い味方であり、患者さんにより安心して検査を受けていただける環境づくりに貢献しています。

医療技術がどんなに進歩しても、私たちが最も大切にしているのは患者さんとの対話です。検査や治療への不安、日常生活での心配事など、どんな小さなことでも遠慮なくご相談ください。これからも地域の皆さまの健康を守るため、チーム一丸となって「心のこもった医療」を提供してまいります。

P1【巻頭言】着任のごあいさつ

～内視鏡とAIが創る、やさしい医療の未来～

P2【医学講座コーナー】尿路結石について

P3【医学講座コーナー】尿路結石について

【お知らせ】創立記念日の休診について

P4【患者さんからのご意見・ご要望】【編集後記】

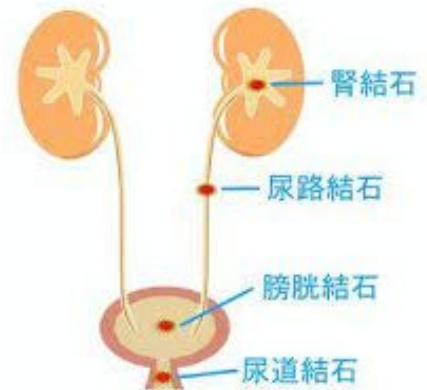


(泌尿器科 齋藤 克幸 准教授)

尿路結石とは？

私たちの体は、食べ物を消化しエネルギーを作る過程で老廃物を出します。その多くは尿に溶けて体外へ排出されますが、一部が固まって石のようになりますことがあります。これを「尿路結石（にょうろけっせき）」と呼びます。腎臓・尿管・膀胱・尿道といった尿の通り道のどこにでもできます。

特に腎臓でできた石が尿管に落ちて詰まると「尿管結石」となり、強い痛みを引き起こします。石の大きさは数ミリから 1 センチ以上までさまざまです。小さいものは自然に尿と一緒に出ることもありますが、尿の流れをふさぐと激しい痛みや血尿の原因になり、重症の場合は腎臓の働きが弱くなったり感染症につながったりします。



主な症状

最も多いのは突然起こる強い痛みです。腰や脇腹から下腹部にかけて「波のように」襲い、じっとしてられないほどの激痛になることがあります。これを「疝痛（せんつう）発作」と呼びます。

また、石が尿路を傷つけて血尿が出たり、尿の流れが止まって発熱や吐き気を伴うこともあります。膀胱に石があると、おしっこ時の痛みや違和感、頻尿など膀胱炎に似た症状が出ることもあります。

強い痛みや血尿が出たときは、早めに泌尿器科を受診することが大切です。



なぜ石ができるのか

結石は尿中の成分が固まってできます。主な原因は次のとおりです。

- 水分不足（汗をかいても水をあまり飲まないなど）
- 塩分や動物性たんぱく質（肉・魚・卵）のとりすぎ
- 肥満や運動不足
- 遺伝的な体質

予防のためにできること

尿路結石は再発しやすい病気ですが、生活習慣を工夫することで予防できます。

・水分をしっかりととりましょう

1日1.5～2リットルを目安に、こまめに水やお茶を飲みましょう。夏や運動時は特に重要です。

・食事を見直しましょう

塩分を控え、野菜や果物をしっかりと摂りましょう。肉や魚は食べすぎないように心がけましょう。

・体を動かしましょう

ウォーキングなど無理のない運動が代謝を整え、結石予防につながります。

・定期的に検診を受けましょう

尿検査や超音波検査で、石ができていないかを早めに確認できます。



注意したいこと

尿路結石は再発率が高く、5年以内に約半数の人が再発するといわれています。そのため、一度石ができたなら成分（カルシウム結石、尿酸結石など）を調べ、自分に合った予防法を医師と一緒に考えることが大切です。

また、痛み止めで我慢するだけでは危険な場合もあります。結石が尿の流れをふさぐと腎臓にダメージを与えたり、感染で高熱が出たりすることがあるからです。強い痛みや発熱があるときは、病院を受診してください。

【お知らせ】11月15日（土）創立記念日の休診について

11月15日（土）は昭和医科大学の創立記念日のため、当院の外来診療を休診とさせていただきます。皆さまにはご不便をおかけいたしますが、ご理解のほど何卒よろしくお願いいたします。外来診療の電話予約（予約センター）も休止いたしますので、ご了承ください。

診療体制については休日対応となるため、救急センター（ER）外来での診療となります。受診時は時間外加算および時間外選定療養費（8,800円）の費用が発生いたします。
※紹介状持参・当院かかりつけであらかじめ来院指定の患者さんは、時間外選定療養費の徴収はありません。



患者さんからのご意見・ご要望

ご意見・ご要望	回答
外国人の来院がとても多いので、表記を英語で。 パンフレットも英語で作成してほしいです。	貴重なご意見ありがとうございます。 来院された外国の方々が安心して医療を受けられるよう、英語をはじめとした多言語での情報提供について、検討してまいりたいと思います。 (回答部署：管理課)
肢体不自由児(者)が利用できるオムツ替え用の台があると助かります。 車椅子トイレに設置してある台は重量オーバーで利用できません。	ご不便をおかけし申し訳ありません。 当院には、多目的ベッドが設置されたトイレスペースがございます。 利用状況によっては診察室をご案内できる場合がございますので、お近くの外来スタッフまでお気軽にお声がけください。この度は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

木々の葉が赤や黄に色づき、秋の深まりを感じる季節となりました。朝晩の冷え込みが強まり、日中との寒暖差も大きくなるこの時期は体調を崩しやすく、インフルエンザの流行も心配されます。手洗い・うがいといった基本的な習慣を続け、どうぞ健やかに過ごしてください。さて、昨年は秋に市民公開講座を開催いたしました。今年度は冬季に行う予定です。今回は「心臓弁膜症」と「皮膚がんの基礎知識」をテーマに、専門医が日常生活にも役立つ情報をわかりやすくお話しいたします。参加無料・事前申込不要で、当日の会場参加に加えてWeb視聴も可能です。詳細は病院ホームページに掲載予定ですので、ぜひお気軽にご参加ください。年末に向けて忙しい日々が続きますが、どうぞお体を大切に、穏やかな日々をお過ごしください。来月号も皆さまに寄り添う紙面をお届けできれば幸いです。

(小児科 岩久 貴志 助教)



北部病院だより 第209号(2025年11月1日発行)
 発行責任者 坂下 暁子(昭和医科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 昭和医科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。