地域の基幹病院として患者様の健康に役立つ情報を！

T.M.P.Hニュース

2015 Spring Vol.10

Tokyo Metropolitan Police Hospital News

東京警察病院オリジナル広報誌

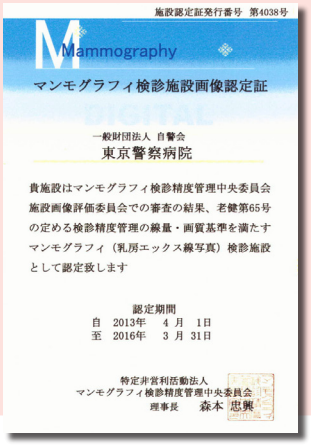
CONTENTS

- 乳腺センター開設のご案内
- 医師コラム「不整脈の本当を知ろう」
- 今年も新しい仲間が加わりました！
- 災害訓練　● 感染制御チームの紹介
- 3月18日で開院86年を迎えました
- 区民健康講座のご案内
- 今日は何の日？ ● 禁煙外来のご案内

平成27年4月1日“乳腺センター”開設のご案内

増え続ける乳がん患者さんのあらゆるニーズにお応えできる環境を整えております。

放射線技師の女性スタッフ



乳癌について

近年、わが国における乳がんの増加は著しく、日本人女性の20人に1人が乳がんにかかるといわれています。そして、30～60歳の女性の罹患率は第1位です。乳がん発生の予防策は今のところありませんが、なんと言っても早期発見こそが最善の策であり、たとえもしも乳がんと診断されても、早期に見つけて治療すれば、乳がんは完治できる可能性が高いがんです。

現在、乳がんの臨床は非常な勢いで進歩しており、その診断および治療のためには、専門性のある医療が必要とされています。

乳腺センターについて

乳がんの診療においては早期診断を基本とする画像診断、病理診断、手術、化学療法、放射線治療、さらには乳房再建手術、再発した場合のケア、緩和治療など様々な専門治療が必要です。

そうした中で当院は、乳腺専門医、放射線診断医、病理診断医、放射線治療専門医、乳房再建用エキスパンダー／インプラント治療責任医師の資格を持つ形成外科医・乳腺外科医、がん治療認定医、検診マンモグラフィ読影認定医・マンモグラフィ撮影診療認定放射線技師（女性のみ）、がん化学療法・緩和ケア・リンパ浮腫などの専門看護師が勤務しており、また緩和ケアチームがあり、乳がん治療においては理想的な施設です。

乳腺センターの診療内容と特色

乳がんの診療においては、早期発見が重要であることから、まず心配があればストレスなく受診できることが重要で、女性の専門医が原則すべての患者の外来診療にあたることが理想的です。

当院では乳腺治療の経験を十分積んだ女性外科医師が2名常勤で勤務しています。また、エコーやマンモグラフィも含め、検査もすべて女性医師・女性技師が担当します。悪性が疑われる病変や病理診断が必要な病変に対しては同日針生検や細胞診も可能であり、癌の早期診断のためには理想的な診療体制がとれています。

乳腺センター外来担当医

【専門領域】乳腺外科

乳腺センター 医長
鈴木　純子
［主な資格］
日本外科学会外科専門医、
日本乳癌学会乳腺専門医、
検診マンモグラフィ読影認定医、
日本がん治療認定医機構がん治療認定医、
乳房再建用エキスパンダー/インプラント治療責任医師

乳腺センター 医員
神谷　有希子
［主な資格］
マンモグラフィ読影認定医

【専門領域】形成外科

乳腺センター 主任医長
吉村　圭
［主な資格］
日本形成外科学会形成外科専門医
乳房再建用エキスパンダー/インプラント治療責任医師

乳腺センター 医長
阿川　かおり
［主な資格］
日本形成外科学会形成外科専門医
乳房再建用エキスパンダー/インプラント治療責任医師

東京警察病院
Tokyo Metropolitan Police Hospital

東京警察病院の頭文字「T」をモチーフに、3つの「意味」を込めてつくられました。

Thoughtful（ソートフル）……患者様の立場に立った医療を目指していきます
Technical（テクニカル）……医療レベルの向上に努めていきます
Trustworthy（トラストウォーシィー）……皆様の信頼に応えていきます

医師コラム

実は知られていない不整脈の実態とは
怖いの？怖くないの？不整脈の本当を知ろう

加齢とともに増加傾向にある“不整脈”。
実は死につながる怖い不整脈と、
心配のない不整脈があることを知っていますか？

循環器科部長
笠尾　昌史
［主な資格］
日本循環器学会循環器専門医、
日本循環器学会関東甲信越地方会評議員、
医学博士

「不整脈」とは 心臓を動かす電気系統の異常 加齢が原因の不整脈も

―不整脈とは病気の名前なのですか？

人間の心臓には発電所（洞結節＝どうけっせつ）と送電線網（刺激伝導系）があり、発電所でつくられた電気が送電線を通り心臓全体にいきわたると心臓は正常に収縮します。これを「整脈」と呼びます。「不整脈」とは整脈以外の脈の総称です。

―どのような種類があるのでしょう

３つの種類があります。まずは〝徐脈〟と呼ばれる脈が遅くなるもの。原因は発電所が壊れる「洞不全症候群」と、送電線が切れる「房室ブロック」の２種類だけです。

次の〝期外収縮〟は、脈が飛ぶといわれるもので、これは脈の打ち間違いです。本来電気を発しない場所からの発電に心臓が反応し、収縮してしまうんですね。期外収縮はほぼ全ての人にみられますが出現頻度が少ないため、通常の心電図では見つからないことが多いのです。期外収縮のほとんどは病気のうちに入らないほど無害であることが多いです。

最後は脈が速くなる“頻脈”（心拍数＝100回／分以上）です。頻脈の代表は「心房細動」・「心室頻拍」・「心室細動」です。

―不整脈は どのような人がなるのでしょうか。

徐脈の多くは加齢が原因です。期外収縮・頻脈は老若男女問わず発症します。

不整脈ってどんなもの？

不整脈の種類	症　状	
徐脈	脈が遅くなる。脈拍が50～60／分以下	洞不全症候群 房室ブロック
頻脈	脈が早くなる。脈拍が100／分以上	心房細動 心室細動 心室頻拍
期外収縮	脈が乱れる・飛ぶ	死に至る原因に！

まずは脈を測ってみよう！
●10秒測定×6　●15秒測定×4
で大丈夫。60秒測る必要はありません。測る場所は手首以外に、ひじの内側も測りやすいですよ！

死に直結する不整脈 「心室細動」「心室頻拍」 脳梗塞リスクが高まる 「心房細動」に注意を

―不整脈とは、怖いものなのでしょうか

ほとんどの不整脈は直接生命に係わることはありませんが、意識を失ってしまう不整脈、いわゆる致命的不整脈は生命を落とすこともある怖いものです。致命的不整脈の怖さは１回でも生ずれば即、死につながる点です。たとえば急性心筋梗塞で急死などという場合はそこに致命的不整脈が関与していることが多いのです。ＡＥＤ（自動体外式除細動器）は「心室細動」「心室頻拍」を止めるだけの機械ですが、現在至る所に設置されているのは、意識消失を起こす致命的不整脈がそれだけ危険だからなんです。

―怖い不整脈とは？

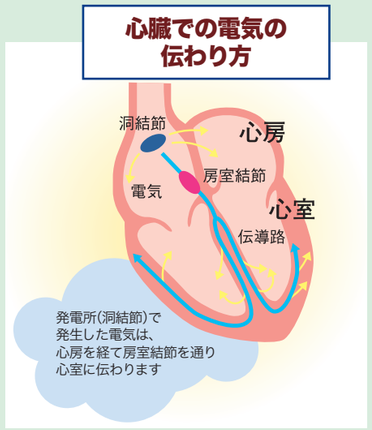
不整脈の本態が心室にある心室細動と心室頻拍は直接、死に至る恐れがある怖い不整脈といえます。心室があまりにも早く収縮（３００回／分ほど）し、血液がたまる前に脈を打つ＝空打ちを続けることで、脳に血が回らなくなる心室細動は、何も処置をしなければほぼ亡くなってしまいます。

―同じ頻脈の症状「心房細動」は 怖いのですか

心房細動そのものは危険ではありません。ただ、心房細動は脳梗塞の原因となる不整脈であり、しかも心房細動が原因で起こる脳梗塞（心原性脳梗塞）は他の脳梗塞よりはるかに重症化することが多いので注意が必要です。心房細動の患者は全国で１５０万人ほどいますが、65歳以上になると急に発症率が上がります。心房は筋肉が薄く、加齢により〝線維化〟しやすい。これは柔らかいホースが年月とともに硬くなるようなもので、高齢者に心房細動が多くなる原因といえます。血圧が高かったり、生活習慣病を患っていたりすると、さらに早い段階で起こりやすくなります。

―頻脈は誰にでも起こりうるのですか？

先述のように老若男女問わず可能性はあります。しかし、３つの条件①基盤（素質）②きっかけ（トリガー）③自律神経がそろわなければ起こりません。ただ、きっかけの１つが、ほぼ誰にでもある〝期外収縮〟。期外収縮は本来あまり危険ではありませんが、素質がある人にとっては頻脈の入り口となってしまうことがあるのです。



ほとんどの不整脈には 治療法あり まずは15秒脈を測ってみて！

―不整脈の治療法は どのようなものですか？

症状によってさまざまなものがありますが、たいがいの不整脈には治療法があります。よく知られているペースメーカーは徐脈の人に効果的で、１時間ほどの手術で終わります。徐脈は心臓の発電所か送電網が老化で壊れたり切れたりすることが原因なので、そこを治すだけで見違えるほど元気になります。一番怖い心室細動ではＩＣＤ（植え込み型除細動器）治療を行います。心房細動では脳梗塞を予防することが第一です。つまり心臓の中で生じる血栓を作りづらくする抗凝固薬の服薬が基本となります。心房細動は加齢現象のひとつとも言え、その発生を予防することは非常に難しいのです。大切なことは自分が心房細動であることに気づいて医療機関を受診し適切な治療を受けることです。

―最後に、 不整脈に対する心構えをお願いします

不整脈疾患の特徴は症状の強さと病気の重症度が一致しないことです。つまり症状が非常に強くても病気と言えないくらい軽症の場合もあれば、症状がほとんどなくても致命的不整脈という場合もあるのです。致命的不整脈は多くないので過度の心配は不要ですが、気が遠くなる・意識を失うなどの症状があった場合には速やかに病院に行きましょう。また自分で脈をとってみて”変だな”と感じた場合にも気軽に相談してください。

今年も新しい仲間が加わりました！

平成２７年４月、今年も新たに１００名を越える新入職員が入職しました。初々しい面持ちで、希望と不安を胸に抱き、東京警察病院の一員として第一歩を踏み出した若者たち。

４日間の研修を経て、現在は各部署に配属され先輩たちの指導のもと、日々の業務に励んでいます。

社会人として、東京警察病院の職員として、４日間にわたり、様々な研修を行いました。

災害訓練

1月24日（土）、立川広域防災基地連絡協議会との連携による、首都直下地震発生時の対応として広域医療搬送計画を想定した訓練を行いました。当日は、当院のヘリポートから立川にある災害医療センターへの患者搬送訓練を実施しました。

感染制御チームの紹介
Infection Control Team

はじめまして。東京警察病院の感染制御チーム(ICT)です。
当院のICTは感染制御医師(ICD)をはじめ、感染管理認定看護師(ICN)、薬剤師、臨床検査技師(ICMT)、事務職員などそれぞれの専門分野の職種から構成されています。

ICTは、病院に関わる全ての方々を感染症から護り、安全で快適な病院生活を提供するための活動をしています。また、院内での活動に加え、中野区、杉並区等地域の医療機関とも連携し、地域全体で感染症の低減に向け取り組んでいます。

これからも患者様が安心して病院で診療を受けられる様、感染対策に努めて参ります。

3月18日で開院86年を迎えました
飯田橋時代

開院当初(昭和4年)

昭和45年

昭和4年の開院当初は、警視庁職員及びその家族の診療を行う、「職域病院」として発足しましたが、昭和20年には一般にも開放されました。

陸軍中野学校の用地は戦後、警察大学校・警視庁警察学校などの警察施設用地へと転用されましたが、この施設は平成13年に府中市へ転出し、平成20年４月1日に東京警察病院が移転しました。

区民健康講座のご案内

地域の皆様を対象に医療の様々な分野と健康の知識について当院の医師がわかりやすく解説する健康講座を開催しています。

受講料無料

2015年4月25日(土) 第58回

テーマ
「痛みの治療」
～痛みの診療・治療の専門科
ペインクリニックのご紹介～

麻酔科副部長
前　知子

2015年5月16日(土) 第59回

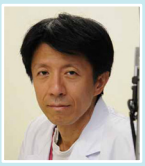
テーマ
「三叉神経痛と顔面痙攣(けいれん)の治療」

脳神経外科部長
楚良　繁雄

特別開催　15:30～16:30

テーマ
「白内障手術」
～安心して手術を受けて頂くために～

眼科部長
稲用　和也



2015年6月13日(土) 第60回

第1部「女性ホルモンと疾患」
～10代から閉経後まで～
第2部「不妊症について」
～女性因子・男性因子・原因不明～

産婦人科副部長
濵井　葉子

※テーマ未定につきましては、
決定次第当院のホームページ、院内掲示等でご案内いたします。

講演後には、皆様からのご質問も承ります。
たくさんの方のご参加を心よりお待ちしております。

◆時　　間：14:00～15:00(開場13:30)
◆場　　所：東京警察病院　9階　大会議室
◆参 加 申 込：経営企画課へお申し込み下さい。
①電 話　TEL 03-5343-5611(内線14551)
受付時間:8:30～17:00 (日曜・祝日除く)
②FAX　ホームページよりFAX用紙を印刷頂き送信して下さい。
FAX 03-5343-5612

※電話番号・FAX番号をお確かめのうえ、
お間違えのないようお願いいたします
＊各回とも定員になり次第、締め切りとさせて頂きます
＊当日、お車の方は病院の駐車場をご利用下さい(30分/100円)

参加者の声

- 多方面にわたって受講したい。
- 初めて知ったことがあり有意義だった。
- 不安が少なくなった。
- 技術の進歩がわかり希望が持てました。

過去に開催されたテーマ

- 関節リウマチとその治療薬
- 突発性難聴について
- 胃癌とピロリ菌
- 足の変形と痛みの治療～手術療法の最前線～

今日は何の日？

喫煙は、がん、循環器疾患、呼吸器疾患等の生活習慣病の重要な危険因子であり、喫煙者だけでなく、まわりの非喫煙者の健康にも影響を及ぼすことから、健康増進活動にとって喫煙対策は重要な課題となっています。

そのため、世界保健機構(WHO)は平成元年から、毎年5月31日を「世界禁煙デー」として、喫煙問題の啓発活動を展開しており、日本でも平成4年から「禁煙週間」を定め、さまざまな喫煙対策が推進されています。

禁煙外来のご案内

完全予約制

禁煙の効果とメリット

禁煙をはじめてみませんか？
禁煙に取り組みたい皆様のお手伝いをします！

呼吸が楽になる　お金や余暇が有効に使える　食事がおいしくなる

診察予約方法　1階④番・初診窓口でお申し込みください。
問合せ先:予約センター電話番号 03-5343-5620(直通)8:30～16:00(日曜・祝日除く)

診療のご案内

受付時間
月曜日～土曜日
午前　8:00～11:30
午後12:30～16:00

- 自動再来受付機 稼働時間……7:30～16:00
- 自動入金機 稼働時間……8:30～17:00
※防災センター自動入金機:24時間稼働

■ 休診日:日曜日・祝日・年末年始(12/29～/1/3)

レストラン「憩」

9F
営業時間: 7:30～18:00

ナチュラル・ローソン

1F　ATMあり
営業時間: 6:00～21:00

案内地図

P 屋外駐車場 119台 一般料金:200円/30分 受診者料金:100円/30分

理　念

私たちは、医療の質の向上と患者さまの満足を目指し、日夜努力いたします。

基本方針

- 私たちは、患者さまの権利と意思を尊重し患者さまの立場に立った医療を実践します。
- 私たちは、常に医療モラルと医療レベルの向上に努め、良質で信頼される医療を提供します。
- 私たちは、地域の皆さまの信頼のもと、地域医療の発展に貢献します。
- 私たちは、医療を通じて職域をサポートし社会の安全に寄与します。
- 私たちは、患者さまが安心して療養に専念していただけるよう、健全な経営を推進します。

〒164-8541 東京都中野区中野4丁目22番1号　電話番号:03-5343-5611(代表)
発　　行:東京警察病院 経営企画課
編集制作:有限会社タイム商品研究所