



## 前立腺肥大症に対する新しい治療を導入しました 泌尿器科 小泉 孔二

当院泌尿器科では前立腺肥大症に対する手術治療として、従来から行っているTURP(経尿道的前立腺切除術)に加えて、低侵襲治療であるWAVE(Water Vapor Energy Therapy:経尿道的水蒸気治療)を開始しました。

WAVEとは、高温の水蒸気を用いる、前立腺肥大症の新しい治療法です。

Rezüm(レジューム)システムを使用して、肥大した前立腺に103℃の水蒸気を注入し、前立腺組織を約70℃まで上昇させ、組織を1～3か月かけて壊死・退縮させます。身体に対する負担が少なく、従来の手術より出血量は少ないです。そのため、抗血栓薬(血液サラサラの薬)を内服中の患者さんでも治療が受けられます。

従来は通常の手術療法が困難な患者さんが治療対象でしたが、今春より適応が拡大されました。

麻酔(全身麻酔、脊髄麻酔、局所麻酔)は患者さんの身体の状態に合わせて選択します。手術時間は10～15分程度です。尿道から内視鏡を挿入し、肥大した前立腺の腺腫に針を刺して103℃の水蒸気を9秒間注入します。前立腺肥大症の程度に応じて、針を刺す回数が異なります。手術後は尿道から膀胱に尿の管(尿道カテー

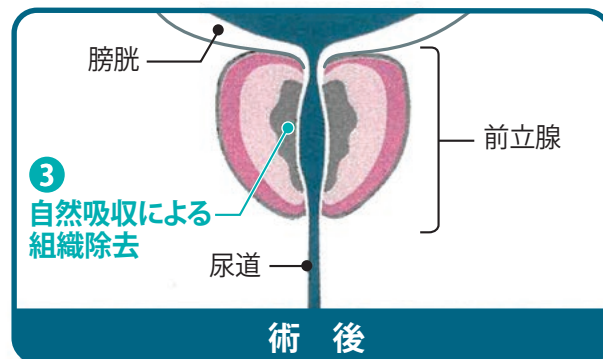
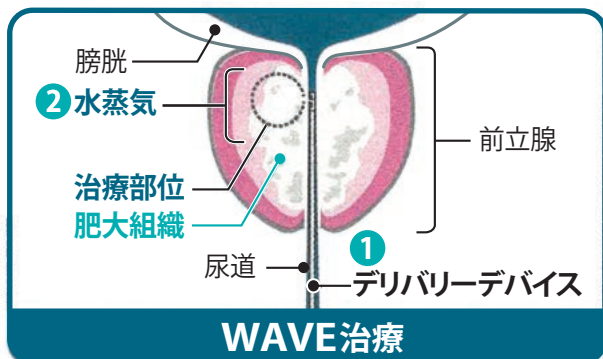


テル)を挿入して終了します。手術翌日以降に退院となりますが、術後尿道にむくみがある期間は排尿しづらくなることがあるため、尿道カテーテルは患者さんの手術前の排尿状態に応じて手術から1週間～1か月後に外来で抜去します。

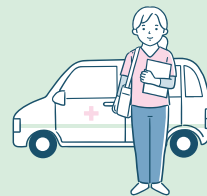
WAVEは安全性の高い治療ですが、血尿(12.5%)、血精液症(7.4%)、排尿困難(16.9%)、頻尿(5.9%)、尿閉(4.4%)、精液量減少(3.7%)などが報告されています。

WAVEは前立腺肥大症の全ての患者さんが治療対象ではありません。担当医とご相談ください。

治療の流れ



お問合せ ▶ 昭和伊南総合病院 泌尿器科 ☎ 0265-82-2121



# 訪問看護師って、何をする人？

## 自宅で自分らしく生きることを支える

私たち訪問看護師は、自宅で生活しながら病気と向き合う人を「看(み)テ護(まも)ル」ことが役割です。その方の状態を見て、聞いて、適切な手当てをしながら、主治医の先生と一緒に治療を進めていきます。そうすることで、住み慣れた我が家で家族と過ごすしながらも、酸素吸入や身体に装着されたチューブの管理といった医療処置を安心して受けられるようになります。

### ナースコールのない、一对一の看護

また、介護をされているご家族の不安に耳を傾け、一緒に工夫を凝らすことも、私たち看護師ならではの大切な仕事です。例えば、お薬を飲み忘れたり無くしたりしないよう、そのご家庭に合わせたシンプルな管理方法をご提案したり、ご家族の負担が少しでも軽くなるような排泄のお手伝いや介助方法のアドバイスも行っています。



病院との大きな違いは、看護師がみなさんの生活の場へ直接伺う点です。ナースコールが鳴ることではない世界で、一对一で向き合う看護に没頭すると、時には身内には打ち明けられない胸の内を語ってくださることもあります。そのとき 私たちはただお話を聴くことで、心のお掃除のお手伝いができればと考えています。



### 在宅だからこそ叶えられる「生活の質」

病院では難しくても、在宅だからこそ実現できるケアがあります。ここで3つの事例をご紹介します。

#### 事例1 お風呂の気持ちよさを届けたい

24時間点滴が必要で入浴許可が出なかったAさんに対し、看護師は「全身保温シャボンラッピング」を考案しました。泡立てたソープと熱いタオルで全身を包み込むケアにより、Aさんは呼吸が楽になり、ご家族と共に最高の笑顔を見せてくれました。

#### 事例2 諦めない呼吸リハビリテーション

一人暮らしで禁煙が難しいヘビースモーカーのBさん。禁煙を強いるのではなく、週1回の訪問時に一緒に呼吸リハビリやストレッチを行う計画を立てました。できないことを諦めるのではなく、今の生活の中で何ができるかを共に考えるのが訪問看護の強みです。

#### 事例3 医学的利益と「望む暮らし」の調整

寝たきりのCさんは、尿道カテーテルのトラブルに悩まされていました。看護師はご家族と協力して尿量を詳細にデータ化し、1日3回の導尿に切り替えることでカテーテル抜去を提案しました。主治医やケアマネジャーと連携し、リスクを最小限に抑えつつ、Cさんらしい「縛られない暮らし」を取り戻すことができました。

私たちの訪問看護ステーションでは、訪問看護師と訪問リハビリテーション専門の療法士全員がご自宅で暮らす方の情報を共有することはもとより、主治医やケアマネジャーと協働しながらその人が望む在宅療養支援を考えます。病院ではできなかったことができた時は、ご本人やご家族、そしてわれわれスタッフも大きな達成感を感じ、その後の訪問看護の大切な経験として活かされています。



## 糖尿病教室やってみようコース開催のお知らせ

9月9日に糖尿病教室やってみようコース・料理教室を予定しています。「骨を丈夫にコツコツメニュー」をテーマに、楽しく調理をしながら学べる内容でお届けします。出来上がった料理はお持ち帰りいただきご自宅でお楽しみください。

- 日時／令和8年9月9日(水) 14:30～16:40
- 場所／駒ヶ根文化会館 調理実習室
- 内容／・調理実習「骨を丈夫にコツコツメニュー」  
グループに分かれ調理を行います  
・ワンポイントアドバイス
- 参加費／800円
- 持ち物／エプロン 三角巾 タオル マスク  
持ち帰り容器4個程度
- 締め切り／9月1日(火) 臨床栄養科まで

お問合せ ▶ 昭和伊南総合病院 臨床栄養科 ☎ 0265-82-2121

## 循環器内科の飯塚卓夫先生が テレビ番組に出演します！

長年、お昼の時間に親しまれているテレビ信州の番組『あなたもホームドクター』に、当院の循環器内科医師・飯塚先生が出演することになりました。

身近な血管の病気である「閉塞性動脈硬化症」をテーマに毎日5分間、1週間にわたって分かりやすく解説します。皆さまぜひご覧ください。

出演番組／あなたもホームドクター  
(テレビ信州)

放送日／7月20日(月)～7月24日(金)

放送時間／11:50～11:55

テーマ／閉塞性動脈硬化症について

栄養士のつぶやき

## 食事と骨粗しょう症

### 〈骨作りのために必要な栄養素〉

大切なのはバランスの良い食事を心がけ、適切なエネルギーの確保と十分なたんぱく質をとるが必要です。そして、カルシウムは欠かせません。しかし、日本人の多くはカルシウムの摂取不足といわれています。カルシウムの吸収や沈着を助ける「ビタミンD」や「ビタミンK」などをとることも大切です。

### 鮭と厚揚げのちゃんちゃん焼き

#### 材料(2人分)

鮭 40g×2切れ  
厚揚げ 100g  
キャベツ 100g  
水菜 40g  
玉ねぎ 30g  
ニラ 10g  
人参 10g  
キノコ類(しめじ・まいたけ・しいたけ等) 50g  
調味料：味噌・酒・みりん  
各大さじ1 全て合わせておく

#### 作り方

- ① 材料は食べやすい大きさにカットする
- ② ごま油をひいたフライパンで鮭と厚揚げを焼く
- ③ 片面が焼けたらひっくり返し、水菜以外の野菜をフライパンに入れ、合わせ調味料をかける
- ④ 蓋をして5分ほど蒸し焼きにする
- ⑤ 蓋を取り水気を飛ばし、最後に水菜を加える



栄養量：220kcal 蛋白質17.3g  
カルシウム205mg 食塩1.3g  
(一人当たり)

ポイント：厚揚げ・水菜はカルシウム、鮭・きのこはビタミンD、ニラはビタミンKが豊富な食材です。

# 昭和伊南総合病院 外来科別担当医師一覧表

令和8年7月1日現在

受付時間は原則 8時00分～11時00分（再来受付機は 7時45分～）※診療科によって異なる場合があります。

|                                                                      |     | 月                  | 火                                                            | 水                       | 木                                | 金                        |
|----------------------------------------------------------------------|-----|--------------------|--------------------------------------------------------------|-------------------------|----------------------------------|--------------------------|
| 内 科                                                                  | 1診  | 飯 塚 (循環器)          | 信 大：唐 澤                                                      | 高 木 (循環器<br>高血圧)        | 飯 塚 (循環器)<br>(第4・5：休診)           | 高 木 (循環器<br>高血圧)         |
|                                                                      | 2診  | 午後：一 瀬<br>(完全予約制)  | 午前：一 瀬                                                       | 信大：仁科 (血液<br>完全予約制)     | 一 瀬                              | 伊 藤                      |
|                                                                      |     |                    | 午後：伊藤 (要予約)                                                  |                         |                                  |                          |
|                                                                      | 3診  | 桃 崎                | 梶 山 (消化器)                                                    | 堀 内 (消化器)               | 梶 山 (消化器)                        | 堀 内 (消化器)                |
|                                                                      | 4診  | 油 井 (脳神経<br>完全予約制) | 信 大 (血液)                                                     |                         | 信大：高山 (内分泌<br>完全予約制)             | 信大：小川 (内分泌<br>完全予約制)     |
|                                                                      | 5診  | 小 原 (血液<br>完全予約制)  | かん のう (腎臓<br>完全予約制)<br>神 應                                   | 信大：橋本 (腎臓<br>完全予約制)     | 小 原 (血液<br>完全予約制)                | 信大：田中 (肝臓<br>完全予約制)      |
|                                                                      | 6診  |                    |                                                              |                         | ペースメーカー外来<br>(循環器：完全予約制)(第4・5のみ) |                          |
| 7診                                                                   | 長 崎 |                    | 長 崎                                                          |                         | 信大：呼吸器 (完全予約制)                   |                          |
| ・消化器内科：当日受付時間10時00分まで ・血液、腎臓、肝臓、内分泌の初診は紹介のみ ・脳神経内科は初診受入不可            |     |                    |                                                              |                         |                                  |                          |
| 小児科                                                                  | 1診  | 森 本 (完全予約制)        | 鈴 木 (完全予約制)                                                  | 信大：柴崎 (完全予約制)           | 信大：新美 (第1・3のみ)<br>(完全予約制)        | 信大：中山 (完全予約制)            |
|                                                                      | 2診  | 鈴 木                | 森 本                                                          | 森 本                     | 信大：那須野 (完全予約制)                   | 信大：柴 (完全予約制)             |
|                                                                      | 3診  |                    |                                                              |                         | 鈴 木                              | 森 本                      |
| 外 科                                                                  | 1診  |                    | 吉 村 (消化器<br>一 般)                                             | 午後：信大<br>(心臓血管外科：完全予約制) | 消化器外科 (消化器<br>一 般)               | 吉 村 (消化器<br>一 般)         |
|                                                                      | 2診  | 森 川 (乳 腺<br>呼吸器)   | 森 川 (第1・3・5)<br>(乳腺・呼吸器)<br>信 大 (第2・4 午前のみ)<br>(呼吸器外科：完全予約制) | 森 川 (乳 腺<br>呼吸器)        |                                  | 森 川 (乳 腺<br>呼吸器)         |
|                                                                      | 3診  |                    | 北 原 (消化器<br>一 般)                                             |                         | 北 原 (消化器<br>一 般)                 | 唐 澤 (第1・3・5)<br>(消化器・一般) |
| ・受付終了時間：11時30分まで ・火曜日：そけいヘルニア外来13時30分～15時00分 北原 (第1・3・5) / 吉村 (第2・4) |     |                    |                                                              |                         |                                  |                          |
| 整形外科                                                                 | 午前  | 休 診                | 休 診                                                          | 小 林                     | 休 診                              | 城 倉                      |
|                                                                      | 午後  |                    |                                                              | 休 診                     | 城 倉                              | 城 倉                      |
| ◎水曜日：完全予約制 ・初診は紹介のみ ・木、金曜日：午後受付時間 14時00分～16時00分                      |     |                    |                                                              |                         |                                  |                          |
| 形成外科                                                                 | 午前  | 休 診                | 休 診                                                          | 休 診                     | 信大：柳 澤                           | 休 診                      |
|                                                                      | 午後  |                    |                                                              |                         | 休 診                              | 佐 治 (第4)                 |
| ◎金曜日：完全予約制                                                           |     |                    |                                                              |                         |                                  |                          |
| 脳神経外科                                                                |     | 市 川                | 村 岡                                                          | 休診・手術日                  | 信大：藤 井                           | 村 岡                      |
| 皮膚科                                                                  |     | 休 診                | 小 口                                                          | 小 口                     | 休 診                              | 小 口                      |
| 泌尿器科                                                                 |     | 小 泉                | 小 泉                                                          | 小 泉                     | 信大：塩 崎                           | 小 泉                      |
| ・木曜日：要予約 ・受付時間：9時00分～11時00分                                          |     |                    |                                                              |                         |                                  |                          |
| 眼 科                                                                  |     | 信大：時 光             | 信大：清 水                                                       | 信大：清 水                  | 信大：清 水                           | 信大：清 水                   |
| ・受付終了時間：木曜日のみ10時30分まで 診察時間：9時00分～11時00分                              |     |                    |                                                              |                         |                                  |                          |
| 耳鼻科                                                                  |     | 休 診                | 信 大 (午後)                                                     | 休 診                     | 信大 (午後)(第1・3)                    | 信 大 (午後)                 |
| ・受付終了時間：16時00分まで 診察時間：14時00分～ (診察開始時間を変更する場合があります)                   |     |                    |                                                              |                         |                                  |                          |
| ペインクリニック                                                             |     | 休 診                | 休 診                                                          | 休 診                     | 大 房                              | 休 診                      |
| ◎要予約 ・初診は紹介のみ                                                        |     |                    |                                                              |                         |                                  |                          |
| リハビリテーション科                                                           | 午前  | 山 口                | 吉 村 (信大)                                                     | 山 口 (第3・5)              | 山 口                              | 山 口                      |
|                                                                      | 午後  | 山 口                | 山 口                                                          | 山 口                     | 山 口                              | 山 口                      |
| ◎要予約                                                                 |     |                    |                                                              |                         |                                  |                          |
| 歯 科                                                                  |     | 朝比奈                | 朝比奈<br>(14:30まで)                                             | 朝比奈                     | 朝比奈                              | 休診・手術日                   |
| ◎完全予約制                                                               |     |                    |                                                              | 岸 (第1・3)                | 安田 (開田高原歯科診療所)                   |                          |
| 産婦人科                                                                 |     | 休 診                | 休 診                                                          | 休 診                     | 休 診                              | 休 診                      |

※予約の変更・キャンセル等は、平日  
14:00～17:00に各ブロック受付へ  
ご連絡をお願いいたします。

※都合により休診となる場合がございます。

※休診のご確認は院内掲示板、病院  
ホームページまたは電話でご確認  
ください。

電話 0265-82-2121(代)  
病院ホームページ <https://sihp.jp>



## 熱中症対策をお願いします

- 涼しい服装や帽子・日傘を使う
- こまめに水分・塩分補給をする
- 乳幼児には特に注意する
- 飲酒を控える
- 初期症状(食欲低下、倦怠感、めまいなど)  
を見落とさない
- 危険信号(めまい、筋肉痛、頭痛、吐き気)  
が現れたらかかりつけ医を受診する



詳しくは環境省の情報サイトをご覧ください  
<https://www.wbgt.env.go.jp/>

