



免疫力アップ

das!

■ 出す
免疫と排泄のこと



ごあいさつ

東京女子医科大学附属八千代医療センター / 副院長
消化器内科診療科長 / 教授 新井 誠人 あらい まこと

腸 活という言葉をご存知でしょうか？
腸活とは食事や生活習慣を見直し、
腸内環境を整えることです。私たちの腸には
約1,000種類、100兆個以上の腸内細菌が
生息し、腸内環境を保ち、消化・吸収や免
疫機能の維持に重要な役割を担っています。
そのため、便秘や不規則な生活が続くと腸
内環境が乱れ、体調に影響を及ぼすことが

あります。腸内環境を整えるには十分な水分
摂取と食物繊維や発酵食品を積極的に取
り入れること、そして適度な運動が大切です。
「よく食べ、よく動き、よく眠り、しっかりdas!(出す)」
そんな毎日の積み重ねが、腸の健康と免疫
力の維持につながります。

今日から無理のない腸活をはじめてみま
せんか？



ロボット支援手術と腸閉塞

01

消化器外科

診療科長 / 准教授

太田 正穂 おおた まさほ



□ ボット支援手術は、医師が専用の操作台からロボットアームを遠隔操作し、5~12mmの小さな切開創からカメラや手術器具を挿入して行う内視鏡手術です。傷の大きさは腹腔鏡下手術とほぼ同じで、手術器具の先端に手首のような関節機能を備えているため、従来の開腹手術や腹腔鏡下手術では届きにくかった部位にもアプローチしやすく、より精密な操作が期待できます。手ぶれの影響を受けにくい一方で、術者は手術器具の先端で触れた感覚が得られないため、視覚情報だけを頼りに操作する高度な技術が求められます。創が小さいことから術後の痛みの軽

減も期待されますが、腹腔鏡下手術と大きな差はありません。ロボット支援手術は従来とは異なる手術ではなく、これまでの手術をより精密に行うための新たな選択肢です。当院では主に大腸がんに対してロボット支援手術を行い、適応を順次拡大しています。大腸がんに対して40例以上の実績があり、現在では消化器外科の主要な術式の一つです。

消化器外科では、腸閉塞(イレウス)の診療も数多く行っています。腸閉塞とは、小腸や大腸の内容物が何らかの原因で通過できなくなった状態です。主な症状には腹痛、嘔吐、腹部膨満、排ガス・排便の停止などがあります。原因は

癒着やヘルニア、腸捻転、大腸がんなどで腸管が物理的に閉塞する機械的腸閉塞と、腸の動きが低下して内容物が進まなくなる機能的腸閉塞に大別されます。

診断は症状や診察所見に加え、腹部X線検査や造影CT検査、血液検査などを総合的に評価し、治療方針を決定します。機械的腸閉塞では、絶食・点滴治療、経鼻胃管やイレウス管(ロングチューブ)の留置、手術などから病状に応じて適切な治療を選択します。機能的腸閉塞は全身状態の影響で生じることが多く、原疾患の治療が症状の改善につながります。



02

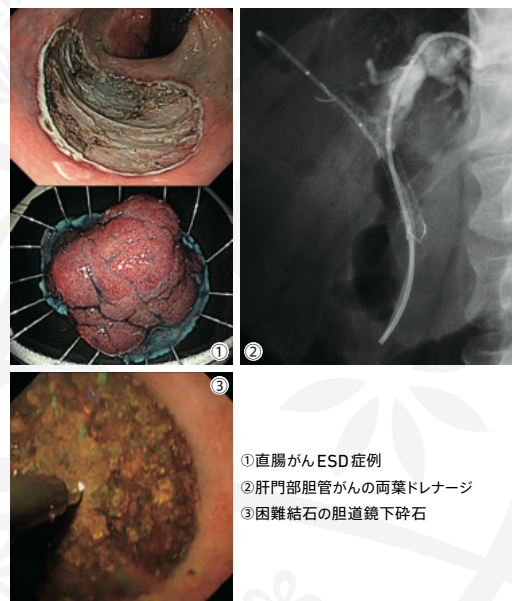
内視鏡科

内視鏡科診療科長/准教授
杉山 晴俊 すぎやま はるとし



内 視鏡科では患者さんの苦痛軽減のため、経鼻内視鏡や硬度可変式大腸内視鏡を備え、さらに鎮静剤でうとうとしている間に安全に検査を行える体制を整えています。早期食道がん・胃がん・大腸がんを切り取る治療、ESD(内視鏡的粘膜下層剥離術)の症例数は県内有数。胆道・すい臓の分野では稀少なIgG4関連疾患の診療、閉塞性黄疸のステント治療、胆道鏡検査、困難結石や胆管挿管困難例の治療は県内トップレベルです。

夜間や休日でも消化器内視鏡学会専門医・指導医を含む医師2名と熟練した技師1名、看護師1名以上で吐血・下血、急性胆管炎(発熱・黄疸)の患者さんの救命のために緊急内視鏡手術を行っています。今後もチーム全員で地域医療に貢献していきます。



①直腸がんESD症例
②肝門部胆管がんの両葉ドレナージ
③困難結石の胆道鏡下碎石

03

皮膚・排泄ケア

認定看護師/エキスパートナース
工藤 みゆき くどう みゆき



腸 は消化・吸収だけでなく、免疫機能にも深く関わる重要な臓器です。腸内フローラ(腸内細菌叢)のバランスを整えることは、加齢とともに低下しやすい免疫機能の維持にもつながります。また、便秘や下痢を改善することは、肌荒れや体調管理にも役立ちます。

便秘は排尿トラブルの原因にもなります。直腸に便がたまると膀胱や尿道が圧迫され尿が出にくくなったり、残尿感や頻尿を引き起こしたりすることがあります。高齢者は筋力や活動量の低下や、自律神経機能の変化などで便秘と排尿障害が互いに影響しやすくなります。適度な運動は血流を促し、腸の動きにも役立ちます。便秘や排尿トラブルを予防するためにも、日頃から排便・排尿の状態を観察し、排泄リズムを整えることが大切です。



04

栄養管理室

室長
松原 薫 まつばら かおる



免 疫に関わる末梢リンパ球の60~70%、抗体をつくる免疫細胞の80%以上は腸管に存在するか、腸管でつくられています。腸は最大の免疫器官で、腸内フローラ(腸内細菌叢)と免疫系は互いに影響し、食物繊維の発酵で生じる短鎖脂肪酸も免疫機能に重要な役割を果たしています。

免疫機能の維持にはビタミン類や亜鉛、食物繊維、プロバイオティクスなどの栄養素が欠かせません。慢性便秘症では発酵性食物繊維や一部のプロバイオティクスの有効性が示され、生活習慣と食事の改善が推奨されています。令和5年国民健康・栄養調査では食物繊維摂取量は平均17.8gで、男女とも目標量(18~22g以上)を下回っています。未精白の穀類や豆類、野菜、海藻、きのこ、果物など、多様な食品を積極的に取り入れましょう。





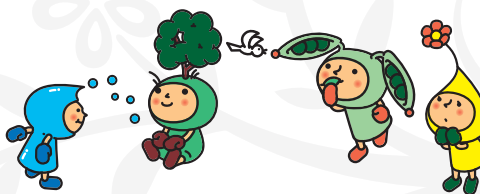
新CTを導入しました

当 院の医療DXを具現化する装置として、GE Revolution Ascend Eliteを導入しました。天井カメラによる空間認識とAIを活用した最新の画像技術が融合し、低線量でありながら血管や病変の視認性を最大限に高めた画像診断を実現しています。さらに、SnapShot Freezeによる冠動脈CT撮影にも対応し、当院の医療品質を次世代へ引き上げます。

「やちまる」が活躍中

配 送ロボットの運用を開始し、検体や薬剤の配送を行っています。
医療機関の搬送ロボット導入は千葉県初です。(全国でも10施設程度)*
単独でエレベータに乗り、関係者専用区画から患者さんも行き交う区画まで、人や機器の通行に配慮しながら、病棟間の長い距離をスマートに移動し活躍しています。
愛称の「やちまる」は2月のやちよ健康フェスタで公募し、決定しました。
投票してくださった市民のみなさま、ありがとうございました。

*2026年4月現在



理念 地域社会に信頼される病院としての心温まる医療と急性期・高機能・先進医療との調和

- 基本方針**
- ◆本学の理念である「至誠と愛」に基づき、皆さまに信頼される病院を目指します
 - ◆患者さんのプライバシーを守り、一人ひとりの権利を尊重します
 - ◆つねに最先端の医療技術と知識を用いて、安全で良質の医療を提供します
 - ◆患者さんに合った最善のチーム医療を行います
 - ◆中核病院として地域の診療所・病院等との連携を推進し皆さまの健康を維持・増進します



診察・検査連携のご予約 **tel. (047)458-6543 fax (047)458-6545** (患者支援センター/地域連携直通)
受付時間 > 平日9:00~17:00/土曜日9:00~13:00
*日曜、祝日、第3土曜日、創立記念日(12/5)、年末年始(12/30~1/4)は休診
*時間外の場合はfaxを送信してください。翌受付時間内にご連絡いたします
*予約日時・医師等の変更を希望される場合は前日までにご連絡ください

医療連携マネージャー(医師) 緊急を要する当日(日中)のご紹介は紹介診療科が定まっている場合、従来通り当該診療科の医師が対応いたします
担当診療科を特定できない場合は「医療連携マネージャー」が電話で対応いたします
*受付時間と休診は上記「診察・検査連携のご予約」に準じます

検査連携(医療機関から) 応需検査 > CT、MRI(単純)、RI、XP、マンモグラフィー、骨密度測定、セファロの画像検査
*受付時間と休診は上記「診察・検査連携のご予約」に準じます



東京女子医科大学 附属

八千代医療センター

TOKYO WOMEN'S MEDICAL UNIVERSITY YACHIYO MEDICAL CENTER

発行 | 東京女子医科大学附属八千代医療センター患者支援センター

〒276-8524 千葉県八千代市大和田新田477-96 tel. 047-450-6000(代表)

www.twmu.ac.jp/TYMC/index.html

©TYMC. All rights reserved.