



# 公立芽室病院 第88号

## だより

ホームページアドレス  
http://memuro.com  
または芽室町ホームページのトップ  
ページからアクセスできます。

雑感

## 当院の下肢静脈瘤に対する 日帰りストリッピング術に思う

公立芽室病院 院長 小窪 正樹

### 下肢静脈瘤

「手術してから、何十年も患っていた肩こりがウソのように消えた」、「週に1回は腰の注射をしていたけど、腰痛が消えて注射が不要になった」、「時々180以上あった血圧が120と正常になり、それからずっと調子よい」、「手術直後から不整脈が治ってしまった」、「薬を飲んでも眠れなかったのが、とっっても良く熟睡できるようになった。静脈瘤の手術と関係しているのかしら？」

下肢静脈瘤は実に不思議な病気である。西洋医学では関係ないとされる病気が、霧が晴れるように治ることがあるのだ。東洋医学的には瘀血(おけつ)が解消され氣の流れが良くなるためと説明される。そんなこんなで、口コミが広がり、当院の外科には下肢静脈瘤の患者が全国から押し寄せる。町外からの患者が9割を占め、東京、沖縄、果てはニューカレドニアから来た患者もいる。最高齢者は94歳のおじいちゃん、75歳以上の後期高齢者であっても、日帰り手術をして普通に元気に帰宅する。

下肢静脈瘤に対する最良の治療法はストリッピング手術<sup>1)</sup>であると言われ100年以上前から、今も世界中で行われ続けている。しかし、7日前後の入院を要するのが普通だ。1999年、筆者らは手術当日に帰宅する「日帰りストリッピング術」を開発し、100例以上の症例を集めて報告した(静脈学10(1), p37-42, 1999)。本邦初の報告であった。以後、当院ではもっぱらこの方法を採用している。下肢静脈瘤患者は、問診聴取後にドップラー検査<sup>2)</sup>、空気容積脈波<sup>3)</sup>、ABIフォーム<sup>4)</sup>(動脈硬化の検査)、3DCT-静脈撮影<sup>5)</sup>、必要に応じてInBody検査(生体電気インピーダンス法)、エコー検査を受ける。一通りの検査には1時間前後を要する。その後、医師の診察と病状説明があり、手術適応のある患者は手術予定日を決定して麻酔前の検査に移っていただく。さらに看護師から手術の具体的経過や弾性ストッキングの説明があり、これらを合計すると、少なくとも2時間はかかる計算になる。1日に新患が5名も来ると外来は、猫の手も借りたいほどの忙しさとなる。

当院では、遠方から来られる患者さんを考慮して、これだけ多くの検査を初診の1日で行っている。これは全国でも珍しいが、他の施設で同じようにしない理由がある。検査が予約で混んでいて行えないと言う場合も勿論あるだろうが、検査の多くが保険診療の制約により無報酬になってしまうためだ。実際に請求できるのは空気容積脈波(エコーを施行したときはエコー)と3DCTの費

- 1) ストリッピング手術  
静脈瘤の原因となっている、弁の壊れた伏在静脈自体を抜き取る手術。
- 2) ドップラー検査  
超音波のドップラー効果を利用して血流を調べる検査。静脈の逆流の有無や程度を調べるのに有用です。
- 3) 空気容積脈波(APG)  
下肢静脈疾患の重症度を定量的に評価する検査。
- 4) ABIフォーム  
下肢動脈疾患の有無を調べると同時に動脈硬化の程度を評価できます。
- 5) 3DCT 静脈撮影  
超高速マルチスライス3D(3次元)CTにより、造影剤を使わずに、下肢静脈を立体的に撮影します。造影剤によるアレルギーの心配がなく、痛みのない検査法です。



\*写真 3DCT-静脈撮影

用だけであり、ABIやInBodyなどは無償となってしまうからである。当院が患者さんの最善を思い、出来るだけ安い料金で、長い時間をかけて懇切丁寧に検査を進めていることを少しでも理解して頂ければ有り難い。

### 最先端の検査と治療法

昨年9月、私は社会保険事務所に行ってきた。支払基金である社会保険から、「下肢静脈瘤に対する3DCT-静脈撮影(\*写真)は新しい検査手技であり保険で認められない。全国でもこの検査をしている施設はほとんどない」と厳しい通知が来たからである。「とんでもない!これほど有用で、安全で、患者利益に繋がる検査法はない」と私はいたく憤慨し、何度も症状詳記を提出して説得を試みた。このままでは下肢静脈瘤の理想とされる検査法が闇に葬り去られてしまうからだ。こちらの意気込みが伝わったのか、支払基金の事務局から「一度お会いして、話を伺いましょう」と連絡が入り赴くことになったのだ。支払基金側が一病院に対して会議の場を設定することは極めて珍しいことのようにであった。会議では、臓器移植手術が査定対象になった某大学病院の例を挙げ、「貴院は下肢静脈瘤治療の最先端に行く病院である。先進医療に対する保険審査は実に厳しい。従って、種々の新たな検査等について風向きが強くなるのは受けとめて欲しい」と言われ、結果的に、症状詳記と画像を添付することで保険請求を認めてくれることになった。手間はかかるが嬉しいことであった。

### InBody(インボディ)という検査

さて、昨年6月、十勝で初めて導入したInBody(生体電気インピーダンス法<sup>\*2</sup>写真)について知らない方も多いと思うので記述したい。この検査は、体脂肪率を同時測定できる体重計と同じメカニズムで、生体に微弱な電流を流して、その抵抗値から身体のむくみなどを測定する装置である。InBodyの特徴は、極めて簡便に、むくみの程度を部位別に測定できることである。透析患者さんのドライウエイト(透析終了時の目標体重で、除水量を決定する重要な値)設定には大変有用で、当院では大いに役立っている。この他、下肢リンパ浮腫や静脈瘤など、浮腫を訴えて来院される患者さんが多数おられるが、予想以上に有益であったのは、多くの全身疾患が見つかったことである。InBodyは、下肢のむくみは勿論、全身にむくみがあるか否かが瞬時に分かる。全身の浮腫がある人は内科系を中心に更なる精密検査を要するが、これまでに、ネフローゼ症候群、貧血、悪性疾患、糖尿病、降圧剤による浮腫などが少なからず見つかった。InBodyは病院利益には殆ど結びつかない検査であるが、患者サービスとしての貢献度は極めて大きかったと感じている。

本拙文を読んだ多くの町民の皆様が、公立芽室病院が「忘己利他」の理念に基づいて患者中心の医療を行い、最先端の医療を職員一丸となって皆様にご提供していることを少しでも理解されたなら、この上ない喜びである。今後ともよろしく申し上げます。



\*2写真 InBody(生体電気インピーダンス法)

# 栄養士が考える 低カロリー献立

バランスよく、満足できて  
カロリーダウン

今話題の「社員食堂500Kcal まんぷく定食」…ご存知の方も多いでしょう。低カロリー献立は、メタボの方にはダイエットメニューですが、誰が食べてもバランスのとれた健康食です。ここでは、特定健診担当栄養士が考える低カロリー献立を紹介します。食事を抜いたり、〇〇だけを食えるといった無理なダイエットより、低カロリー献立を1日1食とり入れてバランスよく効果的に脱メタボを目指しましょう!!



1 食  
500kcal

## 栄養士が考える低カロリー献立3つの約束

1. 1食のカロリーは500kcal 前後、食塩相当量は3.8g 以下
2. 主食、主菜、副菜がそろっていてバランス良い献立の組み合わせがわかる
3. 食べても良い1食の量がわかる

エネルギー：527kcal 食塩相当量：3.2g

胚芽ごはん 120g

野菜スープ 玉ねぎ・白菜・にんじん・椎茸  
エリンギ・じゃが芋・コンソメ

ハンバーグ トマトソースかけ

大根のレモン和え 大根・塩・レモン汁  
はちみつ・貝割れ

※胚芽米(はいがまい)とは、胚芽の部分をできるだけ残して精米した米のこと。白米と比べて、ビタミンEやビタミンB1が豊富です。炊き上がりは少し黒くなりますが、よく噛んで食べると甘味がでできます。

主食 胚芽ごはん

副菜 野菜スープ

副菜 大根のレモン和え

主菜 ハンバーグトマトソースかけ

## ハンバーグ トマトソースかけ

[材料(2人分)]

牛豚合挽肉	100g	ソース	
木綿豆腐	60g	トマト水煮缶	160g
パン粉	10g	にんにく	6g
牛乳	8g	植物油	6g
玉ねぎ	60g	塩	0.4g
植物油	12g	こしょう	少々
塩	0.4g	ブロッコリー	50g
こしょう	少々		
ナツメグ	少々		

塩の分量：親指とひとさし指の2本指でつまんだ量が約0.2g

[作り方]

- ①玉ねぎはみじん切りにし、炒めて塩こしょうで味付けする。
- ②挽肉に豆腐、パン粉、牛乳、炒めた玉ねぎを入れてよく混ぜ塩こしょう・ナツメグで味付けする。
- ③にんにくをみじん切りにし、油で炒め、トマト缶を加え適度に煮詰め、塩こしょうする。
- ④ブロッコリーは小房に分け塩茹でする。
- ⑤フライパンでハンバーグを焼き皿に盛って、トマトソースをかけブロッコリーを付け合せる。

ワンポイント!!



ハンバーグに豆腐を加えることでカロリーを抑えています。野菜は226g とたっぷり使って1日に必要な量の約3分の2を摂ることができ、食物繊維も豊富です。「わかっていても料理する時間がない」という方も少なくありません。短時間でたくさん材料を料理するためには工夫が必要です。例えば、ハンバーグは休日に作って冷凍保存、きのこやにんじんなど色が変わらない野菜は前日に切っておく、ブロッコリーは茹でておくまたは電子レンジを利用するなどのテクニックが料理を短時間で済ませるポイントです。

ちょっとした知識とコツが身につけば、脱メタボの道も自分のライフスタイルに合わせて楽しんで歩めます。今日から、挑戦してみませんか？

※詳しいレシピをご希望の方は当院健診センターにて配布しています。健診受診の際には、ぜひご利用ください。