

特集
ストーマ外来

はなし × ちくば

チクバ外科広報誌 VOL.33
2024.DECEMBER



特集 ストーマ外来



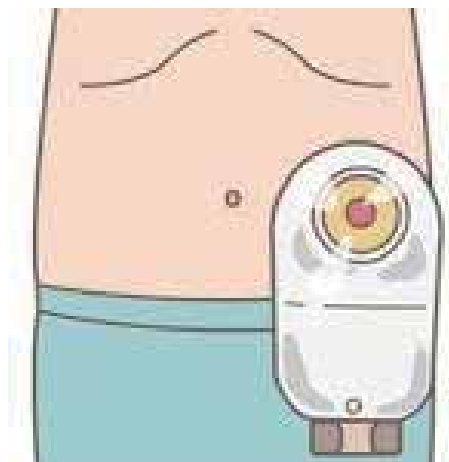
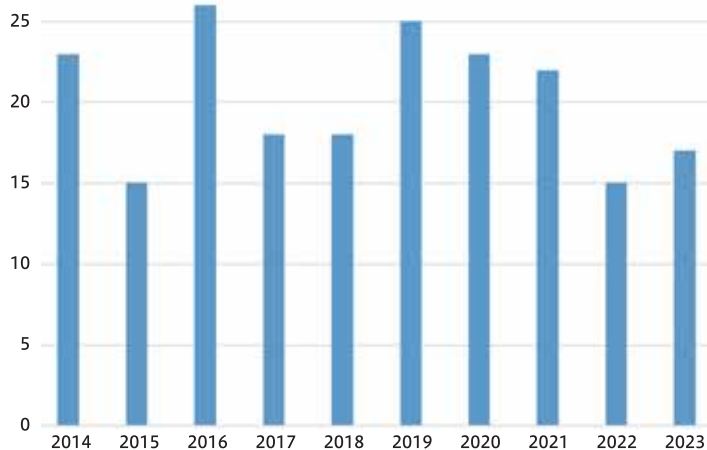
手術によってお腹に作られた、便や尿の新しい排泄口（人工肛門、人工膀胱）の事です。ストーマは肛門や膀胱とは違って、我慢をすることができず、自然に便や尿が出てしまいます。そのためにそれらの排泄物を受ける専用の袋を装着する必要があります。（図1）

ストーマは傷口ではありません。粘膜でできていて、赤く、柔らかく、触っても痛くありません。お風呂に入っても、ストーマからお湯は入りませんし、バイ菌も入りません（消毒は不要）。ストーマを造設した後も食事、運動、入浴などの生活に大きな制限はなく過ごすことができます。

ストーマを作る可能性のある疾患

- ・ 悪性腫瘍
 - （直腸癌・大腸癌・肛門管癌、多臓器癌による浸潤など）
 - ・ 潰瘍性大腸炎
 - ・ クローン病
 - ・ 小児疾患
 - （鎖肛、ヒルシュスプルング病、新生児壊死性腸炎）
 - ・ 外傷
 - ・ 穿孔
- などがあります。

当院におけるストーマ造設件数



（図1）

ストーマ外来は、ストーマを造設した患者さんが、順調に身体・心理・社会的な適応ができるようにサポートをするための外来です。ストーマを造設した患者さんは、退院してから新しい排泄管理の環境が始まりますが、退院後の生活環境や体型の変化に伴い様々なトラブルを起こすことがあります。ストーマと共に生きていく事を余儀なくされた患者さんが、以前のような生活ができるよ



う長期的にサポートを行っています。

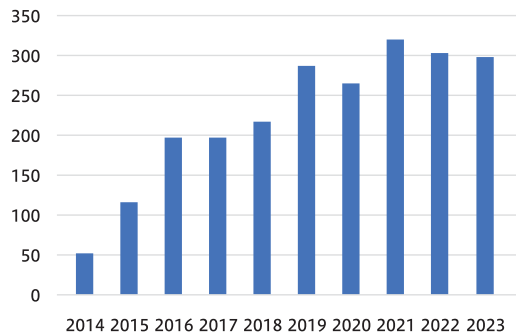
ストーマ外来は毎週水曜日、外来の診察室で行っています。同じエリアに医師、薬剤師、医療ソーシャルワーカーがおりますので、様々なトラブルに対して相談していただきやすい環境です。ストーマ外来の開設当時は年間50名程度だった患者さんの数は、開設10年目の2023年には300名を超えており、大きな役割を担っているのだと実感しております。また、皮膚・排泄ケア認定看護師(WOCN)が担当していることもあり、ストーマだけではなく、創傷、褥瘡、失禁(特に直腸癌術後)、瘻孔の相談にえられる件数も増えており、専門的な外来の需要が高まっていることを感じます。

昨今は、治療を終えて、あるいは治療の途中でも「住み慣れた地域」へ戻っていく症例が増えてきており、在宅医療のニーズも高まっています。在宅医療でのストーマトラブルの多くがストーマ周囲皮膚障害、便漏れですが、どこに相談すればいいのか、患者さんがどういう対処をすればいいのか困っていらっしゃることもよくあります。当院では2019年より、近隣のWOCNと一緒に地域の在宅ストーマセミナーを開催しています。また

在宅医療機関のスタッフに向けた「岡山在宅ストーマセミナー」の講師を当院のWOCNもさせていただいております。このセミナーを通して在宅医療関係者の方々にストーマの基本的な知識、トラブルの対処法、相談窓口などの情報を発信していく事も、当院の大きな役割だと感じています。今後は訪問看護師と協働し、在宅で患者さんを看る「同行訪問」も行っていきたいと考えています。

在宅の支援で求められることは、「自分らしさ」を大切にして家族を含めた生活を支援していく事です。医療機関・在宅医療で役割は異なりますが、協力・連携をすることにより「自分らしさ」を大切にすることへつながると考えています。

当院のストーマ外来延べ件数



岡山在宅ストーマセミナーの様子

大腸肛門病専門病院における 「皮膚・排泄ケア認定看護師」 の役割

食べる、そして便として肛門から出す行為は、私たちの生活に欠かすことのできないことです。当院には何らかの疾患が原因で、それらが妨げられ、当たり前の生活ができなくなった患者さんが多く来られます。ストーマだけでなく直腸癌術後の排便障害、スキントラブル、褥瘡などに対して専門的なケアを提供することがWOCNの役割です。また、良い医療を提供するために、医師を始め、薬剤師や管理栄養士、医療ソーシャルワーカー、事務スタッフなどの多職種連携が必須であり、スタッフの知識と技術の水準も向上し続ける必要があります。多職種からの意見をまとめたり、スタッフを教育していくこともまた、WOCNの大切な役割だと思っています。

当院のWOCNは、「大腸肛門専門病院」地域に根ざした病院」の専門職として、患者さん、ご家族、在宅医療従事者の困ったときの相談窓口であり、患者さんと家族のニーズに寄り添った専門的看護ができるよう常に学び、進化を続けています。

認定看護師とは

日本看護協会の認定審査に合格し、ある特定の看護分野において熟練した技術と知識を有することが認められた者で、「実践」「指導」の3つの役割があります。皮膚・排泄ケア認定看護師とは創傷（Wound）、ストーマ（Ostomy・人工肛門）、失禁（Continence）を専門とする認定看護師で「WOCナース（WOCN）」と呼ばれています。

ストーマ外来の内容

- 手術前の指導、準備のサポート
- 術後のストーマケアの確認・指導
- ストーマ合併症予防の指導・合併症のケア
- ストーマ用品の紹介・提案
- 支援者へのサポート
- 褥瘡ケア、失禁ケア、瘻孔ケア など



当院で研修されている外科専攻医を紹介する

New Resident

医師
樋口 北斗

Hokupo Higuchi

医師を目指した理由は何ですか？

ドラマの「医龍」や「コードブルー」を見て、人のためになる職業の中でも人の命に直接関わる医師がかっこいいと思ったことがきっかけです。

日頃の診療で心掛けていることはなんですか？

病気や様々なことで悩んでいる患者さんに対して、日常診療で忙しい中でも思いやりをもって丁寧に対応することです。表情や言葉使いも含めて、患者さんに心を開いてもらえるようなふるまいを心がけています。

チクバ外科で働かれて、どうでしたか？

内視鏡や手術件数の多さには驚きました。午前中に内視鏡、午後には痔核、痔瘻や消化器癌の手術に携わりましたが、特に内視鏡に関しては同期の消化器内科専攻医よりもたくさんさんの症例を担当させていただきましました。

仕事にやりがいを感じる時はどんな時ですか？

病気でつらい思いをされている患者さんが、治療によって回復して日常生活に戻っていく時です。当然すべての患者さんがいい転機を迎えられるわけではありませんが、少しでも患者さんの人生をサポートしてあげたいと考えています。

日々命と向き合われ、神経をつかうと思いますがリフレッシュ方法を教えてください。

テレビやYouTubeで生き物の動画を見ることです。虫や植物、水生生物、動物が好きで、幼少期から本を読むより図鑑を見る派でした。趣味でダイビングもしていて、撮った水生生物の写真をスマホの待ち受けにしています。

最後に今後の抱負を教えてください。

まだまだ未熟で不甲斐ない部分がたくさんあり、外科専門医、消化器外科専門医、内視鏡外科技術認定医取得など一人前の外科医になるまで先は長いですが、多忙な中でも日々患者さんを思いやることを忘れずに、精進していきたいと思います。

期待のニューフェイス

木口 綾子 Ayako Kiguchi

事務部 医事・システム担当

趣味・ストレス解消法

うさぎグッズ収集

好きな言葉

大器晩成

仕事へのこだわり

迅速かつ丁寧な対応を心掛け、日々精進してまいります。よろしく願い致します



STAFF

スタッフ紹介

期待のニューフェイス

相木 玲美 Remi Aiki

看護部 病棟

趣味・ストレス解消法

スキダイビング 旅行

好きな言葉

やらない後悔よりやって後悔

仕事へのこだわり

患者さん、ご家族さんの思いに寄り添った看護ができるよう心掛けています



期待のニューフェイス

家島 美幸 Miyuki Ieshima

看護部 外来

趣味・ストレス解消法

野球を頑張る子どもの応援をするのが週末の楽しみです

好きな言葉

千里の道も一歩から

仕事へのこだわり

患者様・ご家族様の心に寄り添えるよう、丁寧な対応を心がけていきます



期待のニューフェイス

濱村 友貴 Yuki Hamamura

看護部 病棟

趣味・ストレス解消法

世界各国でカレー!カレー!カレー!

好きな言葉

幸せを守るのではなく 分けてあげる

仕事へのこだわり

いつでも心穏やかに、笑顔で居られるように意識しています



期待のニューフェイス

宮武 奈緒 Nao Miyatake

看護部 病棟

趣味・ストレス解消法

水彩画、映画鑑賞

好きな言葉

明朗快活

仕事へのこだわり

患者さんの心に寄り添い丁寧な関りができるよう心掛けています



期待のニューフェイス

小野 滉太 Kouta Ono

栄養課

趣味・ストレス解消法

読書、美味しいものを楽しむこと

好きな言葉

人生楽しく笑顔で

仕事へのこだわり

患者さんやスタッフの方々に

美味しい食事を作れるように頑張ります



期待のニューフェイス

小野 美津子 Mitsuko Ono

栄養課

趣味・ストレス解消法

花や植木等の手入れ、テレビ鑑賞

好きな言葉

生きてるだけで丸儲け

仕事へのこだわり

分からないことは教えて頂きながら、

スムーズに仕事出来る様に心掛けています



「垂水研一院長 就任披露パーティー」開催

2024年8月4日(日)、ホテルグランヴィア岡山にて「垂水研一院長 就任披露パーティー」を開催しました。コロナ禍でなかなか顔を合わせる機会が減っていた中、久しぶりの再会を喜ぶ同窓会のような雰囲気です。80名近いご参加をいただきました。ありがとうございました。



医療事情いま昔

こうもん

肛門診療四方山話

Medical Circumstances

名誉院長 瀧上 隆夫



故 竹馬浩先生追悼 先生の知られざる世界

「麻雀こそ人生の縮図」(3)

岡山県高梁市の高梁中央病院開設者のご子息で、その後浜松市のM病院で勤務、現在は東京在住のT先生は、麻雀に懲りて、高梁の鮎（高梁は鮎の産地）よりも浜松の鰻の方が食べやすいと思われたのか、浜松へ這う這うの体で逃げて行かれたのでした。

そして、それよりも問題だったのは麻雀の間の食事です。タバコの煙の中で麻雀をして興奮しながら食べる食事は20数年間いつも同じメニューで、近くの『寿司岩』という寿司屋の「特上の握り寿司」でした。せいぜいシンコ巻きか、きゅうり巻きくらいにしておけば良かったのですが、一般的には値の張る特上握り寿司を、週に3〜4日毎回、いくら「継続は力なり」といえども20数年間食べ続ければ、コレステロール値は上がり、動脈硬化は来るでしょう。あの麻雀の強豪、先が読める竹馬先生が、これは読めなかったのでしょうか。先生は平成3年57歳の時に解離性動脈瘤、平成5年59歳の時に心筋梗塞という二度の大病に侵されました。皮肉にも、その二回とも麻雀を

した直後の出来事でありました。そして、最初の解離性動脈瘤の時の当直医は前述のN先生で、負け分を支払った上に、徹夜で診察までされたのでした。本当にN先生ありがとうございました。竹馬先生もN先生のことを命の恩人と思っておられました。

竹馬先生は、この鬼の霍乱ともいえる二つの大病を、粘り強い勝負運に恵まれ、奇跡的に克服され、生涯我々後進をご指導いただきました。この事こそが、先生のモットーであるところの「麻雀こそ人生の縮図である」ということの証明であり、人生には実力とツキと運がいる、という真実が如実に現れていると思います。先生は大病後、麻雀卓（台）は勿体なくもあつさり焼き捨て、その後5年間は麻雀のマの字も口にすることはなかったのです。その徹底ぶりは我々後輩も、何かにつけ見習う姿勢でありました。

今回、竹馬先生の知られざる姿のほんの一部を紹介させていただきましたが、竹馬先生は「こだわり」の美学を地（痔）でいられるような先生でした。その先生のエネルギーこそが、今のチクバ外科へと育て上げたのだと思います。酷暑で節電が騒がれた近年の夏、今なら喉から手が出るほど欲しいエネルギーであったのではないのでしょうか。（つづく）

管理栄養士が オススメする メニュー

豆乳うどん

材料 (1人分)

- うどん 1玉
- 鶏ミンチ 100g
- 白菜 100g
- ごま油 小1・1/2

「豆乳つゆ」

- 水 200cc
- 白だし 大2
- みそ 大1
- しょうゆ 小1
- 鶏ガラスープの素 小1/2
- みりん 小1
- 白ねりごま 大1/2
- 調整豆乳 200cc

「トッピング」

- 白髪ねぎ 適量
- 貝割れ 適量
- ミニトマト 1個
- 白ごま 適量
- ラー油 お好みで



Medical recipes

栄養価 (1人分)
エネルギー：670kcal
蛋白質：37.4g
脂質：30.3g

作り方

STEP
01

鍋にごま油を熱し、
鶏ミンチを入れ白くなったら、
白菜（短冊切り）を加えて軽く炒める。

STEP
02

STEP①に豆乳つゆの材料を
入れて加熱し、煮立たせる。

STEP
03

ゆであうどんを器に盛りSTEP②を入れ、
トッピングの材料を盛付け、
お好みでラー油をまわしかけて出来上がり。



一口メモ

うどんのルーツは諸説ありますが奈良時代に中国から伝来した唐菓子〔からくだもの〕の一種の「こんとん」であると言われています。「こんとん」とは小麦粉を加工して作られたあん入りの団子のようなものです。やがてこの「こんとん」を温かい汁に入れて食べるようになり「温飩〔おんとん〕」と呼ばれるようになります。それが転じて「うんとん」→「うどん」になったと言われています。

うどんは小麦粉と水と塩だけでできています。もちっとした弾力と、ツルツルとした食感は、小麦粉のデンプンとたんぱく質（グルテン）と、水と塩の絶妙な組み合わせによるものです。小麦粉に塩水を加えてこねることで、網目構造で生地をつなぐグルテン組織が強力にしっかりと形成され、あのうどん独特のシコシコツルツルの食感が生じます。いつもとは一味違う豆乳味のうどんをぜひ試してみてください。（担当：調理師 大迫）

ACCESS

当院へのアクセス方法

高速道路から

瀬戸中央道の水島インターで「玉野岡山方面」出口から一般道へ。二つ目の信号交差点「郷内」を右折し、すぐ次の信号を左折（水島インターより約3分）。

一般道から

県道児島線（21号線）を児島方面へ向かい、水島インター手前のガソリンスタンド（ENEOS）のY字路左側。

JRでは

JR瀬戸大橋線の茶屋町駅で下車、タクシーで約10分。

バスでは

倉敷駅前バスステーション6番ホームから下電バス「JR児島駅行き（天城線）」で約40分。「チクバ外科前」バス停にて下車、徒歩約1分。



 **チクバ外科**
胃腸科・肛門科病院

〒710-0142 岡山県倉敷市林2217 TEL 086-485-1755 FAX 086-485-3500

[診療受付時間] 午前 8:15~11:30 / 午後 12:30~17:00 ※ストーマ外来 予約制

<http://www.chikubageka.jp>

はなし×ちくば

チクバ外科胃腸科肛門科病院 広報誌
第33号 2024年12月発行

広報誌「はなし×ちくば」は、患者さんや医療従事者の皆さんに専門性の高い医療活動をより分かりやすく紹介しています。
タイトルのとおり「はなしかける」ように発信することで、よりよい関係を築いていくことを目指します。

今回の特集は「ストーマ外来」です。
皮膚・排泄ケア認定看護師が開設する「ストーマ外来」について紹介させていただきます。
消化器の専門病院として「人工肛門の造設と管理」は避けて通れない分野です。
患者さんの気持ちに寄り添い、医師にはなかなか伝えにくいことも相談しやすい雰囲気好評です。地域の医療機関や施設から様々な相談が寄せられ、在宅セミナーなども積極的に行っています。気になることなど何でもお気軽にお問い合わせ下さい。



編集後記