



令和 4 年 4 月 1 日 発行
KKR 札幌医療センター
〒062-0931
札幌市豊平区平岸1条6丁目3-40
電話 (011) 822-1811
<http://www.kkr-smc.com>

(2022-4号)

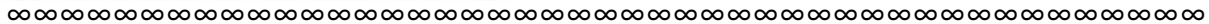
理 念

“病院は人”のところで、活力ある病院。選ばれる病院を創ります
生命の尊厳を保ち、健康の回復につくします
温かな配慮で安寧(あんねい)につくします

基本方針

1. “生活の質”向上に重きをおく医療を心がけます
2. 安全を確保し、時代を先取りした医療を推進します
3. 患者さんの声に耳を傾け、分かりやすく説明します
4. 医療の情報を進んで開示します
5. 地域に信頼される医療を目指します

4 月 (卯月) のこよみ	
4 月 1 日 (金)	エイプリルフル
4 月 18 日 (月)	良い歯の日
4 月 29 日 (金)	昭和の日



耳鼻咽喉科のできもの（腫瘍）について

耳鼻咽喉科 今井良吉

耳鼻咽喉科は中耳炎や副鼻腔炎（ちくのう症）、アレルギー性鼻炎、扁桃炎などの、耳・鼻・のどの診察・治療を行なっておりますが、それ以外に首やのどのできもの（腫瘍）の診察も行なっています。今回は耳鼻咽喉科で診察・治療をおこなう腫瘍および癌について紹介させていただきます。

① 甲状腺腫瘍

甲状腺は首の前にある、体に必要な甲状腺ホルモンを作っている場所です。この場所にできたものが甲状腺腫瘍です。大きくならないとあまり症状が出ることはありませんが、小さいものでも悪性のものがあります。喉に違和感を感じる場合や、首の前がはれてきた場合など気になる場合には耳鼻科を受診してください。苦痛のないエコー検査にて診察させていただきます。

② 唾液腺腫瘍（耳下腺腫瘍・顎下腺腫瘍）

唾液（つば）を作る場所は体の中に数カ所あり、耳のまわりにある耳下腺、あごの下にある顎下腺が主なものになります。この場所にもできものができる場合があります。多くは良性のできものですが、悪性のものもあります。また良性のものが大きくなってくると悪性になるものもあります。首がはれてきた感じのある方はぜひご相談ください。まずはエコー検査にて異常がないかチェックいたします。

③ のどの癌

のどの癌は、声を出す声帯にできる喉頭癌と咽頭がんに分けられます。喉頭癌の主な症状は“声がれ”で咽頭癌の症状は“のどの痛み”や“違和感”です。なかなか改善しないこれらの症状が続く場合は、ぜひご相談ください。細いカメラにて検査を行います。

④ 舌の癌

舌にも癌ができることがあります。なかなか良くならない口内炎の場合には舌癌の可能性があります。口内炎が改善しない場合には耳鼻科にての診察をお勧めいたします。

当院は≪敷地内全面禁煙≫となっております

不眠症について

一時的な不眠は誰にでも起こりうることで、特に心配はいりません。

不眠のタイプには入眠障害、中途覚醒、早朝覚醒、熟眠障害があります。

自分でできる対処法、例えば眠くなってから寢床に行く、決まった時間に起床するなどありますが、それでも改善せず お困りであれば医療機関で相談し必要であれば薬による治療となります。

睡眠薬について

睡眠薬にはどのような印象をお持ちでしょうか？

現在使われている薬は作用の違いから 2 種類に分類されます。

【脳の活動を抑える睡眠薬】

1. ベンゾジアゼピン系薬 (ハルシオン・リスミー・デパスなど)

脳の興奮を抑えて休ませ、不安や緊張を和らげ筋肉をほぐすことで、眠りやすい体内環境にします。

- 超短時間型～長時間型に分類されます。
- 筋肉の緊張を緩める作用があるので、ふらつきが現れることがあります。注意が必要です。

2. 非ベンゾジアゼピン系薬 (マイスリー・アモバン・ルネスタ)

同様に働きますが催眠作用に選択性が高く、不安を和らげ筋肉の緊張を緩める作用は弱くなっています。

- 作用時間の短い薬が多いです。

【自然な眠気を強くする睡眠薬】

3. メラトニン受容体作動薬 (ロゼレム)

体内時計を調節するホルモンであるメラトニンの分泌を促し、眠気をもたらします。

- 筋肉の緊張を緩める作用がないため高齢者の方にも使いやすいです。

4. オレキシン受容体拮抗薬 (ベルソムラ・デエビゴ)

脳内の覚醒ホルモンであるオレキシンの作用を抑えます。

高まった覚醒を抑えることにより、睡眠に切り替わることを助け自然な睡眠へと導く薬です。

- 筋肉の緊張を緩める作用がないため高齢者の方にも使いやすいです。
- 食事と同時または食直後に服用すると効果が弱くなる可能性があります。

ベンゾジアゼピン系薬は効き目が早いですが「耐性」や「依存」が起こりやすく急な中止で不眠の悪化や不安症状が現れることがあるので自己判断せず適正な使用が肝心です。一方、自然な眠りを強める睡眠薬は効果が出るまで時間がかかりますが生理的物質の働きを調整するため、安全性が高く近年はよく処方されています。薬の飲み合わせによっては効き目に影響することもありますので、お気軽にご相談ください。