

日本海総合病院／酒田医療センター 広報誌

あきほ

第4号

2009年8月

目次

特集「新型インフルエンザに備える」	2	委員会紹介	6
がん診療最前線「乳がん」	4	トピックス	7
専門外来のご案内	5	医師異動のお知らせ	7
お薬Q&A	6	病院からのお知らせ	8

新型インフルエンザに備える

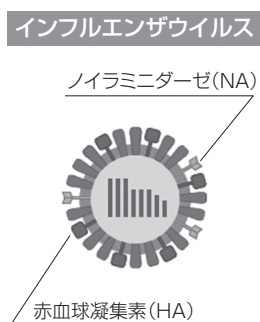
感染症は医学が発展しても完全にコントロールすることができず毎年のようにマスコミに取り上げられています。

最近の例を振り返ってみても、結核、麻疹（はしか）、ノロウイルス、狂犬病等が思い浮かべられます。しかし現在は少々下火になった感がありますが、インフルエンザが話題にならない日はないほどマスコミを賑わせています。そこで、今回はインフルエンザについてお話をしてみたいと思います。

内科部長 齊藤 宗一

◎インフルエンザとは？

例えば鳥インフルエンザH5N1のように表現しています。



例えは鳥インフルエンザH5N1のように表現しています。このうちA型インフルエンザは、動物（鳥や豚）の間で流行していたウイルスが変異して人に容易に感染するようになって起こると言われています。このように変異したウイルスを新型インフルエンザと呼んでいます。

過去にわかっている新型インフ

発熱、頭痛、全身倦怠感、筋肉痛、関節痛が突然現れ約1週間で軽快するウイルスが原因となって起こる病気です。インフルエンザウイルスは大きく分けてA、B、Cの3種類あり、毎年流行するのはAとB型です。さらにA型はウイルスの表面にある抗原（突起のようなもの）で分類されます。抗原はH（赤血球凝集素）とN（ノイラミニダーゼ）の2種類あり、さらにHは16種類、Nは9種類ありそれぞれ番号がつけられています。

◎新型インフルエンザとは？

毎年のように秋から冬にかけて流行するインフルエンザは季節型インフルエンザと呼んでおり、A

ルエンザはスペインインフルエンザ、アジア型インフルエンザ、香港型インフルエンザがあり、香港型インフルエンザが出現してから40年ほど出現していなかったこと

から新型インフルエンザはいつ来てもおかしくないと言われています。2年ほど前から、鳥の間で流行しているインフルエンザウイルスが新型に変異するのではないかと恐れられていましたが、今回、豚の間で流行していたインフルエンザウイルスがヒトの間で容易に感染するようになり、アメリカ、メキシコ、南半球を中心に世界に広がって、新型インフルエンザ（豚由来インフルエンザA H1N1）発生が確認されました。鳥インフルエンザの死亡率は約70%と非常に高くなっていますが、今回流行している新型インフルエンザの死亡率は現在のところ0.5%程度と言われています。季節型インフルエンザは例年夏季に患者数が減りますが、今回の新型インフルエンザの患者数が増加し続けているのは気になることです。

なお、海外渡航歴があつて新型インフルエンザを発症した患者さんは20%程度しかないとされているため、8月1日以降は、発熱外来が中止となり一般の医療機関でも診察を行うようになりました。

◆新型インフルエンザの感染が疑われる方への日本海総合病院の対応

●診療科

…内科、小児科、救急科

●感染防止対策

…マスク着用、待合分離

※感染の可能性がある方は受付でお申出ください。

◎新型インフルエンザの症状は？

発熱（通常38℃以上の高熱）頭痛、全身倦怠感、筋肉痛、関節痛が突然現れ咳や咽頭痛を伴い季節型と変わらないと言われていますが一部に下痢、嘔吐等の消化器症状を伴うとされています。

また、ほとんどが重症化しないと言われていますが、慢性呼吸器疾患、慢性心疾患、糖尿病などの代謝性疾患、腎機能障害、ステロイド内服などによる免疫機能不全のある患者さん、妊婦、高齢者、幼児は重症化する可能性があります。注意が必要です。

◎新型インフルエンザの予防は？

その前に感染経路について知っておきましょう。主な感染経路は飛沫感染といって、咳、くしゃみをした際に撒き散らされたウイルスを吸うことにより感染します。

撒き散らされる距離は2mといわれており、感染を防ぐには人の多く集まる場所になるべく行かないようにすることです。また、感染した人がマスクをすればウイルスの飛び散る量を減らすことができます。それから、咳、くしゃみをするときは口をティッシュで覆い横を向く、咳エチケットを身につけましょう。

もう一つの感染経路は接触感染といって、咳やくしゃみで飛んだウイルスがテーブルなどの表面について、それを他の人が触り鼻や口に触れてしまい感染するものです。このため食事の前には手洗いを十分にすることが肝要です。

今回の新型インフルエンザは季節型と同様に秋から冬にかけて流行がさらに広まると考えられています。症状が悪化しないために日

頃から十分に休養をとって体力をつけ、バランスよく食事をとることが大切です。

感染予防のポイントには咳エチケットと手洗いです。大流行に備えて今から準備しましょう。



急な発熱と咳（せき）またはのどの痛み

受診の際はマスクを着用して！

インフルエンザかもしれない？

そう思った方は？

必要に応じて、医療機関を受診してください。医療機関を受診せずに療養する人は、熱が出なくなってから2日間は外出しないように心がけてください

発熱患者の診療をしている医療機関がどこにあるかわからない方

保健所（発熱相談センター）または市町村（健康担当課などの相談窓口）に電話をかけて、どの医療機関に行けばよいか相談しましょう

発熱患者の診療をしている最寄の医療機関がわかっている方

発熱患者の診療をしている医療機関に電話をして、受診時間などを確認しましょう。事前に電話をしないまま、直接行かないように気をつけましょう。

慢性疾患など持病があってかかりつけの医師がいる方

かかりつけの医師に電話して、受診時間などを確認してください。事前に電話をしないまま、直接行かないよう気をつけましょう。

妊娠している方

かかりつけの産科医師に電話して、受診する医療機関の紹介を受けましょう。産科医師が紹介先にあなたの診療情報を提供することがあります。

呼吸が苦しい、意識がもうろうとしているなど症状が重い方

なるべく早く入院設備のある医療機関を受診しましょう。必要なら救急車（119番）を呼びますが、必ずインフルエンザの症状がある事を伝えてください。

資料作成：山形県保健薬務課

乳がんのお話

増えている乳がん

大変残念なことです。日本人女性の中で、乳がんの患者さんは年々増えつづけています。年齢調整罹患率では、平成6年に胃がんを抜いて第1位になり、現在、日本人女性の20人に1人が乳がんを経験すると言われています。日本人の乳がんの特徴として、40～50

歳代の、いわゆる『働き盛り』の患者さんが多いことが挙げられます。みなさんのご家族・ご友人など、親しい方が乳がんの治療を受けられた経験をお持ちの方も少なくないのではないのでしょうか？

診断方法

一口に乳がんといっても、誰が触ってもわかる「しこり」を形成するものもあれば、「何となく硬いな」という程度のも

の、また専門家が触ってもどうしてもわからない「非触知乳癌」もあります。特に最近では、マンモグラフィ検診が普及し、従来の触るだけの検診では見つからなかった小さな（早期の）乳がんも増えています。また、マンモグラフィの微細石灰化像で異常を指摘された場合、従来は3～4cmの傷をつけてその部分を手術で摘出し、診断していましたが、最近はマンモトームという最新の器械を用い、4mmの小さな傷で吸引生検する方法が確立してきました（イラスト）。



＜マンモトーム生検の方法＞

小さな傷で正確な診断がつくわけですから患者さんには大変な朗報です。

治療方法

乳がんの診断がつけば、15年くらい前まではどんなに小さな乳がんであっても乳房を全部切除する手術が行なわれていました。しかし欧米で行なわれた臨床試験により、乳房を全部とつても、しこりの周りだけ部分切除しても、治療成績に差が無いことが明らかとなりました。一般的には、しこりが3cm以下の大きさで、かつ多発していない場合、乳房を残す手術の適応となります。最近では、しこりが大きい場合でも、術前化学療法（抗がん剤の点滴）を行って、しこりを小さくしてから温存療法を行う方法もあります。

（平成20年度当院乳房温存率77%）

最新の治療

乳がん手術の際は、わきの下のリンパ節も摘出しますが、以前のように全部切り取らなくても、わきの下の入り口にあるリンパ節だけを取ってきて調べる方法（センチネルリンパ節生検）が普及してきました。腕からのリンパの流れを温存することができると、術後に腕のむくみで苦しむことが多かった従来の手術法に比べ、患者さんにやさしい治療法と言えます。

このように乳がんを取り巻く世界は日進月歩で、次々に新しい診断法・治療法・お薬が開発されています。乳房に関し何か心配事がありましたら、いつでも乳腺外科にご相談ください。最後に、症状の何もない元気なあなた。ご自身のために、またご家族のために、ぜひマンモグラフィ検診を受けてください。

乳腺外科副部長 天野 吾郎

専門外来のご案内

《禁煙外来》

◆ 受付方法…電話予約

◆ 診療日…予約時に調整

◆ 開設場所…日本海総合病院
内科外来

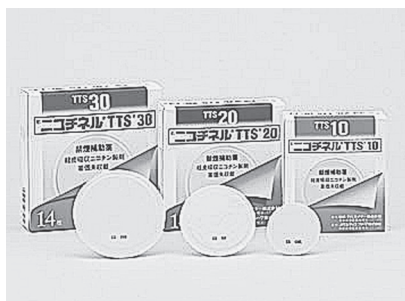
◆ 担当医…内科副部長 齋藤 弘

たばこがやめられないのはニコチン依存症＝薬物依存症のためです。煙の中のニコチンは肺より速やかに血液に入り脳に作用し、快楽物質（ドパミン）が放出され、快感を生じさせます。このドパミンによる快楽を繰り返し体験したために喫煙するのです。

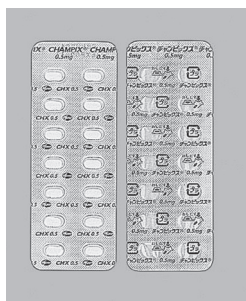
禁煙外来はニコチン依存を断つ治療法を提案、提供します。治療は貼付剤のニコチンパッチと内服薬のニコチン拮抗剤（バレニクリン）の2つの方法があり、治療期間は12週間程です。貼付剤による方法はニコチン補充パッチを徐々に小さくしてやめていきます。一方、バレニクリンはニコチンの

代わりに脳に作用し、快楽を感じさせないようにしてしまいう薬です。治療を受けた方はたばこをおいしいと思わなくなることです。バレニクリンはニコチンパッチに比べ禁煙成功率が高い方法と評価されています。

最も大切なことは禁煙する意志です。禁煙を決意して受診する、それだけで禁煙に成功したも同然です。



ニコチンパッチ



ニコチン拮抗剤

《脊椎外来》

◆ 受付方法…整形外科外来での完全予約制

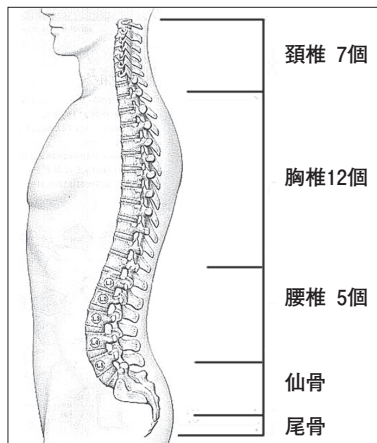
◆ 診療日…毎週火曜日
(午前9時～午後3時)

◆ 開設場所…酒田医療センター
整形外科外来

◆ 担当医…整形外科部長
尾鷲和也

酒田医療センター整形外科では脊椎外来を行っています。

脊椎は7つの頸椎（くびの骨）、12の胸椎（肋骨のある背中の骨）、5つの腰椎（こしの骨）および仙骨からなり、それぞれの骨は椎間板という軟骨によってつながっています。



また、脊椎の中には脳からの命令を手足に伝える脊髄や神経根が通っています。椎間板等が加齢現象等によって不安定になると腰や首の痛みが出たり、また脊髄や神経の圧迫により、手足のしびれや神経痛、筋力低下、長く歩けない、ふらつくなどの歩行障害、時には頻尿や尿が出にくいなどの症状も出てきます。

ところが、このような症状は脊椎だけが原因ではなく、脳や末梢神経（手足の神経）の異常でも同様の症状がおこる場合があります。その場合は治療法が全く異なります。脊椎外来では症状の原因を、病歴、身体所見、レントゲンやMRIなどの画像、神経ブロックや関節ブロックなどを用いてできるだけ正確に診断し、手術的治療や専門的な観察が必要かどうかを見極めることに力を置いています。

脊椎の診察は、手足の感覚、筋力、腱反射、症状誘発テスト、画像所見などを丁寧に見る必要があります。一人一人の診察に時間がかかるため完全予約制となっています。

連載

お薬Q&A



Q 薬を飲む時に、水以外の飲み物で服用しても問題ありませんか？

A 一般にお薬は水またはぬるま湯で飲むこととされています。

他の飲み物で薬を飲むとどのような問題があるのかまとめてみました。

《牛乳》

一部の抗生剤は牛乳などのカルシウムを多く含む飲み物と一緒に飲むと、吸収が妨げられるため効果が弱くなる場合があります。また、腸溶錠と呼ばれる腸で薬がとけるように表面にコーティングが施してある錠剤は、コーティングがとけて効果が弱まってしまったり、胃を荒れさせてしまうことがあります。

《お茶・コーヒー》

以前は、鉄剤はお茶では飲まないこと、と言われてきました

が、最近では問題ないと言われています。ただし、お茶やコーヒーにはカフェインが含まれており、カフェインには中枢神経興奮作用があるので、注意が必要な薬もあります。

《グレープフルーツジュース》

高血圧や狭心症に用いられるカルシウム拮抗剤や、免疫抑制剤等の薬の作用を増強させます。グレープフルーツの薬に対する影響は長時間持続するので、薬の服用前後に限らず極力とらないようにしてください。

《アルコール》

一緒に服用しないでください。薬の作用が強くなりすぎて、危険な場合があります。

これら以外にも薬と飲み物の間には多くの相互作用が報告されているため、薬は水またはぬるま湯で飲んだほうがいいでしょう。

詳しいことについては、薬剤師にご相談ください。

委員会紹介 第2回

「褥瘡対策委員会」

酒田医療センターの褥瘡対策委員会では、褥瘡をつくらないために、また、褥瘡を早く治すためにチームを組んで活動しています。活動する職種は幅広く、医師、皮膚・排泄認定看護師、看護師、薬剤師、管理栄養士、事務職員で構成しています。主な活動は、週1回の褥瘡回診と褥瘡予防ケアの普及です。

褥瘡ケアのポイントを簡単に紹介します。

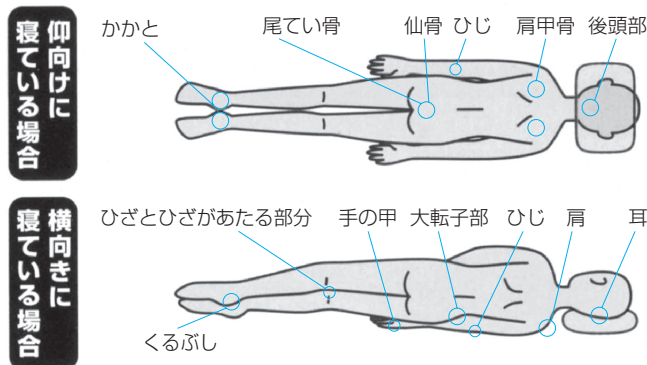
【褥瘡(床ずれ)はなぜ起るの?】

健康であれば、寝ている間でも無意識のうちに寝返りをうって、体圧(体重による圧)が一定の場所に長時間かかるのを防いでいます。ところが、それができないと皮膚の栄養障害がおきて、皮膚が死んでしまった状態が「褥瘡」です。皮膚の赤みは褥瘡のはじまりで要注意です。日ごろから皮膚の状態を見ておくことが変化に気づく第1歩になります。

【褥瘡予防の智慧】

●骨が出っぱった部分に体圧が集中しないように、クッションを使って体の向きを変えたり、エアーマットレスを上手に使いましょう。
●全身の皮膚を清潔に保ちましょう。入浴はとて良いことです。おむつの場合は皮膚が湿りやすく注意が必要です。
●褥瘡予防には栄養のバランスが大切です。特にお年寄りにはたんぱく質が不足しがちなので積極的に食べましょう。

【褥瘡になりやすいのはどんなところ?】



新しく導入された医療機器

酒田医療センターでは、肝臓がん治療の件数の増加から新しい超音波診断装置を増設しました。この最新の超音波診断装置は通常観察、造影エコーに対応し、穿刺処置等を行う場合、CT等のデータを取り込み、超音波ガイド下支援機能の搭載により、より正確に、より安全に、より高度な治療が行えるようになりました。



地下水利用開始

日本海総合病院では敷地内に設置した地下水浄化システムの運用を開始しました。これにより大規模災害時の水源確保と、被災者に対する飲用水の供給（1日32,000人分）が可能となったうえに、年間約600万円の水道代を削減することが可能となりました。



甚句流し踊りパレードに参加

酒田の夏の夜を彩る「酒田湊甚句流し踊りパレード」。今年新調した半纏と浴衣に身を包み、参加団体中最多の300名に及ぶ踊り手が、元気にあでやかに踊りました。



【時間があつたらやりたいこと】
ゴルフとサッカー

【前任地】
山形大学医学部



初期研修医
とよ 豊野 修二

《酒田医療センター》

◆ 転入者

医師異動の
お知らせ



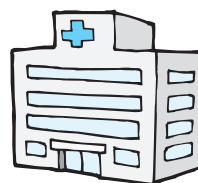
すずらん行事

6月5日、全日空客室乗務員の秋山知佐さん（鶴岡市出身）が日本海総合病院を訪れ「1日も早い回復をお祈りします」と入院患者さんに北海道産のスズランで作ったしおりをプレゼントしました。



認定看護師誕生！

認定看護師とは、特定の看護分野において、習熟した技術と知識を有する者をいいます。このたび、酒田医療センターに、皮膚・排泄ケア分野の認定看護師が誕生しました。今後は、患者さんへの直接的なケアとともに研修会などを行い、看護の質の向上を目指してまいります。



24時間保育開始

院内保育所「あきほ保育園」で7月から夜間も含めた24時間保育が始まりました。これにより女性医師や看護師が子育てしながら働き続けられる職場環境が整い、優秀な医療職員の確保につながるものと期待されます。



病院からのお知らせ

緩和ケア講演会のお知らせ

「緩和ケア」とは、がんなどの疾患や治療に伴う、体のつらさ、心のつらさ、生活のつらさなど、さまざまな“つらさ”を抱えた患者さんご家族を総合的に支えるケアのことです。日本海総合病院では、地域の緩和ケア推進のため講演会を開催します。がん診療における緩和ケアや在宅ケアについて学び理解を深めていただくため、多くの皆様のご来場をお待ちしております。

- ◆日 時：平成21年11月14日(土)
午後1時30分～午後3時30分
- ◆会 場：ガーデンパレスみずほ
- ◆講 師：医療法人社団 爽秋会 岡部医院
理事長 岡 部 健 先生
- ◆対 象：地域住民
- ◆入 場：無料
(入場希望の方は直接会場にお越しください)

※お問い合わせ先：日本海総合病院 医事課
TEL.0234-26-2001 (代表)

出産を予定されている皆さんへ

日本海総合病院では、出産時の窓口負担を軽減するため、平成21年10月から平成23年3月までの間に産まれる方に、「出産育児一時金等の医療機関等への直接支払制度」をご利用いただきます。

この制度は、保険者から支給される出産育児一時金等を被保険者に代わって医療機関が直接受け取り、出産費用に充てるものです。

詳しくは院内の掲示ポスター又は医事課までお問い合わせください。



臨時・パート(准)看護師募集!

希望の方は、下記の担当までご連絡ください。

- 日本海総合病院
総務課庶務係 TEL.26-2001(代表)
- 酒田医療センター
総務医事課 TEL.23-1111(代表)

給 与	時給1,154円～1,618円 (資格及び経験年数による)
雇用期間	約11ヶ月(更新あり)
勤務形態	日勤又は3交替 (週38時間45分)
加入保険	健康、厚生、労災、雇用
その他	通勤加算あり

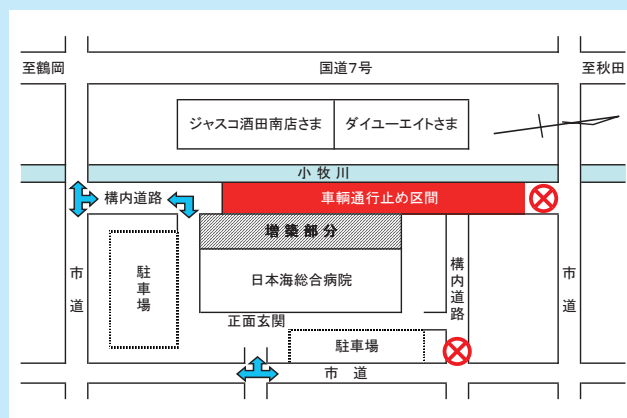
※4時間、6時間パートなど、就業時間をご相談に応じます。

通行止めのお知らせ

法人管理部

増築・改修工事のため構内道路の一部が車両通行止めとなっています。お車でお越しの際は、**正面またはファミリーマート側から**お入りくださるようお願いいたします。

《期間》平成21年5月11日から
平成22年8月31日(予定)まで



編集後記

来春卒業予定の看護学生などを対象とした病院見学会に、昨年を上回る30名近い学生の参加がありました。担当者の説明を真剣なまなざしで聞き入る彼ら、彼女らを眺めていると、ぜひ医療人としての第一歩を当病院で、と願わずにはいられません。今進めている増改築工事が完成すると、総合病院は救命救急センターを備えた648床の病院となります。建物は立派だけど・・・と言われないように、私たち職員も一層の研鑽を積まなければならないと思っています。(高橋)

広報誌「あきほ」 第4号 平成21年8月(季刊) 発行部数:2,500部

編集発行 ● 地方独立行政法 人山形県・酒田市病院機構 広報企画委員会(事務局：法人管理部)
〒998-8501 山形県酒田市あきほ町30番地 TEL 0234-26-2001(代表) FAX 0234-26-5114
URL: <http://www.nihonkai-hos.jp/> E-mail: kanribu@nihonkai-hos.jp
印刷 ● 株式会社 光印刷