



メディカルナウ 34



岸の浦だより

Medical Now



マスコットキャラクター
ホタ дажん

基本理念

地域社会・地域住民に良質で安全な医療を提供し、「大切な人を安心して任せられる病院」として信頼されるよう努力する。

基本方針

- (1) 信頼で結ばれた「病める人」中心の医療を提供する。
- (2) 最適・最良の医療を全ての人に平等に提供する。
- (3) 地域の医療機関と連携し、生涯にわたる継続的な医療を提供する。
- (4) 医療の充実・発展のために日々研鑽し、将来の医療を担う優れた医療人の育成に努める。



第
34
号

2013年1月

九州厚生年金病院

日本医療機能評価機構認定病院



年頭のご挨拶

九州厚生年金病院
院長 多治見 司



明けましておめでとうございます。

今年も当院のご利用を宜しくと言いたいところですが、皆さんに、健康に注意され、ご利用の機会が出来るだけ少ない事を祈っています。

ところで、少子高齢化の事が報道されない日はない昨今です。確かに頭の痛いことではあり、今後も現在の生活、医療、福祉水準をそのまま維持することはとても大変どころか、恐らく無理でしょう。でも、もし皆が少し考え方を変えることが出来れば何とかなるかもしれません。およそ半世紀前には、今のような便利で快適な時代は漫画の世界でしかありませんでした。そんな時代、皆、不幸せだったのでしょうか？現代は物が溢れ、お金を出せば何でも手に入る時代ですが、果たして、皆幸せでしょうか？以前に比べ、人の心は荒み、関係も希薄で、精神的に病む人が大幅に増えているのではないでしょう？

人の欲望には際限がありません。一つ得れば2つ、隣人が持てば自分も欲しくなります。しかし、形あるものには限りがあり、全ての欲望を満足させることはできません。解決策は、大きく分けて2つあると思います。一つは科学の力を借りること。つまり、資源の効率的な利用や、新しい資源・方法を探し出すことで、より多くの欲望を満たすこと。もうひとつは欲望そのものをコントロールすることです。ただ、科学の力を頼みにするには時間と費用がかかり、自ずと限界もあります。だとすれば、結局、各々が「まあ、これくらいで良いか。もう十分。」と考えなければ、需給のバランスは保てません。

心の安寧も得られないし、きっと諍いも絶えることはないでしょう。科学者には頑張ってもらいたいと思いますが、我々は、科学頼みだけでは危険も伴うことを、先の震災で知りました。

京都、龍安寺にある水戸光圀公の寄贈とされる蹲踞（つくばい）の文字はご存じの方も多いでしょう。「吾唯足知」。“満足を知らないければ、どんなに豊かであっても、人は幸せになれない。”とでも意訳すればよいのでしょうか。戦後からの奇跡の復興、Japan as No.1という繁栄期を経験し、あまりにも日本人は物質的な豊かさに囚われ、傲慢になったのではないでしょうか？つつましい中に本当の生きる意味、幸せを見出すべきかもしれません。自律心を持つことが肝要だと思います。政治など、他をあてにせず、今こそ、この4文字の意味を皆が考え、少しでも自ら実践する時のように感じます。



さて、当院では今年5月に新館、駐車場棟が完成予定で、これまでのご不自由がいくらか解消できるのではと期待しています。引き続き本館の増改築に取り掛かる予定で、完成までにはまだまだ時間がかかりますが、全てが終わる26年春には、新機構（地域医療機能推進機構）移行と合わせて、一層機能の充実した病院として再出発したいと考えています。

今後も職員一同、皆様に信頼され納得して頂けるよう、努力してまいりたいと思います。どうかよろしくお願い申し上げます。



内科(血液・腫瘍) のご紹介



内科部長（血液・腫瘍担当）
樋口 雅一

内科（血液・腫瘍）では血液の病気の診断と治療および胃癌や大腸癌などの固形癌に対する抗がん剤による治療（がん化学療法）を中心に行ってています。

血液専門医、がん薬物療法専門医、がん治療認定医の資格を有するスタッフ5名で、血液30～35名、腫瘍20～25名の入院患者さんを担当しています。血液は、悪性リンパ腫、白血病、多発性骨髄腫、骨髄異形成症候群など造血器悪性腫瘍（いわゆる“がん”）が80～85%と大部分を占めており、特発性血小板減少性紫斑病、再生不良性貧血など良性の病気は15～20%です。腫瘍は、食道癌、胃癌、大腸癌、膵臓癌、胆嚢癌などほとんどが消化器系の癌です。外科と緊密に連携を取りながら治療を行っています。最近は、乳癌の術前化学療法も当科で施行しています。

地域がん診療連携拠点病院として、学会の診療ガイドラインに準ずる標準的治療、手術・放射線療法を組み合わせた集学的治療および緩和ケアなどがん患者さんの状態に応じた適切な治療を提供しています。また、九州大学医学部第一内科の関連部門であり、大学

と密接な連携を取りながら、最新の知見にもとづく治療を提供できるように、様々な臨床研究に積極的に参加して研究的治療も行っています。

入院は7階北病棟で、全49床19室のうち無菌室（空気清浄度クラス100以下）が個室2室、準無菌室（同10,000以下）が4人室2室、個室5室の計15床あります。個室の（準）無菌室では急性白血病の治療および造血幹細胞移植を行っています。平成21年10月から骨髄移植推進財団、平成23年2月から臍帯血の移植施設に認定され、骨髄・臍帯血バンクからの移植にも対応可能になりました。

また、当院は日本血液学会、日本臨床腫瘍学会、がん治療認定機構の認定研修施設であり、今後の医療を担う若い血液専門医・がん薬物療法専門医・がん治療認定医を育成しています。

地域の患者さん、医療関係者の方々に信頼されるように日々精進して参りますので、今後とも当部門を、何卒よろしくお願い申し上げます。



みんなの広場

● ● 健康教室を開催しました ● ●

去る9月14日に「けがをした時の対応」について健康教室を開催いたしました。今回は、けがをした時だけでなく、鼻出血や骨折をした時の対応についてもお話しさせていただきました。骨折時の固定については、三角布を使用した基本的な固定の方法から、身近なも

のを用いた固定法まで、演習を通して対応法をお話しさせていただきました。ここで、参加された市民の皆様から好評を得た「ビニール袋を用いた固定の方法」について紹介したいと思います。



スーパーなどの買い物袋を用意。やや大きめの方が後で調節しやすいです。

横側を手で切れます。片方は底まで、もう片方は底から10cm残したところまで切れます。



10cmくらい残した側を肘側にして腕を袋に通します。



腕を通したら、取っ手の部分を重ねて首にかけます。腕が水平程度になるように取っ手を結び、調節します。

このような日用品を使った固定法を知っておくと、いざというときに役に立ちます。けがや病気は、予測できません。自分自身やご家族の方が、けがや急病に直面したとき、どのように対処したらよいか、とっさの判断に迷うことがあると思います。今後も、皆さんの健康管理に役に立つ内容を提供していきたいと思います。

救急看護認定看護師 村上 貴子



ようこそ！



医

療

支

援

部

です。



連携のかけ橋
医療支援部

医科歯科連携の取り組みについて

謹んで新春のご挨拶を申し上げます。

今年も皆様のお役に立つ情報をお届けしたいと思います。どうぞよろしくお願ひいたします。

近年、口腔ケアの重要性に関心が高まり、昨年の診療報酬改定でも手術前後の口腔トラブル防止や誤嚥性肺炎、局所感染の予防など外科的手術における合併症の軽減を目的に歯科医師との包括的な口腔機能管理について評価されました。歯の治療や義歯の調整、歯周病の原因となる歯石や歯垢の除去を行なう事で、がんや脳卒中、心臓の病気など、治療で起こる様々な合併症も軽減されます。

しかし、全国的に歯科の併設された病院は少なく、一昨年より各歯科医師会と連携する医療機関が増えてきました。当院は、以前より近隣の歯科診療所と連携していましたが、平成24年からは、八幡歯科医師会会长 三箇 正人先生をはじめ会員の皆様のご理解をいただき、八幡歯科医師会との医科歯科連携も開始しました。

三箇先生は、「長寿の秘訣はお口の健康から！ その大切な皆さんのお口を守る為につくられた八幡歯科医師会です。」とおっしゃいます。

昨年は、入院患者さん1名が通院、10名以上の入院患者さんの訪問診療が行なわれました。訪問診療は、述べ33回を超みました。

入院患者さんだけでなく当院におかかりの外来患者さんも歯科診療の対象です。

これからも患者さんが適切な歯科診療を受けられ、安心した入院生活や外来治療が行なえるよう地域の歯科の先生方と協力していきたいと思います。



八幡歯科医師会会长
さんかまさと
三箇正人先生

訪問診療の流れ



文責 医療支援部 曾我 美穂子



ちょこっとリハビリ

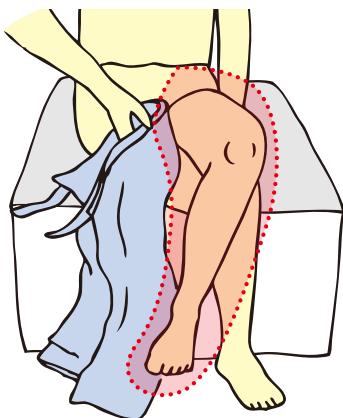
上手な服の着替え方～ズボン編～



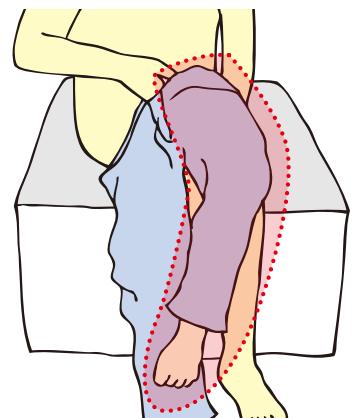
病気や怪我の後遺症で半身が不自由な方が着替えがしにくくなることは少なくありません。着替えの手順の工夫や着替えやすい素材の衣服の選択などにより、自分で着替えることが可能になったり、所要時間が短くなることもあります。第33号（2012年10月号）で上着の方法を載せましたので、今回はズボンの方法について紹介します。

座面の安定した椅子に座った状態やベッドに腰掛けた姿勢で実施します!!

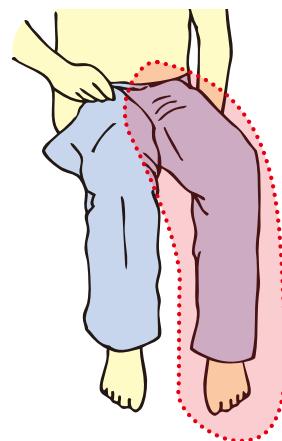
①悪い方の足をいい方の上に組みます。



②ズボンは悪い方の足から通します。



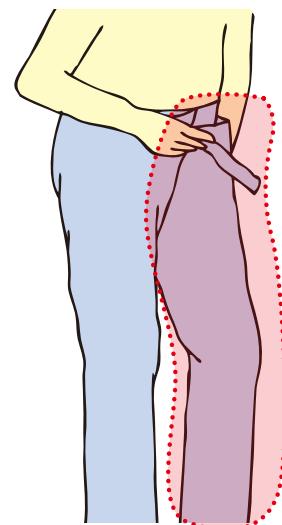
③その次にいい方の足を通します。



ポイント ズボンの腰はゴムの方が簡単です!!

前がジッパーとボタンのもののタイプの場合、立ち上がった際にズボンが下に落ちてしまうので、いい方の手でズボンを持って立ち上がり、いい方の腰まで引き上げたら、肘でズボンを固定させて悪い方のズボンを引き上げると良いでしょう。

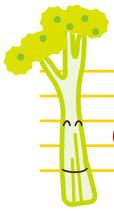
④立ち上がってズボンをあげます。



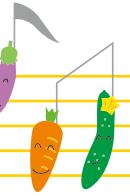
もし、立って行うことが不安定な方は、

④の作業を仰向けて行うことも可能です。
片方の腰を持ち上げながら行います。





メディカル・レシピ



低カロリーの甘味料を使ってカロリー制限をしている方も食べられる、苺の簡単おやつを紹介します。



管理栄養士 原 裕子

いちご大福

(電子レンジで簡単おやつレシピのご紹介)



ワンポイントアドバイス

市販の大福1個(80g)には約200kcalのカロリーがあります。大福の中に苺を入れ、砂糖の代わりに人工甘味料を使ってカロリーダウン！！

1個分の栄養価

- エネルギー 57.0kcal
- たんぱく質 1.4g
- 脂質 0.2g
- 糖質 15.3g
- 食物繊維 1.0g



材料 (20個分)

(あん)

- あずき 100g
人工甘味料 (粉末) 100g

(皮)

- 白玉粉 100g
人工甘味料 (粉末) 100g
水 (200ml) 1カップ
片栗粉 適宜
苺 小20粒

作り方

(あん)

- 小豆は水に一晩つける。
- 鍋を火にかけ、沸騰したら茹でこぼし、再び水を入れ、軟らかくなるまで煮る。途中、あくがでれば、丁寧にすぐっとる。
- 小豆が軟らかくなったら、人工甘味料を加え、水分がなくなりポタッと山型にあちる程度まで練る。
- 冷めたら20gずつ20個に分けておく。

(皮)

- 熱ボウルに白玉粉を入れ、少しづつ水を加えながら練り、人工甘味料を入れさらによく混ぜる。
- 電子レンジに入れて1分、取り出してよく混ぜる。
- さらに、電子レンジに1分入れ、取り出してよく混ぜる。
- 最後に、電子レンジに3分30秒入れて、よく混ぜる。
- 取り粉に片栗粉を使って20gの20個に分けておく。
- 皮を広げ、苺を包んだあんを入れ包む。

苺のふわふわロールケーキ

(子供とつくる手作りロールケーキのご紹介)



ワンポイントアドバイス

ロールケーキを卷いたあと、冷蔵庫で半日冷やすことで生地がしっとり切りやすくなり、口当たりもふわふわしっとりになります。

1切れ分の栄養価

- エネルギー 135.7kcal
- たんぱく質 3.4g
- 脂質 8.3g
- 糖質 1.4g
- コレステロール 88.8mg

材料 (10切れ分・天板27cm×27cm 1枚分)

(ロール生地)

- 卵 M4個
人工甘味料 (粉末) 70g
薄力粉 70g
サラダ油 30g
水 30ml

(クリーム)

- 生クリーム 150ml
人工甘味料 (粉末) 20g
苺 100g

作り方

(ロール生地)

- 薄力粉はふるっておく。天板にシートを敷く。卵は卵黄と卵白に分ける。
- 卵白に半量の人工甘味料を少しづつ加え、角が立つまで泡立て、冷蔵庫で冷やしておく。
- 別のボウルに卵黄、残りの人工甘味料を入れ、白くもったりするまで泡立て、サラダ油、水を加える。
- 卵黄のボウルにふるった薄力粉をもう一度ふるって入れ、粉っぽさがなくなるまでよく混ぜる。
- ④のボウルに卵白の1/3を入れて混ぜ合わせ、次にもう1/3の卵白を入れて、さっくり混ぜ合わせる。

(クリーム)

- 最後は卵白のボウルに生地を全部移して、ボウルを回しながら切るように混ぜる。
- 天板に流し込み、空気を抜くために少し高い位置から落とし、表面の泡を消す。180℃のオーブンで20分前後焼く。
- 生地を冷ましておく。ボウルに生クリーム、人工甘味料を入れ硬めに泡立てる。
- 生地にクリームを塗り、手前に苺とたっぷりのクリームをのせて、その部分を包み込むように巻く。
- 少しずつ巻いていき、最後はラップで包み冷蔵庫で半日休ませる。





薬剤師 本間 敦子

胃・十二指腸潰瘍の薬



●なぜ潰瘍ができるのか？

胃液には強力な酸である胃酸と蛋白分解酵素が含まれていて、食物を消化する作用を持っています。健康な場合、胃・十二指腸の粘膜は粘液などで守られているので、胃液によって粘膜が傷つくことはありません。

しかし、暴飲暴食、たばこ、ストレス、特定の薬（消炎鎮痛剤など）、あるいはピロリ菌の感染などにより、胃液による消化作用（攻撃因子）が粘液による粘膜の守り（防御因子）を上回り、胃や腸の粘膜が傷ついて潰瘍が生じます。

代表的な症状は「みぞおちの痛み」です。胸焼けや潰瘍の出血による黒色便なども見られることがあります。



★主な胃・十二指腸潰瘍の薬

1. 胃液の消化作用を弱めるもの（攻撃因子抑制薬）

- 1) 胃酸の強さを低下させる薬…酸化マグネシウム、マグミットなど
- 2) 胃酸の分泌を抑える薬
 - ①ヒスタミン2受容体阻害薬…ガスター、アシノン、プロテカジンなど
 - ②プロトンポンプ阻害薬…オメプラール、タケプロン、パリエット、ネキシウムなど
 - ③抗コリン薬…ブスコパンなど

2. 胃粘膜の守りを強めるもの（防御因子増強薬）

- 1) 粘膜の傷を保護する薬…プロマック、マーズレンSなど
- 2) 粘膜の抵抗力を高める薬…ガストローム、アルロイドGなど
- 3) 粘膜を守る粘液を産生・分泌を促進する薬…セルベックス、ムコスタなど

★服用時の注意点：薬によっては下痢や口が渴くなどの症状が現れることがあります。

気になる症状があれば、主治医または薬剤師にお問い合わせください。



編集後記

iPS細胞の開発でノーベル医学・生理学賞を受賞した京都大学iPS細胞研究所長の中山伸弥教授は、その偉業が称えられるのはもちろんのこと、記者会見、講演会等でのコメントも絶賛されている。「私が受賞できたのは、日本という国に支えていただいて、日の丸のご支援がなければ、このように素晴らしい賞は受賞できなかったということを心の底から思いました。まさに日本という国が受賞した賞だと感じています。」医学の道に進んだものの手術が下手過ぎて「じゃまなか」と呼ばれたなど、「落ちこぼれ」エピソードも広く知られている。また、高校生らに「1回成功するためには、9回ぐらい失敗しないと幸運は来ない。若い皆さんには、いっぱい失敗してほしい」「ジャンプしようと思ったら一度届まないと跳べない。失敗を恐れず、思い切り届んでください。」などと自身の経験を踏まえて語り、エールを送った。

ノーベル賞をもらうような人は、もともと才能があり、人生、順風満帆、何の挫折もなく、過ごされてきたのかなと思いきや、一般人と同様以上の苦労をされていたのがわかり、とても好感が持て、勇気を与えてくれました。逆境に強い、中山教授の今後のiPS細胞の早期の応用・実用化に期待したいと思います。