

メディカルナウ 35

岸の浦だより

# Medical Now



マスコットキャラクター  
ホタハシくん

## 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」を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  
35  
号

2013年4月

九州厚生年金病院

日本医療機能評価機構認定病院



## 消化器外科のご紹介

# 消化器外科



外科部長（消化器外科担当）  
石川 幹真

当院の外科では2012年の1年間に約1650例の手術を行いました。消化器外科ではそのうち腹部の臓器に関する手術を予定手術として約530例（下表）と、その他に腹部の外科的救急疾患（腸閉塞、消化管穿孔、腹膜炎、虫垂炎など）にも数多く対応しています。

当院の消化器外科の特徴としては腹腔鏡下手術を積極的に行っていることが挙げられます。胃がんや大腸がんの腹腔鏡下手術は九州でも指折りの症例数を数える施設となり、安定した成績を残しています。また、最新の医療として肝臓がん、すい臓がんに対しても適応を選んで腹腔鏡下での手術をはじめています。

腹腔鏡下手術は手術を受けられる患者さんにとって、低侵襲性（体への負担が少ない）ことが大きな利点となります。痛みの軽減、術後早期の離床、胃や腸の動きが早く回復する、免疫力の低下が少ないなど多くの利点が挙げられており、早期に退院が可能となります。一方で手術の難易度が上がり、ある程度鏡視下手術に習熟した外科医のチームが安全な手術の進行には不可欠となります。そのため、我々は各臓器の専門スタッフで十分検討し皆さんの治療がより円滑に低侵襲で行うことができるよう日々検討を行っています。

当院の消化器外科では上部消化管グループ（食道・胃の手術）、下部消化管グループ（大腸の手術）、肝・胆・脾グループ（肝臓・胆道・胆嚢・脾臓の手術）の3つのグループで責任を持ってそれぞれの領域の疾患を診療し、方針を立て、手術を担当しています。そして、手術の前には外科全員でカンファレンスを行い、すべての症例について検討し方針に問題がないことを確認する作業を行っています。このような積み重ねの中で、安定した成績を残していると考えています。

これからも、地域の皆さんにできるだけ負担の少ない医療が安全に提供できるようにスタッフ一同頑張って参ります。

対象臓器	手術総数(2012年)	そのうち鏡視下手術
食道がん切除術	19例	15例
胃がん切除術	120例	115例
大腸がん切除術	207例	178例
肝臓切除術	32例	15例
脾臓・胆管切除術	20例	2例
胆のう摘出術	130例	115例
胆管切開・結石除去術	7例	6例



知  
っ  
て  
い  
ま  
す  
か?

放射線室からのお知らせ(その1)



## CTって? MRIって?



放射線室には、この名称にあるとおり放射線を用い検査を行う機器を多く設置しています。例えば胸部単純写真を撮る機器、バリウムを飲む胃透視検査の機器を思い起されるとと思われます。これらの開発は1895年にドイツの物理学者レントゲンが物体を透過するX線を発見したことに始まります。“X線”という言葉は“未知の光”との意味でレントゲン博士により名付けられました。ドイツではこの**光なき線**を“レントゲン線”とも呼ばれていましたが、現在では“X線”を用いています。

医療で利用される機器の進歩はめざましく、病気

の発見・診断に大きく貢献しています。その最たるものは大きな病院には必ず設置されているCT装置(コンピュータ断層撮影法)やMRI装置(核磁気共鳴画像法)ではないでしょうか。CT、MRIともに体の輪切りのみならず様々な方向からの画像を作成可能となっています。しかし、この二つの装置には似て非なるものがあることを御存じでしょうか。

下2枚の写真は、手に**材質の違う**2本の金属棒を吊るしMRI装置およびCT装置に近づいたところです。それでは、各々の写真はどの装置の外観でしょうか。

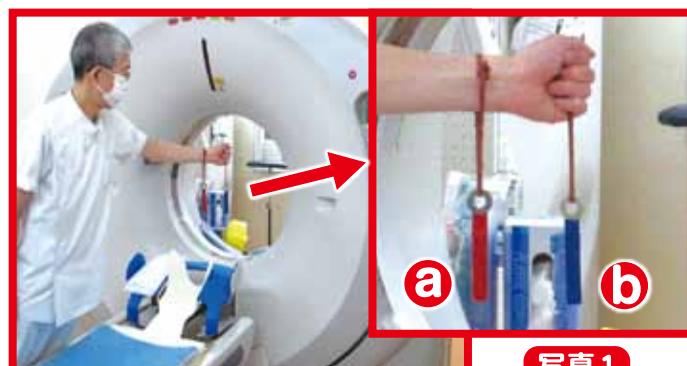


写真1



写真2

答えは**写真1 = CT装置、写真2 = MRI装置**です。一見すると似かよった外観で分かりづらいです。写真の**材質の違う**金属棒のうち1本(b)は磁石に引付けられる性質をもっています。MRIは非常に強い磁石を使用しているので、この金属棒(b)は磁石に強く引付けられてしまい、もし金属棒(b)を手から離すとトンネル内に飛んでいきます。逆に金属棒(a)は吊るされたままであり磁石に引付けられない性質をもつ

MR I 装置に椅子がくっつく



大人3人で椅子を引き離そうとするが…

と言えます。

また、MRIではラジオのFM放送周波数帯の電波(超短波)を併せて利用しています。つまり**MRI検査**では、X線ではなく強い磁石の中の人体に電波を照射することで体の内部を画像化することになります。一方、**CT検査**はX線を多方向から人体に照射することで体の内部を画像化しています。

### ちょっとまとめ

- ▶ CTとMRIの機械は外観で区別しづらい
- ▶ CTはX線を利用
- ▶ MRIは強い磁石と電波を利用
- ▶ 磁石にくっつく金属とそうでない金属がある
- ▶ MRI検査室にむやみに金属体を持ち入ると機械に引き寄せられくっついてしまう
- ▶ MRIは磁石にくっつく金属を嫌う



# みんなの広場

## ・健康教室を開催しました・

暖かい季節になりました。皆様いかがお過ごでしようか。

糖尿病の患者さんは冬に猛威をふるうインフルエンザや嘔吐下痢だけではなく、軽い風邪の症状であっても血糖のコントロールを大きく乱してしまう要因になります。季節の変わり目には特に身体の変化に気を付けて過ごしていただきたいと思います。

去る1月11日に「糖尿病と仲良く過ごそう～療養生活のコツを考える～」というテーマで健康教室を行いました。当日は幅広い年齢層の方々に参加いただき、増加し続ける糖尿病への関心の高さを再認識いたしました。健康教室では自宅での腹囲測定の方法を提案したり、一緒に生活習慣を確認したりしました。

その他、自宅ですぐに取り掛かることができるよう、食事療法や運動療法の具体的な方法をお伝えしました。当日はご自分もしくはご家族が糖尿病という方々の参加が多く、熱心に聴講していただきました。

参加者の方から健康教室後にいただいたご意見では、足や靴の話や歩き方に関する関心が一番高いようでした。特に靴の選び方については多くの方が興味を持たれていました。

そこで来年度は糖尿病の方のフットケアにポイントを絞った内容で、健康教室を予定しています。ご自分の足、そしてご家族の足を守る方法をお伝えします。次回も多くの方のご参加をお待ちしております。

糖尿病看護認定看護師 山田 明子



ようこそ!

医 療 支 援 部 です。



連携のかけ橋  
医療支援部

### 第7回九州厚生年金病院・医師に対する緩和ケア研修会

平成25年2月2日・3日に「第7回九州厚生年金病院・医師に対する緩和ケア研修会」を開催いたしました。この研修会は、「すべてのがん診療に携わる医師が研修等により、緩和ケアについての基本的な知識を習得する」ことを目標に全国的に開催されています。

福岡県の研修会は、昨年度より単位型で行なわれ、1日目と2日目を別の施設で受講可能とし、できるだけ多くの先生方が参加できるようにしています。

今回は、医師28名、メディカルスタッフ5名の計33名の方が受講されました。研修会は長時間でハードなスケジュールなので、研修会の運営方法に関しては、事前に何度も話し合いを行いました。終了後のアンケートからは満足感が伝わってくる意見が多数、聞かれました。

平成21年2月第1回の実施から第7回までの研修修了者(医師)は163名となりましたが、これから

も内容を充実させ、定期的に研修会を開催していきたいと思います。



研修会風景



文責 医療支援部 是永 緑



# ちょこっとリハビリ

## ～肩こり解消体操～

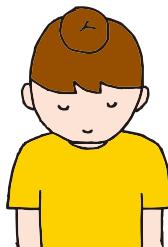
肩こりとは首や肩にあこる「不快感」や「痛み」などの総称です。多くは首から肩甲骨にかけての筋肉の過度の緊張から生じます。肩こりのおこりやすい条件としては、『運動不足』による筋力の低下、長時間同じ姿勢をとるなどの『持続的な緊張』などが要因としてあげられます。こりを感じたときや作業の合間（一時間に一度くらい）に体操を取り入れて、肩こりの予防・緩和をめざしましょう。



リハビリテーション室  
作業療法士 林田 彩

### ① 首の体操

#### A. 前後、左右の運動



首を前後、左右にゆっくりと2回ずつ動かします。

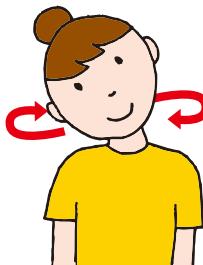
### ② 肩の体操

#### A. 肩すくめ



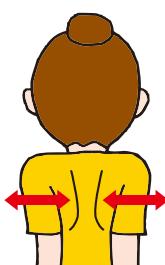
肩を3秒間ぐっとすくめて、すとんと力を抜き、肩を落とします。

#### B. 回す



左右に2周ずつまわします。

#### B. 肩甲骨引き寄せ



肩甲骨を3秒間ぐっと内側に引き寄せ、すとんと力を抜き、肩を落とします。

#### C. 肩回し運動



ひじを後ろに引きながら肩を大きくまわします。前方向、後ろ方向に5回ずつまわします。

#### D. 腕を挙げる運動



両手を組みゆっくりと頭の上まで腕を上げます。これを5回繰り返します。

※運動はゆっくりと行いましょう。

※肩が強く痛む時は無理に運動せず、整形外科に受診することをおすすめします！

## 大規模災害(大地震)訓練を行いました

当院は災害拠点病院に指定されています。当院近郊で大地震が発生したと想定し、病院スタッフが被災者に対し的確に対応出来るよう、実践的な訓練を平成25年2月26日(火)午後4時より実施しました。当院職員等30名程度が患者役となり、重症者は救急搬送口から救急センターへ、中症者は外来ブース、軽症者はリハビリテーション室で仮想処置等を行ないました。医師、看護師をはじめ各部署から100人以上の体制で臨みました。今回の訓練では、電子カルテが使用出来ない状況のもと、紙運用で行なう訓練も行いました。災害発生から約1時間程度にわたる訓練でしたが、最後は反省会を行い活発な意見がでました。まだまだ多くの課題点がありますが、職員全体が災害時の行動と意識をみがく努力をしていきたいと考えています。また、今後は地域住民や行政と力をあわせた災害訓練といったことにも取り組んでいきたいと思っています。



訓練実施のお知らせ



模擬患者の病態



重症者エリアのトリアージ



レントゲン窓口

文責 庶務課 阿部 敏範



# 診断書受付窓口のご紹介



当院では、診断書・証明書等、文書の交付をスムーズに行うため、受付けから交付まで一括で取り扱う診断書受付窓口(0番)を平成24年5月から行っていますのでご紹介いたします。

## 受付時間・受付窓口

- ★ 平日（月曜日～金曜日）8：30～17：00
- ★ 1階 医事課 0番 診断書受付窓口  
(正面玄関より入って左手)



## 申込方法

当院所定の「診断書等証明申込書」に必要事項をご記入いただき、申込書類とあわせてご提出ください。受付け後、文書料金のお支払いをしていただき、「診断書等証明申込書(控)」をお渡します。

## ◆お申込みの際は、ご本人確認をさせていただいております

診察券または、身分証明書をご提示ください。

なお、本人以外の方が申し込みされる場合は、「診断書等証明申込書」の委任欄に必要事項をご記入・押印していただく必要がありますので、ご注意ください。

## 取扱い文書

生命保険診断書・簡易保険・入院証明・傷病手当金意見書・自賠責診断書・身体障害者診断書意見書・各種年金診断書・介護保険意見書・その他医師の証明を必要とする文書等  
原則、退院決定後及び診察・検査等が終了して書類が作成できる状態になったものの受付をします。

## 文書作成期間

通常、受付後2週間の期間をいただいております。文書の種類によって2週間を超える場合はご連絡を差し上げますので、あらかじめご了承ください。

## 受取り方法

お申込みより2週間後（受渡予定日）以降、受付窓口に「診断書等証明申込書(控)」と診察券をご提示ください。ご本人以外の受取りの際は、免許証などの身分証明書をご提示ください。

## その他

やむを得ず、受付け・受取りを郵送でご希望の場合は、事前にお問合せください。  
郵送にて受付の場合も申込書が必要となります。

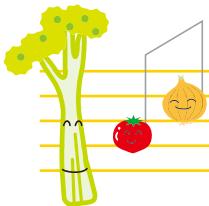
## ◆訪問看護関連施設の方へ

### 訪問看護指示書についての取扱い

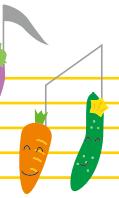
窓口でお申込みの場合は、指示書を窓口にご提出ください。また、郵送の場合は、依頼書・訪問看護指示書・返信用封筒（切手貼付）を同封のうえ、窓口宛にご郵送ください。  
(窓口での支払いがある場合は、患者さんへご説明をお願いします)

※その他、ご不明な点などありましたら、  
お気軽にお問合せください。

お問合せ先 九州厚生年金病院 診断書受付窓口  
直通TEL.093-641-7714



# メディカル・レシピ



春の食材を使用した献立を紹介します。ちらし寿司は、桜のピンク色と錦糸卵の黄色で彩りもきれいで。魚の桜蒸しは、食紅で色付けたもち米と桜の花の塩漬けで春らしい1品になっています。



管理栄養士 平田 亜弥

## ちらし寿司



### ワンポイントアドバイス

盛り付けの時に型などに入れると1人分の分量が把握しやすくなり、食べすぎ防止になります。また、透明カップに入れてお花見に持っていくのも良いと思います。

### 1人分の栄養価

- エネルギー 361kcal
- たんぱく質 8.9g

- 脂質 3.9g
- 食物繊維 2.5g
- 塩分 1.0g

### 材料（1人分）

精白米	80g
水	100g
昆布	少々
酒	小さじ1/2
(すし酢)	
酢	大さじ1+1/2
砂糖	小さじ1/2
人工甘味料	小さじ1
塩	0.5g

(貝)	
干しいたけ	1枚
かんぴょう	2g
人参	10g
たけのこ	10g
椎茸の戻し汁	適宜
濃口醤油	小さじ1/2
人工甘味料	適宜



(錦糸卵)	
卵	20g
酒	小さじ1/2
人工甘味料	適宜
油	1g
(飾り)	
桜でんぶ	適宜
菜の花	15g

### 作り方

- 米をとぎ、水・昆布を入れ30分置く。酒を加えて炊く。
- かんぴょうは軽く揉み洗いし、15分ほど茹でる。柔らかくなったら水気を良く絞り、7mm幅に切っておく。椎茸は水に戻し軸を取って薄切りにする。人参、たけのこは5mm幅の短冊に切る。
- 鍋に椎茸の戻し汁と②の材料をいれ、柔らかくなるまで煮る。柔らかくなったら調味料を入れて味付けし汁気を飛ばす。

- 酢・砂糖・人工甘味料を合わせてすし酢を作る。炊き上がったご飯に熱いうちにすし酢を合わせ、切るように手早く混ぜる。うちわで扇いで蒸氣を飛ばす。
- すし飯が冷めたら、③の具を混ぜ合わせる。
- 錦糸卵を焼く。菜の花は茎を切り落として茹でた後、5cm幅の長さに切る。
- 底のない型（セルクル型など）に⑤の1/2量を敷き、ふちの所にでんぶを置き、残り1/2量のご飯をのせる。
- ⑥⑦の上に、錦糸卵、たけのこ、菜の花を添える。

## 魚の桜蒸し



### ワンポイントアドバイス

醤油味のあんをかけることで下味をつけなくても、少ない塩分で調味することができます。

### 1人分の栄養価

- エネルギー 163kcal
- たんぱく質 14.0g

- 脂質 2.3g
- 食物繊維 1.7g
- 塩分 0.6g

### 材料（1人分）

魚	60g
もち米	20g
食紅	少々
人参	35g
菜の花	20g

### (くずあん)

だし汁	20cc
砂糖	1g
濃口醤油	小さじ1/2
桜の花の塩漬け	少々
片栗粉	適宜
水	片栗粉と同量

※分量外

### 作り方

- もち米は少量の食紅を溶いた水に漬け、戻しておく。桜の花は塩抜きしておく。
- 魚の上に①のもち米をのせ、蒸気が上がった蒸し器で15~20分蒸す。
- 人参は花形で抜き、菜の花は茎を切り落として茹でた後、5cm幅の長さに切る。

- 鍋にだし汁と濃口醤油を煮立て、かき混ぜながら水溶き片栗粉（分量外）を加えてとろみをつけてくずあんを作る。
- 蒸しあがった②の上に、花人参と菜の花を添えてくずあんをかける。





薬剤師 杉原 啓哉

# COPD(慢性閉塞性肺疾患)の薬



## ●COPDとは?

COPD(慢性閉塞性肺疾患)は、慢性的な気道や肺の炎症によって肺への空気の流れが悪くなり、咳・痰・呼吸困難などの症状が現れる慢性の疾患です。

多くは中高年以降に発症し、最大の原因是喫煙と言われています。その他、受動喫煙や大気汚染物質の吸入、職業上の粉じんなども原因になります。進行すると、呼吸困難の悪化だけでなく、全身への影響もたらします。COPDの治療には、禁煙や薬物療法、呼吸リハビリテーション、酸素療法などがあります。今回は、COPDの薬物療法についてご紹介します。

## ★COPDの薬物療法



### ▶吸入薬

#### ① 抗コリン薬…アトロベント、スピリーバ

**特徴**: 毎日の吸入により、長期にわたって気管支をひろげます。

**副作用**: 口の渴き、吐き気、頭痛など。

#### ② ステロイド薬/β<sub>2</sub>刺激薬…アドエア、シムビコート

**特徴**: 毎日の吸入により、慢性の炎症のおさえ、気管支をひろげます。

**副作用**: 口やのどの刺激感や口腔カンジダ、声がれや心悸亢進など

### ▶内服薬・貼り薬

#### ① β<sub>2</sub>刺激薬…メプチンミニ、ホクナリンテープなど

**特徴**: 気管支をひろげ、空気の流れをよくします。

**副作用**: 心悸亢進や手の震え、貼っている所のかゆみなど

#### ② テオフィリン製剤…テオドール、ユニフィルなど

**特徴**: 気道をひろげたり、呼吸に必要な筋力をきたえます。

**副作用**: 消化器症状(吐き気、食欲不振)、動悸、頭痛など

#### ③ 去痰薬…ムコダイン、ビソルボンなど

**特徴**: 痰をだしやすくします。



★ご不明な点は、主治医または薬剤師にお問い合わせください。



### 編集後記

世界3連覇を目指したWBC侍ジャパンの戦いが終わった。準決勝・プエルトリコ戦。侍は1-3で敗れた。野球の母国アメリカ、優勝候補のキューバが予選リーグで敗退する中、よくぞ、期待に応えてベスト4にまで進出してくれた。3連覇という重圧の中、アメリカ行きという大きなステップを乗り越え、世界に日本プロ野球の底力を見せつけてくれた。第2ラウンドの台湾戦での奇跡的な逆転劇、オランダ戦での歓喜。ハラハラ、ドキドキ、勇気と元気をもらつた。世界一とは、たやすいものではないということ。楽しみは4年後まで取っておくことにしよう。もう少しで世界一という夢を見させてくれてありがとう。