



# 福島医大病院ニュースレター

編集・発行/附属病院患者サービス向上委員会

〒960-1295 福島市光が丘1番地 / TEL (024) 547-1111 ホームページ <http://www.fmu.ac.jp/byoin/index.php>

## 新任挨拶



小児外科 部長 山下 方俊

平成27年10月より、福島県立医科大学附属病院小児外科部長を務めさせていただく事となりました。微力ながら福島県の小児医療に貢献できるよう努めてまいります。

現在、ふくしま国際医療科学センターの建設が急ピッチで進められています。中でも福島県初の小児専門医療施設となる“こども医療センター”の整備により小児医療の充実が期待されており、今まで以上に当院での小児科及び小児外科領域の患者数増加が予想されます。また、小児外科で扱う疾患は多臓器にわたるため、小児科をはじめ、成人領域を含めた他診療科、他職種が協力してより良い医療を提供できる“人を含めた環境を整えること”が大切となります。近年問題になっているキャリア・オーバー症例（小児期発症の疾患を、成人期を含めた思春期以降も継続して加療している症例）の増加に対しても、これらを発展させることで、対応が可能になると考えられます。

震災後の復興、少子高齢化、出生数低下など深刻な社会的バック・グラウンドの中で、小児外科医療は未来を担う子供たちのために特に重要な医療の一つであり、われわれスタッフ一同は福島の子供たちを支える一助になる事を目指して日々研鑽し、福島県の小児外科医療の中心として診療を行っていく所存です。今後ともご指導、ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。



薬剤部 部長 鈴木 弘行

これまで、呼吸器外科部長として主として肺がん診療に従事して参りましたが、このたび平成27年11月1日付けで薬剤部長を兼任させて頂くこととなりました。

薬剤部といいますと、患者さんからは、調剤業務として窓口で対応させて頂く仕事を中心であると思われがちです。しかしながら実際には、その業務は極めて多岐にわたります。

調剤業務に加えて、注射薬業務、医薬品情報管理業務、病棟等での薬剤管理指導業務。さらには新しい薬剤の開発に繋がる治験管理業務も加わります。また院内の緩和ケアチーム、感染対策チーム、栄養管理チーム、外来がん薬物療法などのチーム医療へも積極的に参画しています。

昨今の薬剤の多様化は著しく、がん領域を中心とした分子標的薬といった、これまでにないメカニズムの薬剤も増えており、安全な薬剤管理の重要性はさらに増えています。

その一方で国が推進する後発医薬品使用についても積極的に関わっていかなくてはなりません。（そのロードマップに記載されていますのは、平成29年までに70%以上とし、さらにその後数年で80%を視野に入れるというものです。）この点につきましても皆様のご理解とご協力を仰いで行かなくてはなりません。

このように日々、多様化し複雑化する薬剤部の業務ではありますが、患者さんに安心して治療を受けて頂くためには非常に重要な部署であるということを心に命じ、業務を進めて参りたいと存じます。

今後共、ご指導、ご鞭撻のほど、何卒よろしくようお願い申し上げます。

第32号のなかみ

- 1 ページ …… ○新任挨拶
- 2 ページ …… ○ふくしま国際医療科学センター整備について  
○がんピアサポートサロン「ひかり」活動紹介  
○病気のみめ知識
- 3 ページ …… ○病気のみめ知識  
○栄養士からのアドバイス
- 4 ページ …… ○リレー通信「けやきの会」 ○須賀川養護学校

### 病衣・付添寝具

清潔と快適をクリエイトする。

# DOJINSHA

【ご利用・お問合わせ先】

株式会社 同仁社  
医大リネン室

電話 024-547-1111  
内線 3081

マチのほっとステーション

# LAWSON

ローソン福島県立医科大学附属病院店（エレベーターホール隣）  
ローソン福島県立医科大学店（7号館内）  
ローソン福島県立医科大学会津医療センター店

～みらい棟(D棟)3階 産科病棟、MFICU～

とうとう鉄骨が組み上がり、これからいよいよその大きな外観を明らかにするであろうみらい棟(D棟)の建設が急ピッチで進んでいます。

その3階には新たな産科病棟、MFICU(母体胎児集中治療室)が入る予定になっています。さらに良い病棟になるように、看護師さん、助産師さんと共に色々な案を出してきました。

当院の産科医療は総合周産期母子医療センターという県内で重要な責務を担うものです。県内で発生した特に重症な妊婦さんや重症な胎児が入院するMFICUは、現在の6床から9床に増床する予定となっています。

増床されるのはMFICUだけではありません。福島県内でも分娩取り扱い施設は減少してきており、分娩の総合病院での取り

扱いが増えるであろうことは全国的な流れでもあります。震災で一時減少していた当院の分娩取り扱い数は現在では震災前より増加しており、みらい棟(D棟)3階の産科病棟でもさらなる分娩の増加に対応できるようになっています。

分娩は、現在の陣痛室→分娩室→病棟という流れから、LDR(Labor Delivery Recovery)といって分娩が始まってから分娩後の回復までを同一空間で家族と過ごして頂ける部屋を5部屋用意しました。いざという時に侵襲的な処置もできるような設備を備えました。

今後の課題としては、増床した病棟に対応できるスタッフを充実させることですが、現在、少しずつ新たな産科医師が増える良い兆しも期待できそうです。皆で新病棟の完成を楽しみにしているところです。

がんピアサポートサロン「ひかり」活動紹介

特定非営利活動法人 がんピアネットふくしま

理事長 鈴木 牧子

毎月第4金曜日、ピアサポーター主催のがんサロンを開催して、2年になりました。

サロン参加者は、がん患者やご家族という立場の方がほとんどです。参加者数は、2年間で延べ200名を超えました。がんの体験者が、ピア(仲間)として「寄り添い、共感し共に考える」ことを目的としています。サロンのお世話役は、ピアサポーターとして、参加者の悩みをナビゲートできるように、勉強も重ねています。医療に関することには、お答えはできませんが、お話を聞くことで共に考える時間をもちたいと考えています。

ピアサポートサロン「ひかり」では、守秘義務を大切に、きちんとルールを決めて開催しています。がんのことは、誰にでも話せるということではなく、心のモヤモヤや疎外感・恐怖感を持ちながら生活されている方が多いです。ひとりで悩まずに心の重荷を少し軽くしていただけたいと思います。偶数月には、「がん哲学外来」樋野興夫先生も同席されます。



【問い合わせ先】  
福島県立医科大学附属病院 臨床腫瘍センター  
TEL : 024-547-1088

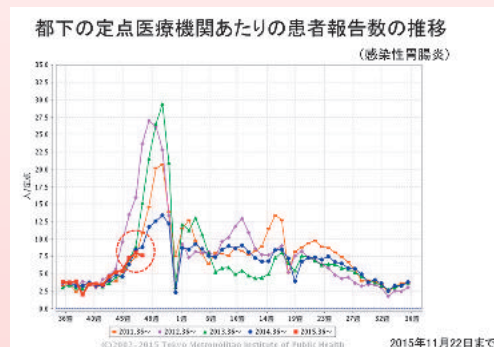
病気のまめ知識 「ノロウイルス」

感染制御部 副部長 山本 夏男

2002年7月までノロウイルスは小型球状ウイルス(SRSV)と呼ばれていました。乳幼児、小児のロタウイルスと対照的に、成人を中心に冬季の下痢症を起こす伝播性の強いウイルスです。年末年始の会合では、流行と人々の活動が重なる上、今年は例年と異なるウイルス型(GII17)が新しい流行の兆しを示しており、この意味でも“今”格別の留意をお願いいたします。調理師、医師、看護師をはじめ、病院職員は体調管理に高い意識を持ち、疑わしい症状は迅速な報告(感染制御部へ)をお願いしています。ノロウイルス感染様式には、①食中毒(二枚貝や汚染した調理環境)、②感染者、感染した人と接触した環境(トイレなど)から2次的に“人から人”への感染、③症状の“ない”人でもウイルスが感染していて、うつす要因になる“不顕性感染”などがあります。いずれもウイルスが口から消化器に入ることが原因のため食前の手洗いが重要な予防策です。明らかに牡蠣(二枚貝)がノロウイルスを保有するのに、それを全く食べていない人にも多数の感染者が食堂や施設内で発生します(当大学病院も2年近く前に経験した集団感染)。

症状は個人差もあり、一般に急性で、嘔吐、下痢、ときに発熱、腹痛です。激しい胸痛を伴うと、心筋梗塞など他の疾患が疑われることもあり得ます。④皆で手を出して食べるお菓子の箱の汚

染、⑤カルテを一緒に触って、⑥トイレで飛散した嘔吐物や環境の汚染から職員と患者共に感染など、共同施設の物品やリネン、環境での集団感染も後を絶ちません。特効薬はありませんが、吐気止め、脱水症に点滴など“対症療法”を行います。通常は数日で軽快しますが、基礎疾患の重い入院者や高齢者などで、稀に死亡に至ることがあります。つらい症状の時でも病院や施設の受診時には社会的な配慮をお願いいたします。環境の消毒には錆や劣化がない場所では希釈した塩素系漂白剤での清拭が有効です。ゴム手袋着用で嘔吐物は1000ppm(50倍希釈のキッチンハイター)、ドアノブや便座などは200ppm(同250倍希釈)で消毒してください。寒い季節ですが換気も忘れないようにしてください。



❖脂質異常症とは？

①LDLコレステロールが140mg/dL以上、②HDLコレステロールが40mg/dL未満、③トリグリセライド(中性脂肪)が150mg/dL以上、①～③のいずれかが当てはまると脂質異常症と診断されます。脂質異常症と診断されても自覚症状はありません。

❖コレステロールには、『善玉』と『悪玉』があります。

『悪玉』がLDLコレステロールで、『善玉』がHDLコレステロールです。LDLは、種々の臓器にコレステロールを供給する働きをします。つまり、LDLコレステロールが高いということは種々の臓器において、コレステロールが余る状態になります。一方、HDLは、種々の臓器で余ったコレステロールを肝臓に戻す働きをしています。つまり、HDLコレステロールが低いと種々の臓器にコレステロールが残った状態になります。LDLコレステロールが高かったり、HDLコレステロールが低かったりすると、余分な脂質が、血管の壁に沈着していきます。これをプラークと言います。このプラークが突然破裂すると血管腔を防いでしまいます。これが心臓の栄養する血管(冠動脈)で起こると心筋梗塞となり、脳の中の血管で起こると脳梗塞となります。

❖LDLコレステロールの治療目標値はひとそれぞれ

動脈硬化の危険因子は、脂質異常症だけではありません。喫煙、高血圧、糖尿病、慢性腎臓病、肥満、脳梗塞の既往、心筋梗塞の既往など沢山の危険因子があります。危険因子を数多く持っていればいるほど脳梗塞や心筋梗塞を発症する危険が高まります。どの危険因子をどのくらい持っているかによって、LDLコレステロールの治療目標値が違ってきます。他の危険因子を評価しLDLコレステロールを治療目標値まで低下させることが重要です。

❖トリグリセリドやHDLコレステロールは生活習慣の改善によって改善する。

喫煙、運動不足、肥満は、HDLコレステロールを低下させます。また、アルコールや糖質や脂質の過剰摂取、肥満、運動不足は、トリグリセリドを上昇させます。アルコールや食べる量を減らすこと、外食の時は残す様にすること、また、1日10分位ずつでも歩く量を増やしていくこと等によって改善します。大事なのは『継続する』ということです。

日常生活を少しだけ気をつけることによって変わってきますので、みなさん試してみてください。

栄養士からのアドバイス

栄養管理部

サラサラ血液のための食事のポイント

「サラサラ血液」「ドロドロ血液」という言葉を耳にしたことはありますか？

血液の性状の違いは主に血液中の脂質(コレステロールや中性脂肪)の量の違いによって引き起こされます。血液中の脂質が一定量以上となった状態を脂質異常症といい、本来はサラサラしている血液がドロドロになってしまいます。血液がドロドロになると血管が詰まりやすくなり、動脈硬化の原因となります。

脂質異常症の予防、治療のためには食事の管理が大切です。

今回は中性脂肪とLDL(悪玉)コレステロールを下げるために有効な食事のポイントについて紹介します。

◆食事の基本

1日3食バランスよく食べ、適正体重を維持する(肥満を解消する)

・主食(ご飯・パン・麺類)+主菜(肉・魚・卵・大豆製品)+副菜(野菜・きのこ・海藻類)の揃った食事を1日3回食べ、間食を控える。

・適正体重を維持できるように(肥満の場合は適正体重に近づくように)食事量を調整する。

適正体重(kg)=身長(m)×身長(m)×22

◆中性脂肪が高い場合

・糖質を多く含む穀類、イモ類、果物等の摂取を適正量に、菓子類やジュース類は控える

・アルコールの摂取を控える

・n-3系脂肪酸を多く含む魚類(特に青魚)の摂取を増やす  
中性脂肪は脂質を制限するだけでは下げることができません。

中性脂肪はエネルギーとして使われなかったブドウ糖が肝臓で遊離脂肪酸と結びつくことで生成されます。そのため糖質の多いご飯やパン、甘い菓子類や飲み物、果物などの摂りすぎには注意が必要です。特に果物は1日手のひらに乗る100g程度(りんご半分、キウイ1個程度)を目安とし、夕食後の間食で摂取するのは避けるようにしましょう。

◆高LDL-コレステロール血症の場合

・動物性脂肪(肉類や卵)の摂取を控える

・食物繊維を含む大豆製品、海藻、野菜類の摂取を増やす

近年の研究ではコレステロールの摂取量が直接血液中のコレステロール値に反映されるわけではないということがわかっていますが、コレステロール(脂質)を多く含む食品はカロリーが高く、肥満にもつながりやすいため摂りすぎには注意が必要です。肉の脂身、内臓(レバー等)、乳製品、鶏卵などの動物性脂肪の摂りすぎに注意しましょう。

病衣・タオル・紙おむつ・日用品

手ぶらで入院・手ぶらで退院

アイレンタル



お申込・お問合せ先：レンタル受付窓口

024-548-8777

\*院内1階、院外処方箋FAXコーナー横  
月～土曜日 9:00～17:00 (日祝祭日休業)



株式会社アイシステムオフィス

## リレー通信 病院ボランティア「けやきの会」

### 「会津風雅堂で」 渡辺 多恵子

10月15日(木)会津風雅堂で福島県社会福祉大会が行われ、我が医大ボランティア「けやきの会」から11人と、「けやきの会」としても表彰を受けてきました。

県知事感謝状が3人と「けやきの会」に、社会福祉協議会会長表彰が5名に、また社会福祉協議会会長感謝状が3人にそれぞれ贈られました。今年は民生児童委員の方の表彰が多く、ボランティアとしての表彰は74人と15団体でした。

医大ボランティア「けやきの会」も発足して17年になりました。初めの頃は60数名が登録しておりましたが、現在は27名で活動しています。その中で長年活動してこられた方を対象に推薦し、表彰してきました。何の対価も報酬も求めず、本当に真心から「ボランティアをさせて頂いている」という気持ちでやっている人がほとんどです。家の都合や自分の体調など無理せず、「できる時に、できる時間で、細く長く続けて行こうね」と皆で話しています。

「ボランティアさんが居てくれて本当に良かったよ。ありが

とうね。」が私たちボランティアに対する最高のプレゼントです。少しでも誰かの役に立てればそれだけで満足です。表彰を受けよう、感謝状をもらおうなどと思って続けてきたわけではないのですが、長く続けてきた結果がそうになりました。

病院の方々とも協力し合い、より良い「けやきの会」となるよう皆で頑張っていきたいと思っています。



### 「学習ハッピー会」

須賀川養護学校医大分校 教諭 牧野 洋輔

11月7日(土)に須賀川養護学校医大分校の学習発表会が行われました。

学習成果の発表では、小学部は、調べ学習の発表、詩の朗読、楽器演奏、合唱などを、中学部は、調べ学習の発表、スライドによる学校生活の様子やお世話になっている人々への感謝のメッセージ発表を行いました。入院している児童生徒が多いため、治療や体調不良で準備や練習が思うように進まないこともありましたが、それでも、児童生徒は自分にできることに精一杯取り組み、持てる力を十分発揮することができました。その熱意が伝わり、発表が終わる度に会場からは大きな拍手が起っていました。

バザー・ゲームコーナーでは、医大の方々にも品物の提供をいただいたバザーは大盛況で、飛ぶように売れました。ゲームコーナーは、輪投げ、魚釣り、医大生の管弦楽団によるミニコンサートなどで大いに盛り上がりました。

児童生徒にとって、とても充実した1日になり、笑顔が溢れる「学習ハッピー会」になりました。



すべてを地域のために  
**東邦銀行**

ご利用・お問い合わせは **福島医大病院支店**

窓口営業時間：平日午前9時から午後3時

電話 024-548-5331 (受付時間:平日午前9時から午後5時)

### スターバックスコーヒー福島県立医科大学附属病院店

**営業時間** 平日 7時～20時  
土日祝 9時～19時

アメリカ シアトル生まれのスペシャルティコーヒーストア。高品質のアラビカ種コーヒー豆から抽出したエスプレッソがベースのバラエティ豊かなエスプレッソドリンクやペストリー、サンドイッチをお楽しみいただけます。

