

# 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



心臓血管センター  
部長 高瀬 信弥

循環器疾患は心臓や血管に関するすべての疾患を取り扱います。狭心症、心筋梗塞、大動脈瘤、大動脈解離、弁膜症、心不全、末梢動脈狭窄・閉塞、静脈血栓症などがそれに当たりますが、近年は腫瘍による循環器系疾患も問題になり広範囲な領域をカバーしなくてはならない状況です。加えて、治療についても、生活改善、薬物、カテーテル、外科治療など多岐にわたり単一診療科、部門だけでは対応できない状況です。そこで、心臓血管センターは、小児科、循環器内科、心臓血管外科の診療科を中心に構成され、それに関わる医療従事者すべてが参画する組織として位置づけられています。

心臓領域では「ハートチーム」と呼ばれるチーム医療が原則です。ハートチームはさらに細分化され、現在はカテーテル大動脈弁移植治療を主に行う通称「TAVIチーム」や、植え込み型補助人工心臓や再生医療であるヒト細胞由来心筋シート治療などを扱う「心不全チーム」などが活動しています。今後、カテーテル僧帽弁閉鎖不全症治療を扱う「マイトラル・クリップ」治

療の認定施設となったので実施に向けて科・部門を問わず準備を進めています。さらには、糖尿病などにより下肢動脈が閉塞するため足が壊疽する状態の治療については、総合的な「フットケア」が必要であり、循環器系科のみならず糖尿病内科、皮膚科、形成外科、整形外科など多職種でのチームが必要とされます。また、近年増加している腫瘍循環器疾患、特にがん治療による心血管疾患やがん関連血栓症などは多くの科が関連しています。

以上の点から心臓血管センターの役割は大きく、診療科・部門をまたいだ診断・治療・治療後ケアをよりスムーズにして1人1人の患者さんにより良い医療を提供するために、多職種のみなさんと協力しながら取り組んでゆきます。今後ともよろしくお願いいたします。

### 第55号のなかみ

- 1 ページ...○新任挨拶
- 2 ページ...○医療のしごと体験  
～ECMO（体外式模型人工肺）～  
○～減塩で自分の体を守りましょう～
- 3 ページ...○リレー・フォー・ライフ・ジャパン福島2021を終えて  
○きいてください 院長さん
- 4 ページ...○皆さん、運動していますか。

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）

福島市 太平寺 スキップフロアの家

UNNO HOUSE  
UNNO HOUSE CONCEPT HOUSE

株式会社ウノハウス 福島支店  
**UNNO HOUSE** ☎0120-36-1131

8月7日、ふくしま医療機器開発支援センター（郡山市）で、医療機器の操作などを通じてものづくりの魅力を伝える体験会が開催されました。

このイベントは、高校生らを対象に、医療現場を下支えする関連産業をPRして若者の関心を高め、将来的な就業につなげる狙いがあり、ふくしま医療機器産業推進機構で企画されたものです。

当院の臨床工学技士らによるECMOデモンストラーションが実施され、新型コロナウイルス重度感染



症の患者に対してどのように装置が使われているのか、めったに見ることができない生命維持装置を前に参加した高校生たちは目を輝かせていました。

今注目されているECMO（体外式膜型人工肺）はニュースや新聞で耳にしたことのある方が多い医療機器だと思いますが、その仕組みや役割については知らない人がほとんどだと思います。ECMOは体の血液を回路で体外に出して、膜型人工肺を通してガス交換し（静脈血を動脈血にし）、ポンプを使って体に返す装置で、人間の肺と心臓の代わりにする（補助する）装置です。新型コロナウイルス感染症が重症化すると重度の肺炎を起こすことがあります。その中でもさらに具合が悪くなると、人工呼吸器を使っても十分な呼吸ができなくなります。その時に最後の砦として使われるのがECMOです。

今の医療現場では医療機器は欠かせないものになっており、医療機器がなければ重傷者への医療が止まるとまで言われています。当院では小さなものを含めると約7000台の医療機器が動いています。今後の医療は優れた医療機器の開発に大きく影響を受けると考えられています。これから先、工学的知識を持った技術者が少しでも医療機器開発に関心を持ち、開発に携わってくれることを期待しています。

## ～減塩で自分の体を守りましょう～

栄養管理部

新型コロナウイルスの感染拡大により、食生活も大きく変わってきています。

外出自粛に伴い、簡単に作れて食べられる物、保存がきく物（インスタント食品・レトルト食品・缶詰）などの加工品を利用して自宅で調理する機会やテイクアウト、デリバリーが増えています。ですが、加工品や既製品、テイクアウトの物は食塩量が多いと言われています。特に福島県は全国的にも1日に摂取する食塩量が多い状況で、コロナウイルス流行後の食塩摂取量増加が懸念されています。

例えば〈お味噌汁、梅干し、漬物を毎食摂取している〉〈麺類を1日2回以上摂取している〉〈練り物、ウインナー、缶詰、即席ラーメンなどの加工食品を毎食摂取している〉〈毎食テイクアウトしている〉などの食生活を習慣的に行っている方は注意が必要です。

無理のない減塩食のポイントをお伝えします。

- お味噌汁・梅干し・漬物は1日1回までにしましょう。
- 麺類は週に2～3回とし、つゆ（スープ）はできる限り飲まないようにしましょう。
- 加工品（練り物・ハム・ソーセージ等）の摂取回数をできるだけ減らしましょう。

○テイクアウトをする場合は、ラーメンや丼物だけではなくサラダをセットしましょう。

野菜には余分な食塩を排泄する働きがあります。

食塩摂取について気になる方は、いつでも気軽にご相談ください。



福島市が推進している健都ふくしま創造事業「食環境整備」の一環として減塩の取り組みを進めるためのロゴマークです。

## リレー・フォー・ライフ・ジャパン福島2021を終えて

リレー・フォー・ライフは、がん患者や家族、その支援者らが公園やグラウンドを会場に、交代で24時間にわたって歩き、がん抑圧への願いを新たに深めようというチャリティーイベントです。昨年は新型コロナウイルスの影響で開催出来ませんでした。実行委員一同「コロナ禍だからこそがん患者の支援を」という想いで、今年7月11日に「街中広場」で3時間という縮小した形で開催しました。実行委員会もリモートで行うなど工夫し、当日は約20チームの参加がありました。各チームからは少人数での参加をお願いし、受付後に市内を自由に歩くというスタイルで実施しました。例年のようなイベントは出来ませんでしたが、会場では募金活動とチャリティーTシャツやグッズ販売などを行いました。また当日会場参加出来ない多くの方のためにSNSでルミナリエ動画を公開したり、小

児がん支援の「レモネードスタンド」と同時開催したことも、今年の特徴です。来年も状況に応じた開催が出来るようにと願っております。チャリティーTシャツ販売は現在も実施中ですので、宜しければ「リレー・フォー・ライフ・ジャパン福島」のHPからお申し込み下さい。皆様のご協力に感謝致します。



会場でのMessageボード



同時開催したレモネードスタンド



市内をウォークする参加者



当日の実行委員



きいてください 院長さん  
—より良い医大病院にするために—

### いただいた御意見

#### 「学生にバスの中での会話を控えて欲しいです」

- ⇒ ① 注意喚起文書を全学生が目にする電子掲示板に掲示し、併せて、学生個人へメール配信しました。
- ② クラス毎に直接口頭による注意喚起を行いました。
- ③ 学生会が、大学内、教室、ホール、バス停に、車内でのマナーの徹底を呼びかける掲示を行いました。

#### 「コロナ禍のため、家族の面会もできないのは辛いです」

- ⇒ 入院患者さんへの感染防止を目的に実施しています。御理解と御協力をお願いします。

#### 「駐車場で、あおり運転のような運転をする人がいます」

- ⇒ 「歩行者、他の運転者に危険を及ぼす運転はしないよう」、注意喚起の文書を職員や委託事業者へ配布しました。

## 皆さん、運動していますか。 リハビリテーションセンター

皆さん、運動していますか。「運動って体に良いのだろうけど、疲れるし、面倒だし、なかなかできないよね。」と思って、していない人が多いと思います。でも、運動をやらないのはもったいない。健康で若々しい体を維持するためには、運動は大切です。厚生労働省のホームページにも、「糖尿病、心臓病、脳卒中、がん、ロコモ、うつ、認知症になるリスクが低下します。」と記載されています。

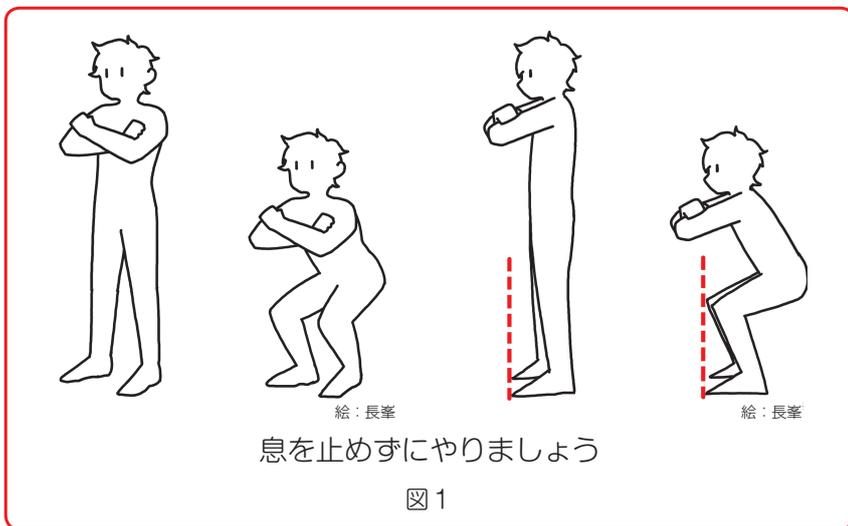
どうしてそのような効果があるのかは、まだ完全に分かっているわけではありませんが、その要因の一つとして、筋肉から出るマイオカインというホルモンが関係しているといわれています。これは筋肉が収縮すると出てきます。

実際の運動の方法はいろいろありますが、おすすめの運動といえば、1つはスクワットです。(図1)椅子から立ったり座ったりでも良いです。ゆっくりやるとさらに効果的。もう1つは、腕上げ運

動です。(図2)肩甲骨を寄せて、両腕を上にあげながら、体を伸ばすと、腹筋や背筋も収縮してきます。たくさんの筋肉に刺激が入ることで、効果が出やすいと考えられるので、やるときはぜひ筋肉の収縮を意識してみましょう。最近YouTubeで、たくさんの運動の動画がアップされていますので、その中から気に入った動画を選んでやってみるのも良いと思います。一人でやるよりも続けやすいと思います。

また、「忙しくて、なかなか運動する時間が見つからないよ。」という人は、生活の中で筋肉をたくさん使うことを意識してみましょう。歩くときにいつもより、早く、大股で歩く。また、ゆっくり腰掛けたり、立ち上がったたり。仕事の合間に(図2)の運動を取り入れてみたり。ちょっと意識するだけでも違ってきます。

みんなで、楽しく運動していきましょう。



**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バスター、サンドイッチをお楽しみいただけます。



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【午前の部】9:00から11:30  
【午後の部】12:30から15:00

電話 024-548-5331 受付時間：平日 9:00から11:30  
12:30から17:00