

けんこうさろん

K E N K O S A L O N

医療と病院の最新情報をわかりやすくお伝えし、すこやかライフをサポートします。

NO. 2017
212 | NOVEMBER

特集

最先端の機能を備えた ハイブリッド手術室

病院ウォッチング・リポート
認知症ケアサポートチーム

ズームアップけんこう 食物アレルギー

スコープ 医療・健康・予防

けんこうスクエア

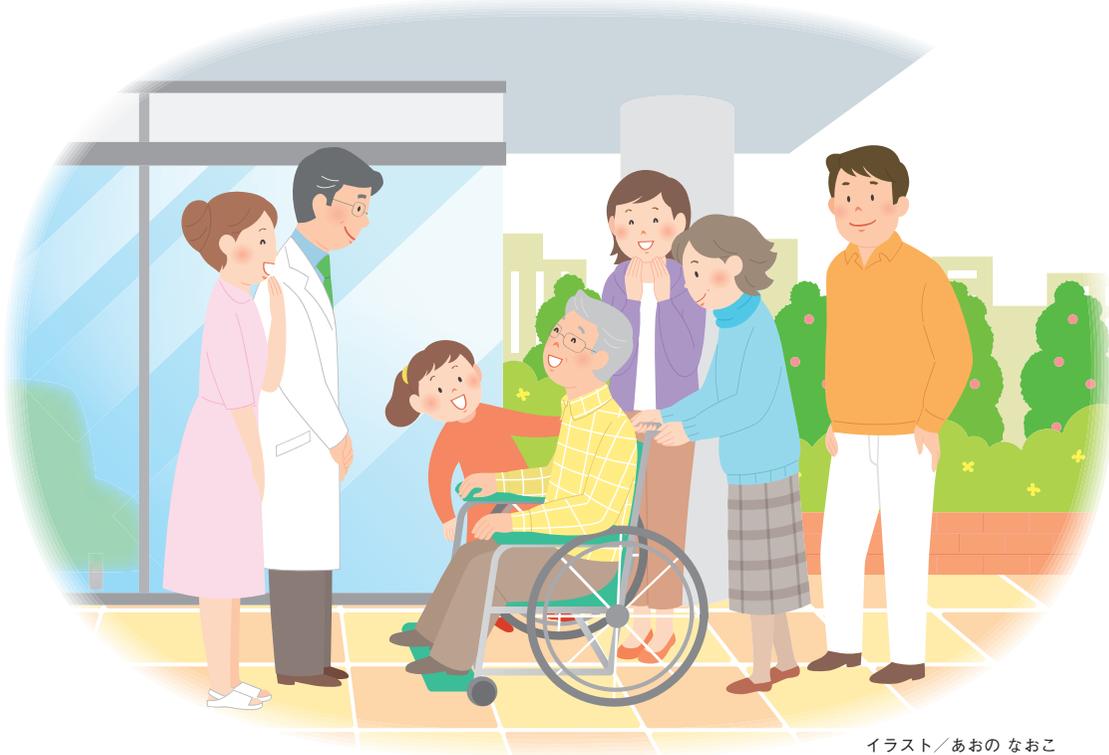
医療用語の基礎知識

季節の「食」を楽しもう



最先端の機能を備えた ハイブリッド手術室

血管の中にカテーテルを通して、血流や血管の状態を把握できる血管造影装置を設置し、最先端の血管内治療を行えるよう整備された手術室を、ハイブリッド手術室といいます。患者さんの体への負担を軽減し、より安心で、安全な手術を可能にする最先端技術の仕組みと手術室の環境を紹介します。



イラスト/あおの なおこ



監修
東海大学医学部付属病院
麻酔科 准教授
伊藤 健二 先生

「最先端技術を安心・安全に提供するために、手術室ではチーム医療が推進されています。患者さんが手術室に入室する際には、執刀医や看護師だけでなく、麻酔科医もマスクを外して声かけするなど、患者さん本位の医療を提供しています」

医療技術の進化とともに 手術のあり方も大きく変化

近年のめざましい医療技術の進化とともに、手術のあり方も、どんどん変化しています。かつて手術というと、外科医がメスを手にして、患部を大きく切り開くというイメージでしたが、現在では、医療機器や術法などさまざまな分野での研究開発によって革新的に



東海大学医学部付属病院
ハイブリッド手術室

天井つり下げ式の血管造影装置（中央奥）のアームが、中央の手術台まで伸びるように設置されている。手術台の左右の大きなモニターには、血管造影の映像や心電図、患者さんの体温・呼吸・心拍・血圧などが映し出される。

発展し、より患者さんにメリットの高い方式に変わってきました。

たとえば、あらゆる領域の検査や治療に欠かせない存在となっている内視鏡。先端に小型カメラのついた細長い管を口や尿道、肛門から挿入することで体内の様子を鮮明に画像で見られることから、画像検査の精度が大きく向上しました。さらに、医療技術の進化によって、患部の近くに小さい孔を開けて、内視鏡と治療器具を挿入し、モニターに映し出された画像を確認しながら切る、縫うなどの操作をする手術ができるようになりました。体につける傷も小さく済み、術後の回復も早く、患者さんの体の負担が少ないこの方法は、多くの領域の検査や手技で使われています。

内視鏡下の手術で、さらに進化したスタイルのひとつに、ロボット技術を使つての手術法、ダ・ヴィンチ・サージカルシステムと呼ばれるものがあります。これは、内視鏡の画像を3次元で描画し、患部に挿入する器具がロボットアームで動くというもの。術者は離れた場所から3次元画像を見ながらロボットアームを操作して手術を行います。体内を3次元の画像で見られるため、実際に体内を見ているのと同じ感覚で手術できるという発想で設計されています。

血管内治療の領域を画期的に 広げた手術方法の開発

血管内に細い管（カテーテル）を入れ、血流や腫瘍の分布、血管の狭窄・梗塞などを、造影剤を使用してX線撮影する血管造影法も、検査・治療の効果を大きく向上させています。当初、カテーテルは画像診断のために導入された医療器具でしたが、現在では、画像診断だけではなく、治療器具としても利用されており、さまざまな目的や形態のカテーテルの開発が、新たな治療法の確立に貢献しています。多様な病気の治療に使用されていますが、最近では、心臓の大動脈弁狭窄症に対する大動脈弁置換術にカテーテルを使うTAVI（経カテーテル大動脈弁留置術）が開発され、手術台と血管X線撮影装置を組み合わせた特別な手術室「ハイブリッド手術室」で手術が行われるようになりました。

心臓の弁置換術が行われる 最先端のハイブリッド手術室

心臓の大動脈弁は、全身に血液を送り出す左心室の出口にある弁で、半月形をした膜が3枚組み合わさっています。大動脈弁狭窄症とは、この大動脈弁が加齢などにより石

灰化して硬くなり、弁が開きにくくなることで、血液の流れが妨げられてしまう状態を指します。

大動脈弁狭窄症は、症状が悪化すると突然死などを招きかねない病気です。軽症の場合は、経過観察しながら薬で症状を緩和するといった治療を行います。重症の場合は、「大動脈弁置換術」という開胸手術が必要になります。心肺を一時的に停止させて心臓を露出し、機能が低下してしまった大動脈弁を人工弁に取り替える手術です。しかし、人工心肺装置の利用が必要になり、全身の臓器に負担がかかるため、高齢者や、肺や肝臓などに重度の疾患がある患者さんには、開胸手術が困難な場合があります。

そうした患者さんを対象にした、新しい治療法として開発されたのが TAVI（経カテーテル大動脈弁留置術）です。太ももの動脈または心臓のそばの肋骨の間を小さく切開した孔から、折りたたんだ人工弁を装着したカテーテルを入れて、心臓まで運んで留置するもので、患者さんの体への負担が少ないのが大きな特長です。そして、この TAVI を安全に行うための手術室を、ハイブリッド手術室といいます。

2013 年に、TAVI が保険適用されたのを

きっかけに、ハイブリッド手術室を設置する医療機関が増えましたが、設置にあたっては、従来の手術室に、ただ血管造影装置を備えるだけではなく、手術の実績や設備機器など、施設の基準が厳しく定められています。

「手術室としては、清潔ゾーンの確保などの条件はこれまでと同様です。大きく変わった点は、血管造影装置を備えることによって、X 線被曝対策が必要になったことです。さらに、装置の操作室も備えていなければなりません。そのため、2 つの手術室のスペースを使って改築し、施設基準を満たしたハイブリッド手術室をつくりました」（伊藤先生）

最先端の医療機器・設備とともに多職種の連携が重要

検査を目的にした血管造影の場合、麻酔科医はかかりませんが、ハイブリッド手術室では、血管造影は 1 つの手段であり、麻酔科医の存在が欠かせません。また、手術の執刀医、看護師はもちろんのこと、放射線機器である血管造影装置による撮影は、専門知識・技術を有する放射線技師が担当します。加えて、手術中にさまざまな医療機器の管理・保守を行う臨床工学技士など、多くの職種のス

タッフがかかわります。

「手術室では、多様な職種の医療従事者がかかわって、チームとして手術を支えています。患者さんが安心して、最良の手術を受けられるよう、互いにコミュニケーションを取りながら協力し合い、手術が行われています。最近では、どのような医療現場でもチーム医療の重要性が問われるようになりましたが、手術室では多職種連携がなければ手術を執り行うことができないといっても過言ではありません」（伊藤先生）

手術を安心・安全に行うための重要な役割を果たす麻酔科医

開腹・開胸だけではなく、内視鏡やカテーテルを使用した手術においても、必要不可欠なのが麻酔です。長時間の麻酔のあとでも速やかに覚醒する新薬の登場など、麻酔薬もこの数年でさらに進化しています。また、手術中の体温管理を徹底することによって出血量の低下や創傷部の感染が減り、入院期間が短縮しているという報告もあり、麻酔科学の進展に期待がかかっています。

麻酔は、意識を失わせたり、神経を麻痺させて、抑制するものであるという性質上、麻酔科の医師による緻密な管理が必要です。麻酔が適切に効いていない場合は痛みを感じ、効き過ぎてしまうと、覚醒までに時間がかかってしまいます。これを的確にコントロールするのも麻酔科医の役割です。ほとんどの副作用は一過性のもので、頭痛、腰痛、めまい、吐き気、さらに血圧の低下や上昇、アレルギー、神経障害などがありますが、時間の経過とともに治まります。しかし、非常にまれなケースですが、重篤な副作用がおこることもあります。

「当院では、手術前、担当の麻酔科医が、



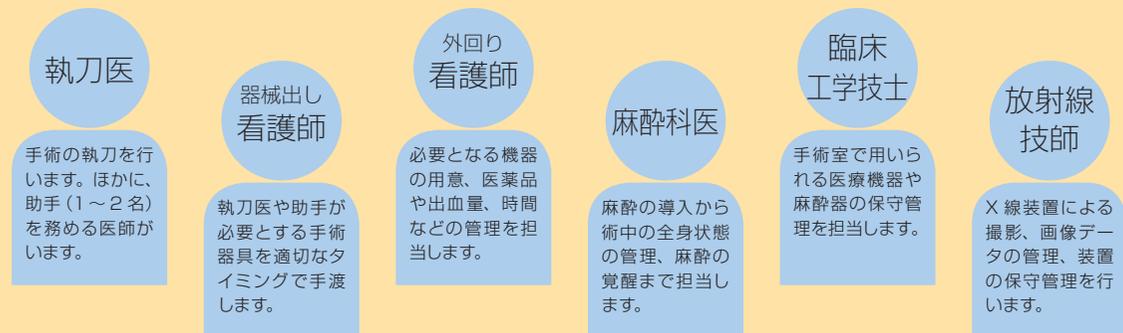
麻酔の歴史

麻酔の歴史は、まだ 200 年もたっていない。それ以前の、麻酔なしで行われていた手術で患者さんが受ける恐怖と苦痛は、耐えがたいものだったとされています。公の場所ではじめて麻酔に成功したのは、1846 年、ウィリアム・T・G・モートンという米国ボストンの歯科医でした。エーテルに鎮痛作用があることに気づき、入念な準備をした上で吸入麻酔の公開手術に挑み、見事成功したのです。執刀していたのは外科医で、モートンが麻酔を行うのみだったことは、現在の麻酔科医の役割と重なります。

実は、その 40 年以上前の 1804 年に、世界に先駆けて、日本で全身麻酔に成功していた事例があります。華岡青洲という江戸時代の医師が、数種類の薬草による全身麻酔薬「通仙散」を完成させ、乳がんの摘出手術に成功しています。しかし、当時、日本は鎖国中であつたため、この業績が世界に向けて発信されることはなく、世界的に評価されたのは明治時代になってからといわれています。

予定している麻酔内容について患者さんとそのご家族に説明する時間を設けています。手術そのものよりも、感覚を失わせる麻酔に不安を感じる患者さんも少なくないため、わかりやすく説明することを心がけています。麻酔の導入から手術中の全身状態の管理、そして麻酔から覚めて状態が安定するまで責任を持つのが麻酔科医の仕事です。安心して手術に臨んでいただきたいので、ご質問にはぜひいねいにお答えしています」（伊藤先生）

ハイブリッド手術室での手術にかかわる医療スタッフ





東海大学医学部附属病院 中央手術室

最先端医療技術の提供に加えて 快適な環境も整備している手術室

手術室の環境を快適にする さまざまな取り組み

東海大学医学部附属病院の3階にある中央手術室には21の手術室があります。ハイブリッド手術室のほか、手術支援ロボットのダ・ヴィンチ・サージカルシステムも備えており、さまざまな領域の手術が行われています。

中央手術室内の通路は、エリア全体の見通しが良いように設計されており、患者さんのベッドでの搬送や、医療機器の入れ替えなどの際に支障がないよう幅広い仕様となっています。さらに、中央手術室の両サイドには大きく窓が設けられているため、中央手術室内全体が開放的な雰囲気になっています。

「手術室という閉鎖的なイメージを持たれがちですが、窓の存在によって、患者さんが手術室に入室する際の不安も多少は軽減で

きているのではないかと思います。窓に面したカンファレンスルームでは、毎朝、当日実施予定の手術内容の確認等のチームミーティングを行っています」(伊藤先生)

また、東海大学医学部附属病院では、手術室の一足制を取り入れているため、医療スタッフが履き替えなしに手術室エリアに入ることができます。手術台の周辺エリアに強力な空気清浄装置を配することで実現したシステムで、手術スタッフの手術前の準備時間を短縮するとともに、病棟看護師などが中央手術室への出入りがしやすいのが特徴です。

TAVI 以外の領域にも拡大する ハイブリッド手術室の運用状況

ハイブリッド手術室は2017年1月から運用が開始され、8カ月間で223件の手術が

行われました。

「ハイブリッド手術室で血管造影装置を使用した症例は187例で、使用率は約84%になっています。手術件数は現状のペースで推移すると年間300～350件となると予想されます。本来ハイブリッド手術室で行われるTAVIはもちろんのこと、それ以外の領域でも、予想以上に血管造影装置を使用しており、ハイブリッド手術室は積極的に活用されているといっていでしょう」(伊藤先生)

今後は、血管造影室で行われていた、血管を広げるステント術などがハイブリッド手術室での手術へ移行するほか、産科におけるリスクの高い出産、整形外科領域の脊椎の疾患、脳神経外科の疾患など、血管造影装置で血管や血流の状態を確認しながらの手術が望まれる場合は、ハイブリッド手術室の利用が積極的に検討されます。



すべての手術室に設置された時計。デジタル表示は、左が麻酔時間、右が手術時間を刻む。



血管造影装置側から撮影したハイブリッド手術室の全景。広いスペースにさまざまな機器が並ぶ。中央の手術台の下の濃いグリーンの部分が、清浄度が高いエリアになっている。



ハイブリッド手術室の麻酔システム。一般の手術時のシステムに加えて、血管内治療用に血流をチェックする機器、呼吸状態を詳細に確認する機器が設置されている。



スタッフが着用するX線防護用のガウン。血管造影が行われるハイブリッド手術室ならではの備品。



幅広く余裕を持たせた中央手術室内の通路。建物の形状を活かして、見渡しのよい設計となっている。



入り口付近に待機しているベッド。手術が終了すると、手術室内にこのベッドを入れて患者さんを移動させる。



カンファレンスルームでは、終日さまざまなミーティングが行われている。



ハイブリッド手術室に併設された操作室。放射線技師が血管造影装置を操作し、撮影データを構築していく。



看護師も、通常の外科手術とは違う手順が必要になるため、入念な準備を行って手術に備える。



1 病棟のナースステーションで、担当看護師とともに、患者さんのカルテを確認しながら、早期介入が必要な患者さんの検討を行う。



2 現在は、チームによる病棟巡回は週1回行っている。



3 食事や睡眠、排泄など日常生活の問題を解決するために、各々の視点から意見を出し合う。

4 病棟の看護スタッフに、認知症患者さんに対するケアについて、きめ細かいアドバイスを行うこともある。



5 病棟の看護師と一緒に、患者さんと歓談。日常会話で患者さんの気持ちを和らげることも、サポート活動の1つ。



6 日常行動に制限がある患者さんのベッドサイドに訪問する。実際に病室での様子を見ることで、患者さんの状態を正確に把握する。

病院ウォッチング・レポート 大磯町 / 東海大学大磯病院

[認知症ケアサポートチーム]

厚生労働省では、認知症の患者さんが、住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けられる社会の実現を目指し、さまざまな施策を進めています。東海大学大磯病院でも、医師、看護師、社会福祉士による多職種連携の認知症ケアサポートチームを結成して、入院中の患者さんを対象にした活動を実践しています。

高齢の患者さんは入院をきっかけに 認知症の症状をきたすことも

入院中は慣れない環境や、けが・病気の影響で、多くのストレスがかかります。特に高齢の患者さんは、認知症の症状や、意識の混乱を呈する「せん妄」が出現することがあります。この場合、本来、受ける予定であった治療やケアが難しくなったり、入院生活に支障が生じたりします。

こうした事態を防ぐために、医師、看護師、社会福祉士といった多職種のスタッフが連携して、入院中の患者さんの認知症サポートを行うのが、認知症ケアサポートチームです。

東海大学大磯病院では、神経内科の医師、

認知症看護認定看護師、医療ソーシャルワーカーによる認知症ケアサポートチームが、入院中の患者さんへの支援を行っています。

「高齢化を反映して、当院においても65歳以上の入院患者さんが多いのが現状です。そのため、入院中に本来の治療を妨げるような事態を招かないよう、認知症のサインをすばやくキャッチし、初期段階で介入することを目的に、当院の認知症ケアサポートチームは活動しています」(高橋先生)

認知症ケアサポートチームは、病棟を巡回して、認知症やせん妄症状などに対する相談を受け、適切な予防や初期介入、ケアについての提案、さらに院内における認知症ケアへの啓発といった活動を行っています。

「入院するまでは普通に生活できていたので、認知症の疑いはあるけれど受診の機会を逃していたというご家族も多く、チームの介入をきっかけに、認知症の検査・診断を行い、元の施設や自宅へ戻れるケースも増えています。私たちチームの活動の成果のあらわれだと実感しています」(飯嶋先生)

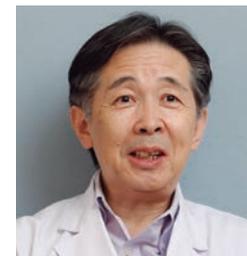
認知症ケアサポートチームの介入で きちんと治療を受け、安心して退院

高齢の患者さんが入院すると、興奮や混乱から点滴を抜いてしまうなどの症状が出てしまうことがあり、環境調整や適切な治療が必要になります。

「本来の治療を順調に進められるように、病棟のスタッフをサポートするのが、認知症看護認定看護師である私の役割でもあります。まずは患者さんのさまざまな訴えをうかがい、安心して治療を受けていただけるよう、病棟の看護スタッフと一緒に、入院環境の調整や投薬内容の確認などを行います」(鷹嘴看護師)

さらに、高齢の患者さんには、もうひとつの問題が控えています。それは、退院後の生活です。

「退院後、在宅介護や療養施設にスムーズ



東海大学大磯病院
神経内科 教授
高橋 若生 先生



東海大学大磯病院
神経内科 助教
飯嶋 一侑樹 先生



東海大学大磯病院
看護部
認知症看護認定看護師
鷹嘴 亜里 看護師



東海大学大磯病院
患者支援センター
医療ソーシャルワーカー
倉橋 慎太郎 社会福祉士

[食物アレルギー]

特定の食物に対して、体が過敏な反応をおこしてしまう食物アレルギー。成長とともに複数の疾患を発症していくアレルギーマーチを防ぐために、早期に見つけて、治療することが望めます。

自己判断で心配し過ぎてしまわないように、何でも相談できるかかりつけの専門医の指導の下、アレルギーを上手にコントロールして、お子さんの健やかな成長を促しましょう。



イラスト/伊藤 文人



アレルギーとは

増加傾向にあるアレルギー疾患。原因はさまざまな要因が複雑に影響

人間の体には、免疫という働きが備わっています。細菌やウイルスなどの病原体が体に侵入してきたときに、病原体を攻撃して病気になるのを防ぐ仕組みです。一方、病原体ではないダニや花粉、タンパク質、金属などのアレルギー（アレルギーの原因となる抗原物質）に反応して、体に害を及ぼすのがアレルギーです。本来、アレルギーに対する抵抗力をつけ、体に有利に働くはずの免疫反応も、その反応が過剰すぎると、体に不利に働くアレルギー反応になります。現在、何らかのアレルギー疾患を有する国民が約3人に1人いるという調査もあり、全体的に増加傾向を示しています。

主なアレルギー疾患は、ぜん息、アトピー性皮膚炎、アレルギー性鼻炎、アレルギー性

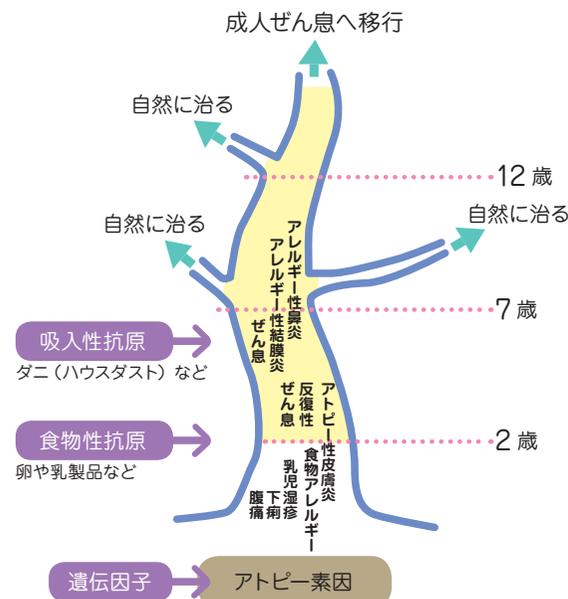
監修



東海大学八王子病院
小児科 教授
山口 公一 先生

「アレルギー疾患に対する専門的な治療を行うことはもちろん、ぜん息やアレルギーと診断されたお子さんを心配する保護者の方に、病状や治療方法をわかりやすく伝えることを心がけています」

アレルギーマーチの概要図



※アレルギーマーチ(馬場実)を改編

成長段階別の原因アレルゲン例

成人	花粉、ダニ(ハウスダスト)、昆虫、果物、小麦、そば、魚類・魚卵、甲殻類、貝類、ピーナッツ
学童期	乳製品、小麦、大豆、ピーナッツ、魚類・魚卵、甲殻類、果物、ダニ(ハウスダスト)、花粉
幼児期	卵、乳製品、小麦、大豆、魚類、ピーナッツ、ダニ(ハウスダスト)、ペット(犬、猫)
乳児期	卵、乳製品、小麦、大豆

結膜炎、花粉症、食物アレルギーで、皮膚や粘膜、呼吸器、消化管などに症状をおこします。複数のアレルギー疾患を有する場合もあり、重篤な場合には、死に至ることもあります。

親がアレルギー疾患にかかったことがあると、アトピー素因といい、かかりやすいといわれています。しかし、アレルギー疾患の原因は、食物のアレルゲンだけでなく、ハウスダストや大気汚染、受動喫煙、ウイルスなどといった環境要因も複雑に影響します。

早期発見、適切な治療を行うことで次々と発症するアレルギーマーチを防ぐ

乳児から小児へと成長するにしたがって、行動範囲や食事が変わっていきますが、それとともに症状をおこすアレルゲンが変化して、次々とアレルギー疾患を発症することがあります。これを行進にたとえて、「アレルギーマーチ」と呼びます。比較的多いのは、乳児期

にアトピー性皮膚炎や食物アレルギー、少し成長してぜん息、アレルギー性鼻炎をおこすというパターンです。個人差が大きく、ぜん息を最初におこすなど、違う順序で経過する場合も少なくありません。

子どもの成長過程で、アレルゲンとなる可能性のあるものをすべて回避するのは困難です。また、アレルギーをおこす仕組みは複雑で、アレルゲンの除去だけでは発症を予防することはできません。アレルギー疾患は、発症したら、いち早く気づいて、適切な治療によってコントロールすることが何より重要といえます。

「食物アレルゲンに対して、あまり神経質にならず、病気に負けないような基礎体力づくりを心がけてください。もしも気になる症状が出たときは、すぐにかかりつけ医に相談してください。わからないことがあったら、何でも聞ける主治医を持つことが、大事に至らないための予防につながります」(山口先生)

ZOOM けんこう UP 受診の前に知っておきたいこと

食物アレルギーが疑われたら、症状と食事の内容を書き留めておく

アレルギー疾患は多岐にわたりますが、近年、増加傾向にあると見られ、注目されているのが、食物アレルギーです。典型的な食物アレルギーは、食後2時間以内に症状をおこします。アレルギー症状とは、じんましん、咳、呼吸困難、下痢などで、皮膚、呼吸器、粘膜、消化器に現れます。短い時間のうちに、複数の臓器に激しい症状がおこる状態をアナフィラキシーといい、さらに、血圧の低下や意識の消失などのショック状態(アナフィラキシー・ショック)に陥ると、命を落としかねません。

小児は、体が成長過程にあって未発達であり、抵抗力も弱いので、いろいろな病気にかかります。症状がおこったら、早めに気づくことが大切です。アレルギーが原因なのか、そのほかに原因があるのか、専門医による診断を受けましょう。アレルギーが疑われたら、いつ、何を、どのくらいの量を食べたか、

どんな症状が現れたか、食べてからどのくらいで症状が現れたか、同じ症状が出たことはあるかといった記録を残しておく、診断に役立ちます。

「アレルギーかもしれないからといって、自己判断で食事を制限してしまうのは、成長過程にあるお子さんのためにもよくありません。専門医を受診して詳しい検査を受け、原因食物を確定することが大切です。原因となるアレルギーが判明した後も、やみくもに食事を制限せずに、医師の指導の下、アレルギーを正しくコントロールすることをおすすめします」(山口先生)

ZOOM けんこう UP アレルギーの検査と診断・治療

問診と血液検査、皮膚試験で推定。信頼できる専門医でアレルギーを診断

食物アレルギーの診断は、問診と血液検査、皮膚試験を行って、IgE抗体を調べ、原因となるアレルギーの推定をします。IgE抗体とは、体内に入ったアレルギーに反応してアレルギー症状をおこすもので、血液中のIgE抗体を

調べることで、どの食物にアレルギーをおこすのかを推定することができます。実は、血液検査の結果、IgE抗体が出たからといって、その食物に必ずアレルギー反応をおこすわけではありません。

さらに詳しく調べるためには、経口負荷検査を行います。これは、アレルギーとなる食物を、どのくらい食べたなら症状が現れるのかを調べる検査で、危険のないよう、医師の管理の下で慎重に行わなくてはなりません。

成長とともに治ることも多いアレルギー。最小限の食事制限で治療する

食物アレルギーの治療は、食べると症状のおこる食物だけを制限することです。少量なら食べられるもの、加熱すれば食べられるものは、なるべく食べるように診療ガイドラインでも推奨されています。そのためにも、定期的な検査と、専門医による指導を受けながら、治療を続けることが大切です。

アレルギー症状が強く出る場合には、アドレナリン自己注射薬が処方されます。これは、アナフィラキシーが出たとき、病院に着くまでの緊急の処置として行うものです。太もも



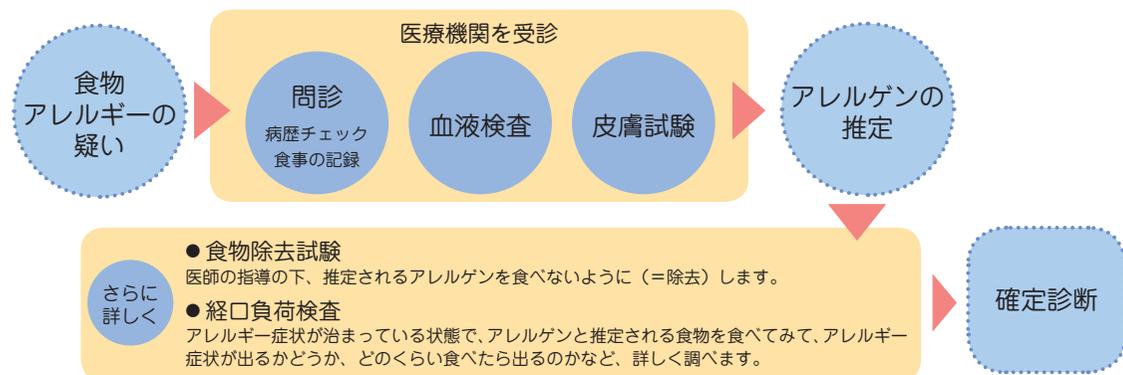
東海大学八王子病院小児科にアレルギー専門外来開設

予防接種外来や乳児健診も行っている東海大学八王子病院の小児科では、風邪・気管支炎・下痢などの感染症やぜん息などのアレルギー疾患、皮膚疾患などに幅広く対応するほか、新たに、食物アレルギーを中心としたアレルギー専門外来を開設しました。アレルギー疾患の専門医による診断・検査・治療に加えて、お子さんの気になる健康状態などの相談にも対応しています。

の前側の筋肉に注射して、ショック症状を一時的に抑えます。

「小児のアレルギーは治ることも多く、最小限の食事制限で治療していくことが望まれます。生卵がだめでも、加熱すれば食べられるというケースもあります。また、ウイルス感染を繰り返しておこすことで、ぜん息につながるケースもあるため、手洗いやうがいの習慣を身につけ、しっかり予防しましょう。皮膚を清潔に保って保湿するスキンケアも、アレルギーへの反応を防ぐには有効といわれています」(山口先生)

食物アレルギーの診断の流れ



正確な処方せん調剤・適切な指導

栄養士による各種疾患に対する食事のアドバイスや治療食(減塩・無塩・カロリー調整・低蛋白食品など)の相談販売

望星薬局

■本社 伊勢原市桜台 2-1-28
ヨイクスリ
tel. 0463-91-4193 fax. 0463-91-8966
http://www.bohseipharmacy.co.jp



- | | | |
|----------------------|-----------------------|-------------------------|
| ■望星薬局 0463-94-4193 | ■望星おおね薬局 0463-76-4193 | ■望星西新井薬局 03-5691-1193 |
| ■望星本町薬局 0463-92-1193 | ■望星秦野薬局 0463-85-1193 | ■望星横浜みどり薬局 045-989-4193 |
| ■望星大磯薬局 0463-71-9341 | ■望星代々木薬局 03-3370-1301 | ■望星鶴見薬局 045-570-4193 |
| ■望星渋沢薬局 0463-87-4493 | ■望星築地薬局 03-3541-1193 | |
| ■望星平塚薬局 0463-33-1193 | ■望星北浦和薬局 048-822-9381 | |

東海大学東京病院
呼吸器内科 助教
4・5階病棟医長
永井 明日香 先生



肺炎を正しく理解して予防する

細菌やウイルスなどの病原体に感染して肺に炎症をおこす肺炎は、重症化すると入院治療が必要な事態を招くこともあります。免疫力の低下や慢性の病気を患っている65歳以上の方に感染するケースが増えているため、ワクチンの接種によって、積極的に予防することが大切です。

肺炎は、日本人の死亡原因の第3位。 死亡者の97.3%が65歳以上

肺炎は、細菌やウイルスなどの病原体が肺に感染して発症する病気です。風邪やインフルエンザにかかった人が、肺炎を併発することがありますが、風邪と肺炎は違う病気です。風邪が、のどや鼻、気道に炎症をおこすのに対し、肺炎は、肺胞という肺の中の組織に炎症をおこします。肺胞は、酸素を体に取り込み、二酸化炭

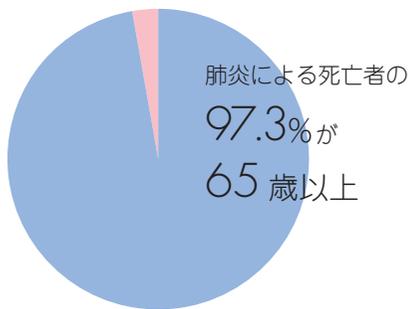
素を排出する機能を担っているため、重症化すると呼吸困難をおこし、特に高齢者や慢性疾患のある方の場合、死に至ることもあります。実は、日本人が死亡する原因の中で、がん、心疾患に次いで3番目に多いのが肺炎です。

肺炎の主な症状は、激しい咳や痰、発熱です。風邪の症状と似ていますが、風邪は次第に症状が治まるのに対し、肺炎は治まりません。どちらにしても、咳や発熱が数日以上続いたら、まず医療機関を受診するようにしましょう。

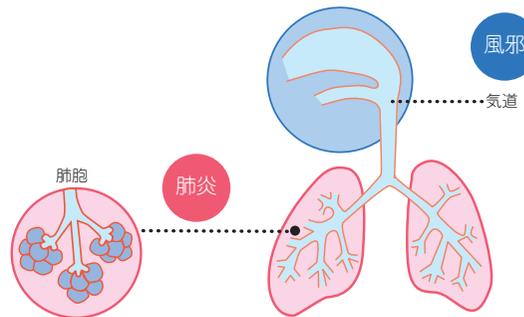
主な死因別死亡数と肺炎死亡者の年齢

出典：厚生労働省 2015年人口動態統計

- 第1位 悪性新生物（がん）
- 第2位 心疾患（心臓病）
- 第3位 肺炎



風邪と肺炎の違い



	症状	熱	期間
風邪	鼻水、咳、くしゃみ のどの痛み、発熱	38℃程度 まで	数日から 1週間くらい
肺炎	咳、息切れ、 発熱、悪寒、痰、 倦怠感、胸痛	38℃以上	1週間以上 長く続く

65歳以上の方に推奨される、 肺炎球菌ワクチンの予防接種

肺炎は、患者さんの環境によって3つに分類されます。主に自宅で日常生活を送っている人の場合は市中肺炎、介護施設に入居している高齢者の場合は医療・介護関連肺炎、病院に入院している場合は院内肺炎といいます。健康で体力のあるときにはかかりませんが、免疫力が低下する65歳以上では市中肺炎で入院する人が増加傾向にあるといわれています。実際に、肺炎で死亡する人のうち、97.3%は65歳以上という統計データがあります。

肺炎の原因となる菌のうち、もっとも多いのが肺炎球菌です。2014年10月から、65歳以上の方には、5年に1度、肺炎球菌ワクチンの予防接種が一部公費負担によって行われるようになりました。

ワクチンは、発症自体を完全に防ぐことはで

きませんが、あらかじめ体内に毒性を弱めた菌を取り込むことで抗体を作り、感染しても発症しなかったり、発症しても軽症にとどめることができるものです。肺炎の原因になる菌はたくさんあるため、肺炎球菌ワクチンの接種ですべての肺炎を予防できるわけではありません。規則正しい生活によって、食事や睡眠をしっかりとして、体力の低下を防ぐことも大切です。

「高齢の患者さんの場合、発熱を伴わないケースも多く、なんとなくだるいなど、症状に気づきにくいのが特徴で、急に症状が進むこともあります。体力には自信があるから大丈夫と過信せず、65歳以上の方、慢性疾患のある方は積極的に予防接種を受けることをおすすめします。インフルエンザは冬に流行するため、10月中旬から予防接種ができますが、肺炎球菌は季節を問わず接種できます。インフルエンザで体力の低下した人が肺炎をおこすことも多いため、両方接種しておくといいでしょう」（永井先生）

肺炎球菌ワクチンの接種

	対象年齢			
	定期接種 (一部自己負担)	65歳	70歳	75歳
	85歳	90歳	95歳	100歳
任意接種 (自己負担)	上記以外の年齢			

誤嚥性肺炎

誤嚥性肺炎とは、飲み込みや、咳で異物を吐き出す嚥下機能が低下して、飲食物や唾液が菌と一緒に気管に入って感染しておこる肺炎のことです。嚥下機能は年齢とともに低下するため、特に高齢層に発症することが多く、誤嚥性肺炎の発症に伴って全身状態が悪化するだけでなく、生活の質が著しく低下してしまいます。予防接種はもちろん、病原体に感染しないようにする、食事はゆっくりと食べるといった習慣をつけましょう。

『けんこうさろん』の編集および監修の協力を得ている医療機関のトピックス & ニュースをご紹介します。
詳しい情報を知りたい方は、各病院に直接おたずねください。

東海大学医学部附属病院

病気の基礎知識や、最新の治療情報を難病治療の最前線から発信



難病講座

日 時 / 12月15日(金) 15:00~17:00
定 員 / 定員 100人 ※無料
場 所 / 東海大学伊勢原校舎 1号館 2階 第1会議室
講演 1 / 「IBD (炎症性腸疾患) の基礎知識」
東海大学医学部消化器内科学 助教 津田真吾
講演 2 / 「炎症性腸疾患と食生活
～最新の食事療法～」
東海大学医学部附属病院 栄養科 鈴木太
講演 3 / 「炎症性腸疾患の内科治療 up to date」
北里大学医学部消化器内科 講師 横山薫
お申込みは、氏名および電話番号を、電話・FAX・はがき・メールにて、総務課難病講座係までお送りください。
※12月14日締切。
TEL.0463-93-1121 (内線 2014)
FAX.0463-94-9058 (24時間受付)
メール i-soumu@tsc.u-tokai.ac.jp

〒259-1193
神奈川県伊勢原市下糟屋143
TEL.0463-93-1121
URL.http://www.fuzoku-hosp.tokai.ac.jp/
受付時間 8:00~11:00
休診日 日曜日・祝日、毎月第2・4土曜日、年末年始
建学記念日(11月1日)

東海大学医学部附属東京病院

すぐに治療・予防に取り組める身近なテーマで糖尿病教室を定期的開催



第4回 糖尿病教室

糖尿病と合併症の関係や、治療薬や検査といった医療にかかわるテーマと、食についてのテーマを中心とした講演形式の糖尿病教室を開催しています。保険診療の一環のため、保険証を持参してください。
日 時 / 11月28日(火) 14:00~15:00
対象者 / 糖尿病の診断を受けた方(予約制)
場 所 / 2号館4階(受付:内科外来)
講 演 / 「糖尿病と骨粗鬆症の意外な関係」
東海大学東京病院
糖尿病内科 助教 山田千穂
「お酒との上手なお付き合い
～飲酒の適量って?～」
東海大学東京病院 診療技術科 栄養部門担当
管理栄養士 後藤陽子
料 金 / 610円(3割負担の場合)
次回、第5回 糖尿病教室(予約制)は、2018年1月23日(火)開催を予定しています。
※お申込み、お問い合わせは事務課まで。

〒151-0053
東京都渋谷区代々木1-2-5
TEL.03-3370-2321
URL.http://www.tokyo-hosp.tokai.ac.jp
受付時間 8:30~11:30
休診日 日曜日・祝日、毎月第2・4土曜日、年末年始
建学記念日(11月1日)

東海大学医学部附属大磯病院

入院生活を快適に過ごすためにご家族と一緒に楽しめる季節に合わせたイベントを開催



クリスマスキャロリング

東海大学大磯病院では、毎年、入院患者さんにクリスマス気分を味わっていただくようクリスマスキャロリングを開催しています。病院職員がサンタやトナカイの衣装を身にまとい、各病棟の患者さん用の食堂を巡ってクリスマスソングを披露します。また、病室から出られない患者さんにも聞こえるように、聖歌隊が病室の前で歌います。この聖歌隊の歌唱指導は、本学の教養学部芸術学科音楽学課程の近藤真由准教授が担当し、さらに同学科の学生さんたちがボランティアとして楽器演奏を行い盛り上げます。ご家族の方も一緒に楽しんでいただけますので、ご参加ください。
日 時 / 12月18日(月) 17:00~
お問い合わせは、事務課庶務係(内線 2211)まで。
※病院にお越しの際にはマスクを持参してください。

〒259-0198
神奈川県中郡大磯町月京21-1
TEL.0463-72-3211
URL.http://www.tokai.ac.jp/oisohosp/
受付時間 8:30~11:30
休診日 日曜日・祝日、毎月第2・4土曜日、年末年始
建学記念日(11月1日)

東海大学医学部附属八王子病院

八王子市の公開講座で幅広い領域の医療情報を提供し、地域医療に貢献



公開講座

八王子市では、「誰もがいつでも多様に学び豊かな文化を育むまち」を実現するため、地域の皆さんが意欲を持って学べる機会を提供することを目的に予約・申込不要の無料講座「八王子学園都市大学いちよう塾」を開学しています。この公開講座で当院の医師が講師を務めています。
場 所 / 八王子市学園都市センター イベントホール
日 時 / 11月25日(土) 15:20~16:50
テーマ / 「不整脈の正しい理解～自身の病気への理解を深めて、安心した生活を送るために～」
東海大学八王子病院 循環器内科 講師 上野亮
日 時 / 12月22日(金) 10:20~11:50
テーマ / 「肺がんと付き合うには
～肺がんを見つけて治療するには?～」
東海大学八王子病院 呼吸器外科 准教授 西海昇
日 時 / 2018年1月27日(土) 10:20~11:50
テーマ / 「膵癌を知ろう～早期発見をめざして～」
東海大学八王子病院 消化器外科 講師 和泉秀樹

〒192-0032
東京都八王子市石川町1838
TEL.042-639-1111
URL.http://www.hachioji-hosp.tokai.ac.jp/
受付時間 8:00~11:00
休診日 日曜日・祝日、毎月第1・3土曜日、年末年始
建学記念日(11月1日)

救急医療というと、すぐに思い浮かぶのは救急車ですが、最近ではドクターヘリの存在も広く知られるようになりました。救急車は、急病や事故によるケガなど、一刻も早い治療が望まれるとき、現場から患者さんを医療機関に搬送します。一方、ドクターヘリは、ヘリコプターに医師と看護師が搭乗して現場へ向かうため、医療行為を開始するまでの時間が大幅に短縮され、救命率が一段と向上される点が特徴で、高度な医療が提供できる病院に認められている制度です。

東海大学医学部付属病院は、神奈川県ドクターヘリ事業の拠点として指定されています。一刻も早く専門治療が必要な病状やケガに加えて、災害や高速道路上での事故、離島での救急要請など、さまざまな局面を想定して、事業が整備されています。

病院内での治療と違い、ヘリコプターに搭載できる限られた医療機器や医薬品で救命医療を行うため、医師と看護師には豊富な知識と経験、技術の高さが求められます。持ち込む医療機器や医薬品を、万全に管理しておくのは看護師の役割です。出勤の要請があったときには、



東海大学医学部付属病院
高度救命救急センター
新里 恵 看護師



「交通事故」「急病」など、少ない情報しか得られないことも多く、先を見越して予測しなければいけません。現場に駆けつける救急隊員にも協力を仰いで連携し、医師、看護師とのチームワークで治療に当たり、患者さんをスムーズに医療機関に搬送します。

ドクターヘリに搭乗して救急医療に携わるフライトナースは、医療機関によって資格取得の条件が定められています。おおよそは看護師経験5年以上、救急看護師経験3年以上、二次救命措置や外傷などの専門知識や日本航空医療学会が開催するドクターヘリ講習会の受講、インストラクターの経験などが基準になっています。東海大学医学部付属病院高度救命救急センターのフライトナースは現在20人。通常はセンターで救急医療に携わり、フライトナースの当番の際は、いつでもすぐに出動できるよう準備しながら待機します。

私は看護師経験が12年、フライトナースになって5年目になりますが、今でも、信頼関係が築けていなければできない、難しい仕事だと常に緊張感を持って挑んでいます。知識の面でも、まだまだ勉強することがあります。一般病棟での勤務も経験しましたが、やはり救命救急を究めたいと考え、今に至ります。今年には救急看護認定看護師の資格も取得しました。今後は、後進への指導にも力を入れていきたいと思っています。



季節の「食」を楽しもう

● ごぼう ●

[鶏ごぼうつくね]

鶏ひき肉、みじん切りにしたごぼうと大葉に、おろし生姜、塩、片栗粉を加え、よく混ぜて楕円型に整える。ごま油で焼き、軽く焦げ目がついたら蓋をして蒸らす。しょうゆ、酒、みりん、砂糖を入れて煮からめる。(1人分約230kcal、食塩1.5g)

ごぼうは、日本の食卓におなじみの野菜です。食物繊維が豊富で、100gあたり5.7gと、野菜の中でもトップクラスです。水溶性食物繊維のイヌリンと、不溶性食物繊維のセルロース、リグニンを併せ持ち、さらに抗酸化作用を持つポリフェノールであるクロロゲン酸、カリウム、カルシウム、マグネシウムなどのミネラルを多く含んでいます。

血糖の上昇を緩やかにし、腸内環境を改善するイヌリンは、水に溶けやすいため、調理の際に長時間水にさらすのは避けましょう。また、糖の吸収を穏やかにするクロロゲン酸は皮の

部分に多いため、たわしでこすり洗いしたり、包丁の背で汚れた部分をこそげとるなどの方法で、皮を残したほうがよいでしょう。

ごぼうは、11月から2月に旬を迎えます。ひげ根が少なく、固くて太さが均等なものを選ぶとよいでしょう。泥付きごぼうは下ごしらえが面倒ですが、鮮度が落ちにくく、保存に向いています。洗いごぼうは乾燥しやすく鮮度が落ちやすいため、密封して冷蔵庫の野菜室で保存するとよいでしょう。

監修



東海大学東京病院
診療技術科 栄養部門担当
後藤 陽子 管理栄養士

「旬のごぼうは、きんぴらなどの炒め煮や天ぷらといった、油を使った調理法をおすすめします。食物繊維を、油と一緒にとると便の排出効果が高まるので、便秘の方にも最適です」

旬のおいしさをたっぷり味わう

[ごぼう入り卵の花]

水で戻した干し椎茸、千切り人参、ささがきごぼう、



油揚げをごま油で炒め、おからを加えて、めんつゆ、酒、みりん、砂糖、椎茸の戻し汁を加えて、汁気がなくなるまで炒める。(1人分約83kcal、食塩0.4g)

けんこうざろん NO.212 2017年11月20日発行

編集・発行/株式会社ジェー・シー・シー 〒160-0022 東京都新宿区新宿1-5-1 新宿御苑ビル5階 TEL.03-3350-1741
本誌内容についてのご意見等は、株式会社ジェー・シー・シー内『けんこうざろん』係までお寄せください。なお、郵送をご希望の方は、お名前・ご住所・電話番号を明記の上、切手[1回分150円、4回(1年間)分600円]を上記(株)ジェー・シー・シー『けんこうざろん』係宛にお送りください。

※本誌では、略称にて記載しておりますが、()内が正式名称です。略称：東海大学東京病院(正式名称：東海大学医学部付属東京病院)
略称：東海大学大磯病院(正式名称：東海大学医学部付属大磯病院) 略称：東海大学八王子病院(正式名称：東海大学医学部付属八王子病院)

下記のURLにアクセスすると、けんこうざろんのバックナンバーがインターネット上で閲覧できます。

<http://www.jcc99.co.jp/service/kensalon.html>



create

理想の環境を創造する

■ネットワークグループ

東海教育産業株式会社

山王総合株式会社

望星サイエンス株式会社

株式会社望星薬局

株式会社中央堂薬品

エイチ・ピーアンドシー株式会社

株式会社セゾオン

株式会社東海ソフト開発

石狩スポーツ企画株式会社