

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. 220 | 2020
WINTER

特集

健やかな生活を守るための 人間ドック

ズームアップけんこう

新型コロナ ウイルス感染症

看護の現場

薬のはなし

お仕事拝見

栄養科探訪

季節の「食」を楽しもう



健やかな生活を守るための人間ドック

人間ドックは数多くの検査項目にわたって体をチェックすることが可能なため、健康診断では見つけにくい、かすかな異変も発見することができます。人間ドックを利用して、病気の予防だけではなく、いつまでも健康で自分らしい生活を目指しましょう。



イラスト／あおの なおこ

心身ともに自立した毎日を送れる 健康寿命を延ばすために

2000年に世界保健機関（WHO）が「心身ともに自立し、健康的に生活できる期間」を健康寿命として提唱して以降、「寿命を延ばす」という従来の概念に加え、「健康でいられる期間を延ばす」という健康寿命の指標が重要視されるようになりました。

日本では、厚生労働省が2011年から「健康寿命をのばしましょう」をスローガンに、国民全体が人生の最期のときまで健康な毎日

監修



東海大学東京病院
健康管理学 准教授
岸本 恵明 先生

「当院は、人間ドック・抗加齢ドックの質の向上に努めるとともに、大学病院として最新医療も積極的に提供しています。検査だけではなく治療への移行もスムーズに行える点も、当院の人間ドックの特長です」

人間ドックの基本検査とそのポイント



エックス線検査が基本です。
さらに、CT検査、痰を採取して細菌やがん細胞が含まれていないかを調べる喀痰細胞診検査などがあります。50歳以上の喫煙者や、近親者に肺がん患者さんがいる人などは、CT検査や喀痰細胞診検査も受けておくことで安心です。



血圧測定、心拍数計測、心電図検査が基本です。
また、エックス線検査で、心臓の大きさを診ることができます。



エックス線検査が基本です。
胃内視鏡検査や胃がんの原因となるピロリ菌があるかどうかを調べる検査が基本項目に含まれている場合もあります。さらに、がんが心配な方は、腫瘍マーカー検査を受けるとよいでしょう。



便潜血検査が基本です。
オプションとして、下部消化管内視鏡検査や腫瘍マーカー検査があります。下部消化管内視鏡検査は、便潜血検査が陽性だった人や、便が細くなったり、便秘や下痢を繰り返すといった自覚症状のある人に勧められる検査です。



血液検査が基本です。
腹部の超音波検査で、腫瘍やポリープ、炎症、結石、脂肪肝などを調べることもできます。
オプションとして、腫瘍マーカーを受けることも1つの方法です。



エックス線検査で動脈硬化（大動脈の石灰化）を診たり、超音波で腹部大動脈瘤の有無を検査します。

が送れることを目標とした「スマート・ライフ・プロジェクト」という取り組みを推進しています。運動・食生活・禁煙の3分野を中心にした、具体的なアクションの呼びかけは次の通りです。

●適度な運動「毎日10分の運動を」

10分程度の歩行は約1000歩分に換算されます。一駅分歩いたり、散歩のコースを変えたり、少しの工夫で達成できるでしょう。なお、生活習慣病予防の観点からは、1日に男性9000歩、女性8000歩が推奨されています。

●適切な食生活「1日プラス70gの野菜を」

日本人は1日約280gの野菜をとっているといわれています。生活習慣病予防のために

は毎日350gの野菜を食べることが勧められているので、あと70gの野菜をプラスすることが望ましいでしょう。

●禁煙「たばこの煙をなくす」

たばこを吸うと、本人だけではなく周囲の受動喫煙につながり、健康を損なうばかりか、肌の美しさや若々しさを失うことにもなります。

こうした具体的なアクションによって健康への意識を高める一方、病気を予防するために必要不可欠なのが健康診断です。自覚症状がなく進行してしまう病気も多いので、発症のリスクを早期に発見し、対処していくために、定期的に自分の体の状態を知っておくことが重要になります。

そして、健康診断だけではわからない病気の早期発見を目的とするのが人間ドック健診。一般健診や特定健診の内容に加えて、胃カメラやCT、MRI（磁気共鳴画像撮影）などの検査項目や、男性および女性特有の病気に特化した検査など、検査施設によってさまざまな検査項目が用意されています。このように検査項目が多いことで、詳細に体を検査することが可能なため、初期の異変や兆候を発見することができます。また、自身が気になる場所を選んで検査できるため、日頃の不安の解消にもつながります。

受診者の意向を踏まえ、 検査内容・項目を刷新する

東海大学東京病院の人間ドックでは、大学病院としての高度な診察力を駆使して、受診者の検査に注力しています。がんや生活習慣病を早期に発見するための検査項目が充実し

ており、なんらかの異変があれば、ドックフォロー外来で迅速に対応できる態勢になっています。

「当院の人間ドックでは、受診者さんの意向を踏まえ、柔軟な姿勢で刷新を図っています。2019年度から、これまで受診希望が多かった脳ドックをオプション検査に追加しました。潜在する脳梗塞・脳出血の有無や、未破裂脳動脈瘤および脳動脈の閉塞や狭窄のチェックや、認知症のスクリーニングを行います。近隣に位置する連携医療機関のMRIを利用しての検査です」（岸本先生）

検査結果のフォローも積極的。 専門医が対応するドックフォロー外来

東海大学東京病院の人間ドックは、当日に医師との面談が組み込まれているので、心配な点などを直接医師に相談することができます。さらに、多岐にわたる検査結果のすべて

を詳細に把握したい場合には、外来に開設されているドックフォロー外来を予約受診することもできます。ドックフォロー外来では、人間ドック健診専門医による詳しい説明だけではなく、精密な検査・診断が必要な場合はすぐに院内の診療科と連携でき、早期治療につながる点も、東海大学東京病院の人間ドックの利点といえるでしょう。

予防医学の最先端「抗加齢ドック」。 開設から14年の実績を誇る

東海大学東京病院では、予防医学の最先端である「抗加齢ドック」も開設しています。東海大学大学院医学研究科にあるライフケアセンターという加齢についての研究部門とともに、基礎医学、臨床医学、スポーツ医学などの専門家が英知を結集して、さまざまな医学的サポートに取り組んでいます。検査項目は、血管の動脈硬化、血液の老化度、活性酸素・抗酸化力、ホルモンバランス、免疫バランス、一般検査、体の構成と多岐にわたっています。さらに、検査結果について医師からのわかりやすい解説と、老化を防ぐ生活改

抗加齢御膳



抗加齢ドックの昼食に出される抗加齢御膳。抗酸化作用のある食材を数多く使用し、見た目も豪華な御膳だが、カロリーや塩分は控えめになっている。また、食材の効果などの説明が入った献立シートが添えられているので、おいしいだけではなく、普段の生活のヒントになると受診者さんに好評とのこと。

善に対するアドバイスも受けられます。

「開設当初から、大学病院としての機能を最大限に活かした人間ドックシステムの構築に取り組んできました。通常2日間の内容に匹敵する検査を1日で行うなど、利便性を兼ね備えた人間ドックを運営しています。さらに、検査結果および通院・入院治療の記録を一括して保管しているため、次の検査時に比較できるのはもちろんのこと、将来を見据えた継続的な健康管理に役立てることができる点も当院の人間ドックの特長です」（岸本先生）

東海大学東京病院健診センターの人間ドックにおけるオプション検査の項目

●上部消化管内視鏡検査（胃内視鏡検査）：経口

最新鋭のファイバースコープを使用。鎮静剤を使用して、食道や胃、十二指腸の状態を短時間で詳細に観察する。

●下部消化管内視鏡検査（大腸内視鏡検査）

最新鋭のファイバースコープを使用し、大腸の状態を詳細に観察する。大腸ポリープなどの早期発見が可能。

●上部・下部消化管内視鏡検査（胃・大腸内視鏡検査）

大腸内視鏡検査と胃内視鏡検査を、同時に受診できる。

●胸部64列CT検査（低線量）

通常のレントゲン検査では発見困難な、小さな病変（肺がんなど）が検出できる。低線量で行う。

●頭部64列CT検査

基本健診では発見困難な、脳の異常（脳腫瘍、脳萎縮など）が検出できる。

●脳ドック（MRI・MRA）

連携医療機関での検査。脳血管障害チェック、認知機能チェックを行う。

●内臓脂肪CT検査

腹囲を測るだけではわかりづらい内臓脂肪量を、CT検査で直接測定する。

●腫瘍マーカー検査4項目（CEA・CA19-9・CYFRA・ProGRP）

頻度の高いがんの腫瘍マーカーを調べる血液検査。

●脂肪酸4分画（EPA・DHA・DHLA・AA）

動脈硬化に抑制的に働く成分と、動脈硬化に促進的に働く成分のバランスを調べる血液検査。

●認知症リスクマーカー

アルツハイマー認知症と関連の深いアポリポたんぱくEのパターンを調べる血液検査。

●骨代謝マーカー（骨型ALP・TRACP-5b・ucOC）

骨吸収・骨形成で新陳代謝のバランスと、骨の栄養状態を調べる血液検査。

●骨密度検査

腰椎・大腿骨頸部・前腕の骨密度を正確に測定。

●甲状腺ホルモン検査（TSH、FT3、FT4）

甲状腺刺激ホルモンと甲状腺ホルモンの血中濃度を測定することで、甲状腺の機能を評価。

●子宮頸がん検査（内診・細胞診）（女性のみ）

●乳房マンモグラフィー検査（女性のみ）

●乳腺超音波検査・乳房視触診検査（女性のみ）

●経膈超音波検査（女性のみ）

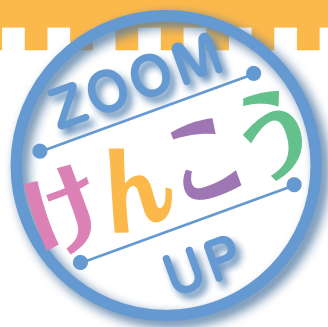
東海大学東京病院

新型コロナウイルス感染症を 一日も早く終息させるために

当院は、東京都からの強い要請に応じて、2020年9月より入院の全床を新型コロナウイルス対応へと変更いたしました。一方、外来診療と健診センター（人間ドック・抗加齢ドック）、内視鏡検査などは従来通り行っています。新型コロナウイルス感染症の患者さんが数多く入院していることに不安を感じる方もいらっしゃるかもしれませんが、当院は、東京都ならびに管轄保健所からの指導のもと、徹底した感染防止対策を講じており、消毒やゾーン分けなどを徹底して、安全を確保した上で日常業務を行っています。社会貢献を第一に掲げる東海大学の方針により、少しでも早い新型コロナウイルス感染症の終息を目指して、病院の職員が一丸となって取り組んでいます。なにとぞ、ご理解のほどお願い申し上げます。なお、ご意見やご質問がございましたら、遠慮なくスタッフにおたずねください。



東海大学東京病院
健診センター長
西崎 泰弘 病院長



新型コロナ

[ウイルス感染症]

呼吸器系の感染症が流行を迎えるシーズンの到来です。新型コロナウイルス感染症に加え、風邪やインフルエンザの予防も欠かせません。正しい情報を得た上で、きちんと対処して感染を抑え、必要な人に必要な医療が行き届くよう心がけましょう。



イラスト／伊藤 文人



新型コロナウイルス

感染経路や症状、治療法など いまだ解明されていない感染症

新型コロナウイルス感染症は、飛沫感染など、人と人が接触することによって感染すると考えられていますが、詳しい感染経路や症状など、多くのことが解明の途上にあります。注意が必要なのは、なんらかの症状が現れる2日前から感染力が強まることです。つまり、自分が感染していることに気づく前に、人と接触して感染を広げてしまう危険があり、クラスターと呼ばれる集団感染をおこすなど、1人の感染が10倍、100倍に増え、感染者数の拡大につながりかねません。

「7月以降、若年層の感染者数の割合が増加したために、重症化率が減少したように見えますが、医療現場において、検査・治療の面で負担が軽くなったとはいえません。マスクやSNSなどであらゆる情報が氾濫し、たとえば感染すると、味覚や嗅覚に障害が出るという情報がありますが、それだけで感染の有無を判断するのは早計です」(坂巻先生)

監修



東海大学八王子病院
呼吸器内科 教授
坂巻 文雄 先生

「依然として感染は続いています。感染拡大を予防するために、高齢者や基礎疾患のある方は、不要不急の外出を控え、マスクと手洗いの習慣を徹底していくことが重要です」

新型コロナウイルス感染症とインフルエンザの違い (2020年10月現在)

新型コロナウイルス感染症		インフルエンザ
飛沫 (接触・エアロゾル感染も除外できず)	感染経路	飛沫
発症前	感染のピーク	発症後
2～14日(中央値5日)	潜伏期	1～4日(中央値2日)
高齢者、男性、肥満、高血圧、慢性呼吸器疾患、心疾患、2型糖尿病、がん、慢性腎疾患など	重症化リスク因子	65歳以上の高齢者、2歳未満の小児、免疫不全者、妊婦、肥満、慢性呼吸器疾患、慢性腎疾患など
2～3週間	症状の持続期間	3～7日
未承認	ワクチン	承認済み
PCR検査、抗原検査、抗体検査	診断	抗原検査

毎年、初冬の頃になると、インフルエンザの流行が話題になります。人が集う機会が多い年末年始も、今季は、新型コロナウイルスに最大限の注意が必要で、徹底した感染拡大予防に努めて過ごすことが望まれます。

「新型コロナウイルス感染症に加えて、インフルエンザも予防が必要な季節になりました。どちらも、発熱に加えて風邪と似た症状がみられます。風邪の症状だと思っていても、新型コロナウイルス感染症やインフルエンザの可能性も除外できません。大切なことは、手洗いとマスク着用を徹底して、ウイルスに近づかない生活を送ることが何より重要といえるでしょう」(坂巻先生)

ウイルスの感染によって 血栓症が誘発される場合もある

新型コロナウイルスは、主に呼吸器系に障害をもたらしますが、最近、注目されているのは、感染によって血栓症をおこす可能性が

大きいことです。血栓症とは、血管の中に血のかたまり(血栓)ができて、その先の組織への血流を止めてしまう病気です。動脈硬化や脂質異常症が原因となることが多く、また、水分摂取量が少なくてもおこることが知られています。

人の身体はウイルスに感染すると、免疫機能によってサイトカインという物質が分泌されます。このサイトカインの量が増えてしまうと、体内での炎症による臓器障害が進むと同時に、血液の凝固機能に影響を及ぼし、普段よりも血液を固まりやすくしてしまいます。また、新型コロナウイルス自体が血管を傷つけるため、血栓ができやすくなるとも考えられています。血栓は、脳に飛べば脳梗塞、心臓に飛べば心筋梗塞、肺に飛べばエコノミー症候群(肺塞栓症)をおこし、生命に危険を及ぼします。

現在までのところ、日本においては感染者全体の約8割が軽症といわれています。体調が悪いと感じたら、まずは安静にして休養を

とってください。体調の悪さや発熱が3日以上続いたら、迷わずかかりつけ医や近隣の医療機関を受診してください。受診の際は、他の人への感染を避けるために、事前に発熱していることを医療機関に伝えて指示を仰ぐことも大切です。

ZOOM けんこう UP 検査・治療

発熱が検査のサイン。 早めの治療で重症化を防ぐ

38度以上の高熱が3日以上続く場合、新型コロナウイルス感染症とインフルエンザは、いずれも呼吸器系のウイルス感染症であるため、症状だけでは鑑別することができません。厚生労働省からは、どちらも検査するよう指針が出ていますが、具体的な施策はまだ確立していません。

新型コロナウイルス感染症は、感染してから症状が出るまでの潜伏期間も長いといわれ、検査をして陰性だったとしても、数日経

つと陽性に転じることがあります。検査には、PCR検査、抗体検査、抗原検査などの方法がありますが、陽性が出る確率が低いのが特徴です。実際に、感染を疑って受診する患者さんに一番多いのが、風邪症状です。

「数分で判定可能な迅速診断キットも流通しているインフルエンザに比べ、新型コロナウイルス感染症は検査結果が出るまで時間が必要です。症状の軽い方は自宅待機、重い方は感染症病棟で必要な治療を行うこととなります。いずれにしても、重症化が予想される患者さんについては、積極的に治療薬を使用していきます」(坂巻先生)

ZOOM けんこう UP 日常生活と感染予防

手洗い、マスク着用とともに インフルエンザのワクチン接種を

ウイルスは、手洗いで減少することがわかっていますから、外出後は必ず手洗いの習慣を身につけましょう。もちろん、マスクの着

用も重要です。

「ウイルス感染は、人と人の接触によっておこります。人と話すときには必ずマスクを着用してください。たとえば2人で話をするとき、片方がマスクをしていないだけで、予防効果が半減してしまいます。自分がウイルスを持っていて誰かに感染させてしまうかもしれないと想定し、常に慎重に行動することが大切です」(森看護師)

新型コロナウイルス感染症が重症化するリスクがもっとも高いのは、高齢者や持病のある人です。免疫力の低下しているがん患者さん、呼吸器疾患、心疾患、糖尿病や高血圧、脂肪異常症や動脈硬化が疑われる人、そのご家族は、特に注意が必要です。また、インフルエンザの重症化を防ぐワクチンも接種したほうがいいでしょう。

「インフルエンザワクチンの効果が出るのは接種後2週間からで、数カ月程度効果が継続します。インフルエンザや新型コロナなどのウイルス感染症の患者さんが減ることは、医療機関の負担も軽くなり、他の疾患で治療が必要な患者さんのためにもなりますから、高齢者、持病のある方はもちろん、できるだけ多くの方に接種をお勧めします」(坂巻先生)

東海大学八王子病院
看護部主任
感染管理認定看護師
専従感染管理者
森 広史 看護師



病院の教職員全員で 感染予防に取り組む体制づくり

緊急事態宣言の発出から半年以上経過し、経済活動の再開に注力するようになりましたが、新型コロナウイルスの感染力が衰えたわけではありません。東海大学八王子病院では、施設内の消毒、スタッフ全員にマスクの着用を義務づけているだけでなく、マスクを外した状態での会話を禁止しています。医療従事者だけではなく、事務スタッフや普段は患者さんと接点のない教職員についても、徹底して指導しています。

また、市内の医療機関、介護・高齢者施設や小中学校教育関係者向けに八王子市が開催する感染症対策WEBセミナーや、近隣の医療機関との情報交換といった取り組みにも積極的に参加し、地域全体の感染リスク軽減に努めています。

新型コロナウイルス感染症治療に主に使用される薬 (2020年10月現在)

薬品名	種類	内容
ファビピラビル (アビガン)	抗ウイルス薬	新型インフルエンザの流行に備えて、国が備蓄するためだけに承認している薬。タミフルなどの抗インフルエンザウイルス薬が効かない場合に限って投与が検討される。
デキサメタゾン	ステロイド系 抗炎症薬	重症の感染症やがん、リウマチなどの治療薬で、すでに国内で承認されている薬。
ヘパリン	抗凝固薬	血栓を防止する薬。
レムデシビル	抗ウイルス薬	エボラ出血熱の治療薬として開発中だった薬。日本で初めて新型コロナウイルス感染症の治療薬として特例承認された。

正確な処方せん調剤・適切な指導

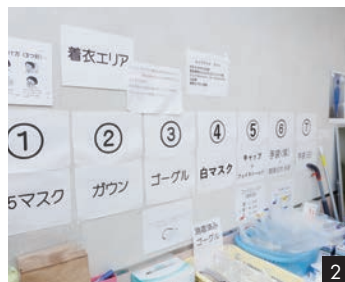
栄養士による各種疾患に対する食事のアドバイスや
治療食(減塩・無塩・カロリー調整・低蛋白食品など)の相談販売

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



- | | | |
|----------------------|-----------------------|-------------------------|
| ■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 |
| ■望星平塚薬局 0463-33-1193 | ■望星築地薬局 03-3541-1193 | |
| ■望星旭薬局 0463-34-9311 | ■望星北浦和薬局 048-822-9381 | |



1 病室に入る際は徹底した予防対策で臨む。マスクと手袋は二重に着用し、ゴーグルの上にフェースシールドもつける。

2 ナースステーションの手前に設けられた準備室の様子。急いでいるときも予防対策の手順を迷わず行えるよう、感染患者さんの病室に入る際に必要な感染防護具を着用する順番が準備室に張り出されている。同様に脱衣エリアには防護具を外す順番と、種別ごとの廃棄ボックスが置かれている。



3 病棟手前のドアを入ると、換気装置のある出入り口が設けられている。奥に見えるのはナースステーション。病室エリアはさらにその先にあり、厳重に分離されている。



4 感染患者さんが入院する際は、看護スタッフだけではなく病院職員も協力して、安全に専用病棟へ誘導していく。かかわるスタッフ全員がガウン・マスク・手袋を着用するなど予防対策は万全。

緻密な役割分担で、安全で確実な患者さんの移動と受け入れ

感染症専門の医師のアドバイスのもと、まず行ったのが、感染の可能性がある場所と、ない場所が混在しないように区分けするゾーニングです。専用病棟への入り口、出口を分け、清潔ゾーンが青、感染患者さんのいる所が赤、感染患者さんが通過する所が黄色といったように、色を付けて区別しました。専用病棟は、一般病棟や外来の患者さんが通る場所と完全に分離されており、一般の入院患者さんや検査や診療に訪れた患者さんと接することはありません。

看護師や医師が感染患者さんの病室に入退出する際の予防対策も万全で、汚染されたガウンや手袋・マスクの廃棄など、張り出してある指示通りにすれば、専用病棟外にウイルスを不用意に持ち出すことはありません。

また、感染患者さんが病院に到着して専用病棟へ向かう際も、ドアの開閉から接触部分の消毒など、病院の各部門の職員が役割分担して協力し、万全の態勢で臨みます。

さらに、看護スタッフの家族内感染の危険性も考え、家族と別居するための寮を用意す

るなど、あらゆるリスクを想定して準備してきました。

「神奈川県からの要請があり、受け入れ対応の検討に入ったのが、4月の中旬。通常の診療を行いながら、完全に分離した病棟を運営するためにはどうするか、一般の患者さんと病院のスタッフ全員が絶対に感染しないためにはどうするか、徹底的にシミュレーションを行いました。今後も、状況を見据えて対応していきたいと思います」(中山看護師)



東海大学大磯病院
3A 病棟 主任
中山 和美 看護師



東海大学大磯病院
院内感染対策室
感染管理認定看護師
川村 亨 看護師

「当然のことですが、誰もがこの感染症に対応した経験がないため、不安を感じることもありました。看護スタッフには、常にヒアリングを行って注意喚起をしています」

「さまざまな情報が報道されていますが、しっかりと感染対策を行えば、感染を防ぐことができます。病院として正しい情報を把握し、感染拡大防止に努めたいと思います」

新型コロナウイルス感染症専用病棟

東海大学大磯病院では、新型コロナウイルス感染患者数の拡大を背景に、県からの要請を受け、新型コロナウイルス感染症の治療を行う専用病棟を開床しました。地域医療へ貢献したいという思いから、患者さんの安全確保を徹底して、通常の診療スペースと完全に分離した病棟で受け入れを行っています。

院内に専用病棟を開床。 感染防止を徹底して治療に取り組む

2020年、世界中が新型コロナウイルス感染症に脅かされることになりました。日本と同様、世界各国で感染拡大を防ぐためにさまざまな施策がとられていますが、いまだ収束が見えていません。また、感染症の実態解明や予防ワクチン、治療方法といった医療面での対応も、現時点ではまだ研究段階の途上にあります。

東海大学大磯病院は、近隣地域の医療を支える基幹病院です。二宮・大磯地区は高齢者の多い地域のため、当然ながら院内感

染防止のための厳重態勢で外来・入院の診療を続けてきました。しかし、感染した患者さんが地域で治療を受けられない事態を避けるため、2020年4月30日から、軽症から中等症程度の症状がある患者さんを対象に、新型コロナウイルス感染症治療の開始に踏み切りました。

「神奈川県には、既存の感染症指定機関がありますが、たくさんの感染者を想定していませんでした。地域に密着した医療を行う当院が、地域の感染症患者さんを受け入れる努力をするべきだという思いがありましたから、専用病棟の開床は正しい決断だと信じています」(川村看護師)



東海大学医学部付属病院
診療情報管理課
佐藤 梢 課長

1 診療情報管理士

病院を受診すると、疾患名、血液や尿検査、画像診断の結果などの情報がカルテに記載されます。こうした診療情報は、医療機関にとって大切な情報であるとともに、患者さんにとっても、どのような病気で、どのような治療を受けたかがわかる大切な情報です。膨大な量の診療情報を的確に集約・保管し、さまざまな場面で活用できる情報として管理しているのが診療情報管理士です。

電子カルテや医療費の算定など、情報のデータ化によって役割が拡大

診療情報管理士とは、患者さんの診療情報や健康に関する情報について、収集・分析を行う専門職で、日本病院会と医療研修推進財団が主催する「診療情報管理士認定試験」に合格することで資格が付与されます。日々の診療で増え続けるカルテを整理・分類したり、診療内容を精査してデータ化したりするなど、医療機関内で重要な役割を担います。

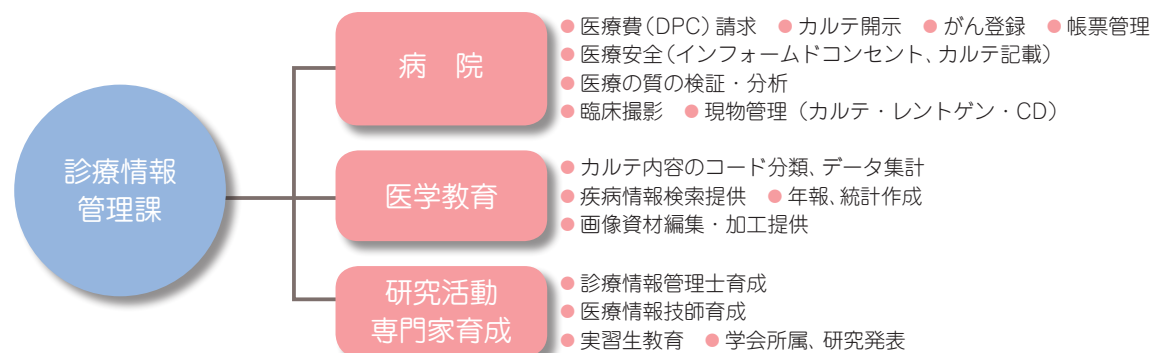
「かつて、診療情報管理は紙で保存されている膨大な量のカルテを管理することから、図書館の司書のようなと言われていました。カルテの内容を精査して疾患別にコード分類

を行ったり、診療の都度、カルテを出入庫したりすることが主な業務でした」（佐藤課長）
しかし、電子カルテの導入や、医療費の定額算定方式（DPC）の導入によって、診療情報データの活用方法がさらに広がり、病院という組織の中で、診療情報管理部門が大きな役割を果たすようになりました。

病院、教育、研究の場面で幅広く活躍する“縁の下の力持ち”

東海大学医学部付属病院では、診療情報管理課が3つのカテゴリの業務を行っています。まず1つは、病院業務。医療費の請求、カルテ開示、がん登録、電子カルテ上の帳票の登録、医療の質にかかわるデータ作成、手

東海大学医学部付属病院の診療情報管理課の業務



カルテに記載された内容を「ICD 分類概要」(右)と照らし合わせながら、コンピュータに入力していく。

術中の動画や患部の撮影、病棟・施設の撮影など、多岐にわたります。

次が、医学教育にかかわる業務です。電子カルテのデータを、WHO が作成した国際疾病分類(ICD)に基づいて分類して登録します。さらに、医学部の統計データや年報の作成、動画や画像の編集・加工も行っています。

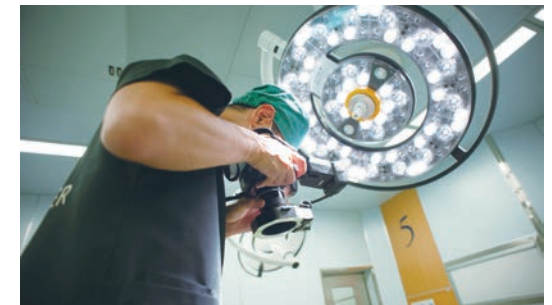
もう1つの業務は、研究活動と専門家育成です。日本診療情報管理学会に所属し、研究活動を行うほか、診療情報管理士などの育成を行い、さらに質の高い診療情報管理が行えるよう、日々努力をしています。

専門的知識・スキルを発揮して診療情報を有効に活用

診療情報管理課の仕事には、専門的な知識が必要なのはもちろんですが、記載ミスや管理ミスをおこさないための慎重さや、医療スタッフと連携するコミュニケーション能力なども求められます。



電子カルテ導入前の紙仕様のカルテを保管しているカルテ室。必要な情報がすぐに取り出せるよう、分類・管理されている。



手術で摘出した患部の記録のために、手術室で撮影を行う診療画像管理係のスタッフ。

「医師が診察の現場で入力する電子カルテや、入院患者さんの診療記録であるサマリーが、規定通りに記入されていないと、不完全な情報となってしまうため、入念なチェックを行っています。また、診療情報管理士の取り扱う情報や統計資料は、研究機関や地域社会などでも活用される機会が多く、医療の質の向上にも貢献しています」（佐藤課長）



カルテ開示の様子。患者さんの不利益にならないように配慮をしながら、丁寧に説明を行う。

東海大学医学部付属病院 カルテ開示

診療情報管理課では、患者さんの要請に応じてカルテを開示しています。患者さんの治療情報が記載されたカルテは、病院にとっても重要な医療活動の記録です。カルテは膨大な量になるため、どのような情報が必要なのか、患者さんの希望を確認してから、実際に提供する情報をとりまとめて、後日、面談形式でカルテの開示を行っています。



東海大学八王子病院
臨床検査技術科
倉島 志保 係長

2

認定輸血検査技師

臨床検査データは、がんや生活習慣病など、さまざまな病気による異変や進行状況を正しく判定するとともに、早期発見、早期治療にも大きく寄与しています。

今回ご紹介するのは、輸血にかかわるさまざまな知識・技術を発揮する認定輸血検査技師。手術や治療に必要な輸血を安全に行うために24時間体制で対応しています。

培った経験と専門性を活かして 活躍する臨床検査技師

臨床検査技師等に関する法律によって定められた国家資格が臨床検査技師で、その免許取得後に設けられた認定資格の一つが認定輸血検査技師です。認定資格はこれ以外にも、緊急臨床検査士、認定血液検査技師、

日本赤十字社の 献血に協力

コロナ禍に見舞われた2020年。不要不急の外出自粛を求める緊急事態宣言によって献血協力が激減し、日本赤十字社の献血事業にも大きな影響をもたらしました。東海大学八王子病院では、安定した血液製剤の提供に貢献するために、事務課、臨床検査技術科の尽力で、2020年5月、八王子病院では初めての献血を実施し、病院職員80名が献血に協力しました。



超音波検査士などがあり、より専門性の高い領域でスキルを発揮しています。

臨床検査技師の主な仕事は、血液検査・尿検査・微生物検査などの検体検査や、心電図・超音波検査・脳波測定などの生理機能検査です。医療技術の進歩や分業化に伴い、チーム医療に欠かすことのできない医療スタッフの一員として重要な役割を担っています。

東海大学八王子病院の臨床検査技術科も検体検査、生理検査に加えて、手術で切除した病変部分の組織・細胞を検査して評価する病理検査、内視鏡検査・治療の介助など、幅広い分野で臨床検査技師が活躍しています。

医療の提供に欠かせない 採血のスペシャリスト

病気の診断・治療の際には、必ずといっていいほど血液検査を受けますが、採血を担当するのも臨床検査技師です。

「採血に要するのは5分程度と短い時間ですが、検査結果が診断・治療に大きく影響することから、慎重に採血を行うようにしています。中には、不安な面持ちの患者さんもうらっしゃいますが、私たち臨床検査技師は、安全で確実性の高い採血技術を身につけてい



専用の保冷庫で24時間温度管理をしている赤血球液（血液製剤）。血液型別に数量の管理を行うのも臨床検査技師が担当する。

るので、安心して検査を受けていただきたいですね。また、検査に関して疑問や質問がありましたら、気軽に相談してください」（倉島係長）

的確な輸血を安全に行うために 24時間体制でサポート

認定輸血検査技師は、院内での治療に使われる輸血の管理を行っています。さまざまな副作用・合併症を伴いやすく、輸血治療を行うには深い知識、的確な判断力と技術が要求されます。輸血に関する正しい知識と的確な輸血検査により、輸血の安全性の向上に努めています。

血液型は400種類以上ありますが、その中でもなじみ深いのが、A型・B型・O型・AB



輸血療法に関する血液型・不規則抗体などの検査をする全自動輸血検査装置を使って、迅速に検査を行っている。

型のABO式血液型とRh式血液型です。輸血する血液が合っているかを調べるにはABO式血液型と、Rh式血液型のプラスかマイナスを合わせます。ごくまれに、赤血球を壊す副作用をおこす不規則抗体があるので、抗体検査も行います。

「血液型が同じだからといって、必ずしも安全に輸血できるわけではないので、事前にさまざまな検査が必要になります。さらに当院は急性期対応医療機関ですから、救急搬送患者さんや緊急手術の輸血にも迅速に対応するために、24時間体制を実施しています」（倉島係長）

東海大学八王子病院 臨床検査技術科

臨床検査技術科			
検体検査室	生理検査室	病理検査室	内視鏡検査室
採血 生化学的検査 免疫血算学的検査 一般検査 血液学的検査 輸血検査 細菌学的検査	超音波検査 心電図検査 肺機能検査 神経生理検査 聴力検査	組織診検査 細胞診検査 病理解剖	内視鏡検査介助 内視鏡治療介助



臨床検査技術科の
検体検査室のスタッフ。

効果的な診療支援のため、迅速で精度の高い検査データの提供を常に目指しています。来院された患者さんが安心して診療を受けられるように、検体検査（生化学的検査、血液学的検査、一般検査等）では24時間体制を実施し、超音波検査では、予約外であっても当日に検査を行うなど、常に迅速な検査を行える体制を構築しています。

病院の「食」のスペシャリスト 栄養科探訪



●今回訪問した病院
東海大学大磯病院
〒259-0198 神奈川県中郡大磯町月京 21-1
TEL.0463-72-3211
<https://www.tokai.ac.jp/oisohosp/>



東海大学大磯病院
栄養科
鈴木 太 管理栄養士
「栄養指導で何よりも大切なのは、良好なコミュニケーションをとることです。患者さんご自身が前向きな気持ちで、取り組める指導を心がけていきたいですね」



季節の「食」を楽しもう

【鯉の和風カルパッチョ】

鯉はそぎ切り、ルッコラはざく切り、タマネギは薄くスライスする。ぶなしめじは、オリーブ油で軽く炒める。ルッコラ、タマネギ、ぶなしめじ、鯉の順で皿に盛りつけ、鯉にはピンクペッパーをのせる。しょうゆ、ショウガ汁、レモン汁、オリーブ油をよく混ぜてかける。好みによって、粉チーズをふりかけてもよい。
(1人分約 228kcal、塩分約 0.8g)

患者さん一人ひとりの生活を尊重しながら、 取り組みやすい栄養指導を心がける

栄養指導の内容は、患者さんの数だけ多岐にわたるといっても過言ではありません。東海大学大磯病院の立地する大磯・二宮地区では、高齢の方が多く、長年の生活習慣をすぐに変えるのが難しい場合があります。そうした患者さん一人ひとりの病態や毎日の生活に合わせた提案を行えるよう、日々心が

けています。

医師から食生活改善を指示された患者さんに、まず最初に食生活習慣の聞き取りと、体組成計（体脂肪率や筋肉量も計測できる体重計）による身体測定を行います。たとえば、同じ体重であっても、筋肉が多い人と脂肪が多い人では、指導の内容はまったく違ってきます。採血と体組成計で計測したデータに基づき、病態との関連や筋肉や脂肪の量を患者さんに具体的な数値で示すことによって、より具体的でわかりやすい栄養指導を行うことができます。通常、診療後の栄養指導は継続して行っていますが、初回の結果が改善していく様子は、患者さんにも励みになるようです。

患者さんの中には、食事の内容にはまったく問題がないのに、食後すぐに就寝してしまうために、摂取した糖質からの脂肪合成促進が疑われる方や、以前に比べて改善されているけれど、水分摂取が足りない方、運動不足の方など、その方の生活習慣をきちんとうかがった上で指導することが大事です。特に高齢者は、現在の生活リズムを大きく変えることに抵抗がある方も多いので、病態に合わせて、その方が取り組みやすい方法を提案するようにしています。

食生活に不安を感じている方は、まず医師にご相談ください。



個人に合わせた栄養指導をするためには、検査結果だけでなく、生活リズムも重要なポイント。食事内容だけでなく、食事時間や食後の過ごし方などを丁寧に聞き取っていく。



さまざまな視点からデータを解析。血液検査をもとに、体組成計の数値や生活環境などをデータ化していく。



栄養指導室には体組成計を配備。具体的なデータがすぐわかるので、患者さんからも好評を得ている。

鯉は、世界中で食用とされている魚で、温暖な海域に生息しています。日本近海では、春に九州南部から北上し、秋には宮城県沖からリターンして回遊するため、春に漁獲されると初鯉、秋に漁獲されると戻り鯉と呼ばれます。

香り高くさっぱりとした味わいが特徴の初鯉に比べ、三陸沖で栄養を蓄えて南下する戻り鯉は、初鯉の10倍といわれるほどの脂肪を蓄えているため、栄養価も高くおいしいと

監修



東海大学大磯病院
栄養科
坂上 恵理 管理栄養士
「鯉に含まれていない食物繊維をとるために、薬味や野菜をたっぷり合わせて食べていただきたいですね。レモンや酢を使って、食べやすくするのもよいでしょう」

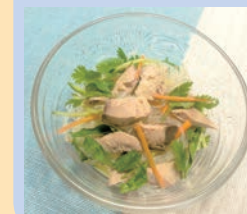
いわれています。貧血予防につながる鉄分、骨粗しょう症の予防にかかわるビタミンD、動脈硬化を防ぐDHAが含まれています。

刺身やたたきなど、しょうゆや薬味と一緒に食べることが多いですが、脂溶性のビタミンDが含まれているため、マヨネーズやオリーブ油、アボカドなどの油脂を多く含む食品や緑黄色野菜と組み合わせるのもよいでしょう。

旬のおいしさをたっぷり味わう

【タイ風春雨サラダ】

酢、ナンプラー、砂糖、レモン汁を混ぜて調味料を作る。たんざく切りにして湯通しをした鯉、キュウリ、ニンジン、パクチー、茹でた春雨に調味料を絡めながら混ぜ合わせる。
(1人分約 174kcal、塩分約 0.7g)



けんこうさん

NO.220 2020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

【発行予定についてのお知らせ】

『けんこうさん』の今後の発行予定についてお知らせいたします。次号221号は2021年3月下旬に発行予定です。今後とも『けんこうさん』をよろしくお願い申し上げます。

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『けんこうさん』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、2回(1年間)分300円]を上記(株)ジェー・シー・シー『けんこうさん』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：東海大学医学部附属東京病院)
略称：東海大学大磯病院(正式名称：東海大学医学部附属大磯病院) 略称：東海大学八王子病院(正式名称：東海大学医学部附属八王子病院)

下記のURLにアクセスすると、けんこうさ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