

# ほやほや

Japanese Red Cross Fukui Hospital

福井赤十字病院広報誌

vol.069  
令和2年1月発行

日本赤十字社 福井赤十字病院  
Japanese Red Cross Society

ご自由におとりください。

## 新年のご挨拶

### 白血病ってどんな病気?

教えてドクター Q&A (整形外科)

病棟紹介 (2-8病棟)

台風19号 長野県に職員を派遣

～日赤救護班、日赤災害医療コーディネーター、こころのケア班～

災害対応訓練

～万が一の災害に備えて～

喘息治療と吸入指導

ボランティア活動に感謝状

栄養課おすすめレシピ

血液専門医と看護師 無菌室前にて撮影

### イベントスケジュール

歸山さんのみんなで歌おう!  
ピアノコンサート  
2/12(水)・3/11(水)・4/8(水)  
13:00～13:30

FRM大嶋さんソプラノ  
リコーダーコンサート  
2/21(金)・4/17(金)  
13:30～14:00

DUO詩音コンサート  
(サクソ・ピアノ)  
2/27(木)・3/26(木)・4/23(木)  
13:00～13:30

からだ  
あったか!

## 冬レシピ しょうが入リスープ

寒い日が続きますが体調はいかがですか?

今回は、寒い日にも体が温まる、しょうがを使用したスープをご紹介します。しょうがに含まれる「ショウガオール」という成分は代謝を高めて体を温めるので、芯から体を温めてくれます。生のしょうがに含まれる「ジンゲロール」という成分を加熱すると「ショウガオール」に変化するため、スープや味噌汁など加熱する料理に使用するのがおすすめです。体を温めることで風邪などの感染症予防にもつながります。



### 材料 (2人分)

|           |            |
|-----------|------------|
| 小松菜       | 30g (1株)   |
| しいたけ      | 10g (1枚)   |
| 人参        | 20g (1cm幅) |
| 卵         | 1個         |
| しょうがすりおろし | 小さじ1/4     |
| 水         | 300cc      |
| 鶏がらスープの素  | 小さじ1       |
| A 酒       | 小さじ1/2     |
| しょうゆ      | 小さじ1/2     |
| 塩         | 小さじ1/6     |
| B かつり粉    | 大さじ1/2     |
| 水         | 大さじ1/2     |

### 作り方

- ①小松菜は1cm幅に切る。しいたけ、人参は薄切りにする。
- ②鍋にAを入れ火にかけ、小松菜、しいたけ、人参を入れ軟らかくなるまで煮る。
- ③②にしょうがのすりおろしを入れる。
- ④Bのかたくり粉を水で溶き、③に入れとろみをつける。
- ⑤④に溶いた卵を入れ、卵に火が通ったら出来上がり。

### 栄養量 (1人分)

|       |        |
|-------|--------|
| エネルギー | 54kcal |
| たんぱく質 | 3.6g   |
| 脂質    | 2.6g   |
| 炭水化物  | 3.7g   |
| 塩分    | 0.8g   |

### 今回の表紙

#### 患者さんを感染症から守ります!

白血病など血液の病気を持つ患者さんが過ごされる無菌室。特別な空調設備によりきれいな空気を循環させていて、治療で免疫力が低下した患者さんを感染症から守っています。



無菌室へ向う廊下も、他のエリアとは仕切られていますが、そこは無菌室を利用する患者さん同士の交流の場でもあります。限られた空間の中でも、患者さんができるだけ快適な療養生活を送れるよう、これからもサポートして参ります。

### + 福井赤十字病院

#### 理念

人道・博愛の精神のもと、県民が求める優れた医療を行います。

#### 基本方針

- 患者さんの権利と意思を尊重し、協働して医療を行います。
- 安全と質を向上させ、優しい医療を行います。
- 人間性豊かで専門性を兼ね備えた医療人を育成します。
- 急性期医療・疾病予防・災害時医療に積極的に取り組みます。
- 保健・医療・福祉と連携し、地域社会に貢献します。

〒918-8501 福井県福井市月見2丁目4番1号  
TEL.0776-36-3630代 FAX.0776-36-4133  
E-mail webmaster@fukui-med.jrc.or.jp  
http://www.fukui-med.jrc.or.jp/  
広報に関するご意見、ご感想をお待ちしています。

## ほやほや

“ほやほや”と納得できる情報、できてきた“ほやほや”の情報をみなさまに提供していく季刊発行の院内情報誌です。院内の広報委員で毎回その季節に合った特集を組み、お役に立てる情報を掲載すべく病院各部門のスタッフそれぞれから原稿を集め誌面を制作しています。

# 白血病ってどんな病気？

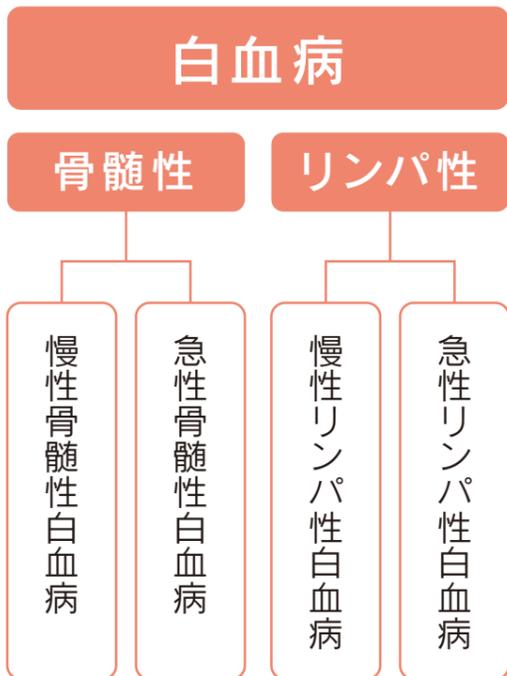


内科  
今村 信  
日本血液学会専門医

## 白血病とは

わが国では1年間に人口10万人あたり男性11.7人、女性7.6人が白血病と診断されています(2014年)。そんな中、昨年の2月に池江璃花子さんが白血病であることを公表されたことは衝撃的なニュースとして全国を駆け巡りました。「白血病」という病名は、がん化した細胞の起源によって大きく「骨髄性」と「リンパ性」の2種類に分けられ、さらにそれぞれに「急性」型と「慢性」型があるため、急性骨髄性白血病、

慢性骨髄性白血病、急性リンパ性白血病、慢性リンパ性白血病という4つのタイプに分けられます。(図1)



(図1)

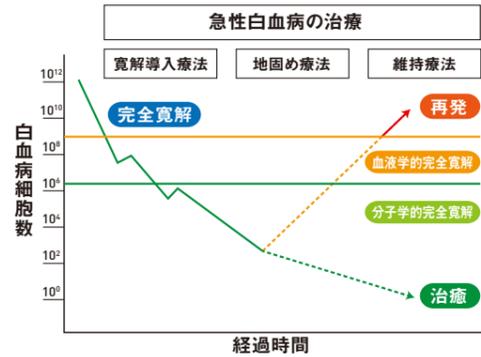
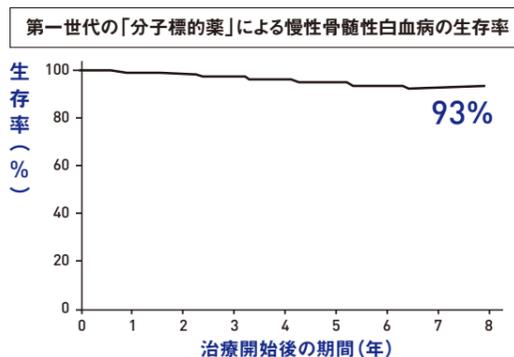
## 治療に関すること

●急性白血病  
骨髄性もリンパ性も治療は通常複数の抗がん剤を組み合わせで行われます。寛解という正常な造血を回復した状態を目指します。複数回の化学療法を行うのが一般的で、化学療法で治療する方もおられますし、化学療法だけでは治療が難しいと予測される場合は「同種造血幹細胞移植」も検討します。

●慢性骨髄性白血病  
治療はチロシンキナーゼ阻害剤という「内服薬」で行われ、現在5種類の薬剤が使用可能で高い治療効果が得られています。治療効果によっては将来的に内服を中止できる方がいることもわかってきています。

●慢性リンパ性白血病  
経過がゆっくりしていることもあり病期が進んでいない場合は直ぐには治療を開始せず経過観察を行うのが一般的です。

以上のように白血病と一言で言ってもタイプによって対応も異なります。きちんと健康診断を受け、気になる症状がある場合には病院を受診し検査を受けていただくことが大切です。



## 新年のご挨拶

令和2年元旦 院長 高木 治樹



新年明けましておめでとうございます。新年皇が即位され、地域の皆様には令和最初となる良き新年を迎えられたこととお慶び申し上げます。年頭にあたり、今年も災害のない平穏な1年となるよう祈念いたします。

当院は今年度より、「地域に寄り添う良質な医療を提供する病院になる」を、新たな中期ビジョンの基本方針として掲げました。今後、もより一層地域の皆様のお役に立てるよう邁進する所存です。それに伴い、昨年5月の連休明けに、患者さんの入院を、多職種で切れ目なく支援することを目的に、6室の個室を有する入院支援センターを拡張し、病院内面にリニューアルしました。現在、対応させて頂く患者さんの拡大が進み、順調に稼働している状況です。

さて、団塊の世代が75歳以上を迎える2025年にむけた厚労省の地域医療構想について、福井県でも様々な議論・検討が行われていくところです。当院は従来どおり、基本方針に基づき、地域の基幹病院として、高度専門医療、急性期医療を提供してまいります。また、地域医療支援病院として、かかりつけ

医の先生方との医療連携を更に深めるとともに、訪問看護を充実し、在宅医療を支援していきます。

昨年は、高度医療の充実をさらに図るために、2台のうち1台のMRIを更新し、放射線被ばくがなく、造影剤を使わない心臓MRIができるようになりました。また、本年3月には、がん等診断のためのPET-CTを放射線被ばくが低減する新機種に更新致します。病院の理念である「県民が求める優れた医療の提供」と、「時代にマッチした医療の実践」のため、救急医療体制の充実や、入院支援部門の強化に尽力しているところではありますが、「患者さんが安心して医療を受けることができ、」ことが最も重要であると考えています。

今後とも地域から信頼される病院を目指し、地域に寄り添う良質な医療を提供し、皆様の健康長寿に貢献したいと思っております。地域の皆様のご理解とご支援を宜しくお願い申し上げます。

末尾になりましたが、皆様のご健勝とご多幸を心より祈念申し上げ、新年のご挨拶といたします。

# 2-8病棟



2-8病棟は、消化器疾患で外科治療や化学療法を受ける患者さんが多く入院されています。手術による苦痛や、抗がん剤治療による副作用で、辛い思いをされる患者さんがたくさんいらっしゃいます。私たち病棟スタッフは、全病棟スタッフが一体となり、患者さんと真摯に向き合うために日々活動しています。

## 専門的な知識・技術の向上

患者さんをケアする際に、より専門的な知識・技術を求められることがあります。例えば、手術により人工肛門（ストーマ）を保有する患者さんや、抗がん剤治療を受ける患者さんをケアする場合です。今年度は、それらのケアについて、認定看護師を中心に、スタッフ間で情報を共有するための資料をチーム活動として作成しました。



## 心とからだにやさしい看護

11月は医療安全月間の取組みとして、「看護師の責任について」というテーマで、朝のミーティングを行いました。看護師として、患者さんと向き合うために心がけていることや、患者さんの入院生活を支えるために日々行っていることなどを、スタッフ間で情報共有しました。これからも、心とからだにやさしい看護を患者さんへ提供したいと思います。



「看護師の責任」について話し合う様子



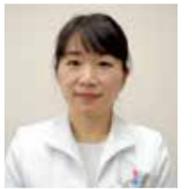
外科医師および2-8病棟のスタッフ

## 教えてドクター

# Q&A

## 《整形外科》

関節リウマチと聞くと治らないというイメージを持たれる方も多いでしょうが、近年は治療の進歩によって痛みのコントロールと予後の改善が期待できるようになりました。



整形外科  
森瀬 博子  
日本リウマチ学会専門医

## 関節リウマチについて

### Q. どのような症状ですか？

- A.**
- 関節の周りの滑膜という組織が異常に増えることにより、関節に炎症を起こす病気です。全身の関節、どこにでも痛みが出る可能性があります。
  - 痛みや腫れがおこる部位としては特に手指、手関節、足部に多いことがわかっています。手指に炎症が起こると、起床時に両手がこわばる、握りにくい、雑巾が絞りにくい、ペットボトルが開けられないといった症状がでできます。
  - 関節外の症状としては肺炎を起こしたり、熱が出たり、体重が減ることもあります。

### 関節リウマチの主な症状



### Q. どのように診断されるのですか？

- A.** 診察、血液検査、レントゲン、エコーなどを用いて、総合的に診断する必要があります。



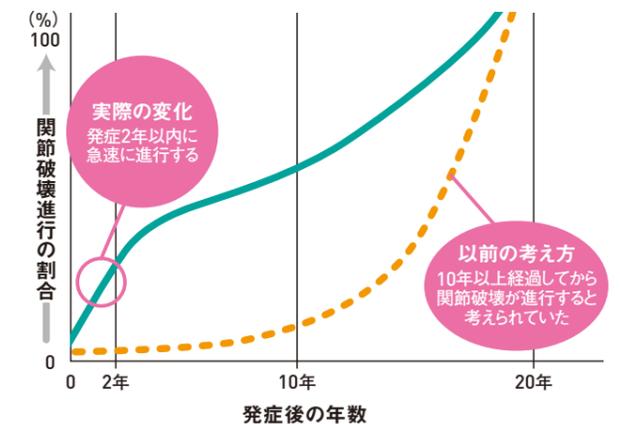
エコーで滑膜炎を抽出

### Q. 治る病気でしょうか？

### どのような薬を使うのでしょうか？

- A.**
- 関節リウマチは発病してすぐの間に進行することがわかっているため、早く診断してしっかり治療を行うことが大事です。
  - この病気は、ほっておくと関節が痛んで機能が悪くなります。抗リウマチ薬といってリウマチに対する薬を使うことで、骨の破壊をある程度抑えることができます。
  - 治療の目標は、抗リウマチ薬を適切に使用し、早期に炎症を抑えて、将来的な骨の変形を起こさないことです。

### 関節リウマチで早期治療が必要な理由



### Q. 関節リウマチは内科、整形外科どこにいけば診てもらえますか？

- A.**
- 内科(免疫アレルギーあるいは膠原病科)か整形外科を受診してください。当院の整形外科には現在、関節リウマチの専門医資格を持つ医師が4人在籍しております。
  - なお、受診科の相談については、専門スタッフによる相談窓口を正面玄関横に設けております。こちらへもお気軽にお問い合わせください。

# 台風19号 長野県に職員を派遣

日赤救護班、日赤災害医療コーディネーター、こころのケア班

台風19号は関東・東北・甲信地域を中心に甚大な被害をもたらしました。

日赤福井県支部からの要請を受け、10月から11月にかけて長野県長野市に、日赤救護班、日赤災害医療コーディネーター、こころのケア班として職員を派遣しました。

長野市では、被災者の救護活動、こころのケア活動を、また長野県地域災害保健医療調整本部においては、被災地の医療ニーズ把握・調整などの活動を行いました。



日本赤十字社福井県支部救護班  
活動期間:10月16日(水)~20日(日)  
医師 山下 智之  
看護師長 内田 一美  
看護師 渡辺 陽子  
看護師 新保 比奈子  
薬剤師 山本 康太  
事務職員 小川 貴司  
事務職員 柘谷 朋和  
業務調整員 藤井 友幸(支部)

日赤災害医療コーディネーター  
活動期間:10月20日(日)~23日(水)  
医師 白塚 秀之  
看護師長 川端 和代  
業務調整員 山田 智也(支部)

こころのケア班  
活動期間:11月1日(金)~5日(火)  
看護師長 松田 ゆう子  
看護師長 寺島 由美  
看護師 西尾 瑞穂  
事務職員 鈴木 敏弘



# 災害対応訓練

方が一の災害に備えて

11月9日(土)に福井赤十字病院災害対応訓練を行いました。訓練は福井市で震度7の地震が発生し、3日間経過した想定で行われました。

他院からの重症患者の受け入れや当院で対応が困難な患者の転院搬送、ノロウイルスなどの感染症対策、職員への食料の配布など、災害発生からある程度時間が経過した後に起こりうる状況に対する対応訓練となりました。

当院職員210名の他に日本赤十字社福井県支部、福井赤十字血液センター、福井市南消防署、武生看護専門学校などにも参加していただき、大規模な訓練となりました。今後は本訓練の問題点を検証し、実際の災害発生時においても速やかに対応できるよう体制強化に繋がっていきます。



設置された災害対策本部で対応する職員



赤エリア(重傷者エリア)で患者の状態を確認する職員

## 吸入薬を上手く使えるようにサポート 喘息治療と吸入指導

喘息は、吸入薬が治療の土台となるお薬です。吸入薬は、適切な方法で継続することで治療効果が得られ、症状が安定します。しかし患者さんの中には、自己流で吸入したり、症状が改善すると自己判断で中断したりする方が見受けられます。

そこで、呼吸器センターでは、医師と薬剤師、慢性呼吸器疾患認定看護師、外来看護師が連携して、患者さんに吸入指導を行っています。「なぜ吸入が必要なのか?どうやって吸入をするのか?どんな副作用があるのか?」などを、デモ器や実際の吸入器を使用しながら説明し、吸入のコツをつかむためのお手伝いをしています。器具の操作、吸入速度が適切であるかなど、患者さんの吸入手技のレベルを医療スタッフで共有し、患者さんが効果的に吸入薬を使用できるまでサポートしています。今後も「①喘息発作を起こさないようにする ②喘息症状が気にならず健康な人と同じ日常生活を送ること」を目標に、取り組んで参ります。

### 吸入指導

吸入のコツをつかむまで、丁寧に指導します。



### 吸入薬

吸入薬の説明や効能・効果を分かりやすく説明します。



ありがとうございます!

## 院長より感謝状 ボランティア活動20年

ボランティアとして当院を20年間に渡り支えてくださった長谷川静枝さんが、9月末に引退されました。この度、長年の功績に敬意と感謝の思いを込めて、院長より感謝状が贈られました。

長谷川さんは、患者さんの受付や移動のお手伝い、話し相手など、職員では行き届かない面でも、多くのお力を貸してくださいました。20年間を振り返り、「患者さんとの交流が楽しく、嫌と思うことはなかった。診察中の母親を待つ幼い女の子をおんぶして階段を上り下りしたこともありました。」と懐かしみ、思い出は尽きない様子でした。

ボランティア発足時から当院を支えてくださった長谷川さんが年齢を重ね、20年間という区切りを身を引かれるとお聞きしたときには、一抹の寂しさを感じました。これからも、長谷川さんが大切にされていたボランティア精神に伝えられるよう努めて参ります。長谷川さんには長きに渡り当院を支えていただき、心より感謝申し上げます。

