

## 膠原病外来を開設しました。

教えてドクターQ&A(歯科口腔外科)

体・病院の素朴な疑問に答えます【血液の話】

パーキンソン病のための教育入院

職種別・取組み紹介【作業療法士】

ナイチンゲール生誕祭

全日本空輸株式会社(ANA)グループより  
すずらんのお見舞い

女性事務職員の夏の制服がリニューアル

調理師おすすめレシピ

ご自由に  
おとりください。



調理師  
おすすめ

## さっぱり!美味しい! 切り干し大根の中華風甘酢和え



### 材料(2人分)

切り干し大根(乾燥).....15g  
人参.....1.5cm(15g)  
キュウリ.....1/6本(15g)  
カニ風味かまぼこ.....1~2本  
合わせ調味酢(甘酢).....大さじ2杯  
ゴマ油.....小さじ1杯  
白ゴマ.....少々

### 作り方

- ①切り干し大根を水で戻す。  
キュウリと人参を千切りにする。  
(スライサーの細切りなどでも良いです。)
- ②水で戻した切り干し大根と人参を10分程度茹でる。
- ③②の鍋にキュウリを加えてさっと茹で、  
水にさらす。冷えたらざるにあげ、水分を切る。
- ④合わせ調味酢とゴマ油をよく混ぜたところに、  
③とほぐしたカニ風味かまぼこを入れて和える。
- ⑤器に盛付け、白ゴマ少々をかける。

### 栄養量(1人分)

エネルギー.....78kcal  
たんぱく質.....2.3g  
脂質.....2.7g  
塩分.....0.8g

### 今月の表紙

#### 膠原病の専門家として、皆様を支援します

福井県全体でも、膠原病を専門とする内科医は非常に少ないです。膠原病で命を落とすことは稀ですが、生活や仕事、妊娠・出産など健康な人と同じような人生を送ることができるよう、専門家としての経験と知識を駆使し、皆様を支援します。



### 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。

## 診断と治療

膠原病とともに歩む人生を支えます。

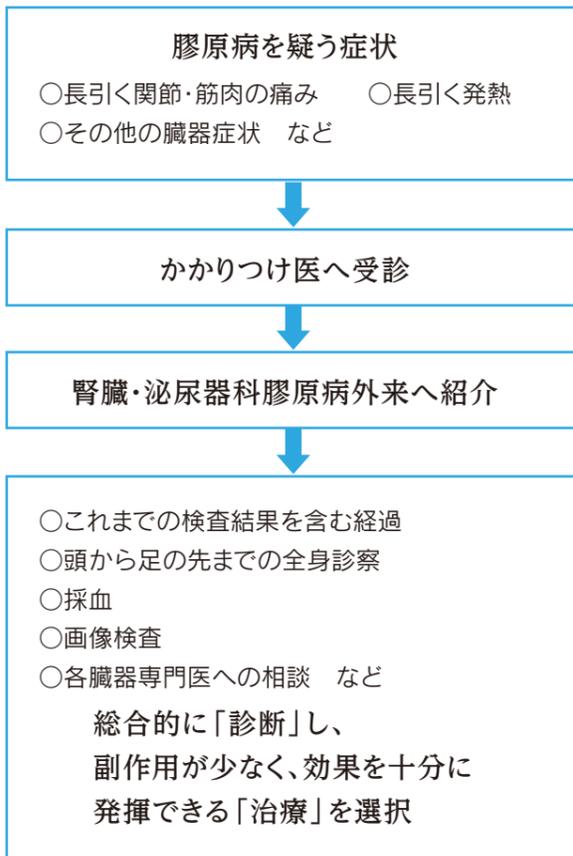
膠原病は長く付き合う病気なので、特に最初が肝心です。丁寧に診断することで今後10年、20年の見通しを立てます。膠原病の診断では「この検査が異常なら決まり」というものではありません。症状の経過、診察、採血に加えて、痛い部位のX線写真や超音波検査(下記)などを総合的に判断して診断します。

主な症状は、長引く痛みや発熱、何らかの膠原病を疑う臓器症状ですが、専門家でも判断が難しい場合があり、かかりつけ医の紹介状を持参していただくことをお勧めします。

治療の進歩は目ざましく、毎年のように新しい薬が開発されており、できるだけ副作用を出さずに長い療養生活を過ごすことができるよう日々工夫しながら診察しています。専門家による診断と治療を受ければ、多くの方は普通に仕事し、普通に妊娠・出産できています。

同じ病名でも個人差が大きく、インターネットで検索してもご自分の状況にあった答えはなかなか得られません。何か不安があればお気軽に専門家へご相談ください。

## 診療の流れ



## 検査

### 関節の超音波検査

当科では超音波検査を使用した関節リウマチ診療を行っています。関節リウマチはこれまで血液検査と関節の腫れ・痛み、自覚症状などを指標に診療されてきましたが、経過が良くても骨破壊が進行する方がいます。画像所見を組み合わせることでより正確な診断・治療につながり、関節の炎症の有無や疾患の鑑別、治療強化の是非などに有用です。画像だけで判断することは困難ですが、超音波検査のみの診療も受け付けています。



# こうげんびょう 膠原病外来を開設しました。

令和4年4月より膠原病を専門とする内科医2名が当院へ赴任しました。診断から治療まで、膠原病全般に総合的に対応します。



<ごあいさつ>

2006年金沢大学卒。金沢大学附属病院リウマチ・膠原病内科に所属し北陸三県の医療機関を経て、4月に赴任しました。シェーグレン症候群が専門ですが、全ての膠原病・腎臓病に関する相談に対応できるよう日々学んでいます。

<資格>

医学博士、日本内科学会総合内科専門医、日本リウマチ学会専門医・指導医・評議員、日本腎臓学会専門医・指導医、日本透析医学会専門医、日本臨床免疫学会免疫療法認定医、リウマチ財団登録医など

## 専門医から

## 膠原病(こうげんびょう)とは?

膠原病と聞いて、どのようなイメージを持たれるでしょうか?「聞いたことがない」「難病」「何だか怖い」など、ネガティブな意見が多いかもしれません。しかし、膠原病の診断・治療は我々専門家ですらついていくのが大変なほど毎年急速に進歩しており、多くの方は外来通院で良くなっています。

膠原病とは何か、を一言で表現するのは難しいのですが、最もお伝えたいのは「膠原病」は1つの病気の名前ではなく、100以上の病気の総称(病気のグループ)である」ということです。

例えば、

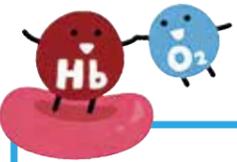
- ・リウマチ性疾患:温泉の効能に書いてある”リウマチ”、つまり関節や筋肉が痛くなる病気。
- ・全身性炎症性疾患:全身に炎症(火事)を来し、発熱や体重減少、倦怠感などを呈する。
- ・多臓器の障害:1つの病気で肺、腎臓や神経など複数の臓器が同時に障害される。
- ・慢性疾患:薬をうまく使いながら、専門家とともに長く診ていく病気。
- ・自己免疫疾患:細菌やウイルスと戦うべき免疫の力が自分の身体に向かってしまう病気。

など

## 主な膠原病の名称

関節などが痛くなる病気	自己抗体という検査異常に関わる病気	血管炎	その他
関節リウマチ 強直性脊椎炎 乾癬性関節炎 炎症性腸疾患に伴う脊椎関節炎 末梢性脊椎関節炎 リウマチ性多発筋痛症 痛風、偽痛風 若年性特発性関節炎 など	全身性エリテマトーデス シェーグレン症候群 全身性強皮症 皮膚筋炎・多発性筋炎 混合性結合組織病 抗リン脂質抗体症候群 など	高安動脈炎 巨細胞性動脈炎 ANCA関連血管炎 結節性多発動脈炎 IgA血管炎 クリオグロブリン血症性血管炎 など	IgG4関連疾患 ベーチェット病 成人スチル病 サルコイドーシス 再発性多発軟骨炎 線維筋痛症 自己炎症性疾患 など

# 体・病院の素朴な疑問に答えます



## 〈 血液の話 〉



私たち臨床検査技師は、日々検査部の採血採尿ブースで外来患者さんの採血をしています。その採血の際、患者さんからよくお聞きするのが…

血の色、黒いなあ。ドロドロしている。病気かもしれない…。



私たちは、「採血した血液の色だけではわかりませんね…」と、お答えしています。

### 血液の色って、こんな色だったの？

なぜ、採血した血の色は、黒っぽいのでしょうか？  
血液には、赤血球という細胞が存在します。赤血球は、酸素を体中に運搬する役割をしています。赤血球の中にはヘモグロビンという鉄分をたくさん含んだ蛋白質があり、酸素と結合して赤い色になります。金属が酸素と結びつくことを“さびる”（酸化）と言いますが、鉄がさびると赤茶けて見えます。血液の赤い色はこの“赤さび”の色なのです。

また、血液が流れる血管には動脈と静脈があり、動脈の血液は、酸素を多く含んだヘモグロビンが多く存在するので鮮やかな赤色をしています。それに対して静脈の血液は老廃物や二酸化炭素を多く含んでいるので暗い赤色をしています。

一般的に採血は静脈血管を選択して行いますので、大半の方の血液の色は黒っぽく見えると推測されます。想像していた色よりも黒いからと言って「不健康」な血液（ドロドロ血液）というわけではありませんのでご安心ください。



## パーキンソン病のための教育入院

今年2月、神経内科と病棟スタッフが、パーキンソン病で外来通院中の患者さんを対象に短期間の教育入院プログラムを作成しました。

パーキンソン病の治療は、外来通院が主ですが、「もう少し動きをよくしたい」「将来どうなっていくのか不安、もう少し病気のことを知りたい」とお考えの患者さんもうらっしゃると思います。

パーキンソン病は継続した治療を必要とする病気ですが、患者さんやご家族と一緒に内服、リハビリ、環境調整な

ど工夫をすることで、できるだけ元気に過ごしていただきたいと考えています。

10日間の教育入院では、医師・看護師・リハビリ・薬剤師・栄養士・相談員（ソーシャルワーカー）の専門スタッフが、病気の理解とご自身に合った運動習慣やお薬の適切な飲み方などをサポートします。リハビリ、薬、栄養の専門家と直接相談できる良い機会となっています。

教育入院について相談をご希望の方は、神経内科外来スタッフにお声掛けください。



教育入院プログラムの日程										
日数	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目	9日目	10日目
内容	嚥下評価	相談	講座	トレーニング	トレーニング	栄養指導	薬剤指導	カンファレンス	まとめ	退院
リハビリ	実施	実施	実施			実施	実施	実施	実施	



## 教えてドクター 《 歯科口腔外科 》



顎骨壊死は、以前はごく一部の治療を行った患者さんにおきる病気でしたが、最近では高齢の女性にも増えており、口腔外科では日常的に起こりうる病気です。

## Q & A

### 顎骨壊死について

#### Q. 顎骨壊死とは？

A. 顎骨とは歯牙を支えている上下顎（あご）のことをいい、その一部が腐った状態を顎骨壊死といいます。以前は、口腔内に発症したがんなどで顎の骨に放射線治療を行った患者さんで、ごくまれに見られました。その後、平成15年に骨粗鬆症の治療薬の一つである「ビスホスホネート製剤」によって顎骨壊死を発症したり、それ以降にも、がんの骨転移に作用する薬や、一部の抗がん剤でも顎骨が壊死することが報告されています。

#### Q. 原因は？

A. はっきりした原因は現在もわかっていませんが、薬物の使用によって骨が弱っている状態で、全身の免疫状態が低下し、口腔内の細菌が骨の中に入り込むことで顎骨壊死が引き起こされると言われています。骨粗鬆症で使用する「ビスホスホネート製剤」を4年以上服用すると、顎骨壊死の発生率が高まるとの報告もあります。

#### Q. どのような症状が出るのか？

A. 症状としては、「顎骨の一部が露出する」、「歯を抜いた後の痛みがいつまでも続く」、「顎や歯肉が腫れて膿が出る」、「口唇がしびれる」、「歯が動揺する（グラグラする）」、「義歯が痛い」など様々なものがあります。

#### Q. どのように診断するのか？

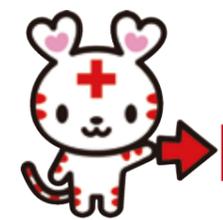
A. 6週間以上、顎の骨が露出したままの状態であれば顎骨壊死と診断します。

#### Q. 治療法は？

A. 全身的な抗生剤の投与（経口または注射）、腐った顎骨の除去を行います。

#### Q. 予防法は？

A. 該当する薬物を使用する前に、問題がある歯牙の治療を終え、口腔内を清潔に保ち、口腔内の細菌数をできるだけ減らしておく事が重要です。日ごろから口腔内の清潔を心がけ、かかりつけ歯科医院で定期的な検診、メンテナンスをお勧めします。口腔内に細菌が少ないと壊死は起こりにくいため、リスクが高い患者さんにはあらかじめ全身的に抗生剤を投与したり、歯石や歯垢を除去するほか、傷口の縫合などが有効な方法と考えられます。



【ご注意】抜歯などの治療に際して、お薬の服用は原則的に中止することはありません。



上の顎の顎骨壊死



赤枠のあたりが上の顎骨  
青枠の白い部分が腐った状態の顎骨

## ナイチンゲール生誕祭

当院では、毎年5月の赤十字月間にナイチンゲール生誕記念として、看護部各部署代表が1分間スピーチを行っています。



祖父の看取りから  
家族の精神的支援の重要性を学んで  
1-8病棟 橋 昌洋



私事ですが、昨年4月に祖父を亡くしました。日々状態が悪くなる祖父に少しでも会いたいという家族の思いがある中で、コロナ感染予防のための面会制限があり、数分の面会のみ可能でした。意識のない状態でしたが、生きている時に祖父に最後会うことができたこと、温かい祖父の手に触れることができたことは、家族として最後の別れを告げ、受け入れるきっかけになったと思います。その後、祖父は安らかに亡くなりました。そのような時間を作ってくれた病院に感謝しています。

今年に入ってから自身の病棟で複数人の看取りを行いました。当院でも、コロナ感染の面会制限に従いながら対応していますが、看取り前に面会を行うことができない県外在住のご家族などに対しては、お断りしないといけないことがあり、心苦しさを日々感じています。終末期の患者さんの苦痛軽減を図るとともに、そのご家族への精神的支援をする重要性を大切に、寄り添う看護を行っていきたいと思います。

## 女性事務職員の夏の制服を リニューアルしました。



今年度、女性事務職員の夏の制服を7年ぶりにリニューアルしました。

私たち事務職員は、患者さんが見てすぐに病院スタッフとわかるように制服を着用しています。院内でご不明な点がありましたら、お気軽にお声掛けください。

## 全日本空輸株式会社(ANA) グループより すずらんのお見舞い

今年もANAグループのご厚意により、すずらの花としおりを寄贈いただきました。1956年(昭和31年)から続く同グループの伝統的な社会貢献活動で、当院へは今年で62回目となります。

幸せを願う気持ちが込められたすずらの花としおりは、5月26日に「すずらん娘」として選ばれた看護師2名が、可憐な香りとともに患者さんに心をこめてお届けしました。



## 職種別 | 当院の取組み紹介

### ■ 作業療法士ってどんな仕事

作業療法士は、Occupational Therapist といい、OT(以下)と呼ばれています。OTは、病気やけが、もしくは生まれながらに障がいがあるなど、年齢に関係なく、日常生活に支援を必要とする方に対して、作業を通して支援するリハビリテーション専門職で、当院には13名のOTがいます。

OTは、基本的な能力(感覚、筋力、認知機能)、応用的能力(食事、排泄、家事などの日常生活動作)、社会的適応能力(就学、就労)を改善させ、その人らしい生活ができるように支援します。また、能力の改善だけでなく、対象者への動作指導、家族に対する介助方法指導、歩行器や杖、ポータブルトイレなど福祉用具の選定も行っています。

具体的には、肩腱板損傷のため手術を行った方に対して、術後は肩を固定してしまうため、肘から指先までを動かす、楽しみながら筋力の改善と入院中の息抜きを目的としてブロック折り紙を行っています(写真1)。また、大腿骨骨折後の治療を行った方に対して、離床の促進を目的として、棒体操を行っています(写真2)。そのほかにも、あらゆる疾患で入院された患者さんにOTは関わっています。

私たちOTにとって、患者さんの日常生活動作の介助量軽減や早期退院のお手伝いは大切ですが、本当にやりたいことをサポートすることも重要な取り組みであると考えています。「トイレは自分でできるようになりたい」「孫の送り迎えをしたい」など、具体的にやってみたいことを作業療法士(OT)に教えてください。日常生活をより快適に過ごせるように、一緒に取り組んでみましょう。



私たちOTは、様々なチーム医療にも参加し、患者さんやご家族のご意見を尊重しながら、専門的な立場から情報を提供しています。



(写真1)



(写真2)