

ほやほや

Japanese Red Cross Fukui Hospital

福井赤十字病院広報誌

vol.080
令和5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

女性のからだに優しい 婦人科手術

急性期病院だからこそ受け入れられるハイリスク妊婦さん

教えてドクターQ&A(麻酔科)

医療用コミュニケーションアプリ「JOIN」導入

脳卒中に関する情報

職種別・取組み紹介【介護支援専門員】

病院的のベッドってどうやってきれいにしているの?

調理師おすすめレシピ

調理師
おすすめ

里芋 De いつでもぼたもち



材料(2人分)

米……………1合
水……………1カップ
里芋……………100g(中3個)
塩……………小さじ1/3(お好みで)
あんこ……………50g
きな粉……………大さじ1
(同量の砂糖と塩ひとつまみを加える)
ごま、青のり……………各大さじ1

作り方

- ①里芋は皮をむいてひと口大に切る。
- ②釜に里芋、米、塩を入れて炊飯する。
(いつもの水加減で)
- ③炊きあがったら、すりこぎで
全体に粘りがでるまでつぶす。
- ④手に水をつけてひと口大の大きさに丸めたら、
お好みであんこやきな粉をまぶす。

栄養量(1人分)

エネルギー……………305kcal
たんぱく質……………0.2g
脂質……………3.0g
塩分……………0.7g
食物繊維……………5.5g

寒さも本格的になってきました。寒い冬を少しでもほっこり過ごしていただくために、今回はもち米がなくても里芋でできるぼたもち風をご紹介します。少しでも「おいしい!」と感じる瞬間を持っていただけたら幸いです。箸休めに「すこ」のかき揚げを添えてみました。(すこは細かく刻んでかき揚げに)

里芋のネバネバには、「ガラクトタン」「グルコマンナン」という食物繊維が豊富に含まれており、便秘解消、血中コレステロールの排泄促進に効果があります。さらに「カリウム」も多く、高血圧やむくみの予防にも効果があります。

里芋を使ったヘルシーなぼたもちを、ぜひ作ってみてください。

担当:調理師 伊東 いずみ、重矢 悟

今月の表紙

母児に優しい病院を目指して

高度な医療を患者さんに提供するのはもちろんですが、母児に優しい病院を目指して、極力ご本人の希望に沿った出産、育児のお手伝いをさせていただきます。診療時間中に聞けなかった疑問や要望にお答えする時間も設けておりますので、お気軽にスタッフまでご相談ください。



+ 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。

女性のからだに優しい 婦人科手術



産婦人科部長
田嶋 公久
県下で唯一、日本産科婦人科内視鏡学会子宮鏡/腹腔鏡技術認定医のダブルライセンスを取得しています。

婦人科の病気の多くで、小さな傷で患者さんの負担が少ない腹腔鏡手術(内視鏡手術)を施行できるようにになりました。さらに最近では、子宮や卵巣などの正常な動きをなるべく残すことにも力が注がれています。このような機能温存手術のうち、当院で行われている女性のからだに優しい婦人科手術2つをご紹介します。

治療を希望する場合は、CO2レーザー手術や子宮鏡手術が可能かどうかを、診察と超音波、MRIなどの検査で判断します。治療を希望される方は、まずはかかりつけ医(主治医)にご相談いただき、当院を受診する際は紹介状の持参をお願いいたします。

新年のご挨拶

令和5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。皆様には健やかに新しい年をお迎えのことと心よりお慶び申し上げます。

3年以上にわたる新型コロナウイルス感染症への対応は、身近な生活や社会に大きな影響を与え、「ニューノーマル」と呼ばれる新たな日常も、もはや当たり前になりつつあります。最近では、収束するどころか第8波により、再び感染者数が増加しています。

百年に一度の公衆衛生危機であるといわれた、新型コロナウイルスの世界的大流行が、社会、経済、医療に与えた影響は甚大で、我々の生活様式を二変させました。その中で当院は、通常の一般診療に加えて、新型コロナウイルス患者さんの入院、外来診療を担ってきました。この間、一部の部署ではスタッフ不足などにより診療制限を余儀なくされるなど、地域の皆さまへご迷惑をお掛けすることもありました。全職員一丸となり今まで乗り越えてきました。今後も、これまで得た知識と経験を活かし、「ウィズコロナ」の時代を緩めず、日々の診療に邁進していきます。

引き続き感染症指定医療機関としてコロナ対応に全力であたっています。今

年度より新たな中期ビジョン「地域社会に貢献し、県民から選ばれる病院になる」という病院としての目標を掲げました。目標に沿うべく、昨年は嗅覚外来、膠原病外来、脳卒中相談窓口を新たに開設いたしました。また、手術支援ロボットダヴィンチを用いた肝胆膵外科手術や婦人科内視鏡手術など、今後も体に負担の少ない外科治療を積極的に推進していきます。

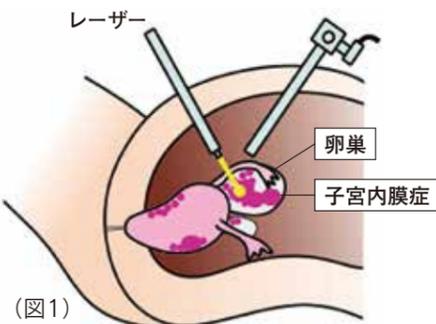
当院では、例年予定されている市民公開講座やロビーコンサートなど、多くの行事がコロナ禍においては中止あるいはオンライン開催となりました。しかしながら、「新しい生活様式」に基づいて行動すること、ようやく少しずつ前へ動き出そうとしています。今年こそは、地域の皆さんと直接交流できる場を設け、地域の健康長寿に貢献できるように努めていきます。

令和5年の干支は「卯(うさぎ)」で、「癸卯(みずのとう)」「いわれる」「これまでの努力が花開き、実り始める」といった縁起の良い年だそうです。卯(うさぎ)は、その跳躍する姿から「飛躍」「向上」を象徴し、新しいことへの挑戦に最適な年とされています。令和5年が皆様にとって、飛躍の年となるように心からお祈り申し上げます。

1 子宮内膜症の患者さんに行う、腹腔鏡下のCO2レーザー手術

子宮内膜症は、月経痛や不妊の原因となる病気で、特に20〜30歳の女性の間で増加し、閉経に至るまで長期間の管理が必要となる疾患です。この病気は、本来は子宮の内側にある子宮内膜が、月経血の逆流などによってお腹の中に散らばり発生すると考えられています。子宮内膜症による痛みが強い場合は、手術で病巣を除去します。

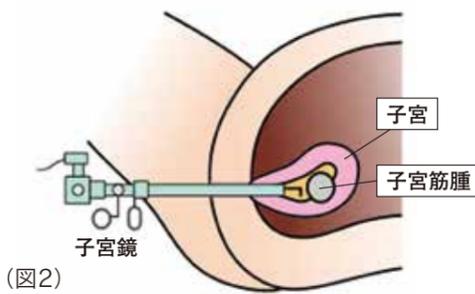
CO2レーザー手術では、腹腔鏡で確認しながら、レーザー光をお腹の中の病変に照射します(図1)。CO2レーザーは、正常な組織への障害が少ないので、卵巣の機能や妊娠能力を損なわず、病変のみを除去することができます。お腹に5〜12mmの4つ程度の傷ができますが、小さく、痛みも少ないため、入院期間は約6日間です。



2 お腹に傷ができない子宮鏡手術

子宮鏡手術は、子宮の中(子宮腔)にできた病気の切除や焼灼に用いられます。例えば、子宮内膜ポリープや子宮粘膜下筋腫などの病気が治療対象となります(図2)。

子宮鏡手術は、子宮の中が1〜2日と短いのが特徴です。ただし、大きな筋腫や、筋腫の発生位置によっては対応できない場合があります。



教えてドクター 《 麻酔科 》

Q & A

今回は当院「ペインクリニック外来」をご紹介します。



麻酔科部長
福岡 直
日本麻酔科学会指導医

ペインクリニックについて

Q. ペインクリニックとは何ですか？

A. 一言で言えば「ペイン」(痛み)の治療を専門的に行います。痛みは、体に生じた異常事態を知らせる警告として大切な役割を持っています。痛みの原因の改善が十分でない場合や、色々な理由で長く続く場合、より強い痛みが加わることがあり、これが慢性痛です。慢性痛を放置すると身体的にも精神的にも負担がかかり、生活の質の低下につながります。ペインクリニックはそのような状態からの改善を目指します。



Q. どんな病気、症状の人が受診していますか？

A. 日本人の大半(80%以上とされます)は、何らかの慢性痛を抱えて生活しています。慢性痛には、帯状疱疹後神経痛、三叉神経痛、頸椎症、肩関節周囲炎、肩こり、頭痛、変形性腰椎症、椎間板ヘルニア、軽微な外傷をきっかけとして起こる慢性痛、術後の長く続く痛み(肺がんや乳がん手術後など)、線維筋痛症、また原因が特定できない痛みなど、さまざまなものがあります。慢性的な痛み、辛さを自覚されている方は一度ご相談ください。

Q. どんな治療を行うのですか？

A. ペインクリニックでの治療には以下のようなものがあります。

- 1) お薬での治療:
日常生活や体質に合わせたお薬を調整します。
- 2) 神経ブロック:
神経ブロックは神経に直接または近くに局所麻酔を注入し、痛みを和らげ痛みの原因となっている炎症や神経の興奮を取り除きます。また身体的、精神的な負担が原因で起きる自律神経の乱れを整え、本来の回復力を引き出す効果があります。
- 3) トリガーポイント注射:
押すと痛い痛みのつばに麻酔薬を注射し症状を改善させます。
- 4) 認知行動療法:
痛みの原因について理解を深め(認知)、それに対応した行動を起こしていただき、思考のバランスを整えストレスを減らすことで、生活の質を改善し長期的に痛みを和らげていきます。お薬や神経ブロックなどの治療と併用します。

気になる!

帯状疱疹ワクチンについて

帯状疱疹は多くは子供の頃にかかった水痘瘡(みずぼうそう)のウイルスが原因です。日本人成人の90%以上がこのウイルスを持っていると言われています。加齢や疲労などで免疫力が低下すると、このウイルスは再び活動を開始して帯状疱疹として発症します。近年この発症率が増加傾向にあります。帯状疱疹は激しい痛み(神経痛)を伴うことがしばしばあり、約2割の人が慢性痛に移行します。早期に有効な治療を行うことが大切です。また、50歳以上を対象にした帯状疱疹ワクチン接種には発症、後遺症を防ぐ効果が期待されています。詳しくはペインクリニック外来にご相談ください。

急性期病院だからこそ受け入れられる ハイリスク妊婦さん



産婦人科医師
江坂 有希恵
日本周産期・新生児医学会
周産期専門医

当院では、リスクのない妊婦さんからハイリスク妊娠まで、幅広く妊娠・分娩管理を行っています。ハイリスク妊娠とは、母児に重大な予後が予想される妊娠のことをいいます。【表1】に示したリスクスコアの合計点が4点以上の場合をハイリスク、2~3点を中等度リスク、0~1点を低リスクと分類しています。なお、【グラフ1】【グラフ2】に示すように、近年ハイリスク妊娠は増加傾向が続いています。

ハイリスク妊娠の場合は、小児科や内科をはじめ、他科と連携しながら妊娠・分娩管理を行うことが非常に重要です。当院では、総合病院かつ急性期病院の特徴を生かし、さまざまなリスクをもつ妊婦さんに対応しています。

切迫早産や胎児発育不全に関しては、小児科と連携し、赤ちゃんにとって適切な分娩の時期を見極めていきます。また、高血圧や糖尿病などの基礎疾患を持つ妊婦さんは、妊娠週数が進むにつれて悪化することが多く、妊婦さんだけでなく赤ちゃんの状態に関わる場合もあります。妊娠中の薬の使用は、赤ちゃんに影響があるのではと心配される方もおられると思いますが、適切な治療が母児を守るためにはとても大切です。内科をはじめ他科と連携し、分娩まで適切に管理を行います。

ただし、妊娠前には何も健康上の問題がなかった妊婦さんであっても、妊娠中の体の変化により、脳出血や血栓症など重篤な疾患を発症することがあります。このような疾患は迅速に診断し、治療を開始することが重要となります。情報社会の中で、喜びと不安の両方を抱えておられる妊婦さんも多いのではないかと思います。当院では、適切な治療とともに、妊婦さんやご家族に寄り添いながら、妊娠・分娩・産後まで継続した診療を行っています。心配な点や疑問があれば、遠慮なくご相談ください。

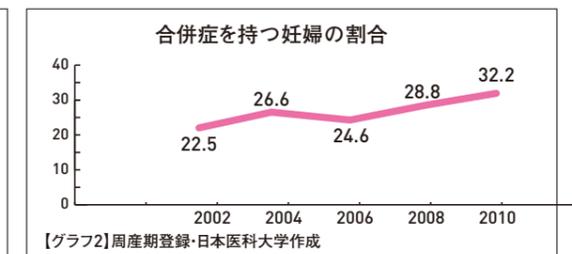
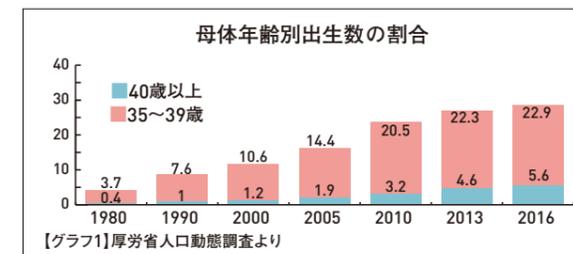
【表1】妊婦リスクスコア抜粋(厚生労働省より)

リスクスコア(点数)	
1. 基本情報	
40歳以上	(5)
体重100kg以上	(5)
体重80~99kg	(2)
15歳以下、35~39歳	(1)
身長150cm未満	(1)
体重65~79kg	(1)
初産婦	(1)
喫煙、飲酒	(1)
2. 既往歴	
高血圧 投薬中	(5)
糖尿病 薬物療法中	(5)
抗リン脂質抗体症候群	(2)
甲状腺疾患・管理不良	(2)
SLE	(2)
慢性腎炎	(2)
気管支喘息	(2)
てんかん	(2)
精神神経疾患	(2)
風疹抗体がない	(1)
3. 産婦人科既往歴	
重症妊娠高血圧症候群既往	(5)
常位胎盤早期剥離既往	(5)
性感染症の治療中	(2)
早産既往	(2)
死産・新生児死亡既往	(2)
2回以上の自然流産の既往	(2)
帝王切開既往	(2)

令和4年4月、膠原病を専門とする医師が腎臓・泌尿器科に赴任したことにより、膠原病専門外来を開設しました(完全予約制)。膠原病患者さん(関節リウマチ、SLEなど)についても、専門の医師と連携しながら妊娠・分娩管理を行います。



私の場合、35歳で初産婦、気管支喘息があるから…
1点+1点+2点=4点!
私はハイリスク妊娠になるのか。



脳卒中患者さんの状態を迅速に判断する

医療用コミュニケーションアプリ「JOIN」を導入しました！

脳卒中は24時間体制で対応が必要な病態であり、当院でも脳神経センター（※1）の医師12名が交代で勤務しています。脳卒中の診断は時間との戦いになるため、患者さんの状態を正確に判断し、適応を決定する必要があります。そこで、医療用コミュニケーションアプリ「JOIN」を導入しました。

JOINは薬事承認済みの医療機器プログラム（※2）で、セキュリティ

ティや個人情報の保護をしっかりとしたうえで、撮影した画像を脳神経センターの医師で共有し、チャットでコミュニケーションがとれるシステムです。これにより当院での診断画像は脳卒中にかかわる医師全員が24時間リアルタイムにチェックすることができ、これまで以上に正確かつ迅速な診断、治療ができるようになりました。



- （※1）脳神経外科と神経内科の医師で構成しています。
- （※2）「医薬品、医療機器等の品質、有効性及び安全性の確保等に関する法律（医薬品医療機器等法）」に基づき、厚生労働省に承認された医療機器プログラムです。

脳卒中に関する情報いろいろ

脳卒中相談窓口開設 （令和4年11月1日）

脳卒中の医療・介護・福祉に精通した相談員が、急性期医療機関における連携窓口として、相談支援や情報提供を行います。

これからも、当院は脳卒中患者さんに対する医療・福祉の連携と充実を目指してまいります。

「相談に関して」

対象者

当院で脳卒中治療を受けた患者さんとそのご家族

相談内容

- ① 予防と後遺症について
- ② 転院や退院後の生活について
- ③ 経済的・心理的・社会的なお困りごとについて
- ④ 社会参加や介護などの福祉サービスについて

【脳卒中相談窓口】

福井赤十字病院

電話／0776-36-3630（代表）

「脳卒中相談窓口希望」とお伝えください。

毎週火曜日・金曜日の13時～14時（15～30分程度）

※完全予約制となりますので、必ず事前に予約をお願いいたします。

脳卒中月間を 広く知って欲しい 「脳卒中の予防と 治療について」

（公社）日本脳卒中協会は、脳卒中に関する知識を広め、一般の方に理解を深めていただくことを目的に、令和3年から毎年10月を「脳卒中月間」と定めました。

（社）日本脳卒中中学会より「次脳卒中センター」、「研修教育施設」として認定されている当院では、地域の皆さんに向けて、「人生100年時代を元気に過ごすために脳卒中を知り、備える」をテーマに、昨年10月に脳卒中パネル展を行いました。多くの来院者が展示パネルの前で足を止め、パンフレットと共にご覧いただくなど大きな反響がありました。



職種別 当院の取り組み

■ 介護支援専門員 編

どんなお仕事？

介護支援専門員は、介護保険制度に沿って、介護が必要な方々を支援する専門職です。高齢者や障害を持つ方が、必要とする介護サービスを受けられるように、介護保険申請の手続きや介護に関する相談に応じ、介護サービスの連絡調整を主に行っています。また、ご自宅の生活の中で不便になってきたことを聞きとりながら、地域の介護サービス関係事業者と連携し、介護保険制度の紹介と連絡調整などの支援を行っています。

知ってほしい取り組み

当院本館2階の地域医療連携室が相談窓口となります。外来での相談や入院中の相談は、担当のソーシャルワーカーを通して受け付けています。

また、ご自宅の生活の中で、介護サービスが必要になった場合、ご家族



体・病院の素朴な
疑問に答えます

「病院のベッドって どうやって きれいにしているの？」

当院では、ベッドおよびマットレスの洗浄・除菌・乾燥機を保有しています。患者さんが退院されたあと、使用されていたベッドとマットレスは、院内のベッドセンターに搬送されます。

ベッドは、汚染の程度に応じて、清拭や専用の洗浄・乾燥機で処理後、拭き上げをします。それと同時にベッドの点検も行っています。また、

マットレスは除菌・乾燥機で処理を行っています。このようにして処理されたベッドとマットレスは、病棟に運ばれ、清潔になった状態で患者さんに使用していただきます。

ベッドセンタースタッフ一同は、患者さんに清潔で安全に使用していただけるよう、日々心掛けて作業を行っています。安心してご利用ください。

