

順天堂医院ニュース 2023 NO.82

2023年1月号(新年号)

新年あけましておめでとうございます。

昨年11月中旬頃から新型コロナウイルス感染症(COVID-19)の感染者数が増加傾向に転じ、第8波に入ったともいわれています。COVID-19も4年目に突入り、感染力の高いオミクロン株が主流であることから流行の更なる拡大が危惧されます。一方、過去2年間インフルエンザの流行は皆無であったことから、新年早々には、COVID-19とインフルエンザのダブル流行(ツインデミック)が予想されています。

一方、当院は国際的な病院機能評価であるJCI (Joint Commission International)の求める感染対策を上回る対策を講じています。年に一度行っている患者満足度調査においてもコロナ対策に対する高い評価をいただきました。今後も、万全の感染対策のもと、一般診療を制限することなく、特定機能病院として高難度医療を提供し続けます。

産科・婦人科、麻酔科・ペインクリニック、眼科には新しい教授が赴任し、新体制での診療が開始しました。さらに、新年から新しい電子カルテシステムが導入されました。外来患者さんにとっては待ち時間の短縮などの効果が期待されますが、導入間もない時期は若干の混乱が生じる可能性もございます。ご理解とご協力のほどお願い申し上げます。

今年も、医療安全が揺らぐことのないよう徹底した対応を講じて、患者さんに満足していただける世界で最も安全な医療を目指します。順天堂医院はこれからも「安心・安全な高度先進医療」を「Patient First」と「不断前進」の精神で届けてまいります。今後とも皆様のご理解とご支援のほどよろしくお願い申し上げます。



順天堂大学医学部附属順天堂医院
院長 高橋 和久

各記事にあるQRコードを読み込むことで、各診療科および各部署のHPを開くことができます。ぜひ、ご活用ください。



このたび 2022 年 10 月 1 日付で順天堂大学医学部 麻酔科学・ペインクリニック講座の主任教授に就任いたしました。

順天堂医院の麻酔科・ペインクリニックは、ひとつの診療科でありながら手術麻酔・ペインクリニック・術前外来・集中治療・産科麻酔（無痛分娩）という多くの分野を担っています。

手術や麻酔は患者さんにとって大きなイベントです。私たち麻酔科医は術前～手術中～術後を通して患者さんに常に寄り添い、安全な麻酔と周術期管理を提供しています。まず術前外来で患者さんの診察と麻酔法の説明を行います。手術中は患者さんの五感となって手術侵襲から体を守り、回復が速やかな麻酔管理を行います。大きな手術の後は、集中治療室（ICU）にて担当医師が呼吸・循環・疼痛管理を包括的に行います。小児などの特殊症例では、麻酔科の急性疼痛管理チーム（APS）が各病棟に出向き綿密な術後疼痛管理を行うこともできます。ペインクリニックでは痛みの専門家が急性痛・慢性痛・癌性疼痛など多岐にわたる病態に対する治療を行います。患者さんの希望や状況を考慮し最適な治療をご提案し、痛みのない日常生活を目指します。産科麻酔チームでは 24 時間体制の無痛分娩を提供し、快適で安全な出産のお手伝いしています。産科・小児科・小児外科とも連携し万全な体制を整えているので安心です。麻酔や痛みに関して疑問などございましたら、各種外来にてお気軽にご相談ください。



麻酔科・ペインクリニック
川越 いづみ



順天堂医院HP【麻酔科・ペインクリニック】



採血の時に、血液が採血管の中に入っていくのはどうして？ ～真空採血管の仕組みについて～

採血時、血液が採血管の中に自然に入るのを、不思議に思ったことはありませんか？
では、どのような仕組みで必要な血液量を採取しているのでしょうか。

採血管は、”真空採血管”と呼ばれ、採血管の中は陰圧（圧が低い状態）に調整されており、血液が自然に入ってきます。検査に必要な血液量が採取されると、採血管の中は等圧（圧が同じ状態）になり、血液は自動で止まり、余分に採血しないような仕組みになっています。

順天堂医院で使用する採血管は、検査項目、キャップ（蓋）の色、および血液量で区別されています。

順天堂医院の採血管

検査項目	キャップの色	血液量
生化学、免疫血清	ローズ	4 mL、8 mL
血算、血液像	紫	2 mL
凝固、線溶	黄	2 mL
アンモニア、薬物血中濃度	緑ゴム	2 mL

こうした仕組みにより、検査に必要な血液量が過不足なく採血されており、患者さんにとって安全、安心な臨床検査サービスの提供に役立っています。





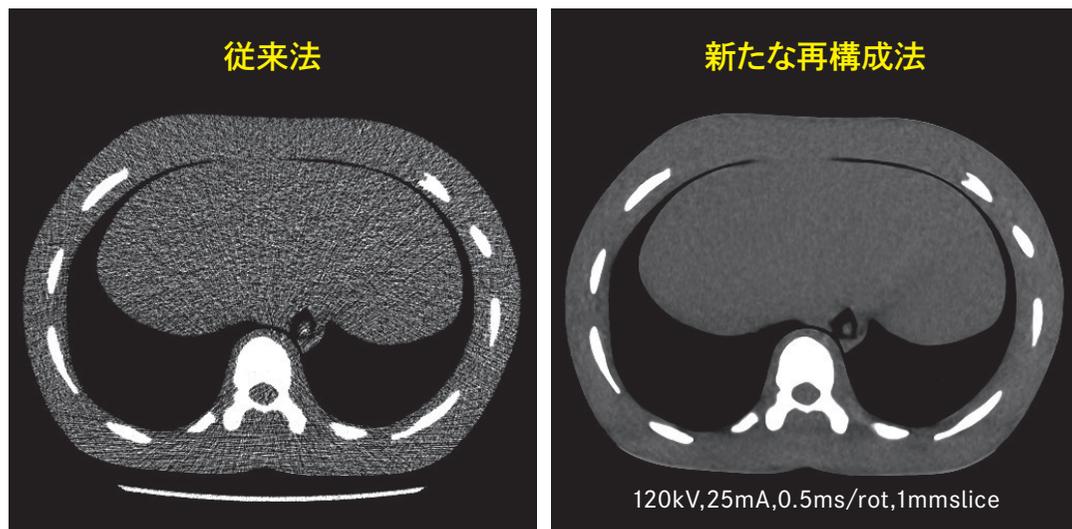
Deep learning を用いた CT の新しい画像再構成技術のご紹介

X線検査の中でもCT検査は特に詳細な画像を得ることができます。しかし、ほかのX線検査同様にX線被ばくが伴います。日本では医療被ばくが多いことが問題となっており、現在様々なハードウェア、ソフトウェアで被ばく低減技術が提案されています。被ばく線量と画質の適正化を行うための技術の一つに Deep learning を用いた画像再構成技術があります。

CT検査で得られた情報は画像を構成する信号成分と雑音成分（ノイズ）に分けられます。ノイズを減らそうとするとX線量が必要になり、被ばくが増えてしまいます。Deep learning を用いた新しい画像再構成技術によってCT撮影データにおけるノイズ成分と信号成分を識別する処理を用い、画像の精細さを維持したままノイズを選択的に除去することができるようになりました。

Deep learning を用いた再構成技術は、撮影線量を増やすことなく高いノイズ低減効果を得ることができ、画質の改善が可能となります。

さらにこの画像再構成技術を検査方法に組み込む事で、撮影線量低減効果を見込んだ設定にすることができ、被ばくの低減にも有用です。当院でも本技術を日常のCT検査に活用しています。



再構成方法による画質の違い

同じ撮影線量でもこの再構成技術を用いることで画質が向上し、被ばく低減も可能となります。



リハビリテーション先についてのご案内

病気や怪我の治療中や治療後にリハビリテーション(以下リハビリ)を希望したい場合に、いくつかの方法がありますのでご紹介したいと思います。リハビリが可能か、どのようなリハビリの方法が望ましいかはご病状によりますので担当医にご相談ください。

今回は通院または通所のリハビリのご案内をいたします。



【ご確認いただきたいこと】

- ・ 当院では基本的に外来でのリハビリは行っておりません。
- ・ 病状や病名によってはリハビリの対象にならない場合やリハビリができる期間が短期間になることがあります。
- ・ 小児のリハビリは状況が異なりますので、別途担当医などにご相談をお願いします。
- ・ リハビリは、**介護保険**または**医療保険**で利用します。病名や病状、様々な状況によりどちらを利用することになるかは該当の医療機関や施設と相談が必要です。

【リハビリ先について】

① 外来リハビリ(通院リハビリ)：**医療保険**で病院や診療所へ通うリハビリ

自宅から通院が可能な方が、個別にリハビリを受けることができる。リハビリが必要な病名によって通院の期間が定められている。

② 通所リハビリ：**介護保険**で施設、病院や診療所へ通うリハビリ

食事や入浴などの日常生活上の支援や、生活機能向上のための機能訓練や口腔機能向上サービスなどを日帰りで提供する。

③ 訪問リハビリ：自宅へ訪問してもらい行うリハビリ **介護保険** **医療保険**

自宅に医療機関や施設のリハビリのスタッフが訪問し、日常生活の自立を助けるために心身の機能の維持回復を図るために行われる。



【リハビリ先を探す方法】

- ・ 医療保険で受けるリハビリについては、各医療機関へ問い合わせの上、当院からの診療情報提供書を持参し、各医療機関へ受診して相談する必要があります。
東京都内の医療機関の検索には、東京都福祉保健局が「リハビリテーション医療実施医療機関名簿」を発行しています。以下のホームページをご確認ください。
https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/iryu/sonota/riha_iryu/meibo_info.html
- ・ 介護保険で受けるリハビリについては、ケアマネジャーへご相談ください。



お薬の飲み方 Quiz



- Q1. お薬は牛乳やジュースで飲んではいけない。
- Q2. 錠剤を噛んで細かくして飲んだり、カプセル剤の中身を出したりして飲んでもよい。
- Q3. 薬の飲み方の「食間」とは、食事中にお薬を飲むことである。

【答え】

- Ans.1 ○ 牛乳やジュースでお薬を飲むとお薬の吸収が遅くなり、効き目が悪くなる場合があります。
また、血圧のお薬などをグレープフルーツジュースで飲むと、効果が強く出してしまうお薬があります。
このように、飲み物の種類によって、お薬の効き目に影響がでることがあるので、お薬はコップ一杯の水またはぬるま湯で飲みましょう。
- Ans.2 × OD錠といって口の中で溶かして飲めるお薬もありますが、胃酸に弱いお薬をカプセルの中に入れて腸で溶けるようにしたり、徐放錠といって錠剤に工夫をしてお薬の成分が徐々に溶けだすようになっているものもあるので、そのままお飲みください。
- Ans.3 × 「食間」とは、食事から2時間ほど後の空腹時に飲むこと。食事中という意味ではありません。



人の身体には体内時計と呼ばれる機能があり、25時間の周期でリズムを刻んでいます。1日24時間なのでズレの調整が必要となりますが、朝陽を浴び、朝食を摂ることで、体内時計がリセットされて体内のリズムが整います。

体内時計をうまく働かせるためには、夜間に睡眠をとり、日中は活動をして食物を摂取し、排出するというように規則正しく生活することが大切です。睡眠不足や朝食の欠食といった生活リズムの乱れは体内時計の乱れとなり、頭が働かない、身体がだるくなる、集中力がなくなるといった症状がでてきます。

すこやかな1日を過ごすためにも、生活リズムを整えましょう。



『 看護師とスマートフォン 』

2023年1月1日、順天堂医院の電子カルテが新しく生まれ変わりました。より安全に、よりタイムリーに患者さんに看護が提供できるよう、看護師が電子カルテ専用のスマートフォンを持ち歩いています。様々な機能が加わり、正確な情報を収集し入力することが可能になりました。電子カルテをコンパクトに持ち運べる移動の利便性もアップし、患者さんのもとに早く伺えます。

スマートフォンを使い患者さんのリストバンドからバーコードやQRコードを読み取ることで、正しく与薬の実施などができます。

安心・安全な医療と看護の提供に繋がるようスマートフォンを有効に活用していきます。患者さん確認の安全な照合にご協力頂けますようお願い致します。



今日からはじめる

健康講座

1 月号



総合診療科 教授
小林 弘幸

自律神経を整えて コロナに打ち勝つ

新しい年を迎えましたが、コロナ禍も3年目となり、新しい生活様式にもすっかり慣れた一方で、いまいち気分が晴れないと感じる方も多いのではないのでしょうか。コロナウイルス拡大の影響で、うつ病やうつ状態の人の割合が2倍以上に増加したことがOECD（経済協力開発機構）の調査でも明らかとなり、なんだか気分が優れない、やる気が起きないなど、いわゆる“コロナ鬱”は他人事ではなく、誰にでも起こり得る状態です。

コロナ鬱の解消には、自律神経を整えることも重要です。そのために有効なことの一つが「呼吸」です。精神的に不安定な状態に陥ると、交感神経が優位になり、呼吸は浅くなります。そして、呼吸が浅くなると交感神経優位の状態になるという負の連鎖に陥ります。大半の人は無意識に呼吸をしています。自律神経をコントロールしているのも呼吸です。鼻から3秒間吸って6秒で口から吐く、1:2の呼吸を意識することで、自律神経を整えることができます。さらに、主観的な楽しみを伴う「軽い運動や身体活動」が有効です。ウォーキングなども良いでしょう。運動をすることで、セロトニンと呼ばれる幸福を感じる脳内ホルモンが分泌されることで、不安な気持ちが解消され、安定した気分をとり戻すことができます。まずは日常生活の中で簡単にできることから実践してみてください。環境が変わる人も多い、4月からの新年度を迎える前に、コロナ鬱の解消を図りたいものです。

順天堂大学医学部附属順天堂医院

〒113-8431 文京区本郷3-1-3

TEL：03-3813-3111（大代表）

編集 広報管理運営委員会

発行 事務部 管理課（2023年1月発行）

ホームページ

<http://www.juntendo.ac.jp/hospital/>

順天堂医院

検索



【順天堂医院HP】