

順天堂医院ニュース 2022 NO.78

2022年1月号(新年号)

新年あけましておめでとうございます。

昨年の今ごろは新型コロナウイルス感染症 (COVID-19) の第3波の真ただ中でした。東京都内では一日1200人前後の新規陽性者が報告され、年末年始気分とは程遠い状況でした。一方、昨年8月の第5波以降、12月には新規陽性者数25人程度とレベル1の状態が続きました。しかし本邦でも感染力がデルタ株より4.2倍高いと言われるオミクロン株によるCOVID-19陽性者が報告され、来る第6波に対する備えが必要です。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。具体的には従来から行っている医療費の後払いクレジットカードサービス、お薬の宅配サービス、ウォークスルー検査、メディカル・コンシェルジュに加えて、今年は診療の待ち時間短縮のための様々な取り組みを行い、患者さんの病院滞在時間を短縮していきます。また、入院患者さんには入院前にPCR検査をお願いし、職員にも普段から感染予防策に関する指導、教育を行っています。

当院はCOVID-19診療は当然のこと、特定機能病院として、がん、重篤な心臓病、難病などの患者さんに対しても高度で安全な医療を提供し続けてまいります。一昨年以來、健康診断や人間ドックが激減した結果、最近では、がんや重症な心臓病の患者さんが急増しています。これら患者さんのニーズに応えるため、昨年にはいくつかの診療科で日本を代表する教授を迎え、今まで以上に高度で専門的医療を提供できる体制を整備しました。さらに今年は「万全の医療安全」を文化にしております。

順天堂医院は今後も「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。



この度、2021年10月1日付で血液学講座教授を拝命いたしました。

血液内科では貧血や多血症、血小板減少症などの良性疾患から、白血病、悪性リンパ腫、多発性骨髄腫などの血液のがんまで、幅広い疾患の診療を行っております。血液内科の分野では新薬の研究開発が急速に進歩しますので、以前は治らなかった病気が、今は治ることも少なくありません。実際に、多くの患者さんが通院しながら治療を継続されています。

私は悪性リンパ腫、特にウイルス関連リンパ腫を専門にしております。より有効な治療を目指して、スタッフ一同努力を続けております。また、当院では細胞治療に力を入れております。具体的には、造血幹細胞移植とがん免疫療法です。血縁者をドナーとする造血幹細胞移植に加えて、骨髄バンクもしくは臍帯血バンクを介する、非血縁者間造血幹細胞移植が可能です。専門性の高いスタッフと共に、27床の無菌室が完備されております。また、がん免疫療法にも力を入れており、2020年2月からキメラ抗原受容体T細胞療法「キムリア」の認定施設となり、既に多くの患者さんに治療を行いました。研究面ではiPS細胞技術、ゲノム編集技術など最新の技術も取り入れながら、多くの患者さんに迅速に治療できる、強力なT細胞療法の確立を目指しております。

当院で治療を受けてよかったと思っただけのよう、このような質の高い医療体制を整えておりますので、お気軽にご相談ください。今後とも血液内科をどうぞよろしく願いたします。



血液内科
安藤 美樹



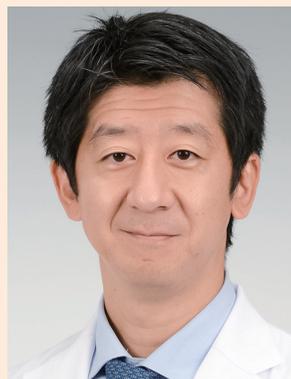
順天堂医院HP【血液内科】

この度、2021年10月1日付で耳鼻咽喉科学講座教授を拝命いたしました。

耳鼻咽喉科は頭から鎖骨までの間の脳と眼球を除いた領域が診療範囲となります。扱う疾患は中耳炎などの耳、アレルギー性鼻炎や副鼻腔炎といった鼻、その他めまいや難聴、顔面神経マヒといった日常生活を送るのに大切な感覚器の病気と咽頭がんや舌がんなどの生命にかかわる病気など多岐にわたります。一人の医師がこれら全ての分野で最新の技術と知識を持って診療にあたることは困難ですので、当院ではそれぞれの分野にエキスパートを揃え診療にあたっています。

私は頭頸部腫瘍を専門としており、耳鼻科領域に発生するがんを得意としております。これまで癌研究会附属病院や国立がん研究センター中央病院、米国 MD Anderson Cancer Center といった国内外のがん専門施設での勤務経験を活かし、高いクオリティーでの診療を行っています。特にロボット手術や耳下腺腫瘍に対する Facelift incision などの低侵襲な術式への取り組みと難治とされる症例に対しての手術へ積極的に取り組んでおります。

診療科としては、説明を十分に行い治療の選択肢をご提案するとともに、プロとしてしっかりとおすすめする治療をご提示するように医師一同ところがけております。ぜひお気軽に当科を受診ください。今後も耳鼻咽喉・頭頸科を宜しく願いいたします。



耳鼻咽喉・頭頸科
松本 文彦





健康長寿のためのフレイル予防

フレイルとは英語の「Frailty (虚弱)」からきた言葉で、心と体の働きが弱くなってきた状態を指し、健康な状態と要介護状態の中間に位置しています。

フレイル予防は、世界トップクラスの長寿国、日本で健康な状態で長寿を目指す上で重要です。

少しでも自身の心と体の変化に気づいた場合には、適切な治療や予防を行い、要介護状態への進行を予防することが大切です。コロナ禍で外出自粛が続いた今、人との交流が減り、活動量や食事量が低下した方は要注意！

自身の健康について振り返り、天気の良い日のウォーキングや家族や友人と楽しい食卓を囲むことからフレイル予防を始めてみましょう。



フレイル予防 ～食事の心得～

- バランスよい食事を心がけましょう。
- よく噛んでしっかり食べましょう。
- たんぱく質（筋肉をつくる）の摂取を心がけましょう。
- カルシウム（骨をつくる）を上手に取り入れましょう。
- ビタミンD（筋肉と骨の健康を保つため）を上手に取り入れましょう。





ホルター心電図検査（24時間記録心電図）のご紹介 ～日常生活の心電図変化がわかります～

ホルター心電図検査は、シール型の電極と小型の記録器（5～6cm 四方、厚さ約1.7cm）を胸部に装着し、心電図を24時間通して記録します。入院していただく必要はなく、日常生活の中の心電図変化を検査できます。

通常的心電図検査では見つけにくい発作性不整脈や、夜間や寝ている間に発作が起こる不整脈や狭心症の診断に役立ちます。

ホルター心電図検査でわかること

- 記録中の心拍数変動
- 不整脈の種類と頻度
- ペースメーカー機能の評価
- 胸痛や失神など、一時的な症状があるときの心電図変化

患者さんには、普段通りの生活を送っていただき、心電図を解析するために装着中の行動内容と自覚症状を行動記録カードに記入していただきます。

心電図を正しく記録するために、ご注意くださいいただきたいことがありますので、ご協力をお願いいたします。

ホルター心電図の記録中に注意していただきたいこと





2021年8月より、新しい骨塩定量測定装置「Horizon」の稼働を開始しました。今回は、骨塩定量検査についてご紹介をさせていただきます。

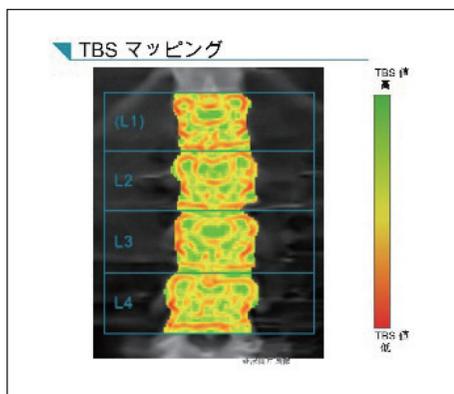
● 骨塩定量検査とは

「骨密度」を測る検査です。当院ではDEXA法（2重X線吸収測定法：Dual Energy X-ray Absorptiometry）という方法で検査を行っています。エネルギーの異なる2つのX線を測定する部位に照射し、骨や軟部組織を通過した際にそれぞれのX線がどの程度減弱するかを測定し骨密度を算出します。この検査で使用するX線量は微量であり、少ない被ばくで検査を受けていただけます。

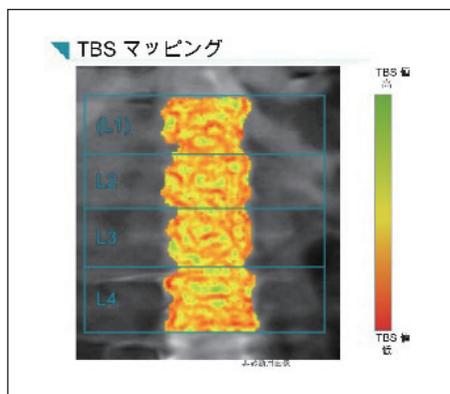
● TBS 解析について

今回導入された新しい装置では、TBS（海綿骨スコア：Trabecular Bone Score）解析が可能となりました。骨塩定量ではカルシウムやリンなどのミネラル成分が骨の中のどのくらい含まれるかを測定し骨密度として出しますが、TBS解析では骨の内部にある海綿骨の微細構造（骨梁）の数・間隔・密度を骨質として評価し、色で表現します。海綿骨は骨の内部にあり、スポンジのような網目状の構造をしています。このスポンジが骨粗鬆症によりスカスカになることで骨がもろくなり骨折しやすくなるため、海綿骨の状態を評価できるTBS解析を骨塩定量と併用することで骨折のリスクをより正確に評価することができます。

【TBS 解析の一例】



左：骨密度が正常な方



右：骨粗鬆症の方

海綿骨の密度が低くなるほど赤く表示されます。右の画像は左に比べて赤い箇所が目立っています。このようにカラースケールで表示されるため、視覚的に分かりやすく結果を確認していただけます。



病院の顔として ～外来看護師が大切にしていること～

外来看護師は病院の顔として、笑顔で患者さんをお迎えしています。患者さんの信頼を得るためには、第一印象として身だしなみや接遇・マナーがとても大切だと考えているからです。そして、患者さんが安心して治療や検査を受けられるように、限られた時間のなかで病状や必要なケアをキャッチし看護を行っています。医師や診療をアシスタントする看護助手・事務員など、様々な職種と連携することも大切な役割のひとつです。

以前であれば入院で行われていた手術・処置を外来で受ける患者さんや、入院期間が短くなり治療後まもない患者さん、在宅医療を必要とする慢性疾患の患者さんなど、受診される患者さんは多様化しています。外来看護師は、患者さんの療養生活やセルフケアの相談・指導など、様々なニーズに対応しています。糖尿病療養指導やストーマケア、リンパ浮腫ケアなど、専門的資格を持つ看護師による看護外来も開設しております（詳しくは看護部HPをご確認ください）。

写真は、今年度以外来部門で身だしなみグランプリを受賞したメンバーです！



今年も看護部スタッフ一同、親切と優しさを込めて、患者さんを「見る、護る」よう努めてまいります。



2021年11月1日より 難病医療費助成制度の
指定難病に下記の 6疾病が追加 されました。

◆難病医療費助成制度とは

- 難病患者さんへの医療費の助成制度です。対象疾病の医療費の自己負担割合が3割から2割になります（もともとの負担割合が1割又は2割の方は、変更はありません）。所得状況に基づき、月ごとの自己負担上限額が設定され、同月内の医療費等に係る費用について、上限額を超えた自己負担額は全額助成されます。
- 6疾病の追加により、現在の指定難病の対象は **338 疾患** です。
対象疾病一覧は、厚生労働省のホームページ「指定難病」
(<http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000084783.html>)
で確認することができます。
- 申請窓口はお住まいの保健所又は区市町村役所です。必要書類をそろえて申請してください。

◆指定難病 **追加の6疾病**

- * 288 自己免疫性後天性凝固因子欠乏症
※自己免疫性後天性凝固第X因子欠乏症が、「288:自己免疫性後天性凝固因子欠乏症」に統合されました。
- * 334 脳クレアチン欠乏症候群
- * 335 ネフロン癆
- * 336 家族性低βリポタンパク血症1(ホモ接合体)
- * 337 ホモシスチン尿症
- * 338 進行性家族性肝内胆汁うっ滞症 (出典:厚生労働省 ホームページ)

※制度の詳細や詳しい手続き方法については、申請窓口又は医療福祉相談室
又はお住まいの近くの難病相談支援センターにお尋ねください。

◆難病相談支援センターについて

地域で生活する難病患者さんの日常生活における相談・支援、地域交流活動の促進などを行う拠点として、都道府県及び指定都市に難病相談支援センターが設置されています。東京都は当院に難病相談支援センターがあります。

場所：順天堂大学診療放射線学科実習棟 2階
※入口は本郷通り沿いです。



お薬配送サービスについて

当院では、お薬配送サービスを開始しています。

- 薬が重くて持ち帰るのが大変。
- 病院のあと用事があるので、薬を持ち歩きたくない。
- 薬の待ち時間を短縮したい。



などのお声を受けて、「お薬配送サービス」を開始しています。
 配送をご希望の場合は、薬剤部お薬配送サービス受付場所「薬宅配受付」にお薬引換券をお持ちになり、宅配の申し込みをしてください。



あとクレゴ利用の方は、伝票記入も不要、簡単に申し込みができます。

平日は、配送を申し込まれた翌日に発送、翌々日以降、ご希望の日時に薬をお届けすることが可能です。週末や祝日を挟む場合には、お届けまでに多少日数がかかる場合がありますので、窓口にて薬剤師にご確認ください。

また、**オンライン診療等でお薬配送の場合は、受診日より1週間程度**、薬の到着まで時間がかかる場合がありますので、ご了承ください。



1号館
Building No. 1

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

新年を迎えてのワンポイント運動 (スクワット)

新年を迎え、新たな気持ちで今年1年の健康を祈願した方も多いのではないのでしょうか。人生100年時代と言われ、平均寿命は男性80.98歳、女性87.14歳である一方、介護等を必要とせずに生活できる健康寿命は、男性72.14歳、女性74.79歳と、8～12年ほどの開きがあり、日常生活が制限された状態で長い年月を過ごすことになる人が多いのが現状です。「老いは足から」とよく言われますが、太ももの筋肉は、30歳を100とすると、80歳でほぼ半分まで減少します。足腰が衰えると、外出や歩く機会が余計に減り、ますます運動不足で筋肉が低下するという悪循環に陥ります。特に最近では、コロナウイルスによる活動制限もあり、筋肉の衰えを感じた人も多いのではないのでしょうか。例えば、立ったまま靴下が履けない、スリッパで足がもつれる、家のじゅうたんにつまずく、バスや電車などちょっとした揺れでよろける、と感じる人は要注意です。

しかし、筋肉はいくつになっても鍛えることができ、特に下半身の筋肉を刺激できる「スクワット」は健康寿命を延ばすだけでなく、免疫力アップ、脂肪燃焼、ポジティブになれるなど、メリットがたくさんあります。また、家でもできる上、特別な道具もいらないため手軽に行うことができます。基本のスクワットは毎日朝晩5回ずつからスタートし、慣れてきたら各10回、20回と増やしていきましょう。

毎日のちょっとした習慣で、命ある限り自分の足で元気よく歩きたいものですね。

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（2022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】