

順天堂医院ニュース 2021 NO.74

2021年1月号(新年号)

新年あけましておめでとうございます。2019年4月に院長に就任して2回目の正月を迎えます。

新型コロナウイルス感染症 (COVID-19) の収束は依然として見えず、感染者数は増加しています。当面この未曾有のウイルス感染症との戦いは続くと思われまます。当院では11月からCOVID-19、インフルエンザの両方に対応が可能な発熱相談センターを設置しましたが、幸いインフルエンザ陽性者は現在のところほとんど見られません。米国ではCOVID-19に90%以上の有効性を示すワクチンが承認予定とのことですが、安全性は不確かであり、日本の臨床の現場への導入には時間がかかりそうです。

今後はCOVID-19との共存を前提とした持続性のある医療提供体制を確立する必要があります。順天堂医院は感染対策で厳しい基準が設けられている国際医療機能評価であるJCI (Joint Commission International) の認定を受けており、感染症対策には以前から定評があります。当院はCOVID-19患者さんへの対応はもちろん、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る責務があります。そのためには院内感染を防止することが不可欠です。現在、COVID-19診療と一般診療の区域とを完全に分離することで、交差感染を防止しています。外来患者さんに対しては病院での滞在時間をなるべく短縮する目的で、オンライン診察、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・コンシェルジュを開始しました。また、入院患者さんには入院前にPCR検査をお願いしています。

順天堂医院は少しでも患者さんに不安なく医療をお受けいただくため、万全の感染対策を整備し、安心・安全な高度先進医療を「Patient First」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、2020年10月1日付で脳神経外科学講座教授を拝命いたしました。

脳と脊髄は「中枢神経」と呼ばれ、生命維持のみならず、ヒトとしての個性や社会性を維持する働きをしています。この部位への外科治療は脳卒中や頭部外傷といった生命維持を目的とした救命救急的対応が中心でしたが、現在では疾患によって低下した生活の質を改善することを目的とした医療でもその存在を求められつつある診療科となりました。

たとえば、近年の超高齢化社会で注目を集めている治療可能な認知症である「正常圧水頭症」やパーキンソン病に代表される「不随意運動」、交通事故の原因ともされる「てんかん」などの分野で外科治療は薬物などの内科的治療を上回る治療効果があることが知られています。従来から担当している疾患でも、脳卒中などの血管障害は血管の中から治療をすることが第一選択となり、大きな手術ではなくカテーテルを用いた治療が中心となっています。

さらに当科では、脳腫瘍分野でより複雑な診断を可能にする研究チーム、手術進行に合わせて脳の状態や摘出状況を把握することで、安全性と治療結果を両立させる手術室内MRIの設置などで治療成績を飛躍的に向上させています。

当院では24時間、前述の最新医療を提供できる体制を整えておりますので、ご心配なことがございましたら、まず我々にご相談ください。ご病状を正確に評価し、病気の状態、お一人お一人の生活に合わせた形で、専門的視点からご納得いただける治療方針をご提案いたします。

脳神経外科をどうぞよろしくお願いいたします。



脳神経外科
近藤 聡英



この度、2020年10月1日付で整形外科学講座教授を拜命いたしました。

整形外科では、手や肩、膝や足などの関節及び首や腰などの脊椎、そしてその動きを司る神経など「運動器」という臓器の怪我や病気の診療を行っています。

私は、運動器の病気を全般的に診察しますが、特に膝関節、なかでも「変形性膝関節症」と骨粗鬆症を専門にしています。長寿化が進み人生100年時代を迎え、膝の痛みの大部分が半月板や軟骨や骨が損傷や摩耗して変形する「変形性膝関節症」が原因です。

当院では、レントゲン検査のみではなく、必要な場合は超音波エコーやMRIなども用いて正確な診断を行います。標準的な治療は、運動療法と薬物療法の併用です。しかし、それでも歩行機能が十分に改善できない場合、PRPなどの最新の治療法や手術という選択肢があります。手術は主に、骨切り術と人工膝関節置換術があり、当院では患者さんの状態に最も適した方法の選択が重要と考えています。

変形性膝関節症の原因は未だ解明されていません。当院は、本分野では世界的にも最先端の研究を行っている施設の一つです。現在変形性膝関節症により移動機能が障害されている患者さんに最も適切な治療を行うとともに、この病気の原因を解明し、早期発見と治療が実現するよう努力を続けています。

膝や腰など「運動器」の病気による痛みでお困りの方は、お気軽に当科を受診ください。どうぞよろしくお願ひ申し上げます。



整形外科・スポーツ診療科
石島 旨章



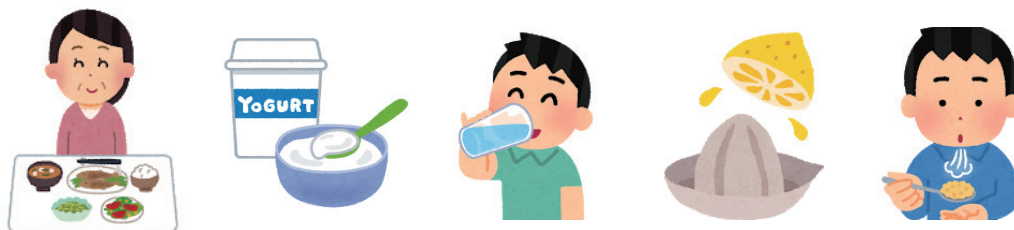


がん治療中の食事について

化学療法や放射線療法が始まると「吐き気・食欲不振」「下痢」「便秘」「味覚異常」などの副作用が現れ、「食べられない」という食の問題が生じますが、症状によっては食材の選び方や調理法を工夫することで食べやすくなることがあります。

副作用の対策として下記のポイントを参考に食事を摂りましょう。

- ①吐き気・食欲不振：少量ずつ分けて食べる、脂っぽい料理を控える
- ②下痢：不溶性食物繊維の多い食品や刺激の強いもの、冷たいものを控える
- ③便秘：腸内細菌で発酵され、排泄されやすい食物繊維を含む食品やビフィズス菌を摂る、冷たい飲み物を飲む
- ④味覚異常：食べる直前に調味料をかける、酸味を効かせる、煮汁は人肌程度に冷ます



薬剤部ニュース



お薬の保管方法について

お薬の保管はどのようにされていますか？

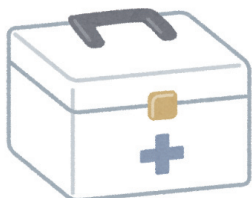
お薬は温度や光、湿度の影響を受けると分解や変質を起こし、薬の効き目が変化してしまうことがあります。お薬毎に適切な保管をすることが大切です。

室温保存は1～30℃のことを言いますが、特に指示のない場合は、直射日光のあたらない湿気の少ない涼しい室内に保管しましょう。暖房器具の近くや車の中に長時間放置しないようにしてください。（特に夏場車中は50℃以上になります。）

冷所保存は1～15℃のことを言いますが、目薬や注射剤、坐薬、水剤など「冷所保管」と書かれているものは、冷蔵庫に入れて保管してください。（家庭用冷蔵庫の温度は10℃以下ですが、当院では2～8℃で保管しています）冷蔵庫に入れる際は、間違えて飲んでしまうことがないように食品と一緒に置かないで、お薬とわかるようにして保管してください。また、凍結しないよう注意しましょう。

よく患者さんから、「以前もらった薬ですがまだ使えますか」と質問を受けます。

お薬はその時に必要で出されたものですから使いきるのが原則で、飲む必要がなくなった薬や飲み忘れて残った薬は処分するようにしてください。外用剤（軟膏剤やシップ剤など）はお薬に使用期限が記載されているので、未開封であればその期限内に使用してください。ただし、一度開封したら1か月程度で処分するようにしてください。



わからないことがあれば、窓口の薬剤師にご相談ください。



採血を安全に、安心して受けていただくための取り組み ～採血管の電子照合システム～

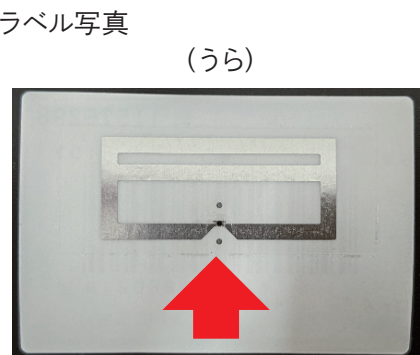
中央採血室(1号館1E)では、2016年8月から「ICタグ付きラベルを採用した電子照合システム」を導入しています。その目的は、①患者さんの確認(院内共通ルールのお名前、誕生日、診察券による照合)、②採血オーダと採血管の確認、③採血検体の検査室への輸送、という3つを確実にを行うためです。

採血管は、専用装置で患者さんごとに準備します。採血管に貼ってあるラベルには、写真のようなICタグが付いています。ICタグには、患者さんの情報、採血管の種類、採血終了時間、中央採血室から輸送した時間、検査室へ到着した時間が記録されます。採血の終わった採血管は、中央採血室の後方にあるベルトコンベアで1ヶ所に集め、電子照合してから検査室へ輸送します。輸送した採血管は、検査室に到着した時点でもう一度電子照合します。

採血前に患者さんご自身に名乗っていただく確認に加え、ICタグが付いたラベルを使用することで、安全かつ安心な採血が行われるよう努めてまいります。



ICタグ付きラベルはピンク色が目印



銀色部分中央の小さい点が
ICタグです

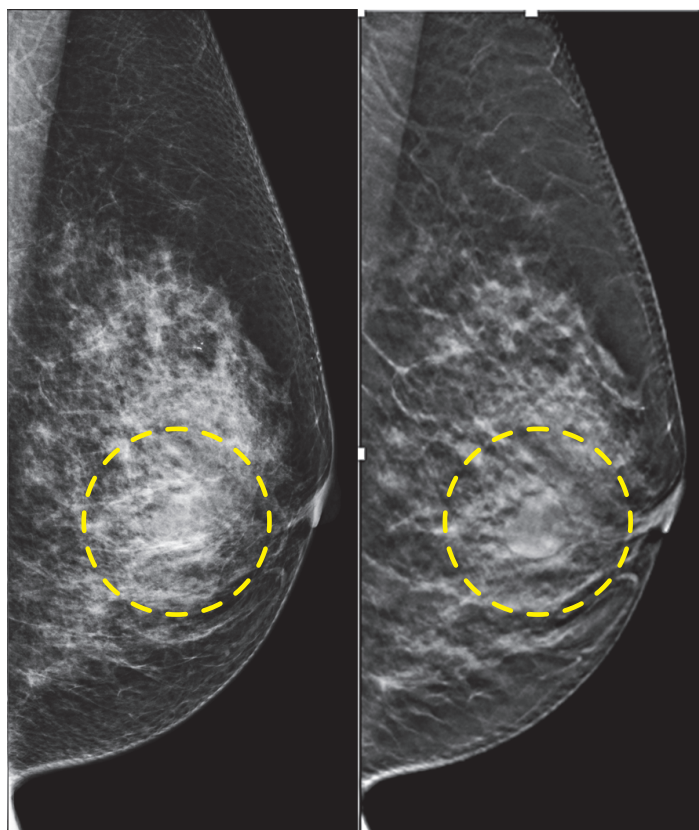


今回はマンモグラフィ検査についてお話しします。

マンモグラフィは乳房専用のX線装置で、乳腺組織から発生した腫瘍や乳腺内の石灰化を見つけることが可能です。

当院のマンモグラフィ検査では、トモシンセシスと呼ばれる撮影技術を用いて3D画像を撮影します。この方法を用いることで、乳腺組織の重なりを1mmずつ分離することができるため、2D画像では乳腺組織の重なりによって隠されてしまっていた病変の診断能が向上するだけでなく、正常な乳腺が重なっていることで病変だと誤認してしまう可能性を低くすることができます。

撮影は乳房を可能な限り薄く伸ばして圧迫した状態で、X線を発生させる装置が動きながら行います。そのため従来のマンモグラフィと検査方法がほとんど変わりませんので、安心して検査を受けにきてください。



左：従来の2D画像

右：トモシンセシスによる3D画像

点線で囲んだところが腫瘍です。2D画像では正常乳腺と重なって分かりづらくなっていますが、3D画像では腫瘍の輪郭がはっきりと分かります。



透析療法室で働く看護師について

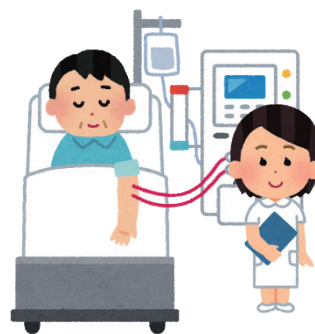
当院の透析療法室は 30 床のベッドを備え、急性腎不全から慢性腎不全まで様々な患者さんを対象に透析療法を行っています。外来通院中の患者さんに加え、手術の前後で行う急性期の透析療法が多いことも特徴で、看護師には専門知識だけでなく、異常をすぐに察知する観察力と医師や臨床工学技士と迅速に連携する行動力が要求されます。痛み止めを使っても慣れない穿刺の痛み、透析中に起こる症状をどうすれば軽減できるのか、

日々看護師は考えながら対処しています。また、飲水制限など自己管理の欠かせない透析療法において「水が大好きなんだよ」と話す方もいれば、食事制限が難しいという方もいます。患者さんの思いと向き合いながら信頼関係を築き、ご自宅での自己管理を一緒に考えることも看護師の重要な役割です。併設する PD（腹膜透析） 外来では、在宅透析治療を選択した患者さんの支援を行っていることも強みのひとつです。

近年では透析療法の分野でリハビリテーションの重要性が高まりつつあり、身体活動性の向上が透析療法に効果があることが注目されています。看護師もこの点に注目し、少しずつですが医師と相談しながら、透析前後の運動メニューを取り入れられるよう取り組みを始めています。透析療法における様々な場面で看護師はケアに、療養生活の支援に努めています。いつでもお声がけください。



透析療法室看護師の角田さん（写真左）小林さん（写真右）





障害年金について

【障害年金とは】

障害年金は、病気やけがによって生活や仕事などが制限されるようになった場合に、現役世代の方も含めて受け取ることができる年金です。

年金の保険料の納付要件や病気やけがの状態が障害年金で定められる基準以上の状態かどうか、日常生活における不便さや労働能力など総合的な状況で決定されます。

障害年金の制度は複雑です。ここでは概要をご案内します。

【受給要件】 下記のすべてを満たしている必要があります。

- ・厚生年金または、国民年金保険の被保険者である間に、**初診日**（※1）があること。
- ・**保険料の納付要件**を満たしている。（20歳前の年金制度未加入の初診日の場合は納付要件不要）
- ・**障害認定日**（※2）に**障害等級表に定める状態**に該当していること。または、障害認定日以後に障害等級表に定める状態となった場合。

障害等級表はインターネットで「障害年金 認定基準」で検索すると日本年金機構のホームページなどで詳細な情報を知ることができます。

【障害年金の対象となる主な病気やけがとは】

- ・外部障害 眼、聴覚、肢体（手足など）の障害など
- ・内部障害 呼吸器疾患、心疾患、腎疾患、肝疾患、血液・造血器疾患、糖尿病、がんなど
- ・精神障害 統合失調症、うつ病、認知障害、てんかん、知的障害、発達障害など

【手続き】

請求資料などの提出先、相談先

- ・20歳前に初診日がある方
国民年金加入中に初診日がある方など
障害基礎年金

お近くの年金事務所
お住まいの区（市）役所

- ・厚生年金加入中に初診日のある方など
障害厚生年金
障害手当金（一時金）

お近くの年金事務所
（初診日時点で共済組合等に加入していた方は初診日時点で加入していた共済組合等）

医療福祉相談室では障害年金の制度のご説明や手続きのご案内が可能です。該当するかどうかなど詳細は年金事務所や区役所へご相談ください。

※1 **初診日**とは：障害の原因となった病気やけがについて、**初めて医師などの診療を受けた日**。同一の病気やけがで転医があった場合には、一番初めに医師などの診療を受けた日が初診日となります。

※2 **障害認定日**とは：**初診日から1年6か月をすぎた日**、または**1年6か月以内にその病気やけがが治った場合（症状が固定した）はその日**。

（出典）「障害年金ガイド」日本年金機構



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

年末疲れと疲労回復

新しい年を迎え、気持ちも新たになる1月ですが、慢性的な疲れを感じている方も多いのではないのでしょうか。年末年始は仕事でも締め切りに追われたり、家庭でも大掃除やお正月のおもてなしに追われたりとこなすべき作業が増えてしまうものです。疲労には、主に仕事や人間関係などから生じる精神的な疲労と、活動そのものによって生じる身体的な疲労がありますが、疲れたと感じる時のほとんどは精神的な疲労ではないのでしょうか。

日々の精神的なダメージは、自律神経バランスを乱し、簡単に取れないレベルまで疲労を蓄積させます。身体的な疲れは睡眠を十分に取ることで解消されますが、精神的な疲れはごろごろと体を休めていると、さらに疲労感を増してしまうのです。こんな時は、休むのではなく、逆に軽い運動をすることで疲労感が軽減することがあります。ストレスを受けると呼吸が浅くなり、自律神経バランスが乱れる原因となりますが、軽く息切れがするレベルの運動やストレッチは、呼吸を深くし、自律神経バランスを整えます。運動をすると脳内ホルモンのドーパミンが分泌され、幸福感や高揚を感じることができ、すっきりとした前向きな気分になり、精神的な疲労が軽減されます。また、寒い冬はお風呂に入ることで、深部体温を高め、副交感神経のスイッチをオンに。疲労回復に有効なだけでなく、免疫力も上がるので一石二鳥です。

疲労を溜めすぎないように、軽い運動や入浴で日々リセットしたいものです。

会計の待ち時間を削減する

あとクレ

登録 & 利用料 無料

あと払いクレジットサービス



登録 ラクへだ



下記ご利用登録
サイトで、診察券番号や
お手持ちのクレジットカード
情報を登録するだけ。
(初回のみ)

通院 ラクへだ



会計待ちがないので、
お身体への負担や、
付き添う方の
待ち時間も軽減。

支払い ラクへだ



かかった医療費は
後日メールでお知らせ。
お支払いは
クレジットカードで安心。

あとクレを利用すると
お薬の配送もラクに
安く利用できます

順天堂医院 登録 Web サイト
<http://medicalpay.jp/juntendo/>

あとクレ

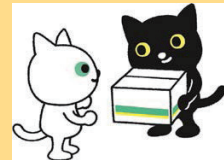
検索



お薬の待ち時間を削減する



お薬配送サービス



簡単!

配送受付は
薬引換券
の提示だけ!

安い!

配送料は
499円
から!

便利!

支払いは
あとクレ
におまかせ!

クロネコ メンバース

受け取りまで便利に!

あなたのお荷物が届く前から
LINEやメールでお知らせ。



おくり受け取りを
コンビニでも。

家にいなくても大丈夫。
宅配ロッカーでうけとれる



友だちになる
@yamato_transport

ヤマト運輸



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 (2021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】