

こころ

心



静寂の音楽 夜明け

ホsein・ゴルバ

がんサポートセンター

いつも高知医療センター がんセンターに対しまして格別のご厚情を賜り、誠にありがとうございます。

ついに待ちに待った新しいがんセンターが4月にオープンいたしました。これも関係各方面の方々のご協力とご支援の賜と感謝しております。

新しいがんセンターの正式名称は、「がんサポートセンター」と言います。病院本体の西側に位置する4階建ての真新しい建物で、1階が「放射線治療部門」、2階が「核医学検査部門」、3階が「外来がん化学療法部門」、4階が「がん相談支援・緩和ケア部門」となっております。そして、放射線治療部門には世界最高水準の2台の高精度放射線治療装置を、核医学検査部門にはがんの診断や治療効果の評価に優れるPET-CTを導入いたしました。また、外来がん化学療法部門およびがん相談支援・緩和ケア部門もそれぞれ機能の拡充を図っております。

高知医療センター がんセンターは、このがんサポートセンターの機能を十二分に活用して、より高度で充実したがん診療を提供していく所存です。今後も高知医療センターとがんセンターに変わらぬご支援を賜りますようお願いいたします。

がんセンター長 西岡 明人

1F

放射線治療部門

がん治療三本柱の一つである放射線治療は、切らずに体の機能を温存しつつ、治療が行える体にやさしい治療法です。ここ十数年で治療機器ならびに治療技術が急速に進歩し、がん病巣へ正確に放射線を照射しつつ、周りの正常な組織にはあまり放射線が当たらないように工夫された「高精度放射線治療」が普及してきました。

今回、「がんサポートセンター」開設にあたり、最新の高精度放射線治療装置を2台導入し、スタッフも放射線治療専門医2名、診療放射線技師8名（放射線治療専門放射線技師4名・放射線治療品質管理士2名）、看護師3名と充実した体制となります。

また、PET-CTの導入により、PET画像を放射線治療計画に応用することもできるようになり、今までCT画像ではわかりにくかった病変も、PET画像を重ね合わせることで、鮮明に描出できます。このように画像診断機器との連携を行うことで、より正確な放射線治療計画を行うことができるようになります。

放射線治療装置は、現在、稼働に向けて着々と準備を進めています。

1台目の治療装置の稼働は7月中を予定しています。この装置はELEKTA社製『Elekta Synergy』で定位放射線治療(STI)や強度変調放射線治療(IMRT)に対応し、画像誘導放射線治療(IGRT)も可能です。これに加え、同治療室内にCT装置を装備し、CT装置で照射位置を確認しながら治療が行える、より高精度なシステム構成になっています。



2台目の治療装置の稼働は10月中を予定しています。装置はELEKTA社製『Versa HD』でELEKTA社の放射線治療装置の中で最上位機種となります。当院と同性能の装置は全国でも2台しか稼働していません。Elekta Synergyと同様にSTI・IMRT・IGRTに対応していることはもちろん、小さな病変を集中的に治療できるマイクロマルチリーフコリメータも装備され頭部のSTIに力を発揮します。また、放射線被ばくの無い最新の画像照合装置も標準装備され、これにより治療精度の向上が期待されます。



本格稼働までに、まだ時間を要しますが、患者さんに安心して高精度な放射線治療を受けていただけるよう準備を進めていきます。

2017年4月

OPEN!!



2F

核医学検査部門

がんサポートセンターが開設され、核医学検査科がこのセンターの2階へ移転となりました。移転に伴い、従来の「SPECT/CT検査」に加え「PET/CT検査」が可能になり、SPECT/CT装置2台・PET/CT装置1台という体制になります。

－SPECT/CT検査－

この検査は、ガンマ線という放射線を放出する少量のくすり(これを放射性医薬品といいます)を静脈から注射し、検査用のベッド上で静かに横になっている間に、身体の様子を画像(シンチグラム)にします。検査によっては、カプセルのくすりを飲んでいただくものもあります。放射性医薬品は外部から見えない病気の場所や臓器の状態を、放射線という信号を出して知らせてくれます。

この信号は臓器の形の異常があるなしにかかわらず、機能の異常を早期に知らせてくれます。多くの場合、注射されたくすりは目的の臓器や器官に集まりますが、早いものは数時間で、遅くても数日で信号(放射線)が弱くなりやがてなくなってしまいます。これは、くすりが身体から排泄されたり、放射線を放出する放射性同位元素そのものの能力が弱くなってしまうからです。

－PET/CT検査－

この検査で使われるくすりは陽電子(ポジトロン)と呼ばれる特殊な電子を放出します。

当院で使用する18F-FDGというくすりはFDG(フルオロデオキシグルコース)というブドウ糖によく似た物質に放射性のフッ素(18F)をつけたもので、体内の糖分の使い方を画像にすることができます。悪性腫瘍の多くはブドウ糖を大量に使うため、この画像から悪性腫瘍の存在や広がりに関する情報を得ることにより診断できます。したがって、ブドウ糖をあまり使用しない腫瘍は見えにくい等弱点もあります。

－副作用－

日本アイソトープ協会の専門委員会が2005年度に調査したところ、放射性医薬品の投与件数126万人に対して、19件の副作用報告がありました。副作用の程度は、非重篤が19件と重篤なものは報告されていません。症状としては、顔面紅潮・悪心・吐気・めまい・気分不良・皮膚発赤・発疹・そう痒感・脱力感・動悸・発汗などでした。検査用の放射性医薬品に含まれる放射性同位元素の量はわずかですので放射線影響の点から見ても心配はありません。

－新規導入されたPET/CT装置－



SIEMENS社『Biograph mCT Flow』

速度可変の連続移動スキャンを搭載し、これまでにない連続移動データ収集が可能で無駄なく効率的に均一な撮像が可能となっています。一回の全身撮像フローで最適な画像を得ることができて、患者さんの負担が大いに軽減されます。

－装置更新により導入されたSPECT/CT装置－



SIEMENS社『Symbia Intevo』

SPECTとCT情報を高精度に融合した高分解能画像が微細な病変を鮮明に描出します。また、従来より使用している装置の過去データを新システムへ移行が可能で、患者さんの継続的な検査・経過観察ができます。

外来ケアルーム

がんサポートセンターの3階に外来ケアルームが移転しました。外来ケアルームは従来1階10番受付の奥にあり、腫瘍内科の診察室と21床のベッドで化学療法を行っていました。移転前は建物の中心近くにあるため窓がなく、外の天気もわからず、診察室と治療用ベッドが隣接しており、患者さんにご迷惑をおかけすることもありました。移転後の外来ケアルームでは、診察室のスペースと治療用ベッドがしっかり区切られました。また1つのベッドあたりのスペースも現在より広くなり、ベッド数も35に増床され、窓際のベッドも確保することができました。時には窓の外を眺めたり、時にはテレビを見たりと落ち着いた環境で治療を受けていただけるよう設計されています。



化学療法といえば、入院して治療をしていた時代もありましたが、最近では薬剤の進歩によって外来で治療ができる機会が大きくなり、当院でも多くの患者さんが通院で化学療法を行っています。仕事をしながら、家事をしながら治療を行っていくことは大変ですが、新しいケアルームで、点滴をしている間はリラックスでき、安心して治療を受けていただけることを目指し、私たち職員も努力しています。



外来ケアルームでの薬剤師の役割

がんサポートセンターでの薬剤師の業務を紹介します。がんサポートセンターでは、新たに外来ケアルーム内に薬剤準備室と薬剤説明室を設置しました。フロア内で抗がん剤の調製を行うことで、より医師や看護師と連携し、患者さんには、お待たせしない業務を心がけるとともに、患者さんおよびご家族への薬剤説明担当の薬剤師を配置しました。

抗がん剤治療では、同じ病気でも人によって薬の種類や投与方法が違い、同じ薬でも病気によって量や休薬期間が違います。そのような複雑な抗がん剤での治療を安全かつ正確に行うためには抗がん剤だけでなく、副作用を予防、軽減する薬なども含めたレジメンと呼ばれる治療の全体計画に沿って行うことが必須となっています。

薬剤師は、前日のレジメンチェックと初回治療や薬が変更になる場合の薬剤説明という従来の業務に加え、治療当日のカルテを再確認し、ベッドサイドの巡回を行っています。

そして使用する薬の効果や点滴時間、休薬期間などの治療計画、予想される副作用の回避・軽減方法や生活上の注意事項、薬や食物との飲み合わせなどを確認し説明させていただき、体調(自覚症状、検査値、精神状態など)のチェックも行います。医師や看護師などへの提案や患者さんご家族からの相談への助言にも力をそそぎます。患者さんご家族には、今まで以上に理解と納得、不安を解消していただき、治療が安全・確実に施行できるように役割を果たしてまいります。どうぞ気軽に薬剤師にご相談ください。

緩和ケアセンター

がんサポートセンターの4階に、がん相談支援センターとともに緩和ケアセンターが開設しました。緩和ケアチームと緩和ケア内科の外来があり、入院中も外来通院時も継続して診療を行います。「医療の主人公は患者さん」が当院の理念です。緩和ケアセンターでは、患者さんだけでなく、ご家族も第2の患者さんと考えて対応します。十分に話し合いを行い、患者さん・ご家族が納得して治療や生活の場を選択できるよう、看護師、ソーシャルワーカーなど、様々な職種の方々と協力していきます。

緩和ケアセンターでは、がんにより生じる痛み、呼吸困難、治療の副作用などの身体的苦痛、不安や恐れなどの精神的苦痛、スピリチュアルな苦痛はもちろんのこと、経済的問題や生活環境の問題などの社会的苦痛、これら全て(全人的苦痛)を可及的速やかに緩和することを目標としています。

“緩和ケア”は、「私には、必要ない」という患者さんからの言葉もあります。確かに緩和ケアは、抗がん治療の継続が困難な患者さんに提供されると考えられていた時期もありました。しかし、“がんと診断された時から、治療と同時に緩和ケアを提供する”とがん対策基本計画に明示されているように、現在ではがん診断時から必要なものです。がん診断時からの緩和ケア提供に向けて、がん診療に携わる全ての医師は緩和ケアの研修(PEACE)の受講が義務づけられており、当院はその教育・啓発活動という役割も担っています。

緩和ケアセンターでは、症状を取る治療やケアを提供するだけでなく、患者さんとご家族が大切な時間をどこで過ごすのかを一緒に考え、必要に応じて地域の病院や診療所、各施設と連携を取り、患者さんとご家族のQOL(生活の質)向上を第一にサポートしています。



原 一平 医師



緩和ケアチーム

がん相談支援センター

がん相談支援センターとがん患者サロン「池の会」が、がんサポートセンター 4階に移転しました。

がん相談支援センターは、患者さんやご家族のほか、地域の方々などなだでもご利用いただけます。相談時間は9時から16時まで、相談は無料です。看護師やソーシャルワーカーが質問や相談をお受けします。ご相談いただいた内容が外に漏れてしまうことはありません。がんについての情報、治療法、セカンドオピニオン、緩和ケア、医療費や生活費など、どのような事でも遠慮なく声をおかけ下さい。と一緒に情報を探し、解決の糸口を考えたいと思います。



相談室

がん患者サロン「池の会」は、院内だけでなく地域のがん患者さんやご家族が、自由に話し交流のできる場として活動しています。今回新しくサロン専用の部屋が設けられ、月～金曜日(祝日、年末年始を除く)の9時から17時まで開設しています。インターネットのできるパソコンやテレビの設置、図書も充実し、ソファーや給湯室を整備しており、お茶を飲みながら自由に過ごす事ができます。診察や検査の待ち時間などにも利用していただきたいと思います。

また毎月第1・第3木曜日の12時から14時まで、定例会(がんに関する勉強会など企画検討中)や毎月第2水曜日14時から「椅子に座ったままでできるヨーガ」も開催しております。



患者サロン

小児外科

小児外科 科長 佐々木 潔

〈はじめに〉

皆さんは『小児外科』ってご存知ですか？

院内でもよく小児科と混同され、認知度が非常に低いことを痛感しています。

おとなの医療に内科と外科があるように、こどもにも内科と外科があります。その中の外科を担当しているのが小児外科です。おとなの外科は、多くの大きな病院で消化器外科、心臓血管外科、呼吸器外科、内分泌外科のように臓器別・疾患別に細分化されるようになりましたが、小児外科では頭部、心臓を除く胸部、腹部にある臓器のほとんどが対象で、数百グラムの超未熟児から成人サイズの中学生まで、体表部、呼吸器、消化器、泌尿生殖器の外科疾患を担当しています。病気で良く知られているものは、鼠径ヘルニア（だっちょう）、臍ヘルニア（でべそ）、急性虫垂炎（もうちょうえん）などがあります。ご自身の周りに手術を受けられた方もいらっしゃるかもしれません。

また小児外科の特徴として、先天性〇〇症（生まれながらの問題が症状として出てくる病気）という病名が挙げられます。新生児期や乳幼児期に手術をすることが多く、病態（病気の状態）把握やそれに基づく手術・術前術後管理に関しても高い専門性が求められます。

〈新生児外科〉

医療技術が近年目覚ましく進歩し、出生の前からこどもの病気の診断が可能となりました。当院での新生児医療は、産科、小児科、小児外科が一体となり、症例によっては麻酔科や脳神経外科、形成外科などともカンファレンス（病気に関する会議）を行うなどして綿密に連絡を取り合い、胎児期から出生、手術、退院後に至るまで一貫してチーム医療を行っています。

新生児期に手術を行う必要がある疾患は、ほとんどが先天性疾患で、食道が胃までつながってい

ない食道閉鎖症、腸などおなかの臓器が胸に入り込み肺が広がらなくなる横隔膜ヘルニア、肛門が通常の状態にできていない鎖肛、腸や肝臓がへその緒の中に飛び出した臍帯ヘルニアなどさまざまな疾患があります。どの病気も早急に手術を行わなければ生命にかかわる状況ですが、近年は複数の疾患が合併し重症になる傾向があり、治療戦略や術後管理に以前より工夫が必要となってきました。

〈小児腫瘍外科〉

こどもに発症する悪性腫瘍はごく稀な疾患です。稀な疾患であるために一人ひとりの患者さんから得られる経験を全国から情報集積し、以後の治療に有効に活用する必要があります。疾患ごとにスタディグループがあり、プロトコールとよばれる同一化した治療方針で治療を行っています。当院もそのグループに参加しています。小児の悪性腫瘍は、おとなの悪性腫瘍と比べて化学療法や放射線療法が有効であり、小児科、小児外科、放射線科がチームとなって化学療法、手術、放射線療法を行っています。

小児外科が手術を行う悪性腫瘍は、神経芽腫、肝芽腫、腎芽腫、横紋筋肉腫、胚細胞性腫瘍などがあり、プロトコールに沿って生検（詳細に調べるために腫瘍の一部を切除すること）や摘出術を行っています。また、白血病や悪性リンパ腫など造血器腫瘍に対する化学療法を行うために必要な埋め込み型中心静脈カテーテル留置術を行っています。

〈小児泌尿器科〉

おとなの領域では、外科と泌尿器科は分かれています。こどもの場合、成育医療センターや母子医療センターのような専門施設以外では、伝統的に小児外科が小児の泌尿生殖器領域を担当している施設が多く、当院でも小児外科が担当しています。

泌尿生殖器の疾患で小児外科が担当するのは、停留精巣や包莖など日常よくみる疾患以外に、尿道下裂（おしっこが出る穴がおちんちんの先端ではなく途中に開いている病気）や腎盂尿管移行部狭窄症など形態に異常がある疾患や脊椎に問題があるために症状を呈する膀胱直腸障害などの機能異常がある疾患です。

最近注目している疾患は、精索静脈瘤です。男性不妊の原因の約4割がこの疾患と言われています。左側に多く、精巣の上に太くなった血管が触知されることで診断されます。成人男性の10%少しに見られるようですが、精索静脈瘤の人すべてが男性不妊になるわけではありません。思春期に入り精巣が大きくなり始めると症状を呈するようになり、一時的な場合とそのまま成人になる場合とがあります。疼痛や強い違和感があれば絶対的な手術適応（手術が必要）と判断されますが、静脈瘤の太さの程度や精巣の大きさ、ホルモン検査などで総合的に手術適応かどうかの判断を行っています。成人になってからの機能を思春期に判断することは難しく、今後の詳しい臨床研究が待ち望まれます。

〈小児鏡視下手術〉

『からだの傷は、こころの傷になる』の信念のもと、できるだけ小さな傷で、できるだけきれいな傷跡に治るように手術を行ってきました。近年、傷跡のみならず術後合併症を軽減させる目的で、腹腔鏡や胸腔鏡を用いた鏡視下手術が目まぐるしく発展しています。こどもの領域では、そもそも手術の数が少なく技術の習得が困難であること、手術器具の大きさの問題やこどもの腹腔や胸腔が小さいことから、鏡視下手術がおとなの領域ほど急速には発展しませんでした。鼠径ヘルニアや急性虫垂炎などの日常よく見られる疾患から導入が進み、かなりの疾患で行われるようになってきました。当院では漏斗胸などを従来から行ってきた

ましたが、2014年末から本格導入し手術数が増えました。

当院で行っている鏡視下手術は、漏斗胸、気胸、鼠径ヘルニア、急性虫垂炎、胃食道逆流症、メッケル憩室、卵巣嚢胞、停留精巣などがあり、今後も適応疾患を増やしていく方針です。

〈終わりに〉

小児外科は外科なので、「受診するとすぐに手術されちゃう」というような印象があると思います。ところが『からだの傷は、こころの傷になる』の信念をさらに発展させると、『手術をしなくても治せるのであれば、迷わずその方法を選択する』ということになり、手術が必要な場合はもちろん積極的に行いますが、手術をしないで治せる疾患は、まずは手術しないで治療を行っています。臍ヘルニアや包莖、陰嚢水腫や鼠径ヘルニアは必ずしも手術を必要としません。いずれにせよ、専門的な知識や経験に基づいて判断していくことが重要と考えます。

当院開設時、高知県の出生数は6000を超えていましたが、現在は5000を下まわり、高知県のこどもがどんどん少なくなっています。このことから、将来を託すべきこどもの相対的価値が高まっていると思われ、医療行為には高いクオリティをますます求められていると考えます。

当院は日本小児外科学会で認定された高知県内唯一の施設であり、総合周産期母子医療センターの認定も受けております。その使命を果たしていくことはもちろんのこと、県民皆さまの付託に十分にこたえられるように私たちは今後も研鑽を積んでいく所存です。

お困りのことがありましたら、お気軽にご相談ください。

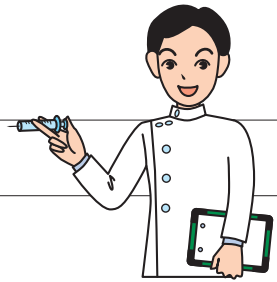
皆さん、『小児外科』って、お判りいただけましたか？

	手術総数	鼠径ヘルニア手術	新生児手術	泌尿器科関連手術	鏡視下手術
2005年3月以降	200	85	8	10	3
2006年	211	102	10	17	3
2007年	214	86	15	20	1
2008年	203	81	15	13	2
2009年	166	65	9	14	1
2010年	201	85	14	18	3
2011年	203	81	12	10	1
2012年	227	102	14	29	3
2013年	212	89	21	24	2
2014年	207	86	7	24	5
2015年	206	68	13	22	27
2016年	191	76	12	16	28

(図) 開院以来の手術症例数

「研修医ができること」

研修医 岡村 徹哉



はじめまして。今年度から初期研修医として働いている岡村徹哉です。奈良県の出身で、高知に住むのは初めてです。尊敬する先生方とのつながりで、高知医療センターを研修先として選びました。学生時代に慣れ親しんだ友達や先輩後輩と離れ、全く新しい環境で日々生活しています。

学生時代と違い、医師という身の丈に合わない肩書きをいただき、社会人としての責任を背負うことになりました。医師として仕事ができるか不安はありましたが、大学で勉強した医学知識を使って、人の役に立とうと思っていました。

しかし、現実とは違いました。

初めての当直をした日のことです。自分一人で患者さんを診察します。患者さんの訴えから、どんな疾患を考えて、問診すべきことや診察すべきことは何か考えますが、本当にこれで大丈夫だろうかと不安になります。診察を終えて、上級医に報告するにしても、何をどう報告すべきかまとまりません。報告した後、「CTと採血オーダーして。」と言われても、どうすればいいかわかりません。カルテ上でオーダーしても、そのあとどのようにして、患者さんのCTを撮り、採血ができるのかわかりません。誰に何を報告して、自分は何をすればいいのか、迷子になりました。それでも患者さんは次々来ます。右も左もわからない僕が仕事に関わったために、慣れた医師ならスムーズに終わられるはずの仕事が、他の医療者の方まで迷惑がかかるほどになってしまいます。良かれと思って自分がしたことが、間違っていて、結局他の人の手を煩わせてしまうことさえありました。言ってしまうと、自分は病院内に居なくても困らない存在でした。こんな自分が給料をもらっているなんて。自分の存在価値を見出すには何をすればいいのかを悩みました。そして、自分の身を守るのに一番楽な選択肢として、各診療科で医学を学ぶことを目標に据えて、毎日の研修生活に満足感をもたらすようにしていました。

しかし、ある時この研修生活について、私の尊敬する先生にご指摘をいただきました。

「その研修は病気しか診てないよね。患者さんを診るようにしよう。」

私はその時愕然としました。自分が研修生活に悩んでいる時は、誰かに相談して人を頼っているのに、入院生活で不安の多い患者さんの病気しか診ておらず、悩みを聞いてあげることをしていなかったなんて。もちろん医学を学ぶことは大事ですが、患者さんに影響する一素因でしかなく、専門の先生に勝てるはずはありません。

では、私は何をすべきなのでしょう。研修医に求められることとは何でしょうか。

私は、信頼する高校の同級生に悩みを相談しました。研修医に求められていることは何かという問いに対し、彼は総合力で仕事に向き合えばいいのではないかと提案してくれました。つまりそれは、医学、患者学、コミュニケーション能力、教育力、マネジメント力など様々なパラメータを総合して、面積で勝負しようということです。一つひとつのパラメータではできることは少ないかもしれないけれども、総合すればもっとたくさんのが出来るのではないかと。そのアドバイスを受けて、なるほどと思いました。わからないことがあってもそこであきらめずに、自分の持てる力を持って、勇気をもって足を一歩前に出し、自分のできる範囲で医療現場に貢献すればいいのではと思うようになり、心のつかえがとれました。

社会人一年目の初めの半年は、心身ともになかなかハードですが、自分を取り巻く環境がガラッと変わること、妙にハイな気分で乗り切れてしまったりします。しかし、無理をしないようにしっかり自分の立ち位置を見つめて、誰かと悩みを共有することの大事さを感じました。

研修医として、今は力及ばずながらも、日々勉強して一歩ずつ成長していき、総合力で医療に貢献していきたいと思っています。

外来診察予定表

平成29年6月1日～

診療科	区分	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜
総合診療科	午前	吉村 彰人 澤田 努 池田 達也	矢野 博子 吉村 彰人 金子 敏明	石川 忠則 伊東 秀樹 矢野 博子	石川 忠則 吉村 彰人 矢野 博子	池田 達也 澤田 努
	午後	石川 忠則 澤田 努 池田 達也	矢野 博子 吉村 彰人 金子 敏明	石川 忠則 澤田 努	石川 忠則 石井 隆之 〈禁煙〉 医師交代※1	石川 忠則 池田 達也※17
緩和ケア内科	午前	原 一平	原 一平	原 一平	原 一平	原 一平

※1 6/1、6/15、6/29 ※17 15:30～予約可能

診療科	区分	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜
消化器内科	午前	山田 高義 根来 裕二	森下 佐織	山田 高義	森田 雅範 山崎 美樹	石川 紋子
	午後			西原 利治		
放射線療法科	午前	西岡 明人	西岡 明人	西岡 明人	森田 荘二郎	西岡 明人
腫瘍内科	午前	島田 安博	〈消化器内科〉 根来 裕二	島田 安博 〈消化器内科〉 根来 裕二	島田 安博	島田 安博 〈消化器内科〉 根来 裕二
	午後		〈消化器内科〉 根来 裕二	島田 安博 〈消化器内科〉 根来 裕二	島田 安博	
ペインクリニック科	午前	青野 寛	青野 寛 穴山 玲子 野中 裕子	青野 寛 穴山 玲子 野中 裕子	青野 寛 穴山 玲子	青野 寛 穴山 玲子
	午後	青野 寛		青野 寛	〈漢方外来〉 青野 寛	青野 寛
消化器外科・ 一般外科	午前	志摩 泰生 寺石 文則 福井 康雄	西岡 豊 尾崎 和秀	福井 康雄 志摩 泰生 古北 由仁	中村 敏夫 岡林 雄大	渋谷 祐一 住吉 辰朗
	午後	志摩 泰生 須井 健太	中村 敏夫 山川 純一	尾崎 和秀 齋坂 雄一	西岡 豊 岡林 雄大 寺石 文則 高田 暢夫	大石 一行 坂本 真樹
乳腺・ 甲状腺外科	午前	高島 大典				高島 大典 大石 一行
	午後	高島 大典		大石 一行		高島 大典
移植外科	午前		渋谷 祐一	渋谷 祐一		

診療科	区分	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜
循環器内科	午前	尾原 義和 吉村 由紀 〈不整脈〉 山本 克人	細木 信吾 高木 航	山本 克人 福岡 陽子 飛田 諭志	宮地 剛 山地 達也	細木 信吾 古川 敦子
	午後	〈虚血外来〉※2 尾原 義和	〈検診精査〉※2 山本 克人	〈ペースメーカー〉 医師交代※6 〈検診精査〉※2 山本 克人	宮地 剛 〈検診精査〉※2 山本 克人	細木 信吾※4 〈ペースメーカー〉 医師交代※6
心臓血管外科	午前	旗 厚	〈弁膜症・虚血性心疾患・大動脈瘤〉 三宅 陽一郎 〈下肢静脈瘤〉 旗 厚	〈低侵襲血管内治療〉 大上 賢祐	〈末梢血管外科〉 田中 哲文	
	午後		〈弁膜症・虚血性心疾患・大動脈瘤〉 三宅 陽一郎※2			
呼吸器内科	午前	浦田 知之 尾崎 領彦	浦田 知之	中島 猛 尾崎 領彦	寺澤 優代	浦田 知之 中島 猛
	午後		中島 猛※4			
呼吸器外科	午前		岡本 卓 徳永 義昌 喜田 裕介		岡本 卓 徳永 義昌 喜田 裕介	
	午後		岡本 卓 喜田 裕介		徳永 義昌	

※2 紹介患者さんのみ

※4 再診のみ

※6 第5週休診

診療科	区分	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜
血液内科・ 輸血科	午前	町田 拓哉	今井 利 藤澤 佑香	池内 一廣	今井 利 藤澤 佑香	町田 拓哉 岡 聡司
	午後		北村 亘			
糖尿病・ 内分泌内科	午前	菅野 尚※2	菅野 尚		菅野 尚	深田 順一※4 ※15
	午後			菅野 尚		
神経内科	午前		丸吉 夏英			
	午後					丸吉 夏英
脳神経外科	午前	福田 真紀 太田 剛史			森本 雅徳	医師交代※16 岡田 憲二
	午後			松岡 賢樹 政平 訓貴	森本 雅徳※4	医師交代※16 岡田 憲二

※2 紹介患者さん(院外)のみ ※4 再診のみ ※15 第2・4週休診
※16 6/2、6/16、6/30 津野 隆哉医師診察、6/9、6/23 竹村 光広医師診察

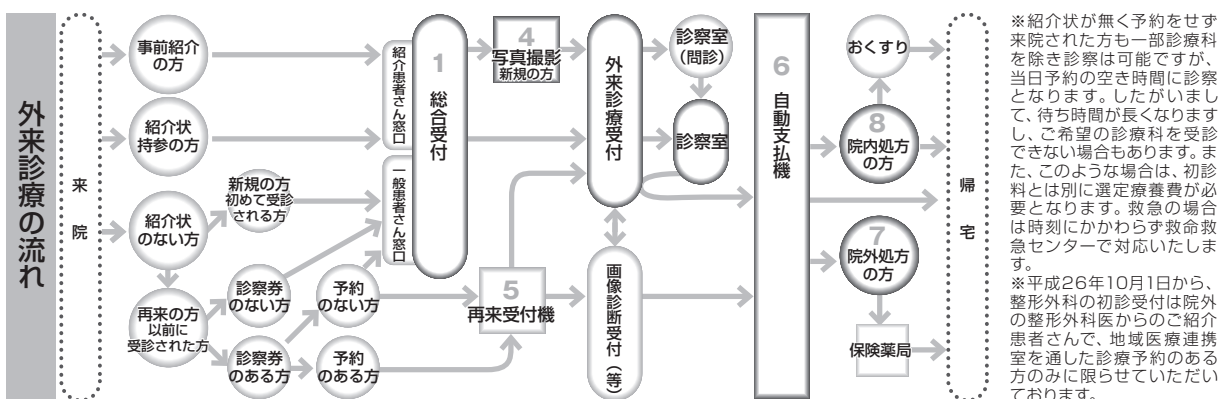
診療科	区分	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜
精神科	午前	山下 元司※4 〈児童精神科〉 永野 志歩※4	医師交代※12 〈児童精神科〉 川村 静香※4		吉本 啓一郎※11 〈児童精神科〉 永野 志歩※4	〈児童精神科〉 川村 静香※4
	午後	〈児童精神科〉 永野 志歩※5	〈児童精神科〉 川村 静香※4	澤田 健※7	山下 元司※4 〈児童精神科〉 永野 志歩	〈児童精神科〉 川村 静香※4

※4 再診のみ ※5 院内対診のみ ※7 紹介状のある15歳を超える患者さんのみ
※11 第5週は休診 ※12 6/6、6/20 五十嵐 徹医師診察

診療科	区分	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜
腎臓内科・ 膠原病科	午前		土山 芳徳		土山 芳徳 出原 悠子	
	午後	医師交代※14				
泌尿器科	午前	小野 憲昭 神原 太樹	小野 憲昭 新 良治 神原 太樹		神原 太樹 新 良治 安藤 展芳	小野 憲昭 新 良治 安藤 展芳
	午後					

※14 掘野 太郎医師、井上 紘輔医師隔週交替

診療科	区分	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜
整形外科	午前	町田 崇博	時岡 孝光 山本 次郎	多田 圭太郎 〈骨軟部腫瘍〉 沼本 邦彦	林 隆宏 〈整形新患外来〉 医師交代	沼本 邦彦
	午後			栢元 佑大郎 〈脊椎〉 時岡 孝光	田所 佑都 〈骨折〉 田村 竜	
形成外科	午前	五石 圭一	原田 浩史	美馬 俊介	五石 圭一	原田 浩史
	午後				美馬 俊介	原田 浩史
皮膚科	午前	高野 浩章 中須賀 彩香	高野 浩章 中須賀 彩香	高野 浩章 中須賀 彩香	高野 浩章 中須賀 彩香	高野 浩章 中須賀 彩香
	午後			〈光線治療〉 高野 浩章		



診療科	区分	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜
眼科	午前	福島 敦樹 大庭 啓介 榎尾 梨恵	大庭 啓介 榎尾 梨恵 林 勇樹	大庭 啓介 榎尾 梨恵 林 勇樹	大庭 啓介 榎尾 梨恵 林 勇樹	大庭 啓介 榎尾 梨恵
	午後					
耳鼻咽喉科	午前	小桜 謙一 土井 彰		田村 耕三 小桜 謙一 福本 晶		田村 耕三 小桜 謙一 土井 彰
	午後					福本 晶
歯科口腔外科	午前	立本 行宏 立石 善久 原 慎吾 〈障害者歯科〉 福留 麗実 〈妊婦歯科健診〉 福留 麗実	立本 行宏 原 慎吾 〈障害者歯科〉 福留 麗実 〈妊婦歯科健診〉 福留 麗実	立石 善久 原 慎吾 〈障害者歯科〉 福留 麗実 〈妊婦歯科健診〉 福留 麗実	立本 行宏 立石 善久 福留 麗実 〈妊婦歯科健診〉 福留 麗実	医師交代 〈障害者歯科〉 鈴木 康男※10 福留 麗実 〈妊婦歯科健診〉 福留 麗実
	午後	立石 善久 原 慎吾 〈障害者歯科〉 福留 麗実	立本 行宏 立石 善久 原 慎吾 〈障害者歯科〉 福留 麗実	医師交代※3 〈障害者歯科〉 福留 麗実 〈お口の悩み・口腔腫瘍・ インプラント〉 立本 行宏※9	立本 行宏 立石 善久 原 慎吾 三次 正春	医師交代 〈障害者歯科〉 鈴木 康男※10 福留 麗実

※2 紹介患者さんのみ ※3 第4週休診 ※9 第4週のみ ※10 第2週午後休診

診療科	区分	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜
婦人科	午前	國見 祐輔 渡邊 理史	山本 寄人	林 和俊	南 晋 國見 祐輔	山本 寄人 今西 博治
	午後	小松 淳子	〈女性総合〉 上野 晃子 〈婦人科・リンパ浮腫〉 山本 寄人			
生殖医療科	午前		南 晋	小松 淳子		
	午後					南 晋※4
産科	午前	上野 晃子 〈胎児心臓超音波〉 永井 立平	今西 博治 〈ハイリスク〉 永井 立平	〈ハイリスク〉 上野 晃子※4	永井 立平 〈ハイリスク〉 林 和俊	小松 淳子 渡邊 理史
	午後	國見 祐輔		渡邊 理史※4	山本 寄人 〈胎児心臓超音波〉 永井 立平	南 晋
小児科	午前	西内 律雄 〈小児発達〉 中田 裕生※13 〈小児循環器〉 三宅 陽一郎	西内 律雄 宮澤 真理 〈小児循環器〉 栗田 佳彦	吉川 清志 〈小児発達〉 砂田 哲	西内 律雄 金澤 亜錦 〈小児循環器〉 栗田 佳彦 〈内分泌・腎臓〉 宮澤 真理	中田 裕生 〈内分泌・腎臓〉 宮澤 真理※13
	午後	砂田 哲 〈内分泌・腎臓〉 宮澤 真理 〈小児循環器〉 栗田 佳彦 〈予防接種外来〉 永野 史翔	所谷 知穂 〈小児発達〉 金澤 亜錦 〈乳児検診〉 吉村 恵利子	松岡 文弥 〈慢性疾患〉 吉川 清志 〈小児発達〉 金澤 亜錦※13 〈予防接種外来〉 浦田 奈生子	永野 史翔 〈小児発達〉 中田 裕生 〈小児循環器〉 栗田 佳彦 〈小児神経〉 所谷 知穂 〈予防接種外来〉 松岡 文弥	浦田 奈生子 〈小児神経〉 所谷 知穂 〈血液・腫瘍〉 西内 律雄
小児外科	午前			佐々木 潔		
	午後	佐々木 潔		佐々木 潔		

※4 再診のみ ※13 予約外来のみ

外来診療時間
午前8時30分から午前12時
午後1時から午後4時30分
(土・日・祝日休診)

原則予約制です。予約外の方は当日来院時に診療予約をおこなってください。
電話での予約は、「かかりつけ医」からの申し込みのみ受け付けています。
問い合わせ先：高知医療センター
高知市池2125-1 TEL:(代)088-837-3000 FAX:(代)088-837-6766

宝箱

～患者さんの声と回答のご紹介～



高知医療センターは、患者さんのご意見は宝物であると考え、各フロアにご意見をいただく宝箱を設置しています。

患者さんに安心、安全、快適に診療を受けていただけるよう、日々、努力を続けておりますので、気づかれた点は、良いこと、悪いこと、いずれも結構ですので、できるだけ具体的にお教えてください。

いただきましたご意見やご要望に対しては、職員全員で共有し、真摯に対応させていただき、さらなる医療サービスと医療の質の向上に活かしていきたいと考えています。

患者さんの声

7階病棟に入院しています。若い看護師が薬を持ってきて、1日3回食後に飲んでください…と言います。何の薬ですか？と聞いてもわからないようでした。ただ飲め！と言われても患者からすると、説明もなく、どうして飲まなければいけないのか理解できないと飲めません。抗生物質で先生の指示がでています…と言いにこれ納得できましたが…。

他の病院では新しく薬がでた時や、変更になった時は、薬剤師が説明にきてくれました。入院中の患者は病気のことによって不安でたまりません。何のための検査、注射、薬、素人が質問しているのだからもう少し丁寧な説明がほしいです。

回答内容

患者さんに病状や検査・治療についてしっかりと説明し、理解していただくことは、私たちの基本です。それが不十分で不安になられたことは誠に申し訳ありません。職員にこの基本を常に念頭に置くよう指導してまいります。

患者さんの声

コンビニの歯ブラシが充実していました。ありがとうございます。以前の投書を聞いてくださったかと。うれしいです。

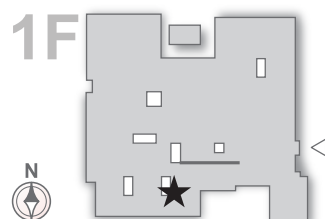
表紙写真について



静寂の音楽 夜明け

作家：ホセイン・ゴルバ

この形は開いた本や楽器のハープをもとにしています。作品を見ながら心の中に流れる音楽に耳を傾けてみると、穏やかな気持ちに出会えます。また床やガラスで方角の指針として親しまれている北斗七星を表しています。これは、患者さんを回復へと導くシンボルです。



「ヨーガ療法士 ゆき先生との出会い」

地域医療連携室 看護師 和田 道代

勤務が終わるとわたしは急いでヨガマットを抱え、11階に駆け上がります。休憩室の扉を開け放ち、ヨーガ教室の準備をします。

エレベーターに迷いながら、妖精のように小さな体で元気に現れるのが、ヨーガ療法士ゆき先生です。病院の中で声をかけて集まった10名足らずの仲間が支度を調べ、ヨーガ教室が始まります。

まずは簡単な運動で心拍数を上げます。筋力低下が甚だしい私は、全ての運動も半分程度で息があがります。「はーはー、キャーキャー」言いながら、硬くなった手足を伸ばします。その後、ゆき先生が心に響く優しい声で私たちをリラックスへと誘導してくれます。静かに横たわり、呼吸を整えます。あたりはすっかり紅に染まり、うっすらと、ともったランプの明かりと静かに流れるヒーリング音楽が心と体を鎮めてくれます。

私の看護師人生を振り返ってみると。「仕事が趣味？」と思えるほど、まじめにまっしぐらに走り続けた数十年でした。職場では患者さんやご家族と対応しますので、優しくあるべきだと感じています。しかし自宅に帰る時からすでに、頭にまとった角隠しをはずし家族には厳しい母であり、妻でした。上手にストレス発散をすることもできず歳をとり、俗に言う更年期の時代に突入しました。ささいな事で不安になったり、体はとても疲れているのに眠れないという不眠症状もありました。そんな悪循環が何となくストレスになり「何とか変わりたい」と考えていました。

そんな時、娘が参加していたヨーガ教室のゆき先生とご縁があり、医療センターで教室をしていただけの事になったのです。ゆき先生が教えてくれる、「マインドフルネスヨーガセラピー」は心と体のトータルケアで、ストレスとうまくつきあう土台をしっかりと作る目的があるそうです。「体をゆっくり無理なく動かしながら、心をしっかりと整えていく。心身を上手に使いながら、暴走した心をしずめ、フィジカル&メンタルに働きかけ健康へと



導く」効果もあるそうです。マインドフルネスの効果について多くの実証的検証報告があり、ストレス対処法として医療ビジネスの現場でも実践されているものでした。

医療に携わる私たちの仕事は、どんなに忙しくても絶対ミスは許されない仕事です。その医療者をケアされる環境が今の日本には整っていないと言われています。その為に心とからだのバランスを崩し、体調不良に陥りながらも、頑張っただけの仕事をこなしている現状があります。勤務が終わった後の時間を使って、夢だったヨーガ教室に参加する事が出来てとても感謝しています。ゆき先生も私たちのストレスが少しでも緩和され前向きなパワーを維持できるよう協力したいと話してくれます。

来年定年退職となりますが、残りの期間を自分と仲間の為に続けていきたいと思えます。最後になりましたが、私のつたないお話を聞いてくださりありがとうございました。この文章を見られている皆さま、いつかマインドフルネスに出会ったら静かに耳を傾けてみてください。

(平成 29 年初夏)

潰瘍性大腸炎とお薬

薬劑局 岸之上 貴代



みなさんは潰瘍性大腸炎という病気をご存知ですか？

厚生労働省の定める特定難治性疾患の、いわゆる難病の中で最も有病率が高い病気です。人口10万人あたり150人程度であり、日本の有病率は欧米と比べると低いです。近年増加傾向にあります。現在、約17万人の方がこの疾患を持っているとされています。

●なりやすい年齢は？

20～30代の若年成人に多く発症しますが、50～60代の人にもみられます。男女比は1:1で、性別に差はありません。いったんよくなったように見えても、数カ月から数年後に悪化することもあります。

●原因は？

明確な原因は分かっていませんが、自分自身の大腸の粘膜を攻撃してしまう自己免疫疾患であり、免疫機能の不調、過剰な免疫反応が関係しているのではないかと考えられています。また、食生活の欧米化、遺伝や人種など遺伝的要因などが複合的に影響して発症するとも考えられています。肉体的、精神的ストレスにより悪化することも知られています。

●どんな症状が起こるの？

典型的な症状は繰り返す下痢と血便です。ひどくなると、腹痛や発熱、体重減少などがみられます。関節の痛みや、皮膚に発疹が出たりすることもあります。

●どんな検査をするの？

内視鏡検査や造影剤を使った腸の検査で、直腸から連続性に、多発性のびらん・潰瘍などを認めます。血液検査では、炎症反応の程度をみたり、貧血や栄養不良が生じていないかなどを調べます。

●治療方法は？

初期の治療が何よりも重要です。また、治療方法は日々進歩しており、多くの治療方法が存在します。主に免疫に作用するお薬を用いた治療を基本として大腸の炎症を抑えながら、食事療法や絶食で症状が改善するのを待ち、無効な場合や重大な合併症に対しては手術を行います。ここでは、治療で一般的に用いられるお薬について、効果や特徴、副作用などについてご紹介します。

① 5-アミノサリチル酸製剤 (以下、5-ASA 製剤)

軽症から重症の場合まで用いられる、治療の基本となるお薬です。再発予防にも効果があります。5-ASA 製剤には従来からのサラゾスルファピリジン (商品名 サラゾピリン) と、その副作用を軽減するために開発された改良新薬のメサラジン (商品名 ペンタサヤアサコール、リアルダ) があります。飲み薬や浣腸などで投与され、持続する炎症を抑えます。

② 副腎皮質ステロイド

中等症から重症の患者さんに用いられ、5-ASA 製剤のみでは寛解導入が困難な場合に使われます。強力に炎症を抑えますが、再燃を予防する効果は認められていません。代表的な薬剤とし

てプレドニゾン (商品名 プレドニン) があります。飲み薬や浣腸、あるいは点滴で投与されます。しかし、副腎皮質ステロイドの副作用として、糖尿病、不眠、胃腸障害、食欲の変動のほか、骨粗鬆症や視力異常 (緑内障や白内障) など、長期に使用していると発症する副作用もあることから、使用はできる限り短期間にして、他のお薬により病気のコントロールを図ることが重要であると考えられています。

③ 免疫調節剤

過剰な免疫を抑えますが、人によって効果の程度が異なります。アザチオプリン (商品名 イムラン、アザニン) や6-メルカプトプリン (商品名 ロイケリン) はステロイド剤を中止すると悪化してしまう患者さんに有効です。また、シクロスポリン (商品名 サンディミュン) やタクロリムス (商品名 プログラフ) はステロイド剤が無効の患者さんに用いられます。副作用として、震え、下痢、だるさ、ほてり、むくみなどがあります。また、グレープフルーツジュースなどの柑橘類との相性が悪い免疫調節剤もあるため、注意が必要です。

④ 生物学的製剤 (抗 TNF- α 抗体)

TNF- α とは、サイトカインという物質の一つで、腫瘍壊死因子と呼ばれ、悪い細胞をやっつける物質です。しかし TNF- α が過剰に発現してしまうと、腸内で炎症が起こってしまい、潰瘍性大腸炎へと進展してしまいます。この炎症を抑える抗体が抗 TNF- α 抗体です。2002年に20年ぶりに新薬として登場しました。既存治療 (5-ASA 製剤、ステロイドなど) で改善がみられない潰瘍性大腸炎の症状改善効果が期待できます。ただし、TNF- α の分泌量に個人差があるため、患者さんによって効果が様々です。また、TNF- α を抑制しすぎることによって体に悪影響を及ぼすなど、いくつかの副作用もあります。特に感染症とアレルギーには注意が必要です。生物学的製剤には、インフリキシマブ (商品名 レミケード) やアダリムマブ (商品名 ヒュミラ)、ゴリムマブ (商品名 シンポニー) などといった注射薬があります。

いかがだったでしょうか。潰瘍性大腸炎の治療では、症状に合わせて様々なお薬を使います。お薬の効果を十分に得られるよう、副作用と上手に付き合いながら、正しく飲み続けることが大切です。

お薬について何かご相談などあれば、いつでもお声がけください。



えんどるふいん

血液管理科 石本 倫子

数年前の2月、「龍馬マラソンの為通行規制」の看板を朝晩見ながら通勤しているうちに“通れんがやったら走ろう！”と思い立ち、フルマラソン出場を目標に時間を見つけて走るようになりました。昼間の五台山に登ってみたり、夜の南国バイパスを往復してみたり、早く起きた朝は10分くらい家の周りを走ってみたり。快晴で澄み切った青空と高知市内を一望し、一日が始まったばかりの新しい空気を感じて走るのはとても気持ち良く、星空の下では小さな悩み事は気にならなくなります。

これを機に年に何回かマラソン大会に出場するようになり、各会場の雰囲気を楽しむようになりました。北川村や早明浦、梶原町など地域の大会では参加賞が特産物、ゆずジュースがいただけるなどアットホームな雰囲気で町や村をあげて出迎えて下さいます。丸亀では「国際ハーフマラソン」という大会名のとおり、競技感たっぷり！！会場はウォーミングアップ用のエリアも設けられてとても広く、選手もテレビでしか観えないような「山の神」神野選手や海外選手なども参加していました。初めての環境だったので会場へ近づくとつれ自分が現実から別世界に紛れ込むような感覚で、ゴールまでの数キロを駆け抜ける「山の神」は“20キロ近く走ってあんなに足があがるなんて！ありえん！すごい！”と思わせてくれました。

実はスタートをきると、練習で感じるような爽快感は最初のうちだけで、あまりのしんどさに毎回途中からエントリー（出場を決定）したことを後悔します。一番きつかったのは、見上げる程の上り坂や緩やかな上り坂など、平坦な場所がほとんどなかった梶原の脱藩マラソンです。いつも後半はほぼ歩いているのですが、この時は練習不足も相まって、前半から歩き始めてしまいました。沿道から「来年も来てよ〜！」と声をかけていただきましたが、あまりのしんどさに来年のことは全く考えられず、何も返答できませんでした。ゴール直前でたくさんの「おかえり」の声援を受けて

最後の上り坂はなんとか走ることができましたが、ハーフマラソン初出場の姉に大差をつけられて非常に悔しかったことも忘れられません。

今回の龍馬マラソンは画像検査の清遠科長と並走させていただきました。案の定何度も心が折れそうになりとても一人ではゴールできなかったと思います。沿道で当院の先生方が医療スタッフとして参加してくださっていました。参加人数に対してのAEDの数が東京マラソンより多かったそうです。給水所のボランティアの方々や沿道から、多くの声援とおもてなしとたくさん力をいただきました。午前中は南国バイパス、午後からは花街道へ移動して応援に駆けつけてくれた友人もありとても嬉しかったです。龍馬マラソンもそうですがすべての大会において多くのボランティアやスタッフ、地域の皆さまのおかげで気持ちよく無事に走らせていただけていることに心から感謝します。

そしてこんなにしんどいと言いながらまた走ってしまうのは、視床下部からβ-エンドルフィンという物質が放出されて多幸感をもたらすからだと思います。まさにその通り！10月の梶原脱藩マラソン、エントリーしようかな。





ドナルド・マクドナルド・ ハウス こうちからの お便り

ドナルド・マクドナルド・ハウスは病気の子どもと
そのご家族が利用できる滞在施設です。運営はみなさ
まからのご寄付とボランティア活動によって成り立っ
ています。

こうちハウスでは募金活動としてこれまでオープン
ハウスやキッズデー、チャリティーコンサートなどを
行ってきました。今回は4月に行われた『チャリティー
ボウリング大会』の様子をご紹介します。こうちハウ
スで活動をしているボランティアさんの「チャリ
ティーゴルフってよく聞くね、ゴルフって誰もが身近

にはできないけれどボウリングなら身近に楽しめるん
じゃないかな。」という一言がきっかけで開催が決
まった初めてのチャリティーボウリング。ボランティ
アさんはじめ、ボランティアさんが通っているボウリ
ング教室の仲間に声をかけてもらったり、一般の方に
呼びかけをして参加者を募りました。人が集まるだろ
うかという心配もありましたが、、、。当日はボラン
ティアさんやそのご家族そしてお知り合い、高知医療
センターのスタッフ、マクドナルド関係者、ポスター
を見て来てくださった一般の方など、なんと総勢65名
の参加があり大いに盛り上がりました。みなさまが楽
しんでそれが寄付へと繋がった今回のイベント。「楽
しかったねー!(^^)!!」「またボウリングしたいねー」と
いう声も聞かれました。8月22日(火)『第2回チャリ
ティーボウリング大会』を予定していますのでたくさ
んのご参加をお待ちしています。今回参加されたみな
さま、ありがとうございました。

参加費の一部と当日の募金は病気の子どもと支える
家族のために、こうちハウスの運営費として大切に使
わせていただきます。



2泊の予定を3泊に変更させていただきました。こんな
にも病院と近くにあることのありがたさ。本当に身に
しみます。

3人とも同じ我が子。みんな大切に、みんな平等たけど。
やっぱり、今一番心配なのは入院中の次男。

やっぱり、今一番世話をしなくちゃいけないのは、2カ
月の長女。

やっぱり、今一番さみしい思いをさせているのは、5歳
の長男。

身体が3つに別れたら、どんなにか心も楽だろうか。せ
めて、2つに別れたら、家と病院に居られるのに、、、。
そんな思いを、助けてくれたのがハウスでした。

身体は1つしかないから、やっぱりどちらかにしか居ら
れないけど、近くて歩いていける距離ということに心
は軽くなります。

多くの方の心づかいで、長女を寝かしながら長男と遊
べること、寄付で頂いたというベッド、本当に助かり
ました。お陰様で、明日の検査結果次第で退院できそ
うです。

まだ通院もあると思うので、その際は寄付を持って来
たいと思います。

本当にいろいろとお世話になりました。

利用ご家族からの
メッセージを
ご紹介します



■お申し込み・お問合せ先

ドナルド・マクドナルド・ハウス こうち

〒781-0111高知県 高知市 池953-10

Tel:088-837-3650 (9:00-20:00)

e-mail dmh_kochi@yahoo.co.jp

http://www.dmhcj.or.jp

当院で分娩を希望される 妊婦さんとそのご家族、 そして妊婦健診をご担当の 先生方へのお願い



年々の分娩件数の増加に対して、病床数の増加や入院期間の短縮化などで対応してきましたが、最近、それでもベッドコントロール（空きベッドをつくること）が大変になってまいりました。より重症な妊婦さんを受け入れるため、急に他の病棟への移動や退院日の繰り上げをお願いする事態が発生し、妊婦さんやご家族へご不安やご迷惑をお掛けするようになってきております。

今後、多少、余裕をもったベッドコントロールを行うために、以下のことを新たにお願いすることになりました。どうかご理解、ご協力のほど、お願いいたします。



当院で分娩を希望される方は、他院で妊娠の診断をしていただき、地域連携室を通して受診予約をお願いいたします。受診は紹介状をお持ちいただくことが原則です。



里帰りや通院のご都合で妊婦健診は他院で、分娩は当院で希望される方は妊娠20週前後で一度、紹介受診をお願いいたします。対象となるのは分娩予定日が平成29年12月以降（12月を含む）の妊婦さんです。

分娩予定者数を把握し、受け入れ調整をさせていただくためですが、あらかじめ帝王切開が必要とわかっている方（たとえば前回出産が帝王切開）が妊娠35～36週に入って、急に受診されても、帝王切開の手術枠確保が困難で受け入れできないことがあります。

妊婦健診のタイミングでの受診予約をお願いいたします。

★尚、他院で分娩予定であった方が、経過に変化があり、当院でのお産が好ましいと担当医が診断され、急きょ、ご紹介いただく場合は、これに該当しません。



月あたりの分娩予定者数が一定数に達した場合、それ以降、当該月のローリスク妊娠の方の受け入れをお断りいたします。

受け入れの可否は随時、ホームページにてお知らせいたします。

妊娠分娩リスクの評価は、ご紹介元の先生にお願いしますが、ご紹介となった場合は、当院診察医師が最終的に判断させていただきます。他院へのご紹介は改めてご紹介元の先生にお願い申し上げます。

第49回 南国土佐皿鉢祭 by 栄養局

3月5日(日)、観光土佐の名物として全国的に知られる皿鉢料理の名声をさらに高め、また伝統を受け継ぐとともに新感覚の皿鉢料理の創出を目指し、食の祭典「第49回 南国土佐・皿鉢祭」が、大橋通り商店街、ひろめ市場、帯屋町2丁目商店街、おびさんロードにて開催され、当院栄養局も病院食におけるミニ皿鉢を、テーマにあわせてアレンジして出展しました。今年のメインテーマは「龍馬」で、当日は県内外から35,000人ももの来場者を迎え、会場は大盛況でした。



第49回作品テーマ 「龍馬」

薩長同盟により、両藩を結び合わせたのが坂本龍馬であった。そんな時代背景をテーマに
土佐藩(奴子葱・酒盗)
薩摩藩(さつま芋・薩摩揚げ)
長州藩(河豚・蓮根)
の農産物や海産物を掛け合わせながら和洋折衷に表現してみました。



調理師(給食委託業者:日清医療食品㈱)
左から窪田政道さん、大石恭丈さん、窪田賢一さん

- ### お品書き
- 〜グラス盛り〜
 - ◆野菜のゼリー寄せ
 - ◆胡瓜 大根 人参 南瓜 茄子
 - ◆さつま揚げ グリンピース
 - ◆鉄皮の煮凍り
 - ◆奴子葱
 - 〜皿鉢盛り〜
 - ◆鯛姿盛り
 - ◆酒盗豆腐 一寸豆
 - ◆甘夏和え
 - ◆海老 湿地 三ツ葉
 - ◆野菜のミルフィーユ 赤ワインソースがけ
 - ◆大根 人参 エリンギ 南瓜 菜の花
 - ◆さつま芋の蓮根をみ焼き
 - ◆酒盗のガーリックトースト
 - ◆鉄刺 奴子葱
 - ◆鉄皮
 - ◆デザート
 - ◆トマトのリキュール煮
 - ◆黄味クリーム ミント
 - ◆甘夏ゼリー
 - ◆苺のパバロア



2016年 第48回作品 テーマ「桜」



病院食における選択メニュー：ミニ皿鉢 (1人用)

当院では2016年2月よりスペシャルメニューとしてミニ皿鉢をお出ししています。1人用のミニ皿鉢は週1回(毎週金曜日)夕食時に選択可能となっています。1食:食事代+1,000円いただいております。※治療食やアレルギー対応などを行っている方は選択できませんのでご了承ください。
ミニ皿鉢はRKC調理製菓専門学校監修の元、メニューを考案いたしました。季節によりメニューをアレンジしています。

本格的な夏がやってきました。

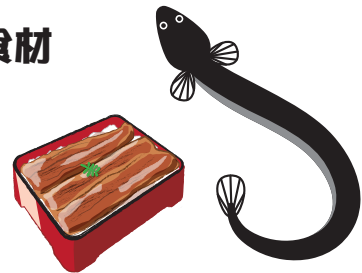
今年の土用の丑の日は、7月25日・8月6日の2日間です。うなぎの日の由来は諸説ありますが、ある一説によると、丑の日に「う」の字が付く食品を食べることで夏負けしない、という風習があったそうです。「う」の字の付く食品は、牛(うし)や梅(うめ)、瓜(うり:きゅうり、すいか等)などがあります。例えば、瓜(うり)は、水分やカリウムを豊富に含んでいます。水分には体温の調整と、カリウムには体内の塩分を調整する働きがあります。このように、昔から夏バテ予防に効果的な食品を摂る慣わしがあったようです。

特に暑い夏には、疲れやすい、眠りが浅くなる、食欲が落ちる、などの症状が出てきます。食欲不振になると、麺類やアイス、ジュースなどの炭水化物に栄養が偏り、たんぱく質やビタミン類が不足しがちになるため注意が必要です。

また、疲れやすいなどの症状が見られるときには、体内でのエネルギー代謝が低下し、エネルギー産生が十分に行われていない可能性があります。体内でエネルギーを生産するには、ビタミンB群が必要です。ビタミンB群を多く含む豚肉や、うなぎなどのたんぱく源も食べましょう。

適度な休養と必要な栄養素を取り入れ、元気に夏を過ごしましょう。

今月号の食材 うなぎ



栄養価の高いうなぎは、昔から夏を乗り切る食材として、馴染みの深い食材です。うなぎの栄養成分としては、ビタミン A、ビタミン D、ビタミン E 等の脂溶性ビタミンをはじめ、エネルギー代謝に必要なビタミン B₁、ビタミン B₂ を豊富に含みます。うなぎは脂の多い魚ですので、脂溶性ビタミンの吸収効率を上げるだけでなく、その脂質自体が、不飽和脂肪酸である EPA や DHA を多く含んでいます。疲労回復、抗酸化作用につながる、これらのビタミン、脂質等の栄養を豊富に含むため、古くから夏バテ予防に親しまれています。

しかし、良質の脂質でも、食材としてのエネルギー自体は高いため、食物繊維や水溶性ビタミン等を含む、あっさりとした野菜料理と組み合わせ、適量をバランス良くいただきたいですね。

【うなぎ蒲焼の栄養量】100g あたり
エネルギー 293kcal、たんぱく質 23.0g
脂質 21.0g、炭水化物 3.1g



うざく きゅうりとうなぎの酢の物

料理レシピ vol.11

〈材料 4 人分〉

きゅうり 2本 200g
うなぎ蒲焼 1/2 尾 50g
塩 少々
大葉 2枚
酢 大さじ 3
砂糖 大さじ 1
いりごま 少々

- ①きゅうりを薄い輪切りにし、塩をふって水気を切り、大葉はきざんでおく
- ②酢、砂糖を混ぜ合わせて甘酢を作りきゅうりと和える
- ③うなぎ蒲焼を食べやすい大きさに切り電子レンジで加熱する(600W 1分)
- ④きゅうり、大葉、うなぎをさっと和えて盛り付け、ごまを散らす



うなぎ蒲焼のみでもおいしいですが、きゅうり、甘酢と和えることで暑く食欲のない時期にもさっぱりいただけます。蒲焼が甘めなので、酢を多めにしたり、お好みで柚子酢を加えてもいいですね。

【1人分の栄養量】エネルギー 57kcal たんぱく質 3.4g 脂質 2.8g 炭水化物 4.5g 食塩相当量 0.6g

院内行事

● 2月25日(土)

第41回 地域がん診療連携拠点病院 公開講座が高知市文化プラザ「かるぼーと」11階 大講義室にて開催されました。がん公開講座は、県民のみならず、患者さんやご家族の方、医療に携わっているみなさんを対象に、事前申込不要、受講料無料で年4回開催しています。



● 3月26日(日)

がんサポートセンター竣工記念式典が開催され、たくさんの来場者でにぎわいました。がんサポートセンターは4月11日(火)より稼働しています。詳しくは2～5ページをご覧ください。



● 4月29日(土)～30日(日)

当院にて高知DMAT研修が開催され、県内医療機関から、新たに55名が高知DMAT隊員として認定されました。



● 6月1日(木)

ANA客室乗務員さんを迎え、すずらん行事が開催されました。伝統的なANAグループの社会貢献活動として、今年も「すずらの花」と「しおり」が入院患者さんに贈られました。こするとすずらの香りがするしおりに「いい香り!」「癒される」の声とともに笑顔がこぼれていました。



こころ 第32号

高知県・高知市病院企業団立
高知医療センター広報誌

〒781-8555
高知市池 2125 番地 1 高知医療センター
TEL 088-837-3000 FAX 088-837-6766

発行 平成29年6月30日
発行者 吉川 清志
題字 佐藤 光峰
編集 高知医療センター広報委員会
印刷 株式会社 高陽堂印刷