

東北医科薬科大学病院 広報誌

k a g a y a k i

[かがやき]

55
2024 Winter



特集

- ・年頭のご挨拶
- ・冬は危険？急性大動脈解離のはなし

KIRA KIRA ✦ COLUMN 【キラキラ コラム】

- ✦ 笑顔のチカラ
- ✦ はばたけ！研修医
- ✦ 管理栄養士監修 もう一品レシピ
- ✦ 検査のあれこれ
- ✦ いのちを守る医療機器

TAKE
FREE

ご自由にお持ち帰りください

年 頭 の ご 挨拶



病院長
佐藤 賢一

新年明けましておめでとうございます
令和6年を迎えまして新春のご挨拶を申し上げます

令和5（2023）年の3月に本学医学部二期生が卒業しました。令和4（2022）年3月に卒業した一期生と合わせ184名を医師として世に送り出したこととなります。そのうち60%以上の卒業生が東北地方の病院で臨床研修を行っています。本学の「東北の地域医療を支える」という使命からも非常に喜ばしいことです。本年3月には三期生が卒業し、4月には、宮城県の修学資金枠14名をはじめとした一期生が専攻医として本院に勤務することになります。宮城修学資金枠の卒業生は専門医を取得した後に、地域医療に貢献することになります。地域医療に寄与できる専門医を育成して皆様のお役に立てますよう、私たちも心して臨床研修医・専攻医の教育に取り組んでいきたいと思っております。

令和5（2023）年5月に新型コロナウイルス感染症も5類へと移行しました。今まで、受診される方をお願いしておりました問診票の記入や入院時のPCR検査なども廃止しました。幸いにも大きなクラスターが発生することはありませんでした。しかし、感染症の分類上5類に移行したからといって、新型コロナウイルスが消滅したわけではありません。面会制限などの解除については、今後慎重に状況をみながら考えていきますので、少しお待ちください。

本年より医師の働き方改革がスタートします。今まで、日本の医療は医師の献身的な時間外勤務によって支えられてきました。しかし、高齢者の増加に伴う医療需要の高まりや医療の高度化によって医師個人に対する負担がさらに増加することが予想されます。こうした中で医師が健康に働き続けることのできる環境を整備することは持続可能な医療提供体制を維持していく上で重要です。働き方改革によって医師の健康を確保することは、患者さんにも安心・安全で質の高い医療が受けられることに繋がります。本院でも重点的に取り組んで参ります。受診される方々にはこれまで通りの医療が提供されますので、ご心配には及びません。一方、協力をお願いすることもあります。たとえば、入院患者さんのご家族への病状説明を、急を要する場合以外は原則勤務時間内にさせていただくことなどです。現在は、ご家族の都合に合わせて医師の勤務時間外に病状説明が行われることも多く、医師の時間外勤務時間を長時間化させる要因のひとつとなっています。ご理解いただけましたら幸いです。

本年も職員一同、心のこもった新しい、納得できる医療を実践していく所存です。どうぞよろしくお願い申し上げます。

冬は危険？

特集

急性大動脈解離のはなし

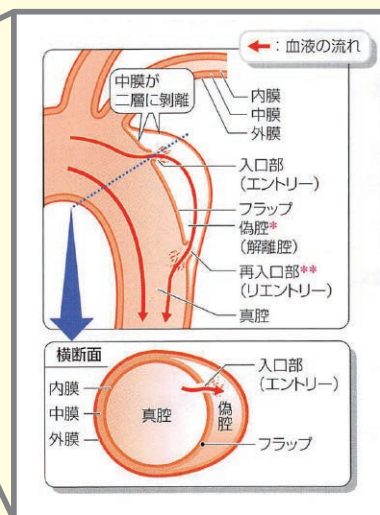
心臓血管外科 科長 川本 俊輔



急性大動脈解離という病気をご存知でしょうか？古くは俳優・石原裕次郎さんがこの病気で大手術を受けていますし、最近も複数の有名人がこの病気で突然命を落とされています。

どんなことが起きるの？

大動脈とは心臓から腹部に至る最も太い動脈で、全ての臓器に血液を送っています。その大動脈の内面（内膜）に突然亀裂が入り、そこから大動脈の中膜（三層構造の中間層）の中に血液が入り込み、この層で大動脈が広範囲に剥離（＝解離）してしまうのが急性大動脈解離という病気です。大動脈解離では、解離に伴う激痛に加え、重要な動脈が巻き込まれると心筋梗塞、脳梗塞、腸管壊死など重篤な合併症が出たり、解離して薄くなった動脈壁の外側の膜（外膜）が破綻すると大動脈破裂となり一瞬にしてショック状態に陥ってしまいます。



発症の多い時期は？何人くらい？

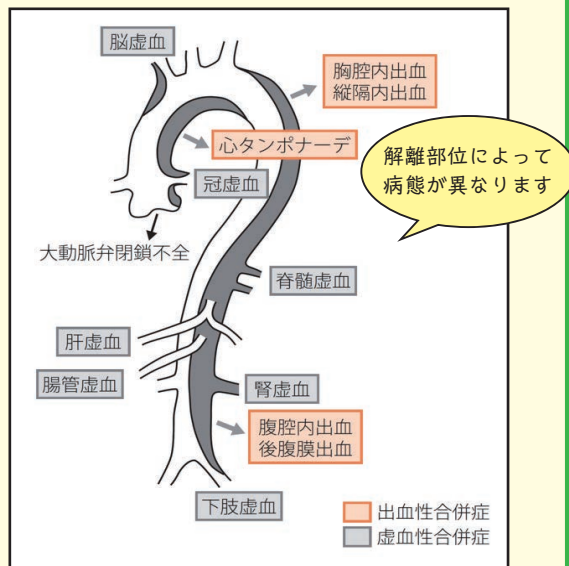
この病気は、高血圧の患者さんに多く発症します。また秋～冬（12月が最多）の午前中の発症が多く、最低気温12.5℃以下では特に危険性が高いと報告されています。午前中は血圧が上昇する時間帯ですので、気温の低下とともに更に血圧は高くなるため大動脈解離も発症しやすくなると考えられます。発生頻度は人口10万人あたり年間10名程度とされ、仙台市で年間約100名の患者さんがいると考えられます。ただ発症後60%以上の方がすぐにショック状態になり死亡してしまうため、突然死として報告される患者さんも相当数いらっしゃる怖い病気です。

治療方法は？

治療としては、大切な臓器への血流に問題がなければ安静にして血圧を下げることで解離した大動脈の安定化を図るという安静降圧療法もありますが、心臓近傍の大動脈の解離の場合、緊急手術が必要になることもあります。この手術は10時間近くかかることもある大手術で、術後もスムーズには回復できないことも多い大変なものです。いずれの治療法にしても、解離した大動脈が全て元通りになるということは少なく、多くの場合、どこかに解離した動脈が残り、退院後も多くの薬や運動制限も必要になるなど生活が一変してしまいます。

まずは予防しよう！

治療法があるとはいえ死亡率の非常に高い病気ですので、まずは予防することが大切です。冬場には寒暖の差に気をつけ、高血圧の方は安静時の血圧だけでなく、瞬間的な高血圧も大動脈解離の原因になりますので「強い鼻かみ・咳払い」「息を堪えて重い物を持ち上げる」「激しい筋トレ」「ひどい便秘」などの強いいきむような動作は極力控え、**血管に優しい生活**を心掛けましょう。



笑顔のチカラ

認定看護師 編

WOCナースを知ろう！

皮膚・排泄ケア認定看護師 遠藤 悠江



皮膚・排泄ケア認定看護師を
ご存じでしょうか？

どんな看護師？

- ① 床ずれなど含む創傷(Wound)ケア
- ② 人工肛門や人工膀胱などストーマ(Ostomy)ケア
- ③ 失禁(Continence)ケア

以上において、熟練した看護技術と知識を用いて質の高い看護を提供する看護師のことを言います。

この3領域で共通し基礎となる部分はスキンケアで、障害を起こした皮膚や皮膚障害を起こすリスクが高い皮膚に対し、健やかな皮膚を取り戻すことや維持することを目的としてケアを行っています。3 領域それぞれの頭文字をとり「WOC (ウォック) ナース」と多くの方から呼んでいただいております。

超高齢化社会をむかえ、近年では在宅療養支援診療所や社会福祉施設は増加し、病院とは異なる環境で療養されている患者さんも多くみられます。その中で褥瘡(床ずれ)のケアやストーマケア、失禁に伴う皮膚障害のケアに難渋し病院に搬送されてくる方も少なくありません。当院では皮膚・排泄ケア認定看護師は3名在籍しており、病院のみならず在宅療養や施設療養されている患者さんの相談や外来処置など、横断的活動も行っております。

保湿ケアが大切！

これからの季節、空気は乾燥しお肌もドライスキンに傾きやすくなります。ドライスキンとは皮膚の最外層である角層のバリア機能や保湿作用が障害された状態のことを言います。そうすると、外界からアレルギーや微生物といった刺激物の侵入が容易となり皮膚障害を起こすリスクが高まります。ドライスキンを予防するため、最も重要なスキンケアは保湿ケアになります。持続性のある保湿剤を使用することや保湿剤を継続し使用することが重要になります。また、エアコンの温度設定を22～24度前後に保つことや入浴時のお湯の温度設定を36～40度程度に設定すること、加湿器の使用なども有効です。今年の冬は毎日の保湿ケアでドライスキンを予防していきましょう。

矢印のように弧を描くように
優しく塗りましょう



POINT

保湿剤を塗る
ときのコツ

- ・シワに沿って塗布
- ・清拭後、または入浴後5分以内に塗布
- ・毎日塗布する

ソフティ 薬用ミルクローション

- ・保湿成分セラミド機能成分が肌の角質層まで浸透
- ・角質層で外部刺激をブロックするセラミドの働き(バリア機能)を補い保護
- ・消炎成分配合で荒れ性・肌あれ防止
- ・肌になじみやすく、サラッとうるおい、ベタつかない
- ・弱酸性、無香料、無着色



はばたけ！ STEP 研修医

当院で研修中の先生方をご紹介します！

1. 出身地は？
2. 趣味は？
3. 未来の自分に向けて一言！



朝倉 大志
(あさくら だいい)

1. 宮城県
2. 自転車
3. 患者様の苦しみを少しでも和らげられるように努力して参ります。



矢野 健太郎
(やの けんたろう)

1. 宮城県
2. 野球、ゴルフ
3. 何事も頑張ってください。



矢部 竜雅
(やべりゅうが)

1. 埼玉県
2. 野球、ゲーム、ゴルフ
3. カッコいい医師になってください。

管理栄養士監修 もう一品レシピ

管理栄養士 栗田 藍

作り置きにも！ 旬の大根で作る簡単おかず！

当院でも提供しているメニューです。旬の大根は甘みがありみずみずしく、柔らかいのが特徴です。

大根には抗酸化作用や美肌効果のあるビタミンCが多く含まれるほか、葉酸やカリウム、食物繊維も豊富です。

あと一品何を作ろうか迷ったときにいかがでしょうか？旬の大根を沢山味わえるお料理です。

材料（約4人分）

大根	1/4 本（300g 程度）
鶏ひき肉	100g
グリーンピース（冷凍）	30g
（新鮮な葉がついていれば葉を使用するのもおすすめです。）	
サラダ油	10g
だし汁	250ml
砂糖	10g（大さじ 1）
醤油	27g（大さじ 1・1/2）
水溶き片栗粉	適量

大根鶏そぼろ炒め煮



栄養価（1人分）

エネルギー	105kcal
たんぱく質	7g
脂質	4.7g
炭水化物	8.4g
食物繊維	1.7g
塩分	1.1g

作り方

- ①大根は皮をむき 3mm 幅程度の細切りにする。
（お好みでいちよう切りにしたり、お好みの大きさにしてもよいです。）
- ②フライパンにサラダ油をひき、鶏ひき肉を炒める。
- ③大根を加え混ぜ合わせる。
- ④水、和風だしの素、砂糖を加え沸いたらアクを取る。
- ⑤醤油を加え 5 分程度煮込む。
- ⑥グリーンピースを加えサッと混ぜる。
- ⑦水溶き片栗粉を少しずつ加えとろみをつける。

検査のあれこれ



採血

臨床検査技師 長岡 裕李

病院に来たら多くの方が受ける採血検査。たくさんの採血管に採血され、なぜ何本も採っているの？と疑問に思ったことはありませんか。

採血された血液は肝機能や貧血の検査等、病気の診断や治療方針決定のため様々な検査に使用されます。**検査項目によって採血管に条件があり、項目の種類が多いとたくさんの採血管に採血する必要が出てきます。**また、結果が出るまでに時間がかかる項目もあり、待ち時間が生じる可能性もあります。採血後どんな検査をしているのか気になった方は採血室前にある検査案内をご覧ください。

気温が下がってくるこれからの季節、手の冷えにより血管が収縮してしまい採血が困難になることが多くなります。私達も最善を尽くしてはありますが、**事前にホッカイロ等で手を温めていただくと非常に助かります。**ご協力お願いいたします！



いのちを守る医療機器

外科用イメージ装置

診療放射線技師 石塚 裕也

外科用イメージ装置とは、外科系の手術を行う際に使用する X 線透視装置であり、その形状から外科用 C アームとも呼ばれます。

当院には現在 C アームが 2 台あり、来年度から新しい C アームが増え、3 台での運用となる予定です。主に整形外科・肝胆膵外科・脳神経外科などの科から依頼を受け、放射線技師が手術中に透視を行っています。最近では CT（コンピュータ断層撮影）を撮影することができる C アームを用いて、医師と協力し術中 CT を撮影し、その画像を参照しながら手術を進める例も増えており、非常に有用な使い方をいただいています。毎月 60～70 件ほどの手術で C アームを使用しており日々手術室を駆け回っています！

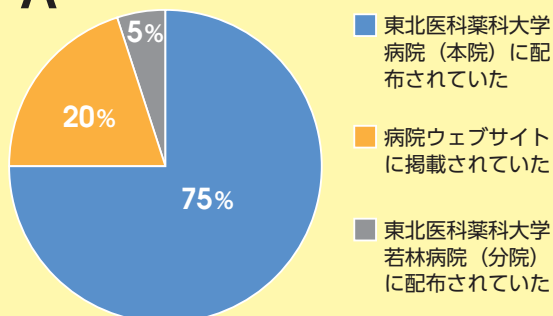




読者様からの声

Q ???
「かがやき」は
何でお知りになりましたか？

A



いつも広報誌「かがやき」をご覧くださいありがとうございます。当院では広報誌をより良いものにするために、アンケートを行っております。これまで寄せられたアンケート結果を一部抜粋してご報告いたします。



これからも宮城県の
中核病院として
益々ご期待いたします。
(60代)

どの記事も大変興味深く、
面白く読むことができました。
(30代)



ページ数は少ないですが、
中身が充実していて
とても参考になる記事が
多い広報誌です。
(70代)

アンケートにご協力いただいた皆様ありがとうございます。また、たくさんのお褒めのお言葉をいただき、感謝申し上げます！今後のよりよい広報誌づくりに役立ててまいります。

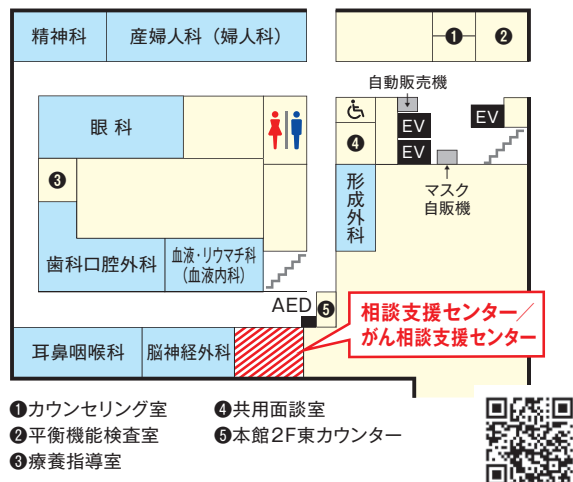
相談支援センター／がん相談支援センター

月～金曜日（祝日、年末年始を除く）8：30～17：15
TEL 022-259-1221（代表）

当院では、医療費などの経済的なことや治療上的なことなど、病気に関わるご不安や悩みを少しでも和らげられるよう、相談窓口を設置しております。

どこに相談したらいいのかわからないとお困りの際には、お気軽にご相談ください。

本館2階



医学部生臨床実習

東北医科薬科大学病院および若林病院では、令和元年（2019年）10月より、本学医学部4年生による臨床実習を開始しています。

医学部生は診療チーム・主治医の一員となり、指導医と一緒に診療に参加します。

医学部生が診療行為を行う際には、指導医から患者さんに「同意書」の記載をお願いする場合がございます。

指導医は、患者さんの安心・安全を確保しつつ学生の指導を行うとともに、最善の医療を提供できるように、より一層努めてまいります。

医師育成教育の一環として義務付けられている臨床実習に、ご理解とご協力をお願い申し上げます。

薬学部薬学科学学生実務実習

薬学部薬学科5年生も、病院や薬局で実務実習を行っております。

薬剤師育成教育の一環として義務付けられている実務実習に、ご理解とご協力をお願い申し上げます。



アンケートにご協力ください！

今後の「かがやき」制作の参考にさせていただきます。お手持ちのケータイ・スマホから右側のQRコードを読み込み、回答フォームに入力をお願いします。

