東北医科薬科大学病院　広報誌

kagayaki

［かがやき］

56

2024 spring

当院公式
キャラクター決定！

ヤカッコ

ワカッコ

特集

・その症状、大動脈弁狭窄症かも？
・心臓疾患のリハビリテーション

KIRA KIRA ✦ COLUMN　【キラキラ　コラム】

✦ わたしのお薬手帳
✦ はばたけ！研修医
✦ らくらくストレッチ
✦ 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

特集１

その症状、大動脈弁狭窄症かも？

息切れ・足のむくみに注意！

TAVI 外来（循環器内科）医師　亀山 剛義

大動脈弁狭窄症に対する新しい治療法としてTAVI（タビ）（経カテーテル大動脈弁置換術）があります。当院では令和２(2020)年から開始し、令和５(2023)年末時点で58人の患者さんに行い、全例で留置に成功し、全員歩いて退院することができました。年々症例が増加してきており、令和５(2023)年10月からTAVI外来（新患枠）を開設しました。

セルフチェックしよう

大動脈弁狭窄症とは、大動脈弁が硬くなり、弁の開きが悪くなるため心臓から十分な血液を送り出せなくなる病気です。加齢性変化で進行することが多く、高齢患者さんが多数います。

ホースの先をつまんで水が勢いよく飛ぶイメージ

出典：エドワーズライフサイエンス

典型的な症状

「年のせい」と見落としがち！

- □息切れ
- □ドキドキ（動悸）
- □足のむくみ
- □疲れやすい
- □胸の痛み
- □気を失う

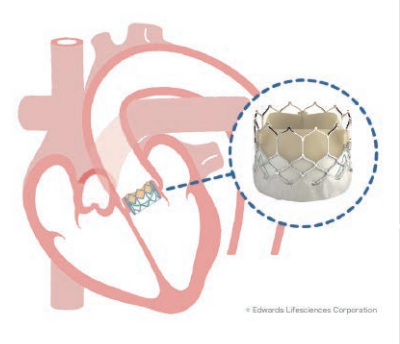
気になる症状があったら検査しよう

気になる症状があったら、まずはかかりつけの先生や健診で**「聴診」**をしてもらってください。**心雑音が指摘された場合は循環器専門の先生に相談しましょう**。当院の循環器内科外来に紹介してもらってもよいですし、循環器専門クリニックを受診してもよいでしょう。心エコーなどで大動脈弁狭窄症と診断されたら、TAVI外来に紹介してもらってください。

TAVI外来では心エコーで重症かどうかを判定し、造影CTなどでTAVI治療に適しているかどうかを判断します。

からだに負担の少ない手術

TAVI（タビ）とは、カテーテル（細い管）を大腿動脈（足の付け根の血管）などから入れて、折りたたんだ人工弁を硬くなった大動脈弁の中に入れてあげる治療です。従来の開心術にかわる方法として平成25(2013)年から保険適応となり、日本全国で多数の症例が行われています。令和４(2022)年の統計では年間13,000人もの患者さんにTAVIが施行されています。麻酔をかけて行われますので痛みはほとんど感じません。当院では全身麻酔で行い、**手術時間は約２時間ほど、入院期間は約２週間**と短いのが特徴です。循環器内科医、心臓外科医、心エコー医、麻酔医、メディカルスタッフのハートチームで行います。



主に80歳以上の患者さんが対象となり、当院では最高92歳の患者さんに手術を行いました。お話しができて、自分で歩ける方（杖でもOK）は手術ができます。高齢だからといって諦めずにぜひ相談してください。

当院 TAVI 外来の詳細はこちら

特集2

心臓疾患のリハビリテーション

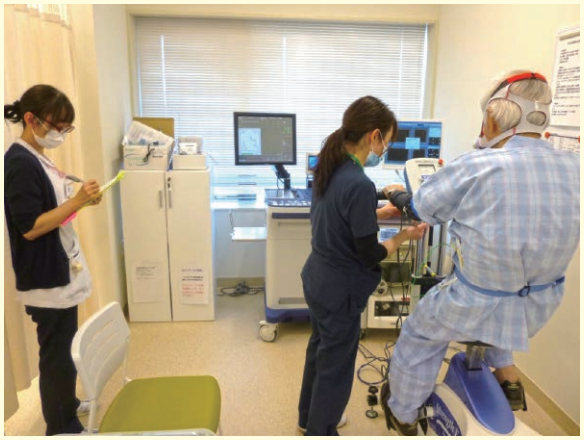
平均寿命や健康寿命の延伸を目指して

リハビリテーション科 科長　伊藤 修

心臓疾患の治療は目覚ましい進歩を遂げていますが、治療後の身体機能の回復、重症化予防、健康寿命の延伸には改善の余地があります。心臓リハビリテーション（以下、心臓リハ）は、虚血性心疾患、慢性心不全（心臓弁膜症を含む）、大血管疾患に対して、**病気によって低下した心臓や全身の機能を改善して、心臓病の再発や新たな発症を予防し、生活の質を改善するために行う治療**です。

一人一人に合ったリハビリを！

心臓リハでは、**「運動療法」**と**「食事療法」**、そして患者さん自身が病気や体の状態について正しく理解するための**「患者教育」**がその柱です。心臓疾患の種類や重症度だけでなく、患者さんのライフスタイルや身体機能を評価して（写真）、多職種の医療スタッフが連携し、個々の患者さんに合わせたオーダーメイドの心臓リハを進めていきます。



心肺運動負荷試験による「持久力の評価」と「安全な運動レベルの設定」

3段階の過程

発症や手術日から1～2週間

急性期

日常生活動作に必要な運動能力の回復を目指す

病気の回復の程度や心臓の状態をみながら医師や看護師、理学療法士などの監視下で行います。

回復期

社会復帰と再発予防が目的

虚血性心疾患（狭心症や心筋梗塞など）においては、動脈硬化の病変を安定させ、新規の発症や再発を防ぐのに回復期の心臓リハが有効であり、ガイドラインでも強く推奨されています。

維持期（生活期）

平均寿命や健康寿命の延伸

再発予防や寿命の延伸には入院中の急性期心臓リハだけでは不十分であり、回復期以降も心臓リハを続けるのが大切です。

適度な運動が大切！

慢性心不全には、かつては「絶対安静」が必要と考えられていましたが、むしろ安静により様々な弊害を生じることがわかっています。**慢性心不全でも適度な運動によって心不全症状が軽減し、心不全悪化による入院回数が減り、平均寿命や健康寿命も延びる**ことが明らかになっています。

当院では、入院中の急性期だけでなく、回復期の心臓リハ（外来型、入院型）も提供していますので、希望される患者さんは主治医や看護師に是非ご相談ください。

薬剤師が扱う薬

わたしのお薬手帳

グレープフルーツ×お薬には気をつけて！

薬剤師　岩井 智美

一緒にのんではいけない理由

お薬は体の中で薬効のない物質に分解されますが、これを代謝と言います。グレープフルーツジュースには**お薬を代謝する酵素の働きを抑える物質（フラノクマリン類）が含まれているため、体の中のお薬の量が増えて効果が強く出たり、副作用が現れやすくなる**ことがあります。グレープフルーツジュースの影響は飲んだ当日だけでなく、２～３日続く場合もあるといわれていますので注意が必要です。

グレープフルーツジュースによって影響を受けるお薬には様々な種類がありますが、代表的なお薬としてカルシウム拮抗薬があります。カルシウム拮抗薬は、血管の収縮を抑えて血圧を低下させたり、心臓に作用し不整脈を改善します。効果が強く出ると**血圧が下がり過ぎたり、不整脈を誘発する**事があります。

グレープフルーツジュースによるカルシウム拮抗薬への影響の大きさは、お薬によって異なります。お薬によっては、グレープフルーツジュースとの同時服用を避けなければならないお薬や、グレープフルーツジュースの摂取自体を避けるべきお薬もあります。また、カルシウム拮抗薬の他に、脂質異常症の治療薬や免疫抑制剤、抗てんかん薬の中にもグレープフルーツジュースによって影響を受けるお薬があります。**グレープフルーツジュースの影響を受けるお薬は意外にたくさんあります**ので、気になる際はぜひ薬剤師にご相談ください。

他の柑橘類にも注意！

フラノクマリン類は、グレープフルーツ以外の柑橘類にも含まれています。柑橘類の種類によって飲み合わせによる影響も異なります。

フラノクマリン類の含有量が**多い**

飲み合わせに注意！

- グレープフルーツ
- スウィーティー
- メロゴールド
- ダイダイ、ブンタン　等

フラノクマリン類の含有量が**少ない**

飲み合わせの心配が少ない

- レモン
- かぼす
- 温州みかん　等

はばたけ！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！

門倉 眞由（かどくら まゆ）

1. 山形県
2. 映画鑑賞、１人旅、居酒屋巡り
3. かっこいい医者になってください。

小塚 脩平（こづか しゅうへい）

1. 宮城県
2. 水泳
3. 地に足のついた医療を続けてください。

佐柄 歩（さがら あゆみ）

1. 福島県
2. サウナ
3. 初心を忘れず頑張って下さい。

本村 拓実（ほんむら たくみ）

1. 長野県
2. 温泉、スノボでしたが最近はあまり…
3. 患者のことを考え、想い続ける医師であることを願います。

すきま時間でできる

らくらくストレッチ

理学療法士　鈴木 英俊
合田 尚弘

心臓のリハビリって何をするの？

心臓リハビリテーションとは、心臓病の患者様が**快適な家庭生活**や**社会活動に復帰**するとともに、**再発や再入院を防止**することをめざして行う運動療法や生活指導などの総合的活動プログラムのことです。

効　果

- 死亡率や入院率の低下
- 筋肉量が増えて心臓への負担が減る
- 血液循環がよくなる
- 仕事・家庭生活・社会生活の満足度が高くなる

実際に当院で実施している運動療法の一部をご紹介します。

運動療法の内容

①準備運動
②主となる運動
（有酸素運動・レジスタンストレーニング）
③整理運動

- ①、③はストレッチや簡単な体操を5分程度
- ②のレジスタンストレーニング（筋力トレーニング）はスクワット・踵上げなど、自分の体重を利用したトレーニングの他、施設によってはマシンを利用することもあります（レッグエクステンション・レッグプレス等）

レジスタンストレーニング スクワット

10～15回を1日3～6セット、週に3日は実施しましょう！

有酸素運動 きつくない速さでの歩行

万歩計の使用も効果的です！

指数	自覚的運動強度
20	
19	非常にきつい
18	
17	かなりきつい
16	
15	きつい
14	
13	ややきつい
12	
11	楽である
10	
9	かなり楽である
8	
7	非常に楽である
6	

この範囲で実施！

一日20～30分、週に3～4日、可能なら毎日歩きましょう！

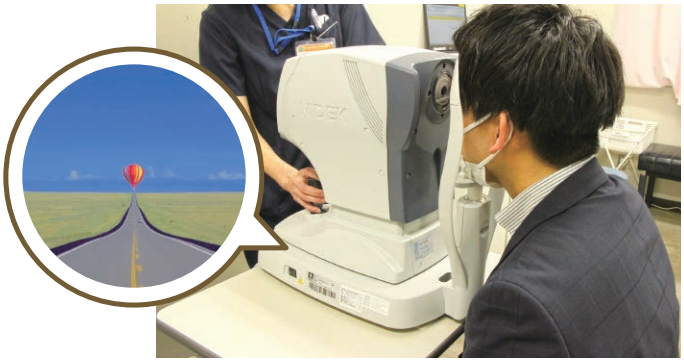
検査のあれこれ

屈折検査

視能訓練士　目黒 真理子

眼科や眼鏡店で視力検査を行う前に、気球の絵（違う絵柄の場合もあります）を見る機械の検査をやった経験がある人は多いと思います。この検査を屈折検査といいます。一般的に使用する検査機器は「オートレフラクトメータ」といい、**瞳孔に近赤外線光を投影し網膜からの反射光を解析することで、「遠視」「近視」「乱視」の度数がわかります。**この度数をもとに視力検査で使用するレンズを決めるため、検査を受ける方だけでなく検査員にとっても大事な検査になります。

検査中に目を動かすと正しい度数が測定出来ないので、**検査がおわるまで目は動かさない**ようお願いします。



いのちを守る医療機器

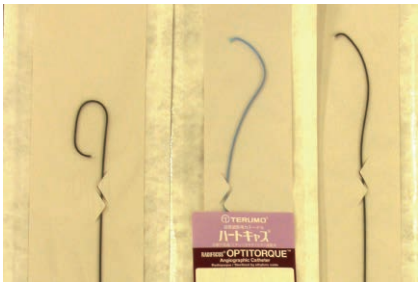
心臓カテーテル

臨床工学技士　阿部 葵

全身に血液を送るポンプの役割を担っている心臓ですが、その心臓自体に酸素や栄養を供給する血管として冠動脈があります。この冠動脈が細くなったり、閉塞したりすると狭心症や心筋梗塞といった病気に陥ります。

冠動脈の状態を調べる検査として心臓カテーテル検査があります。**1～3mm程のカテーテルの管を血管に挿入して、心臓の冠動脈まで持っていき造影剤を使って造影を行い冠動脈の状態を確認します。**血管の走行にも個人差があるため、そこに対応できるように**カテーテルの先端形状や長さにも様々な種類**があります。

カテーテルを患者さんに合わせて選択し、安全に検査ができるように努めています。



カテーテルの先端

INFORMATION

医師の働き方改革が始まります

令和６(2024)年４月より、医師の健康確保と長時間労働の改善を目的に、医師の働き方改革がスタートしました。

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、患者さんにとっても安心・安全で質の高い医療が受けられることに繋がります。時にご協力をお願いする場面もあるかと思いますが、提供される医療はこれまで通り変わりませんのでご安心ください。

ご理解とご協力の程どうぞよろしくお願いいたします。

なにが変わる！？
詳しくはこちら
厚生労働省公式ウェブサイト

能登半島地震の被災地にて支援活動を行いました

被災されたすべての方々に、心よりお見舞い申し上げます。また、一日も早い復旧・復興をお祈り申し上げます。

令和６(2024)年２月７日から５日間、宮城県医師会の要請を受けて、「令和６年能登半島地震」の被災地への医療支援として、当院のDMAT隊員５名が能登で活動してまいりました。派遣先は石川県輪島市の門前地区です。地震発生から１ヶ月以上が経過し、医療ニーズは落ち着いていましたが、老健施設への支援が必要な状況でした。３つの老健施設で食事介助、体調が悪い入所者の診察、寝たきりになっている方の褥瘡処置など、DMATが通常行う発災直後の支援とは異なる内容で、非常に印象深い活動となりました。

医師１名、看護師２名、業務調整員２名

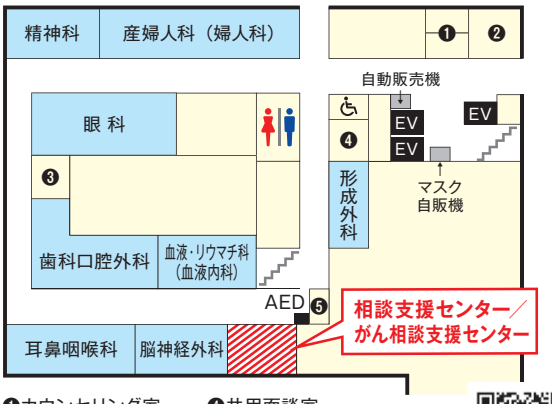
相談支援センター／がん相談支援センター

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のことなど、病気に関わるご不安やお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分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



❶カウンセリング室
❷平衡機能検査室
❸療養指導室
❹共用面談室
❺本館2F東カウンター

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。

人と医療と未来をつなぐ
東北医科薬科大学病院
TOHOKU MEDICAL AND PHARMACEUTICAL UNIVERSITY HOSPITAL
かがやき Vol.56　令和６年４月発行　監修：広報委員会
Copyright 2024 東北医科薬科大学病院
〒983-8512　宮城県仙台市宮城野区福室一丁目12番１号
TEL 022-259-1221（代表）

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たくアンケートを実施しております。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。