



長崎県島原病院だより

こもれび

Nagasaki Prefecture Shimabara Hospital

2018 冬号



地域に信頼され、親しまれる病院を目指して、みなさまと当院をつなぎ、森に差し込む“こもれび”のような、ひとすじの光をお届けしたいと思います。

駐車場の山茶花

Contents

- ・部門トピックス
がん薬物療法認定薬剤師について 2
- 島原半島初の3T(テスラ)MRI 導入しました 3
- 感染管理対策班 4
- ・連携医療機関のご紹介
医療法人伴帥会 愛野記念病院 5
- ・さろん・いさんて様より絵画作品提供いただきました 5
- ・特集「AZUMA BAND」 6
- ・栄養班
おうちで簡単！おいしい kitchen「グラノーラ入りチョコバー」 8

病院理念

患者さん本人の立場に立った医療

病院指針

1. 早期診断、早期治療、早期リハビリテーションを医療の基本指針とします。
2. 診療にあたっては、インフォームド・コンセントを基本にして、患者中心の医療を展開します。
3. 早期退院と医療の継続を目的に病診連携、保健福祉の連携など、地域につながるチーム医療を展開します。
4. 地域医療を支援する施設として、常に医療水準の向上に努めます。
5. 経営基盤の確立に努め、協働、相互扶助、相互啓発を職場の規範として活力ある病院づくりを進めます。

がん薬物療法認定薬剤師について

日本病院薬剤師会 がん薬物療法認定薬剤師 長崎県島原病院 薬局 徳永 了亮

国立がん研究センターがん情報サービスの2013年のデータによると、男女とも2人に1人はがんに罹患し、男性では4人に1人、女性では6人に1人が、がんで命を落とす時代と言われています。

皆さんは抗がん剤治療と聞いてどのようなことが頭に浮かぶでしょうか？『吐き気や嘔吐に苦しんで食事が摂れなくなりやせていく』、『髪の毛が抜けてしまい気軽に外出できなくなる』、『体のだるさで寝たきりになる』など様々なイメージがあるかもしれません。もちろん、抗がん剤によってはどうしてもきつい治療になってしまうこともあります。すべての抗がん剤で前述したような副作用が出るわけではありません。現在では、抗がん剤の副作用を軽減するための薬剤や使い方（支持療法）などのさまざまな研究がなされ、できるだけ副作用を起こさずに生活の質を保ちながら治療を行うとい

うことが一般的になっています。皆さんは、『ながらワーカー』というCMを見たことがありますか？まさにそのとおりで、治療により制限を受けるのではなく患者さんが、がんの治療をしながら仕事や趣味を続けたり、今までと同じような生活をしていくことが大切になってきています。

長崎県には、県がん診療連携拠点病院1施設と地域がん診療連携拠点病院5施設、さらに長崎県指定がん診療連携推進病院2施設、がん診療離島中核病院4施設があります。

当院は、地域がん診療連携拠点病院に指定されていたものの、これまでがん治療に関する認定を受けた薬剤師は不在でしたが、2017年10月、日本病院薬剤師会の「がん薬物療法認定薬剤師」の資格を取得することができました。今後がん治療に関するさらなる知識を修得し、抗がん剤治療を受けられている患者さんができるだけ副作用で苦しむことがないよう、また仕事や趣味など生活の質を落とさずに抗がん剤治療を継続することができるよう専門知識を活かしてサポートしていきたいと思えます。

抗がん剤治療のこと、薬の副作用のことなどでお悩みの方はお気軽にお声かけください。



がん薬物療法認定薬剤師認定申請資格

1. がん薬物療法認定薬剤師認定申請資格
以下の全てを満たす者は認定を申請することができる。
(1) 日本国の薬剤師免許を有し、薬剤師として優れた見識を備えていること。
(2) 薬剤師としての実務経験を5年以上有し、日本病院薬剤師会の会員であること。ただし、別に定める団体のいずれかの会員であればこれを満たす。
(3) 別に定める学会のいずれかの会員であること。
(4) 日本病院薬剤師会認定薬剤師であること。ただし、日本医療薬学会認定薬剤師であればこれを満たす。
(5) 申請時において、病院または診療所に勤務し、がん薬物療法に引き続いて3年以上従事していること（所属長の証明が必要）。
(6) 日本病院薬剤師会が認定する研修施設（以下「研修施設」という。）において日本病院薬剤師会が別に定める実施要綱・コアカリキュラムに基づく実技研修を3ヶ月以上履修していること、または、研修施設において3年以上、がん薬物療法に従事していること（所属長の証明が必要）。
(7) 日本病院薬剤師会が認定するがん領域の講習会、及び別に定める学会が主催するがん領域の講習会などを所定の単位（40時間、20単位以上）履修していること。ただし、40時間のうち日本病院薬剤師会主催のがん専門薬剤師に関する講習会12時間、6単位以上を取得すること。
(8) がん患者への薬剤管理指導の実績50症例以上（複数の癌種）を満たしていること。
(9) 病院長あるいは施設長等の推薦があること。
(10) 日本病院薬剤師会が行うがん薬物療法認定薬剤師認定試験に合格していること。

日本病院薬剤師会ホームページより

島原半島初の3T(テスラ)MRI導入しました

放射線科 主任技師 井上 陽太

MRIとは、磁場と電波を利用して人体の様々な断面を撮像する医療機器です。

当院ではこれまで1.5TのTMRIを二台稼働させていましたが、機器更新に伴い、一台を島原半島で初めての(長崎県で5台目)3TのMRIにすることとなりました。今回は3TMRIの特徴と、導入したSIEMENS社製「MAGNETOM Skyra」の紹介をさせていただきたいと思います。

3T(テスラ)MRIの特徴

T(テスラ)とは磁場の力を表す単位で数字が大きくなるほど強い磁場を発生させます。

従来使用してきた1.5T MRIと比べ、3T MRIの磁場の強さは2倍となりました。MRIではこの値が大きくなると、多くの信号を得ることができるので、より鮮明な画像を取得することができます。3TMRIを導入したことで、病気の大きさや位置などをより詳しく知ることができるようになりました。

参考までに、同一被験者の、頭部の非造影MRA(造影剤を用いずに血管を描出する撮影法)を図に示します。3Tで撮像した画像(図1-1)の方が、1.5Tの画像(図1-2)に比べ細かい血管まで描出されていることが分かります。

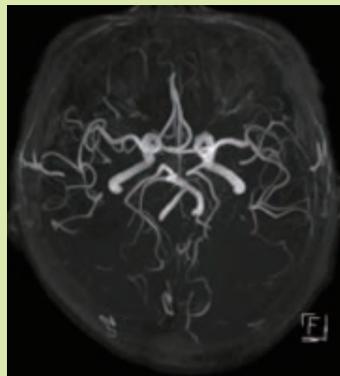


図 1-1 3TMRI(頭部 MRA)



図 1-2 1.5TMRI(頭部 MRA)

当院導入装置 SIEMENS 社製 MAGNETOM Skyra の特徴

- ・70cm オープンボア

MAGNETOM Skyra は体が入るトンネルの大きさが従来装置に比べて10cm 広い70cm となりました。

このことで検査中の圧迫感を軽減させることができ、不安や不快感の解消につなげることができるようになりました。

また、仰臥位での検査が困難な被験者に対しては、できるだけ苦痛が少ない自由な体位での検査が可能となりました。

- ・静音撮像技術 Quiet Suite

MRI と聞けば「音がうるさい検査」というイメージをもたれている方が多いと思いますが、SIEMENS の静音化技術 Quiet Suite を用いることで最大97%以上のノイズ削減が可能となりました。



MAGNETOM Skyra(当院第1MRI室)

終わりに

3TMRIの導入に伴い、その特徴とメリットについて書かせていただきましたが、その特徴がデメリットになる場合もあります。撮影部位や被験者の状態によっては1.5TMRIで撮影した方が優れた画像が得られることがあります。また、MRI対応の体内金属に関しても、製品によっては3Tでは撮影できないことがあります。当院は1.5Tと3Tの機器を2台所有していますので、患者様の様態で機器を選択し、患者様にとって最適な撮影環境を作り上げていくように努めています。

感染管理対策班

医療安全管理室 感染管理対策班 坂本美咲子 (感染管理認定看護師)

感染管理の目的は、医療関連感染(院内感染)を低減する、病院内で起こる感染症から患者さん、職員、病院を訪れるすべての人を守ることです。そのために、多職種で組織されたICT:Infection control team(感染管理対策班医長 Infection control Doctor、薬剤師、臨床検査技師、専従の看護師)と、各病棟では感染管理リンクナースが活動しています。

ICTは、検査室より報告された感染症患者の対象病棟を訪問し、患者の状況と感染防止対策の実施状況を確認し、不足しているところを指導します。多剤耐性菌の検出状況、抗菌薬の適正使用、感染防止対策の遵守状況をラウンドしフィードバックします。また、医療従事者の職業感染防止対策としては、予防接種を実施し職員の感染防止だけでなく、病院内での集団感染を防ぎ、患者さんの安全を守るよう取り組んでいます。

職員の予防接種



当院は、感染防止加算1病院として地域における感染防止対策を進めており、諫早総合病院や柴田長庚堂病院など医療機関と連携し地域での情報を交換し防止対策の検討をしています。

感染を防ぐためには、手洗いと咳エチケットが有効です。

手洗いのタイミング

- ① 外出から帰った時
- ② 食事の前
- ③ 排泄の後には必ず

咳エチケット

- ① 咳をするときには人がいないほうを向いて
- ② ティッシュや袖で口を押えて咳をする
- ③ 使用したティッシュはすぐゴミ箱へ捨て手も洗う
- ④ 咳が出る時にはマスクをつける、つけてもらう

今、世界的に抗微生物薬(抗生物質)が効かなくなる薬剤耐性菌が問題視されています。厚生労働省からも「薬剤耐性(AMR)対策アクションプラン」が提言され、抗生物質の適正な使用をすることと、耐性菌を広げない対策を実施することが重要です。

有効な抗菌薬がなくなってしまい、かつては治療できていた感染症で多くの方が命を落とすようになるかもしれません。薬剤耐性菌の感染症による死者数が、がんによる死亡者数(約800万人)を超えることが予測されています。

2013年⇒70万人 2050年⇒1000万人

(Antimicrobial Resistance in G7 Countries and Beyond, G7 OECD report, Sept. 2015)

未来の子供たちのために抗菌薬を残しましょう。

抗生物質・抗菌薬への薬剤耐性(AMR)対策

抗生物質・抗菌薬に対して間違った知識ありませんか？

1. “風邪”には抗生物質が効く
2. 抗菌薬を持っていると安心する
3. 良くなってきたから抗菌薬をやめよう
4. 余った抗菌薬をとっておこう

} これらは間違いです！

“かぜ”の原因の多くはウイルスであり抗生物質・抗菌薬は効きません。抗生物質・抗菌薬は、医師の指示を守って(量と期間)最後まで服用しましょう。

皆さん一人ひとりに協力していただき、薬剤耐性菌の拡大を防ぎましょう

連携医療機関のご紹介

これからの医療は役割分担と連携が大切！
いつもご協力いただいている地域の医療機関をご紹介します。

医療法人伴帥会 愛野記念病院

理事長 貝田 英二 先生
雲仙市愛野町甲3838-1 ☎0957-36-0015

医療法人伴帥会愛野記念病院はまもなく開業100周年の節目を迎えます。これまで地域社会から必要とされ愛され続ける病院づくりを目指し、患者様第一をモットーに安心で良質な医療を提供することを理念とし医療と福祉の質向上に努めてまいりました。

伴帥会グループ従業員約600名。常勤医24名、非常勤医40名で18の診療科を標榜しております。特に整形外科では手外科に力を入れており手外科専門医が4名在籍し、年間手術数1200例以上で全国トップ5の実績があります。また認定ハンドセラピストの数6名は全国1で術後のリハビリまで含めた機能回復のサポートは国内でもハイレベルなものであります。

現在当院では健康プラザの新棟建設工事中であり、年内には快適さと利便性を備えた厚生施設が完成する予定です。少しでも地域の皆様の要望に応え、十分な医療・福祉サービスを届けられるよう地域に密着した発展を目指しております。

島原半島の地域医療を担う島原病院様の存在は地域に不可欠のものであります。地方の医療事情はあまり明るい展望は見られませんが、お互い地域医療の守り手として邁進していければと考えております。



さろん・いさんて様より絵画作品提供いただきました

「島原文化連盟美術グループさろん・いさんて」(代表:松本 守様)会員様より絵画作品の提供をいただきました。島原市で活動されており、今年で72年目の歴史ある絵画さろんです。毎年展示会の開催、島原市展への参加など積極的に活動されています。いきいきとした絵画は病院を訪れる多くの方々のいやしとなっています。外来化学療法室、エントランスホールなど掲示を行っております。ぜひご鑑賞ください。



AZUMA BAND

— アズマ バンド —

AZUMA BAND の成り立ち

東 尚

<初めての病院コンサート>

1960年代中頃、若者の間ではエレキバンド、グループサウンズのブームに沸きました。その頃私は大村の中学生で、学校では「エレキは不良」とレッテルを貼られていましたが、仲間とバンドを組みました。ある時、大村国立病院（現・長崎医療センター）に「慰問」に行くことになりました。思い出したくもないほどヘタクソではありましたが、患者さんたちは温かい拍手をしてくれました。多分、坊主頭でトレパン姿の中学生バンドが珍しかったのだと思います。これが初めての病院コンサート経験でした。

<島原病院でのBAND結成>

2000年4月私は外科医として島原病院に赴任し、その年の終わり頃、雑談の中で「バンド作ってコンサートやりたかね！いつやる？」みたいな話が出ました。メンバーは医師、看護師、事務だったと記憶しています。問題はいつやるか？患者さんの前で演奏するには自信ないし、まずは院長がOKというか……。結局病院の送別会ですることになりました。どんな曲をやるかがもう一つの問題で、ベンチャーズ、ビートルズ、サザンオールスターズ……。それぞれ好みの曲を出し合い、選曲会議を行いました。練習は、騒音被害を考え旧病院（温泉病院）入口前の講堂で行い、2001年3月の合同送別会（写真1）でAZUMA BANDがデビューしました。送別会ではみんなが楽しい時間を過ごせたと思います。人事異動でメンバーは変わりつつも年一回の送別会で演奏を続けました。



写真1：2001年3月 合同送別会

初めて患者さんを前に演奏したのは、2005年7月のサマーコンサートでした。その頃は新病院に移転しており、練習は地下のボイラー室で行いました。その後、サマーコンサート、クリスマスコンサート、健康フェスタ、合同送別会が定例となりました。これまでに参加したメンバーは、演奏だけでも約50名、コーラス、ダンス、手話で参加した方々を含めると数えきれないくらいです。職種は医師、看護師、事務職、薬剤師、放射線技師、理学療法士、栄養士……。まさに多職種からなる「チーム医療」と言っていると思います。

<AZUMA BAND の効用>

病院では、「患者さん本人の立場に立った医療」を基本理念としています。しかし、ミスの許されない医療現場はストレスが多く、スタッフ自身が心身を害することも稀ではありません。患者さんに元気を与えるためには、スタッフが元気でないといけません。BAND演奏することはとても楽しく、気持ちも元気になります。その元気が患者さんにも伝わるのが、一番の効用だと思います。そして、患者さんから「コンサート楽しかった」、「ベンチャーズ懐かしかった」などの声を聞くと、我々も「また頑張るぞ!」と元気の循環が起きるような気がします。



2014年7月15日
サマーコンサート



2017年10月28日
健康フェスタ



グラノーラ入りチョコバー

甘いものを食べたいけど、少し栄養面が気になる・・・という方に。栄養バランスに配慮した献立を紹介します。もちろん、食べ過ぎ厳禁ですよ(*^_^*)



健康のPoint!

チョコレートの主原料であるカカオにはポリフェノールがたっぷり！ポリフェノールは抗酸化作用を有しており、悪玉コレステロールの酸化を防ぐことにより動脈硬化の予防したり、ストレスに対する抵抗力を高める働きがあると言われています。できるだけカカオの多く含むチョコを選びたいですね(^o^)。市販のチョコレートはカロリーや糖質、脂質が高いので、食べ過ぎにはご注意ください！

今回は栄養バランスに優れたグラノーラを使ったチョコレートを紹介します。チョコレートだけ食べるよりも食物繊維や鉄などのミネラルなどが強化され、グッとバランスが良くなります。かみごたえがあり、マシュマロでかさ増ししてボリュームも十分！

【材料(8×12cmの型1台分)】

チョコレート	100g
グラノーラ	30g
マシュマロ	15g
バター	10g

【栄養量(1/4量)】

エネルギー	: 196kcal
たんぱく質	: 2.6g
脂質	: 11.7g

【調理のPoint】

Point ①

カロリーが気になる方は、食感が変わりますがバターを入れなくても作ることができます。また、切り方を工夫して自分に合った量に調整しましょう。

Point ②

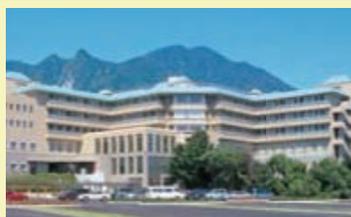
カットするときは温めた包丁か、チョコレートを常温に戻してからカットするとキレイに切ることができます。

バレンタインの贈り物にもピッタリ(*^_^*)



【作り方】

- ① チョコレートを刻んで、湯銭で溶かす。
- ② ①にフルーツグラノーラと、1cmにカットしたマシュマロ、バターを加え混ぜ合わせる。
- ③ クッキングシートを敷いた型に②を流し、表面をならして冷蔵庫等で冷やし固める。



外来受診時間

午前8:45～午前11:00

受付時間外に受診される場合は、救急対応となります。
平成26年4月7日より小児科再開しております。
※詳しくはホームページをご覧ください。

休診日

土・日・祝日

年末年始(12月29～1月3日)