足利赤十字病院 Japanese Red Cross Ashikaga Hospital

地域に根差す、足利赤十字病院の広報誌

風流鯨

ーかぜながすくじらー

ご自由にお持ち下さい
Take Free

2020.7 Vol.30

Organization Accredited by Joint Commission International

- 新型コロナウイルス対策にかかるご支援の御礼
- 新任診療部長挨拶
- 診療科紹介〈形成外科〉
- 心臓血管病センター(循環器内科部門)沼澤洋平部長の急性心筋梗塞に対する抗血栓療法についての英文総説論文が海外の英文雑誌 Journal of Clinical Medicine に掲載

TOPICS ●栄養課の窓 ●リハビリテーションの豆知識

新型コロナウイルス対策にかかる ご支援の御礼

新型コロナウイルスの感染拡大が続く中、地域の皆さまよりマスク等の医療物資や食品などのご支援を多数頂戴しております。この場をお借りして心より感謝申し上げます。皆さまの温かいご支援は、職員にとって何よりの励みとなっております。

依然として予断を許さない状況が続いておりますが、両毛地区の中核病院として、引き続き安心・安全な医療を提供できるよう努めて参ります。

院長　小松本　悟

これまでに頂戴したご支援（令和2年6月29日現在）※順不同

・ミネベアミツミ株式会社 様	マスク
・医療法人ふじあく医院 様	マスク
・株式会社大松エンタープライズ 様	マスク
・東日紙商株式会社 様	マスク
・株式会社トチセン 様	医療資材
・株式会社日建設計 様	マスク
・株式会社サンライフ 様	マスク
・栃木放射線株式会社 様	体温測定器・マスク
・足利西ロータリークラブ 様	マスク・手指消毒液
・株式会社スター交通 様	マスク
・足利商工会議所 様	お菓子
・上武養蜂 様	足利蜂蜜
・あしかがフラワーパーク 様	お菓子
・株式会社ドミノ・ピザ ジャパン 様	ピザ引換券
・株式会社黎明電子 様	フェイスシールド
・株式会社フレックス 様	医療資材
・片山縫製 様	医療資材
・観音山フルーツガーデン 様 ・東京都 O様	フルーツ・お菓子
・両毛ヤクルト販売株式会社 様	ヤクルト・マスク
・足利ガス株式会社 様	マスク
・第一生命保険株式会社 様	マスク
・株式会社坂東太郎 様 ・株式会社蛸屋 様	お菓子
・株式会社孫の手 様	フェイスシールド
・株式会社協栄包装 様	マスク
・邦和理工株式会社 様	マスク
・一般社団法人日本福祉サポート 様	マスク
・株式会社伊藤園 佐野支店 様	お茶
・京セラ株式会社 様 ・京セラドキュメントソリューションズ株式会社 様	フェイスシールド
・株式会社ENEOSウイング 様	マスク
・株式会社徳光 様	フェイスシールド
・大塚実業株式会社 様	フェイスシールド
・ネスレ日本株式会社 様	お菓子
・株式会社日立製作所 様	フェイスシールド
・大阪大学大学院 医学系研究科 教授 中島清一 様	フェイスシールド
・株式会社ニフコ北関東 様・足利市役所 様	フェイスシールド
・株式会社かなめ商工（会社・社員一同）様	マスク・寄付金
・ジェットブラックフラワーズ合同会社 栗原希 様	寄付金

株式会社大松エンタープライズ 会長 小林章康 様（左）

株式会社トチセン 代表取締役 秋草俊二 様

株式会社日建設計 様

東日紙商株式会社 代表取締役 渡邉正隆 様（左）

上武養蜂 養蜂家 上武智也 様（左）

栃木放射線株式会社 代表取締役 西根伸行 様（右）

足利西ロータリークラブ 会長 栗原信之 様（中央）・世取山 様（右）

株式会社サンライフ
代表取締役 石丸揚弘 様（中央）・専務取締役 早川隆之 様（右）

足利商工会議所 工業課課長 齋藤正行 様（右）
あしかがフラワーパーク 執行部役員営業部本部長 小林隆一 様（左）

株式会社ドミノ・ピザ ジャパン 様

両毛ヤクルト販売株式会社 代表取締役社長 相馬稔 様（左）

足利ガス株式会社 代表取締役社長 石川恭敬 様（左）

株式会社協栄包装 代表取締役 片山武男 様（右）

邦和理工株式会社
取締役副社長 岩崎崇 様（中）・取締役所長 市原伸二 様（左）

株式会社伊藤園 佐野支店 支店長 篠崎浩 様（中）大竹幸光 様（右）

株式会社徳光 代表取締役 寺内徳樹 様（中）・寺内康樹 様（右）

大塚実業株式会社 代表取締役社長 大塚雅之 様（右）

株式会社かなめ商工 常務取締役 河内邦也 様（右）

ジェットブラックフラワーズ合同会社 栗原希 様（右）

皆様からの温かいご支援
心より感謝申し上げます。

新任診療部長 就任のご挨拶

今後とも、皆さまの
変わらぬご支援を賜りますよう
お願い申し上げます。

呼吸器外科

地域医療との連携を大切にし、安全かつ適切な手術を

呼吸器外科部長
木下 智成

令和2年4月1日より足利赤十字病院呼吸器外科部長を拝命いたしました木下智成と申します。肺癌を中心とする呼吸器外科手術全般につき慶應義塾大学病院や関連病院で研鑽を積み、3年間のトロント大学留学を経て当院に着任いたしました。足利市を中心とした近隣地域の先生方との連携を大切にし、安全かつ適切な手術を目指してまいります。

肺癌は現在、男性で1位、女性で2位のがん死亡原因となっていますが、早期発見、早期治療介入で根治できる可能性は十分にあります。また免疫療法などの新規薬剤の登場により、切除不能な進行肺癌においても予後は飛躍的に延長しています。当院では当科と呼吸器内科、放射線治療科、緩和ケア科との合同症例検討会を開き、一人一人のがんの進行状態や患者さまの背景について丁寧に考察し、チーム医療を通して包括的な治療が提供できるよう心がけています。さらに胸腔鏡手術やロボット手術など最新かつ患者さまに負担の少ない手術も提供できる環境を整えております。また気胸や外傷など悪性腫瘍以外の病態にも直ちに対応できる体制を敷いています。

微力ではありますが、両毛地区の呼吸器診療に少しでも貢献できますよう尽力いたしますので、何卒宜しくお願い致します。

消化器内科

地域の皆さまにより良い、暮らしに寄り添える医療の提供を

消化器内科部長
鈴木 統裕

2020年4月1日より消化器内科部長を拝命いたしました鈴木統裕（すずきつねひろ）と申します。2015年に1年と短い期間でありましたが、内科医局員として勤務をさせていただき、その際に足利の住み心地の良さを感じ、再度チャンスがあれば戻ってきたいと切望しており、5年ぶりに復帰する運びとなりました。

本年度、消化器内科は常勤医師5名と昨年よりも増員し体制をより盤石にできればと考えております。消化器内科では消化管疾患（食道・胃・十二指腸・小腸・大腸）・肝胆膵疾患（肝臓・膵臓・胆嚢）と8つもの臓器の疾患を診ており幅広く対応を行っております。消化管腫瘍に対する内視鏡治療や化学療法、胆膵領域における先進した内視鏡検査・診療を行う診療体制を整えており、IBD（炎症性腸疾患）領域に関しましては以前より変わらず専門医師の医療を提供できる体制を保持しており、地域の皆さまに貢献できればと考えております。救急対応に関しても昨年度よりも人員を増員できたことにより、より良い医療を提供させていただければと考えております。

これから近隣の病院・診療所と今まで以上に緊密な連携をとらせて頂き、より良い医療の提供を目指していく所存でございます。地域の皆さまにより良い、暮らしに寄り添える医療の提供が行えるよう邁進していきたいと思います。今後とも宜しくお願い致します。

救命救急センター

質の高い救急医療体制の維持と地域社会への貢献を目指して

救命センター長
救急科部長
菊池 広子

2020年4月より救命センター長、救急科部長を拝命しました。これまでは日本医科大学およびその関連病院にて3次救急、集中治療管理の研鑽を積んで参りました。

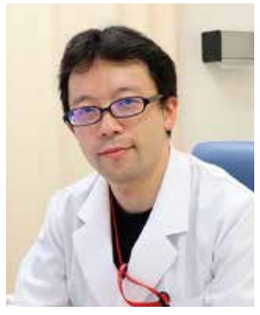
当院救命救急センターは、生命の危機が迫っている重症傷病者の診療を扱う三次救急医療施設です。心肺停止、各種ショック、重症外傷、主要臓器機能不全症、重症/特殊感染症、意識障害、脳卒中、呼吸不全、急性心不全/心筋梗塞、大血管疾患、急性腹症、消化管出血、熱傷、急性中毒、熱中症、低体温症、急性精神徴候などの初期診療をおこなっております。また災害医療への対応、救急隊員への病院前救護体制の指示・検証・教育を行うMC（メディカルコントロール）体制、救急現場から速やかに治療を開始するためのドクターカー業務を通じ、地域社会への貢献を目指しております。

各方面の皆様との協力体制を築き、質の高い救急医療体制の維持に貢献できるように院内職員と共に研鑽を重ねていく所存です。

足利への赴任は初めてであり、不慣れなこともありますが、今後ともご支援のほどよろしくお願い申し上げます。

膠原病内科

地域の先生方との連携を通して患者さまに信頼される診療科に



膠原病内科部長
鏑木　誠

令和2年4月1日より、膠原病内科部長を拝命いたしました鏑木誠と申します。

足利赤十字病院では2013年に東邦大学医療センター大森病院より膠原病内科の常勤医師が着任してきました。当初は1年毎に医師が入れ替わっており、患者さまや地域の先生方には大変ご迷惑をお掛けしておりましたが、私は2018年に当院へ着任し現在3年目となっております。この年から2名の膠原病内科常勤医で診療を開始しており、外来患者数も年々増加の一途をたどっております。

リウマチ・膠原病診療は特殊な専門性から、外来診療も予約時間を過ぎて患者さまをお待たせしてしまうこともあります。そのような背景から、疾患活動性が安定している患者さまやステロイド、免疫抑制剤の服用してない患者さまをかかりつけの先生に逆紹介させていただくことがあります。慢性疾患で長い付き合いの診療科でもあり、地域の先生方との連携を通して患者さまに信頼される診療科になれるよう尽力する所存です。

常に患者さまに寄り添いながら、より良い膠原病診療の提供ができるよう日々研鑽してまいります。今後ともご指導、ご鞭撻のほど宜しくお願い申し上げます。

診療科紹介

形成外科

Plastic Surgery

形成外科医としての役割

形成外科副部長　髙田 悟朗

当院に形成外科が常勤の科として設立されたのが、平成21年4月です。当科開設から11年が経過しました。当初は患者さまも少なかったのですが、科の認知度が上がるとともに次第に患者数、手術件数が増えてまいりました。

開設1年後の平成22年4月からは常勤医が2人体制となり、症例数がさらに増え、平成23年からは日本形成外科学会教育関連施設に認定されるまでになりました。ここ数年は、年間1000例近くの新規患者を診察し、年間400～600件の手術を施行しております。院内と地域の皆さまのご協力があってのことと感謝いたしております。この場を借りてお礼申し上げます。今後も院内および地域に少しでも貢献できるようさらに努力する所存でございます。

さて、本稿では私が普段診療を行いながら感じている形成外科の役割に関して述べてみたいと思います。

形成外科医の役割

私は「形成外科医の役割」ということを常に意識しながら診療にあたっています。形成外科という診療科は現在でも、どの病院にも存在するわけではありません。高度で専門的な分野を扱う役割を担う大学病院においてですら存在しないところもまだ多くあります。このように書くと、無くてもよい科と思われるかもしれません。しかし、無くても何とかなるかもしれませんが、決して無くてもよい科ではないのです。例えば、手や顔面にひどい外傷を負った患者さまがいるとしましょう。治療により創がふさがったとしても醜い瘢痕が残ってしまったらどうでしょうか。創の治癒という意味では治療の目的を達していますが、その後の生活のことを考えると、それで終わりとするのはなんとも不憫です。手の動きや顔の印象は、患者さまの生活においてとても大切であり、決して傷が消えるわけではないが、できる限り機能的に、美しい傷跡にしてする役割を担います。

極端な例かも知れませんが、形成外科とは持てる知識と技術をもって少しでも患者さまの生活の質（QOL）を高めてゆくことが求められている科であるのです。多くの科の先生方から、何とかなりませんかと相談を受けることもしばしばあります。中には難しい症例もあり、それなりのプレッシャーを感じることもありますが、知識と技術を総動員・応用して時には何日も考えぬきます。大学に持ち帰って複数人の形成外科医でアイデアを出し合わせることもあります。この様に患者さまの生活の質を高めるためにとことん考え、応用することこれこそが形成外科の役割であると考えています。

形成外科副部長
髙田 悟朗

医　師
横井 公一

今後の展望

形成外科の対象は、疾患軸としては先天性形態異常、外傷・熱傷、腫瘍（悪性腫瘍切除後の再建を含む）、瘢痕・ケロイド、難治性潰瘍と大きく分類でき、患者軸としては赤ちゃんからお年寄りまで、頭の先から足の先までの全身と非常に多岐にわたりますが、まだまだ認知度が低く十分な治療を受けられずにいる患者さまが多いのも事実であります。さらに情報を広めてゆくこともこれからの当科の使命です。

当院の理念のように、患者の皆さまにかかってよかった、職員に形成外科に依頼してよかった、そして地域の皆さまに足利赤十字病院に形成外科があってよかったと思われる科を目指して努力してゆきたいと考えております。今後とも何卒ご指導のほど宜しくお願い申し上げます。

NEWS

心臓血管病センター（循環器内科部門）部長 沼澤洋平先生の急性心筋梗塞に対する抗血栓療法についての英文総説論文が海外の英文雑誌Journal of Clinical Medicineに掲載されました

題名： Antithrombotic Strategy for Patients With Acute Coronary Syndrome: A Perspective From East Asia
著者： Numasawa Y, Sawano M, Fukuoka R, Ejiri K, Kuno T, Shoji S, Kohsaka S.
発表： J Clin Med. 2020 Jun 23;9(6):E1963. doi: 10.3390/jcm9061963.

心臓血管病センター循環器内科部門部長
心臓カテーテル室長
沼澤 洋平

▲心臓カテーテルを行う沼澤部長（右から2番目）

今回、筆頭著者の沼澤先生らは急性心筋梗塞を発症した症例に対する適切な抗血栓療法（薬剤の種類や容量などの違い）について、主に日本人を含む東アジア人において欧米人とは異なる特徴があることを数多くの先行研究からデータをまとめ、総説論文として発表しました。

一般的に循環器内科の領域には急性心筋梗塞をはじめとした虚血性心疾患、心房細動などの不整脈、肺塞栓症や深部静脈血栓症など、いわゆる血液をサラサラにする薬剤（抗血栓薬）を用いて治療を行う疾患が多く含まれます。これらの抗血栓薬を内服する症例は血栓が形成されにくくなる、あるいは血管がつまりにくくなるなどのメリットがある一方で、出血しやすくなるというデメリットが常につきまとうというジレンマがあります。

我々日本人を含む東アジア人はこれらの抗血栓薬を継続的に内服した際に欧米人よりも出血性合併症が起こってしまう可能性が高いことが従来から報告されていました。その一方で薬剤に関する大規模臨床試験は欧米諸国を中心に行われることが多く、日本のガイドラインを作成する際にもこういった欧米の臨床研究データを参考にすることが多いのが実情です。例えば急性心筋梗塞の治療に使用する薬剤については、一部は欧米諸国で用いられている容量よりも少ない量を日本で使用しているものもあれば、欧米と同じ量を使用しているものもあります。

今回沼澤先生らの研究グループは特に東アジアの国々で施行された大規模臨床試験の結果を欧米の研究データと比較し、急性心筋梗塞患者の東アジア特有の患者背景（高齢者が多く、欧米人と比較して体型が小さく、出血リスクが高い）をまとめるとともに日本における適切な薬剤の選択についての考察を総説論文として執筆しました。同じ疾患に対する治療であっても、欧米諸国と東アジア諸国における様々な違いを明らかにし、個々の症例に応じて適切な薬剤の種類と容量を選択することは、急性心筋梗塞患者に対する治療結果を改善させることにつながるものと期待されます。（なおこの論文の原稿の一部は、以前足利赤十字病院循環器内科に在籍していた工野俊樹先生が執筆してくださいました。）

この論文は2020年6月23日に海外の英文誌であるJournal of Clinical Medicine誌に掲載されました。

栄養課の窓

毎食、主食・主菜・副菜そろっていますか?

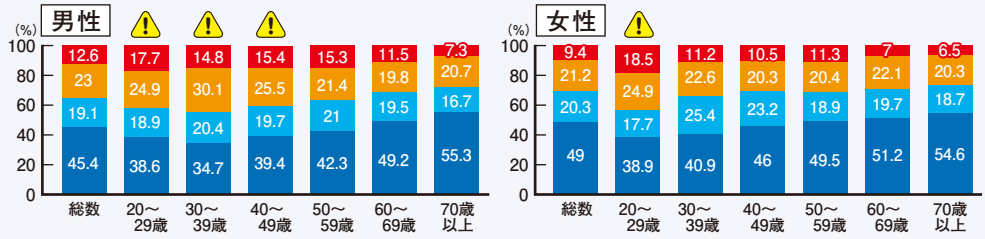
バランスが良い食事はどのようなもの?

現在、食事療法中であれば、食事量・内容が治療状況に影響します。健常者でも食事の暴飲暴食や、食事内容の偏りが原因で将来生活習慣病になるかもしれません。**バランスが良い食事=栄養を改善・維持するために過不足ない食事と言えます!**

バランスを良くする簡単な方法として**主食・主菜・副菜をそろえてみましょう!**

年代別の食事バランス状況

主食(ご飯、パン、麺類など)、**主菜**(魚介類、肉類、卵類、大豆・大豆製品)、**副菜**(野菜類、海藻類、きのこ類)の3つを組み合わせて食べることが1日2回以上あるのは週に何日ありますか。 [2018年国民健康栄養調査より]



要注意の年代は…

週に2、3回以下の人が
男性の20~40代は
40~45%。
女性も20代では43%です。

病院食をご紹介♪

さわらの西京焼定食

メニュー	
ごはん	主食
さわらの西京焼	主菜
大根と豚バラの煮物	副菜
海藻サラダ	副菜
バナナ	副菜

管理栄養士 中山 恭子

リハビリテーションの豆知識

適度な運動習慣を身につけてロコモを予防しよう

ロコモティブシンドローム(ロコモ)とは、骨や関節、筋肉などの運動器の障害のために、要介護になる危険の高い状態であると定義されています(2007年日本整形外科学会提唱)。現代社会においては若い人も足腰を使う機会が少なく、全世代に注意が必要であると言われています。

ロコモチェック

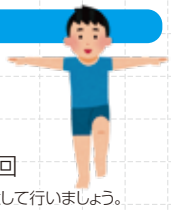
以下の7項目から1つでも当てはまるものがあれば、ロコモと判断されます。

- □ 片足立ちで靴下がはけない
- □ 家の中でつまずいたり,滑ったりする
- □ 階段を上るのに手すりが必要である
- □ 横断歩道を青信号で渡りきれない
- □ 15分くらい続けて歩けない
- □ 2kgくらいの物を持って歩くのが困難
- □ 掃除機やふとんの上げ下ろしなどのやや重い家事が困難

ロコモの予防と改善のためには運動が大切

ここで紹介するのはロコモトレーニングの一部です。
腰や膝に痛みがある場合には注意しながら行いましょう。

❶片足立ち



大腿骨頸部の骨密度の増加、転倒予防に効果があると報告されています。

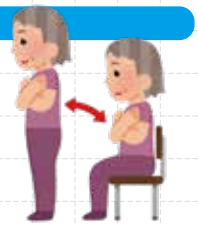
方法 左右1分間 1日あたり3回

※転倒に十分注意して机などつかまるものを用意して行いましょう。

❷スクワット

下肢筋力に効果的な運動です。太ももだけでなくお尻や足首の筋肉も鍛えられます。

方法 立った状態から椅子に腰かける動作を5~6秒かけて繰り返します。
1日あたり5回~10回×3セット



まずは運動する習慣を取り入れ、無理のない範囲で『続けること』が健康の維持にも繋がっていきます。 作業療法士 金子 祐大

足利赤十字病院
Japanese Red Cross Ashikaga Hospital
〒326−0843 栃木県足利市五十部町284−1
TEL: 0284−21−0121 FAX: 0284−22−0225 ホームページ http://www.ashikaga.jrc.or.jp/
広報誌「風流鯨」Vol.30／令和2年7月31日発行 編集・発行／足利赤十字病院広報委員会