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

2020.10 Vol.31

- 診療科紹介〈人間ドック〉
- 診療科紹介〈呼吸器外科〉
- 感染に強い病院（新型コロナウイルス感染症対策紹介）
- 認定看護師紹介
- 職員を対象に献血を実施
- 野球部活動報告

TOPICS ●栄養課の窓　●臨床検査の豆知識

診療科紹介

人間ドック

Ningen Dock

健診センター長就任のご挨拶と今後の人間ドックの方向性について

4月に健診センター長に就任しました五十棲一男と申します。私はもともと脳神経内科部長として当院で仕事をしてきましたが、今回の就任を機に人間ドック健診専門医も受験・取得し、全身の健診に備えました。また、新たに鈴木孝憲先生にも参画いただき、常勤医2名体制（+非常勤　渡邉啓太医師）と盤石となり、安定した運営を実現しています。今後、日本人間ドック学会の指針を参考にしながら、エビデンスに基づいたup to dateな人間ドックにしていくよう努めてまいります。診療各部門、事務部門、看護部門、検査部門、放射線部門の方々の日々のご協力に感謝申し上げます。

健診センター長
五十棲一男

人間ドック、最近の話題

①頭部MR

当院ドックには以前より頭部MRオプションがありましたが、未破裂脳動脈瘤の早期発見がもっとも有用でした。しかし、多くの受検者で認められる無症候性脳虚血病変や、将来起きるかも知れない認知症（海馬傍回の萎縮などを参考にする）に対して、全身のドックの結果得られる高血圧、糖尿病、脂質異常のコントロールと社会参加・運動が非常に有用であることがわかり、鋭意事後指導を行っているところです。

②リキッドバイオプシー（liquid biopsy）

血液、尿、唾液、脳脊髄液、心嚢水、胸水、腹水、便などの体液サンプルを用いて、がんの超早期発見などを可能とする医療技術です。liquidは液体、biopsyは生検を意味します。腫瘍細胞由来の核酸や細胞を検査するもので、DNAリキッドバイオプシー、RNAリキッドバイオプシーなどがあります。今後人間ドックに取り入れる施設が増えてゆくと思われます。

③線虫を用いたがんのスクリーニング

尿を検体に、嗅覚に優れた線虫が、がんの匂いに引き寄せられることを利用した検査です。現在、胃、大腸、肺、乳、膵臓、肝臓、前立腺、子宮、食道、胆嚢、胆管、腎、膀胱、卵巣、口腔・咽頭のがんに対して線虫が反応することがわかっています。あらかじめ②・③の検査をしてがんの可能性が高い受検者を重点的にドック精査する方法も検討されています。

④フレイル・サルコペニア

当院では後期高齢者の方もドック受検されますが、これらの方々は既にがんや生活習慣病に罹患せずにその年齢に達しておられることも多いことから、むしろ今後は筋肉を保持し、要介護状態にならずに身体・精神・社会的に健康な生活を続けていかれることが大切です。その意味でも、後期高齢の受検者には事後指導も相応の適正な内容で行うよう、心がけています。

医　師
鈴木 孝憲

診療科紹介

呼吸器外科

Thoracic Surgery

肺癌は早期発見で完治できる癌です。胸部CTを撮影してみてはいかがですか?

足利赤十字病院呼吸器外科の木下智成と申します。呼吸器外科と聞くとあまり聞きなれない診療科かと思います。「呼吸器外科=呼吸器科+外科」であり、主に呼吸に関係する臓器（肺、気管支）や心臓と食道以外の胸部の構造（縦隔、胸壁、横隔膜）にできた腫瘍（がんや良性腫瘍）を主に切除しています。また肺のパンクである気胸や薬剤に反応しない肺の炎症なども治療しています。以前は外科という大きな診療科の中の一部門としてありましたが、現在は患者さまの増加に伴い我々のような呼吸器に関連する臓器を手術する外科の専門家（呼吸器外科専門医）も増え、足利赤十字病院のように大きな病院では外科とは独立した科として診療を行っています。

これらの中で肺癌はよく聞くがんの種類の一つではないかと思います。ニュースやインターネットで有名人が肺癌で亡くなった情報が流れたり、もしかすると皆さんの周りでも肺癌になられた方もいたりするかもしれません。それだけ身近になっている肺癌ですが、残念ながら日本どころか世界で1位の悪性腫瘍による死亡原因になってしまっています。この事実は肺癌になったら必ず死んでしまうということでは決してありません。理由は大きく2つあります。

呼吸器外科部長
木下 智成

一つ目は胸部CTという診断技術です。市や会社の健康診断でよくレントゲンを撮影しますが、レントゲンでみつかる肺癌はある程度大きくならないと見つかりません。胃や大腸で最近よく行われる内視鏡検査などと同様に肺では胸部CTという検査があります。レントゲンで写らない早期肺癌でも胸部CTでは確実に写ります。通常の健康診断ではオプションとして胸部CTが組み込まれていますが、近年は開業医さまでも撮影が可能です。心配な方はぜひ胸部CTを取ってみてください。ここで注意点ですが、タバコを吸わなければ肺癌にはならないという噂は全くのウソになります。もちろんタバコは肺癌の発生と深くかかわっていますが、タバコとは関係のないタイプの肺癌（肺腺癌）が増えており実際は見つかる肺癌の7割以上は肺腺癌です。ですのでタバコを吸われない方も胸部CTを撮ってみてください。

医　師
栗山 翔司

二つ目は近年の肺癌治療の飛躍です。2000年以前は皆さんの想像する副作用のきつい抗がん剤しかありませんでしたが、今世紀に入り分子標的薬や2018年に日本人ノーベル賞受賞で脚光を浴びた免疫治療も登場し、たとえ手術では取り切れない進行肺癌になってしまってもいわゆる余命は大きく延ばせる可能性があります。当院のように大きい病院では内科、外科、放射線科、緩和ケア科が集合し、一人一人に合った治療方針を多くの医師の意見を統合して決定しています。かなり進行した肺がんと診断されても決して下を向くことなく治療に臨んでほしいと思います。

最後に当院での手術ですが、患者さまの体に優しい胸腔鏡手術（カメラの手術）をほぼ全例で行っております。側胸部に数センチの傷を数個、症例によっては1つのみでそこから内視鏡とマジックハンドのような手術器具を入れて、大きく傷をあけることなく手術を行っています。昔の開胸手術（傷が20cm超）と比べ整容面はもちろん術後疼痛が大きく抑えられています。最先端のロボット手術も近々開始する予定です。また手術を受けられる患者さまの気持ちを常に考えながら外来診療を行っています。手書きの図などを加えた説明文章を作成し患者さまとそのご家族が容易にご納得できるよう努めています。そのため、外来診療時間は特に初診時は長くなってしまいますが、お話を聞かれる方が全員ご理解できるように説明をしておりますのでご理解いただけると幸いです。両毛地区の中核病院として気を引き締めて診療にあたってまいります。何卒宜しくお願い致します。

感染に強い病院

足利赤十字病院 副院長 兼 感染管理室長　高橋　孝行

抗ウイルス・抗菌液が噴霧された病室

寄贈されたUVGA モバイルフィルターユニット

2019年中国武漢から発生した新型コロナウイルス感染症（COVID-19）は瞬く間に世界中に広がり、日本でも猛威を奮っています。患者や医療従事者のクラスター感染で機能停止に追い込まれる医療機関があり、いかに患者や職員の感染防止を図り医業を維持するかが喫緊の課題です。当院は現在まで患者様の院内感染や職員の感染はゼロで、まさに感染に強い病院と言えます。当院におけるCOVID-19対策について紹介いたします。

全室個室

2011年7月免震構造の新病院に全面移転しましたが、一部の病床を除き全室個室（個室数:449床）で、万が一感染患者が一般病棟に入院しても同室者がおらず院内感染を起こしません。陰圧陽圧切り替え室が10室あり、陰圧にして感染疑いの患者が入院するためマイクロ飛沫感染のリスクもありません。COVID-19感染が確認された患者は完全隔離が可能な旧結核病床に入院します。各病棟の入り口にはカードキーでエントリーするシステムであり、高いセキュリティーを保っています。

手指衛生 WHOガイドライン 5つのタイミング

コロナ感染対策で最も重要なのは「手指衛生」と「咳エチケット（マスク着用）」です。2015年2月に患者安全と医療の質の改善を目標とする国際的病院機能評価 Joint Commission International（JCI）の審査を受け、日本で9番目に認証を取得しました。感染対策ではエビデンスに基づくガイドラインに沿って手指衛生の徹底が求められ、当院では「WHO 手指衛生5つのタイミング」［1.患者に触れる前、2.清潔／無菌操作の前、3.体液に曝露するリスクの後、4.患者に触れた後、5.患者の周りに触れた後］（図1）を選択し、順守率の向上を目指してきました。ルミテスターという環境測定器による汚染度調査ではパソコンのキーボード、マウス、ドアノブ、カーテンなど高頻度接触表面の汚染が明らかになり、高頻度接触表面に触れたら必ず手指衛生を行うように指示してきました。

図1

新型コロナウイルス感染症対策会議

COVID-19の発生を機に注意喚起の立て看板を設置し、1月31日に各部署の代表者からなる対策会議を開催、COVID-19疑い患者の対応について検討しました。刻々と変わる状況に対応するべく毎週月曜に対策会議を開き、必要に応じ随時開催としました。院長の指示の下、クラスターを起こすリスクのある多人数の集会や宴会は全面禁止とし、会議は会場のドアや窓を開けて換気を行い原則30分以内としました。対策会議は9月28日で39回となりました。

患者・職員の動線分離、面会禁止

患者様の病院への入り口は正面玄関と時間外出入り口の2カ所とし、非接触温度計と手指衛生薬を設置し、体温測定37.5℃以上、マスク未着用の方は入館をお断りしています（図2）。職員は専用の出入り口を通行し、動線を分離しました。COVID-19患者はバックヤードから直接旧結核病床に搬送するようになっています。入院患者との面会は全面禁止とし、患者の着替えを届ける家族は各病棟のナースステーション前で受け渡しをすることにしました。

図2.手指衛生と非接触の体温測定

備品の整備

職員全員のマスク着用、手指衛生の推進によりマスクの使用量は増加して一時品薄状態になり、手指消毒薬も不足気味になりました。しかし、地域の皆さまからの医療資器材のご寄付をいただいたこともあり、これまで一度も欠品がでることはありませんでした。

職員食堂、休憩室、更衣室、総合医局、マスク配給制

密閉空間、密集場所、密接場面を3つの密（三密）と呼びますが、クラスター発生のリスクが高い空間を指します。コロナ禍の前は、昼食時に職員食堂で職員が肩を並べ向かい合い歓談しながら食事をするのが常で、まさに三密の状態でした。三密対策として職員食堂の椅子数を約3分の1に減らし、対面をやめ少人数予約制にしました。食堂の窓とドアは開放し、食事中の会話は禁止としました（図3）。スタッフの休憩室も同じ環境でしたので、できるだけソーシャルディスタンスを取るようにしました。三密の場所は他にも見つかりました。職員更衣室にはロッカーがびっしりと並び、マスクなしでは濃厚接触のリスクがあります。入館時よりマスクを毎日確実に着用してもらうため、毎週金曜日に1日1枚の割りで翌週分のマスクを部署ごとに配付することにしました。配付されたマスクを前日持ち帰り、翌日入館前からマスクの着用を義務付けました（図4）。医師の中には感染に対する意識が低く、マスク未着用のまま総合医局の電子カルテの前でカンファレンスをする者も少なからずいましたが、「マスク配給制」と「マスク着用の声かけ」をした結果、マスク未着用者はいなくなりました。

図3.職員食堂では椅子の数を減らし、1方向とし食事中は会話を禁止

図4.職員専用入り口にマスク着用の表示

COVID-19検査体制

保健所からの依頼でCOVID-19疑いや濃厚接触者に対するPCR検査を院外で多数行なってきましたが、検査には時間を要し結果報告は翌日となりました。そこで院内では約1時間で結果が得られるLAMP法で検査を行なっています。休日や夜間には手技が簡便な抗原検査を用いますが、感度が低いため陰性でも翌日LAMP法を追加しています。感染リスクを下げるためドライブスルー方式や採取用ブースを用いて検査しています。2月～8月の検査件数はPCR:1,130件、LAMP法:1,340件、抗原検査:665件でした。PCRの感度は70%程度で30%は偽陰性（実際は陽性なのに陰性と判定）となるので、たとえ陰性と診断されても再検が必要な場合があります。感染直後はウイルス量が少なくPCRで陰性と診断された患者が大部屋に移された後、同室患者に感染してクラスター発生を起こした医療機関が多数あります。

クルーズ船での救護活動

日本赤十字社の要請により、筆者をリーダーとする医療チームで2月14～16日クルーズ船ダイヤモンド・プリンセス号の救護活動を行いました。船内はCOVID-19が蔓延しており、乗客乗員計3711名中712人が感染しました。我々は患者33人を診療し5人を緊急下船させましたが、チームメンバーは一人も感染しませんでした。適切なマスク着用、手指衛生、個人防護具装着がCOVID-19から守ってくれました。

チーム医療 インフルエンザの季節に向けて

COVID-19対策は院内の全ての人が一丸になって取り組まなければ実行不可能であり、チーム医療そのものです。これから季節性インフルエンザ流行期に入りますが、両者を臨床的に鑑別することは困難です。当院は発熱外来を設け、COVID-19疑い患者に対してCOVID-19・インフルエンザの両検査を行い鑑別し対応してまいります。今後とも変わらぬご支援を賜りますようお願い申し上げます。

認定看護師シリーズ vol.9

認定看護師の紹介

認定看護師とは…
ある特定分野で、熟練した看護技術と知識を有する看護師のこと

摂食嚥下障害認定看護師

加藤 敦子看護師

摂食嚥下障害とは、食べたり飲み込んだりすることが上手にできなくなった状態をいいます。摂食嚥下障害看護認定看護師は、そのような障害を持つ患者さまのサポートをします。具体的には、適切な食事環境や姿勢の調整、食事の形を選択し、必要な方には水分にとろみをつけて、安全に食事ができるようにサポートします。

人の最後の楽しみは食事と言われています。口から食事を摂ることが大切とされることから口の中に問題はないか、入れ歯は緩んでいないかなども確認し、口のケアに対して歯科スタッフと連携しています。口の中を清潔に保つだけではなく、口の機能低下を防ぐため、舌の上や頬の内側をストレッチする口のリハビリをしています。

また、普通に食べることができていても、薬を飲むことが難しい方もいます。どのような薬の形なら飲みやすいか、水ではなくゼリーやとろみがついた水で飲んだ方がよいか

など、安全な薬の飲み方を言語聴覚士や薬剤師と相談し対応しています。このように摂食嚥下障害の患者さまに対しては医師や歯科医師の他、多職種のスタッフとチームとなって介入する必要があります。

今後も患者さまの口から食べる楽しみを、多職種の方々と協力しながらサポートしていきたいと考えています。

当院の職員のみを対象に献血を実施しました

9月25日（金）に、講堂において当院の職員のみを対象とした献血を実施しました。

今なお猛威を振るい続ける新型コロナウイルスは、献血による血液の安定確保にも影響を及ぼしています。外出自粛により献血場所に赴く方が減少したことや、各種イベントの中止、企業のテレワーク導入、大学休校等に伴う集団献血の中止が要因です。

当院においても、感染拡大状況に鑑み、今年度の献血は止む無く見合わせていましたが、コロナ禍にあっても血液を必要とする方の助けになりたいという思いから、栃木県赤十字血液センターとの協議を重ね、今回、職員のみで献血を実施することとしました。そのため、通常時に比べて少ない献血量とはなりましたが、当日は、業務の合間を縫って66名（受付数71名）もの職員が献血を行いました。

未だ事態収束の兆しは見えない状況ではありますが、栃木県赤十字血液センターでは、全ての献血場所で十分な感染対策を講じており、これまでどおり皆さまに安心して献血いただくことができます。

引き続き、血液事業に対するご理解とご協力をお願いいたします。

▲オープン献血の会場となった講堂

▲献血の様子

野球部活動報告

足利市硬式野球場改修記念試合に出場

9月21日（月）に、足利市硬式野球場の改修を記念して、当院野球部と足利市A級選抜チームによる親善試合が行われました。

新型コロナウイルス感染防止対策として、観客は入場口で検温、手指消毒を実施し、観客席も密集しないよう距離を保つため、通常の4分の1に制限しました。

当日はオープニングセレモニーが行われ、小松本悟院長と足利市野球協会木村好文会長から両チームに記念品が贈呈されました。試合開始前に行われた始球式では、小松本院長が見事なストライク投球を披露し、250名の観客は大いに沸きました。当院野球部は序盤から着々と加点し、12対1で見事勝利しました。

▲見事な投球を披露した小松本院長

▲左前安打を放つ石原事務部長

チーム名	1	2	3	4	5	6	7	8	9	合計
足利赤十字病院	2	0	4	0	0	3	2	0	1	12
足利市A級選抜	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1

天皇賜杯第75回全日本軟式野球大会栃木県予選 結果報告

8月1日（土）～8月8日（土）に行われた天皇賜杯第75回全日本軟式野球大会栃木県予選に出場し、2年連続6度目の優勝を飾りました。

今回の結果を踏まえ、当院野球部は10月31日（土）から岡山県で開催される軟式野球最高峰の大会、天皇賜杯第75回全日本軟式野球大会ENEOSトーナメントに栃木県代表として出場します。

決　勝	VS ALSOK北綜警（宇都宮市）	○	7対6（延長11回）
準決勝	VS セルフィッシュ（小山市）	○	5対0
3回戦	VS かねふくロッキー（宇都宮市）	○	8対1（7回コールド）
2回戦	VS 富士通㈱那須工場（大田原市）	○	4対0

▲決勝で同点となる満塁本塁打を放つ倉持

▲足利赤十字病院野球部

栄養課の窓

食欲の秋 到来!
秋の味覚「梨」について特集します♪

生でそのまま食べるだけじゃない!
やわらかポークソテー梨ソースがけ♪

■栄養成分(1人分):310kcal
たんぱく質:13.6g　塩分:1.4g　食物繊維:1.9g　カリウム:251mg

材料[2人分]

- 豚ロース(生姜焼き用)…4枚
- ★
  - 梨…1/2個
  - 醤油…大さじ1
  - みりん…大さじ1/2
  - 酒…大さじ1/2
- オリーブ油…適量
- バター…小さじ1
- 粗挽き黒胡椒…少々

〈付け合せ〉
サラダ(野菜50g)

秋の味覚「梨」は健康にも美容にもいいことといっぱい!

- ✿食物繊維:整腸作用や体内への脂肪吸収抑制効果
- ✿カリウム:体内の余分な塩分排出・血圧上昇抑制、むくみ改善
- ✿アスパラギン酸:疲労回復効果

梨に含まれるたんぱく質を分解する酵素『プロテアーゼ』は、調理に利用すれば肉を軟らかくする効果と、食後の消化促進効果も期待できます!

~作り方~

1. 梨は種を取り皮をむいてすり下ろす。
2. ポリ袋に豚肉と★の材料を入れ、軽く揉み込んで冷蔵庫に1時間置く。
3. 豚肉についている漬けダレをポリ袋の中で軽く拭ってから、オリーブ油を熱したフライパンで焼く。
4. 片面が焼けたらひっくり返してポリ袋に残っている漬けダレを全て入れ煮絡める。
5. 仕上げにバターを加え、好みで黒胡椒を振る。

管理栄養士
中里見 理菜

臨床検査の豆知識

Q 病理診断とは?

A 臨床検査技師が作製したプレパラートを病理医が顕微鏡で観察し、良性腫瘍か悪性腫瘍(癌)かの診断を行うことです。また、癌と診断された場合は外科的手術により癌の臓器や周囲のリンパ節が切除され、癌が完全に取りきれているかどうか、癌がどこまで進行しているか、リンパ節に転移がないかの診断も行っています。

Q プレパラートはどのように作製するの?

A 病理診断の際に顕微鏡で観察するためのガラス標本をプレパラートと呼びます。内視鏡検査や手術で切除された組織を細かく切り出し、それらをパラフィン(ろうそくの蝋のようなもの)で固めます。そして特殊な機器で3μm(ミクロン※1μm=0.001mm)ほどの薄さにスライスし、スライドガラスに貼り付けます。さらにHE染色という染色を行い、組織を紫とピンクに染め分けるとプレパラートの完成です。

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.31／令和2年10月30日発行　編集・発行／足利赤十字病院広報委員会