

地域に根差す、足利赤十字病院の広報誌

風流鯨

— かせながすくじら —

ご自由にお持ち下さい
Take Free

2023.4 Vol.41

● 看護部長
● 退任・就任挨拶

● 診療科紹介〈人間ドック〉 ● サイバーナイフ治療開始



Organization Accredited
by Joint Commission International



日本医療機能評価機構



TOPICS

- 節分鎧年越
- 中華醫事科技大学訪問
- 令和5年度入社式
- ハートクロスフェスタのご案内
- 栄養課の窓
- 放射線の豆知識

退任

看護師人生41年の軌跡

昭和57年4月1日に足利赤十字病院の職員に加えていただきました。足利赤十字病院の歌の歌詞にあるように、両崖山のふもとに病院がありました。院長先生は初代の小野康平先生でした。私はCCU病棟に配属となりました。新人の夜勤の独り立ちは足利花火大会の日と決まっています、ドキドキで夜勤をした覚えがあります。いくつかの病棟を経験し、平成7年に広尾の幹部看護婦研修所で1年間、管理の勉強をさせていただきました。研修所から帰ってきてすぐにさくら棟が竣工し、すみれ、ひまわり、さくらという呼び名で病棟が区分けされました。この時にプチ移転を経験し、後に新病院への大移転を経験しました。新病院移転では旧病院から患者さんの搬出という役割をいただき、成功させるためのシミュレーション等を重ね、当日を迎えました。1日で患者さんすべてを新病院へ搬出した時には、感無量でした。

毎年のように何らかの災害が発生し、東日本大震災や、ダイヤモンドプリンセス号での感染者対応などには、赤十字精神を持った頼もしい職員をたくさん派遣でき、当院の誇りでもあると思います。新型コロナウイルス感染症発生から4年目となり、ようやく落ち着きがみられてきました。これも職員が一致団結して乗り越えたおかげだと思います。

JCI審査も更新し続けることができ、新病院での黒字経営を継続していくためのベッドコントロールも看護部としての大きな役割を發揮できたと思います。皆様方のご協力のおかげと感謝申し上げます。これからも地域の中核病院として役割を果たしていけるよう結束を強めて進んでいってください。41年間ありがとうございました。



参与(前看護部長)
勅使河原 由江

就任



看護部長
中山 千穂

このたび、看護部長を拝命いたしました中山千穂でございます。大役を引き継ぎ、重責に身の引き締まる思いで日々を過ごしております。

私は、足利赤十字病院に勤務して30年になります。10年前より災害救護担当者として、職員の救護員育成に携わってきました。前任の勅使河原看護部長より令和3年より病院の経営参画やマネジメントについてご指導をいただき、認定看護管理者の認定を受けることが出来ました。

看護部は病院組織の中で最大数の職員が在籍しています。その最大規模の看護職員が役割を十分に發揮し、質の高い看護を提供出来るよう日々努力していきたいと考えております。医療チームの一員として看護部組織が病院運営と地域医療に貢献できるよう努めていきたいと思っております。これからもご指導、ご鞭撻のほどよろしくお願い申し上げます。

診療科紹介

人間ドック

Ningen Dock



副院長兼第一脳神経内科部長兼健診センター長
五十棲 一男

早期発見・予防・健康増進

～ 信頼され、満足していただける人間ドックを目指して ～

人間ドックは健康診断の一種ですが、より検査項目が多く、一般の健康診断では見つけることができない病気の早期発見・予防・健康増進ができるところが最大のメリットです。当院の健診センターは、現在一日ドックのみを実施しており、一日10名でゆったりと受検いただいています。場所は病院2階とつながっていますが、センター内には内科診察室、婦人科診察室、生理機能検査室、超音波検査室があり、視力、眼底検査、聴力検査の器械も備えていますので、検査ごとの移動は少なくすみます。内視鏡検査室もセンターを出たすぐの病院内にあります。また受診される方が寛げるようにセンター内の待合には個室化したリクライニングシートが用意されています。

人間ドックの検査は基本項目以外にオプション検査があり、ご希望に応じて選んでいただけます。胸部CT検査、乳腺超音波検査、PSA検査(前立腺癌)など癌関連のものを含め、異常が疑われる場合には院内の各診療科や連携施設への紹介を行っています。また、VSRAD(ブイエスラド)、MCIスクリーニング検査プラス、のうKNOW(ノウノウ)など認知症関連の検査もあります。VSRADとは、アルツハイマー型認知症の原因である脳の萎縮をMRIで調べるもので、特に発症

早期に萎縮が見られる海馬傍回(かいばぼうかい)、海馬、扁桃体の萎縮度を簡単に調べられることが特徴です。MCIスクリーニング検査プラスは、血液でその時点のMCI(軽度認知障害)のリスクがわかる検査であり、結果に応じたアドバイスが得られます。のうKNOW(ノウノウ)はWeb経由のトランプ型知能テストです。最近のトピックスとしては、軽度認知障害の段階であれば、運動、禁煙、野菜・果物・魚の摂取、節度ある飲酒、標準体重の維持、血圧・脂質・血糖のコントロール、心の健康、聴力の維持、積極的な知的・社会的活動によって回復する、もしくは進行を和らげられることが挙げられます。

人間ドックのスタッフ



治療開始

サイバーナイフが変える
放射線治療

放射線治療の始まりは1896年と言われています。さまざまな技術革新の結果、現在では手術、抗がん剤と並んで、悪性腫瘍の3大治療の1つに数えられています。

サイバーナイフの特徴を知っていただくために、これまでの放射線治療の進歩をご紹介します。X線の発見は1895年11月8日と言われています。Wilhelm Conrad Rontgenは、放電管の実験中に、離れた蛍光板を光らせる謎の放射線(X線)があることを発見し、ドイツの学会に報告しました。翌年には、鼻腔癌などに対する放射線治療が始まりました。X線のエネルギーを上げることで身体深部の治療ができるようになり、細胞に対する放射線の影響が研究されると1960年代には「多分割照射」という技術が確立されました。悪性腫瘍に接する正常組織を守りつつ、効果を上げることができますので、放射線治療がいろいろな病気に対し、ますます有用な治療となりました。放射線治療は10回～30回程度に分けて照射する治療となりました。

最近の大きな進歩は「定位照射(いわゆるピンポイント照射)」です。多分割照射と対照的に寡分割1回～5回で照射する方法です。画像診断の進歩と照射機器

の精度向上で実現しました。病変が明確に同定され、正確に照射できれば、病変を狙い撃ちできます。どうしても近傍の正常組織は巻き添えで障害を受けますが、限られた範囲であれば、臨床的に問題になることはありません。むしろ、圧倒的な大線量を照射できますので治療効果は大きくなります。一例として早期肺癌や少数肺転移への治療を定位照射で行うと、従来の多分割照射の3～4倍の強さの放射線を当てることができます。照射された病巣の制御率は、従来の他分割照射がおおよそ70%前後に対し、定位照射では95%前後になります。しかも照射範囲は著しく狭くなりますので、病変の部位にもよりますが、照射後の呼吸苦などの症状を伴うような重い放射性肺臓炎をおこすことはほとんどありません。

定位照射に最も適した特徴を持つのがサイバーナイフです。照射装置をロボットアームに据え付けることで、さまざまな方向から多数の放射線を照射し、ピンポイントに放射線を集中させることができます。また、照射直前や照射中に位置確認できる画像照合装置が付いています。照合の結果、病変が想定された位置から動いた場合は、自動的に照射位置を修正し、本来の位置に照



▲高精度放射線治療棟



待合室▼▶



▲照射室

天井にスカイパネルを設置するなど、リラックスできる様に明るい雰囲気になっています。

射します。サイバーナイフは照射中、常に位置確認、修正を繰り返していますので、病変の位置が変わっても狙いを外すことはありません。肺や肝臓のような呼吸性移動のある臓器内の病変でも呼吸の動きに合わせて自動追尾照射ができますので、照射範囲が狭く設定でき、念のためにやや広く照射する必要はありません。

サイバーナイフの得意とする病気は、肺癌や肝臓のような呼吸性移動を伴う臓器の腫瘍です。手術とほぼ同等な治療が期待できます。手術と違って外来通院で、痛み等も生じません。心臓病や糖尿病などがあっても照射は可能です。頭頸部腫瘍の再発転移にも効果があります。頭頸部腫瘍ではリンパ節転移などを伴うことが多く、はじめは手術、抗がん剤、多分割照射での放射線治療が用いられます。再発、転移に対してサイバーナイフでは照射範囲を限定できますので、再照射、再々照射が可能です。脳転移にも有効で、従来の多分割照射では治療は困難でしたが、定位照射では10個以下の転移に対しては、それぞれ90%程度の制御(根絶)が期待できます。同様に、少数の骨転移やリンパ節転移にも定位照射が適しており、良好な経過を期待できます。

前立腺癌に対しても定位照射が行われています。米国では、前立腺癌患者が多くいるため、治療期間の短い定位照射が15年以上前から行われています。2016年に日本でも保険診療が認められ、徐々に普及しつつあります。治療率は病期に応じて変わりますが、おおむね手術と同等です。定位照射は外来通院5回で終了しますので、負担はずいぶん少ないと思われます。欧米では10年以上前から、乳癌の術後照射も定位照射で行われています。日本ではまだ一般的ではありませんが、5回の照射で25回や16回照射と同様な効果が期待できます。

放射線治療は10年前とすっかり変わっています。分子標的薬や免疫チェックポイント阻害薬ほどの話題にはなりませんが、明らかに異質の治療が可能になっています。従来の放射線治療の対象にならなかった患者でも副作用に苦しむことなく、短期間で効果を上げられる可能性があります。ご相談いただけることを期待しています。

放射線治療科 塚本 信宏

CyberKnife



活動報告&お知らせ

活動報告 医師・臨床研修医が節分鑑年越に参加しました

新型コロナウイルスの影響により3年ぶりの開催となった、足利市の伝統行事『節分鑑年越』に、医師・臨床研修医、総勢22名が参加しました。鑑に身を固めた参加者がホウライや太鼓の音と

共に、街頭の声援に応じながら、立派な武者のいでたちで足利の町を練り歩き、最後は鑊阿寺で追儺式(豆まき)を行いました。



活動報告 中華醫事科技大学(台湾)を視察しました

3月10日から3月12日にかけて室久院長、瀧永医療国際部室長ら病院代表者が、中華醫事科技大学(台湾)を訪問し、関連施設を視察しました。

当院は、同大学と2015年に「相互医学向上と人事交流を目的とした協定」を締結し、2016年(第1期)～2019年(第4期)まで20名のインターンシップ実習生(看護学生18名・事務2名)を受け入れてきました。

現地では、中華醫事科技大学の教員及び100名を超える学生に対して、当院の概要と実習内容について説明し、今後の実習再開に向けて意見交換を行うことが出来ました。



2023年度においては、コロナ情勢にもよりますが、看護部門、事務部門及びコメディカル部門で第5期の受け入れを予定しています。

活動報告 令和5年度入社式を実施しました

4月3日(月)に、病院講堂において令和5年度入社式が執り行われ、新たに105名の職員が入職しました。入社式では、真新しい白衣や制服に身を包んだ新入職員が、強い決意を胸に新たな一歩を踏み出しました。院長は式辞の中で、「病院理念達成のため全力で取り組み、弛みない努力を継続してください。」と述べ、新入職員が病院と地域に貢献していくことに期待を寄せました。

地域の皆さま、関係機関の皆さまにおかれましても、令和5年度新入職者に対して温かいご指導ご鞭撻をどうぞよろしくお願いいたします。



入場無料

お知らせ 足利赤十字病院 病院祭「ハートクロスフェスタ」の開催を決定!

病院祭「ハートクロスフェスタ」を開催します。地域住民との触れ合いを目的としたこの病院祭は、令和元年以降、新型コロナウイルスの影響により開催が見送られていました。今回は、4年ぶり7回目の開催となります。

開催日時 5月13日(土) 10:00～14:00

会場 足利赤十字病院

- ★高校生病院体験 ★救急法
- ★幼児安全法 ★ちびっこ写真撮影
- ★お薬相談 ★調剤体験 ★運動機能測定
- ★レザークラフト体験 ★健康・栄養相談
- ★救護車両展示 ★ストラックアウト
- ★パターゴルフ ★ヨーヨー釣り 等



※写真は過去の病院祭の様子



栄養課の



夏本番前の準備

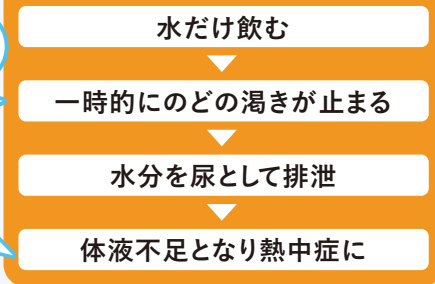
熱中症予防について

熱中症は、気温以外に体調や暑さに対する慣れなどが影響して起こります。気温が高なくても、湿度が高い日や体が暑さに慣れていない今の時期は注意が必要です。

体の約60%は水分です。
水を蓄える機能はありません。

のどが渇く前に、こまめな水分補給をしましょう！

熱中症の原因



同時に摂取すると水分の吸収UP!

0.1~0.2%の食塩(ナトリウム:40~80mg/100ml)と糖(4~8%)を含んだ飲料がおすすめ!

★熱中症予防:クラッシュゼリー★

材料・分量[2人分] ●ポカリスエット・・・200ml ●ゼラチン・・・5g ●水・・・大さじ1 ●好きな果物

- 作り方**
- ①ゼラチンと水を合わせて電子レンジ600Wで30秒温めます
 - ②ポカリスエットと①を合わせてよく混ぜます
 - ③②を冷蔵庫で2時間冷やします
 - ④③を盛り付け、果物を添えて完成です

■栄養成分(1人分)
エネルギー・・・34kcal
炭水化物・・・6.2g
たんぱく質・・・2.3g
脂質・・・0g
食塩相当量・・・0.12g



ただし、塩分制限やエネルギー制限のある方は、過剰となることがありますのでご注意ください。

管理栄養士 小堀史央里

放射線の豆知識

MDL: X線上部消化管造影検査

(Magendurchleuchtung)

人間ドックの検査でもおなじみの、胃のバリウム検査の事をあらわします。今回は、このMDLについて少しお話します。



Q MDLはどんな検査?

A 造影剤であるバリウム(150ml)と、胃を膨らませる発砲剤を飲み、エックス線で食道や胃の形状やひだの状態を撮影する検査です。胃の粘膜にバリウムを付着させるために、指示に従って何度も回転をしたり、体の向きを変え撮影を行います。時間はおよそ7-8分程度です。

Q 何故ゲップをしてはいけないの?

A 胃は、食べ物が入っていない状態だと、巾着袋のようにシワシワで小さくなっています。この状態でバリウムを飲んで検査をしても、シワが邪魔になり病変を見つける事が出来ません。発砲剤を飲むと、胃が膨らんでシワが伸び、胃の粘膜の状態が良くわかります。胃のシワを伸ばした状態で撮影を行うためには、ゲップを我慢していただく事が重要となります。