

やすらぎ通信

第86号（平成30年1月1日） 発行：大阪急性期・総合医療センター

睦月(むつき)



（平成29年度作品展より 「ご主人さまだよ！あの声は」 清水 ミツ子 氏 出展作品）

<目次>

季節を愛でる	・・・P.1
今月・来月の催し	・・・P.2
管理栄養士のコーナー	・・・P.4
今月のきらりさん	・・・P.5
NEWS	・・・P.6

掲示板	・・・P.7
地域の医療機関の皆様へ	・・・P.10
今月の風景	・・・P.11
編集後記	・・・P.12

「何となく今年はいい事あるごとし 元旦の朝晴れて風なし」 石川啄木

新年明けましておめでとうございます。

さあ、一年の始まりです。初明り、初東雲（はつしののめ）、初日、初門出、初詣、初炊ぎ（はつかしぎ）、と様々な自然現象や行いに「初」の字を付けて新しい一年を祝います。元旦、あるいは正月2日に見る夢を「初夢」と言いますが、皆さまは、どのような初夢を見られましたでしょうか。枕の下に「七福神の乗る宝船」の絵を置いて寝ると吉夢が見られると言われていています。七福神とは、福德をもたらすとして信仰されている7人の神のことですが、一年の開運を祈りながらこれらを祀る寺院や神社を巡ると健康にも良さそうです。「七難即滅、七福即生」の説にありますように、七福神を参拝すると七つの災難が除かれ、七つの幸福を授かると言われています。大阪市内では、大国主神社（大黒天）、今宮戎神社（恵比寿）、大乘坊（毘沙門天）、法案寺（弁財天）、長久寺（福祿寿）、三光神社（寿老人）、四天王寺（布袋尊）を巡るコースを「大阪七福神巡り」と呼ぶようですが、府内には、他にも多くの七福神がおられます。

今では稀になってしまいましたが、元旦の朝、お節料理に箸をつける前に屠蘇（とそ）をいただく習慣があります。屠蘇とは、山椒や肉桂、桔梗、防風、陳皮など数種類の生薬を日本酒やみりんに浸したものです。「邪気を屠（ほふ）り、新しく蘇る」という意味があるそうです。年少者から年長者の順に盃を回すことで、若者の精気を分けてもらえ、長寿をもたらすとされています。「お酒は二十歳になってから」ではありますが、みりんで作られた甘口のものは、子どもの頃に口にされた方もおられるかもしれません。

新年には、お祝いのためのお菓子もたくさんありますが、私の一押しは、「花びら餅」です。牛蒡（ごぼう）と薄紅色を付けた白味噌餡を求肥や餅で包んだ和菓子です。このお菓子の由来は、平安時代の新年行事「歯固めの儀」にあるようです。「歯固めの儀」とは、餅の上に赤い菱餅を敷き、その上に猪・鹿・押し鮎（塩漬けした鮎）や大根・瓜など固いものをのせて食べ、歯を丈夫にする事で長寿を願うものです。そんな儀式が簡略化されていく過程で、「宮中雑煮」と呼ばれる、白餅と紅餅を重ねたもので食べ物をくるんで食べる様式に変化します。この宮中雑煮がさらに簡略化されて生まれたのが「花びら餅」で、押し鮎の見立てとして牛蒡が、京都風の白味噌仕立ての雑煮の代用として白味噌餡が使用されています。このお菓子は、どのお店の物も大変美味しく、食べ比べるのも楽しみの一つです。

去年から今年へと一瞬で移り変わる時の移ろいへの感慨に浸りつつも、連なる月日に節目を与えて生活にけじめをつけることで、気持ちを新たに、希望をもって暮らして行けるのかもしれない。冒頭でご紹介した石川啄木の短歌のように、すがすがしい一年の始まりには、夢や願いが叶う予感と共に気力も湧いてきますね。





【第26回病院ギャラリー企画展

『須田剋太「街道シリーズ」挿絵原画展～大阪・和歌山編～』

開催期間 12月18日（月）～平成30年3月9日（金）

展示場所 本館2階 病院ギャラリー

展示作品 絵画：24作品

本企画展は、大阪府立江之子島文化芸術創造センターのご協力を得て実施しています。

【第51回 万代・夢寄席「豊来家玉之助 新春太神楽」

日時 1月9日（火） 午後2時～3時

場所 本館3階 講堂

出演 豊来家 玉之助 氏

入場料 無料



【相愛大学連携 第77回 外来糖尿病教室 知って得する！糖尿病との付き合い方】

日時 1月16日（火） 午後2時～3時

場所 本館1階 アトリウム

内容 糖尿病治療その1、SGLT2阻害剤について

糖尿病内分泌内科医師 清水 彩洋子

運動療法について

理学療法士 長島 健太郎

ちょっと待って、その一口

管理栄養士 隈元 理香

参加費 無料

【第58回 相愛大学連携コンサート「声楽・チェロ・ピアノ トリオコンサート」】

日時 1月25日（木） 午後2時～3時

場所 本館3階 講堂

出演 日野 綾香 氏（ソプラノ）

片岡 あづさ 氏（チェロ）

山崎 雅世 氏（ピアノ）

入場料 無料



【すこやかセミナー「お年寄りに多い瞼の疾患」】

日時 1月26日（金） 午前11時～12時

場所 本館3階 講堂

講師 形成外科主任部長 福田 健児

参加費 無料

【すこやかセミナー「家庭でもできる感染対策について」】

日 時 2月8日(木) 午後2時～3時
場 所 本館3階 保健教室
講 師 感染管理看護師 飯野 江利子
参加費 無料



【第52回 万代・夢寄席「桂春団治一門会」】

日 時 2月14日(水) 午後2時～3時
場 所 本館3階 講堂
出 演 桂 花団治 氏、桂 咲之輔 氏
入場料 無料



【相愛大学連携 第78回 外来糖尿病教室 知って得する！糖尿病との付き合い方】

日 時 2月21日(水) 午後2時～3時
場 所 本館1階 アトリウム
内 容 インスリンの治療薬 ～インスリンのポイントまとめました～

糖尿病内分泌内科医師 畑 雅久
糖尿病看護認定看護師 後藤 博美
相愛大学 准教授 竹山 育子 氏

参加費 無料

【すこやかセミナー「大腸がんについて ～検診・診断・治療などいろいろな話～】

日 時 2月23日(金) 午後2時～3時
場 所 本館3階 講堂
講 師 消化器外科副部長 小森 孝通
参加費 無料



管理栄養士のコーナー

~ちょっとおいしい話~



寒いときは鍋が一番。いろいろな野菜を入れるとおいしく、体も温まりますが、買いそろえた材料も残ることが多いですね。こんなときに、定番のようでひと味違う簡単メニューをご紹介します。

冬野菜カレー

《材料》	(1人分)	(2人分)
牛肉	60 g	120 g
大根	100 g	200 g
白菜	100 g	200 g
人参	50 g	100 g
カレールー	18 g (1片)	36 g (2片)



(1人前)

エネルギー：252kcal たんぱく質：15.0g 脂質：12.3g 食塩相当量：2.0g

- ① 牛肉は食べやすい大きさに切る。
- ② 大根、人参はいちょう切りにする。
- ③ 白菜は2cm幅くらいに切る。
- ④ 鍋に油を入れて肉を炒める。肉に焼き目がついたら人参、大根を入れる。
- ⑤ 肉と野菜がなじんだら、材料がかぶるくらいの水を入れる。この後に白菜を入れるので、白菜からも水分が出るため、水を入れすぎないようにしてください。沸騰したら弱火にして20分ほど煮る。
- ⑥ 大根が半透明になってやわらかくなれば、白菜を入れる。白菜がしんなりしたら、カレールーを入れて10分ほど煮込む。肉、野菜に味がしみこんだらできあがり。



肉を炒めるときにカレー粉や、スパイスを入れると分量どおりのカレールーを入れなくとも減塩にもなり、おいしくなります。しいたけなど、きのこ類を入れるときは肉と一緒に炒めて、火が通ったらきのこだけを取り出してトッピングに添えてもいつもと違うカレーになります。

管理栄養士 伊藤 晶

今月のきらりさん

自分の持ち味を生かした看護、すなわち“きらりと光る看護”を行っている
当センターの看護師を紹介させていただくコーナーです。

10階東病棟 石山 智香子 看護師長

10階東病棟は、消化器外科 46床（HCU4床含む）の病棟です。消化器系の主な疾患は悪性疾患がほとんどを占めていますが、胆石、ヘルニア、虫垂炎などの良性疾患もあります。治療としては手術を中心に、術前術後の化学療法、放射線治療、緩和ケアを行っています。

消化器疾患の手術後は食生活や人工肛門造設によるボディーイメージの変化など、患者さんの苦痛や不安も大きく、身体的・精神的サポートが重要です。最近では高齢者や合併症のある患者さんも増加しており、術後管理には細心の注意を払っています。私たち看護師は、患者さん・ご家族が不安なく在宅復帰できるように、理学療法士・言語聴覚士・栄養士や薬剤師、MSWなどあらゆる専門的分野のスペシャリスト達と早期からチームで関わり退院支援につとめています。

また、周手術期、化学療法、放射線療法、緩和ケアに関するがん看護全般における専門的知識を求められることから、それぞれの特徴的な看護についての学習を深め、スタッフ全員で情報共有し、看護に活かせるよう日々奮闘しています。

手術後、患者さんが元気に退院されていくのが、私たちの一番の喜びです。退院後の外来受診時に「少し食べられるようになったよ」「毎日ウォーキングできるようになったよ」と元気な顔を見せに来てくれる患者さんも多くいますが、抗がん剤治療を継続される方や、再発の可能性が高い患者さんもおられます。患者さんが「がん」と向き合い、治療を継続して自分らしい生活が出来るように、外来・地域との情報を共有して、患者さん、ご家族をサポートしています。

私たちは、地域がん診療連携拠点病院のなかのがん治療を行う病棟で働く一員として、誇りをもって、がん看護を担うエキスパートとして、これからも患者さん、ご家族のためにチーム力を発揮して、頑張っていきたいと思っております。



【ハイブリッドER（救急初療室）導入による重症外傷の死亡率改善について】

この度、大阪急性期・総合医療センターでは表題の件につき、学術雑誌『Annals of Surgery』誌に論文受理されました。同誌は、米国外科学会の公式機関誌であり、世界でもっとも頻繁に参照・引用されている外科学雑誌です。

わが国において、交通事故や労働災害などのケガ（外傷）による死亡は、若年者の死亡原因の第一位です。近年、ドクターヘリなどの病院前救護体制の整備や外傷診療の標準化により「防ぎ得た外傷死（Preventable Trauma Death）」は低下傾向にはありますが、依然として多くの重篤な外傷患者が亡くなっている現状があります。

重篤な外傷患者の約9割が出血死とされ、いかに「早く」「的確な」止血治療を行うことができるか？という点が外傷診療の肝となります。的確に出血部位を同定するためのCT検査、そして血管造影によるカテーテル治療や開腹開胸手術などの外科的治療が必須です。しかしながら、従来型の外傷センターでは、救急車から搬入される初療室（ER）、CT検査室、血管造影室、手術室、がそれぞれ別々の離れた場所に位置するのが一般的でした。そのため、その移動に多くの時間がかかってしまうことが、一刻一秒を争う外傷診療の現場において克服すべき大きな課題でした。

大阪急性期・総合医療センター 高度救命救急センターは、重篤な外傷患者の救命に必要な全ての「検査」と「治療」を、速やかに行うことができる「ハイブリッドER」を開発し、世界で初めて2011年8月から運用を開始しました。これは、従来型の外傷センターではそれぞれ距離的に離れた場所に位置する初療室（ER）・診断のためのCT検査室・止血治療のための血管造影室および手術室、を一つの外傷初療室（ハイブリッドER室）に集約したものです（写真）。



今回受理されました学術論文では、ハイブリッドER導入前後の8年間の外傷診療成績を比較検討することにより、その有用性を評価しました。ハイブリッドER導入によりCT検査までの時間は26分から11分、緊急止血処置までの時間は68分から47分、と劇的に短縮することに成功しました。その結果、これまで救命困難とされた重篤な外傷患者のうち、3人に1人が救命できるようになりました。特に、出血が原因で死亡する患者数は、従来の半分以下に抑えることができました。ここ最近、日本全国で普及しつつある「ハイブリッドER」の有用性について学術的に評価した初めての報告になります。

高度救命救急センター長 藤見 聡

掲示板

【インフルエンザ対策についてのお願い】

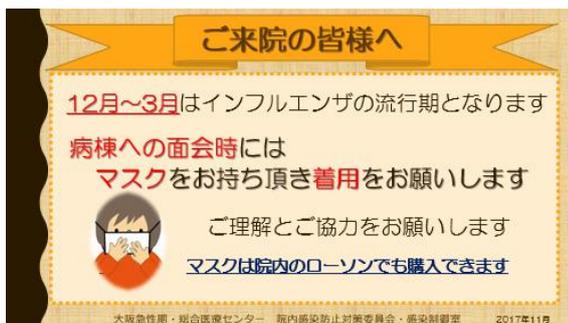
12月～3月はインフルエンザの流行期です。高熱・関節痛などの症状や感染力が強いことが特徴です。短期間に多くの方が感染してしまいますので、感染を広げないために、来院の時には、下記の事項へのご協力をお願いします。

咳エチケット



- ◇発熱や咳等の症状がある時はマスク着用する。
- ◇急に咳がでそうになったら、他の人に咳やツバが飛ばないように、口や鼻をハンカチやティッシュペーパーでおおう。
- ◇咳やくしゃみの後は手洗いをしてください。

面会時の注意事項



- ◇発熱のある方の面会をご遠慮ください。
- ◇インフルエンザ流行期の12月～3月は、マスクをご持参頂き着用してください。
- ◇病室への出入りの際は、各病室前に設置してある消毒剤で手指の消毒をしてください。

【大阪府市共同住吉母子医療センター（仮称）整備工事に伴うローソンの休業について】

大阪府市共同住吉母子医療センター（仮称）と既存棟を繋ぐ渡り廊下からローソン入口までの上部に屋根付き通路を整備することに伴い、平成30年1月8日（月）8時～1月14日（日）24時（予定）の期間、ローソン（店舗）が休業となります。

また、1月21日（日）も工事の関係で休業となる可能性があります。

ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をいただきますようお願いいたします。

【公共交通機関ご利用のお願い】

大阪府市共同住吉母子医療センター（仮称）の建設工事に伴い、南側平面駐車場を閉鎖し、中央館南側の立体駐車場及び北側駐車場をご利用いただいております。

駐車スペースが限られるため、入庫するまでに時間がかかる場合があります。

大変ご不便をおかけいたしますが、来院の際には余裕をもってお越しいただくか、公共交通機関をご利用いただきますようお願いいたします。

(URL) <http://www.gh.opho.jp/access.html>

【ボランティア活動のお知らせ】

当センターでは、採血室受付や図書コーナー、入院時の病棟への案内、看護学生のボランティアやクリニック라운の訪問を受け入れるとともに、リハビリ病棟の長期入院患者さんを対象に、ハンドマッサージ（大阪府鍼灸マッサージ師会の協力）や理髪ボランティア（近隣理髪店の協力）、ピアサポートを実施しています。また、看護学生や保育学生が話し相手や遊び相手のボランティアをしています。

これらの活動状況は、当センターホームページで紹介していますので、是非ご覧ください。また、ボランティアを随時募集していますので、お問い合わせください。

(URL) <http://www.gh.opho.jp/recruit/10.html>

【「医療相談」コールセンターのご利用を ～地域医療連携センター～】

患者さんやご家族などからの医療や病院利用に関するご相談に、看護師が電話で応じさせていただく「医療相談」コールセンターを開設運用しております。是非お気軽にご利用ください。

電話番号	06-6692-2800	(専用電話回線)
	06-6692-2801	(専用電話回線)
相談日時	月曜日～金曜日	午前9時～午後5時
	(年末年始、土・日・祝日除く)	
相談対象	医療相談を希望されるご本人若しくはご家族等	
相談員	看護師	

【診察予約変更センター 9診療科において

診察の予約日・時間の変更を電話で受け付けています！】

当センターでは、下記の9診療科を対象に、電話で診察時間の予約の変更ができるよう「診察予約変更センター」を設置しています。是非積極的にご活用ください。なお、このサービスは初診に関しては行っておりませんので、ご注意くださいようお願いいたします。

電話番号	06-6692-1201 (代表)にダイヤルして	
	「予約変更センター」と言ってください。	
受付時間	午後3時～午後5時(平日のみ)	
対象診療科	呼吸器内科 消化器内科 糖尿病内分泌内科	
	皮膚科 形成外科 腎臓・高血圧内科 神経内科	
	脳神経外科 耳鼻咽喉・頭頸部外科	

【入院治療費や外来での検査費用の

概算を予めお知らせするサービスをしています】

当センターでは、入退院センターにおきまして、ご入院申し込み時に予め標準的な治療を行った場合の概算費用、医療・福祉相談コーナーなどでCT、MRI、RI、エコー検査など検査の概算費用をお知らせするサービスを行っています。

【医療費の支払いはキャッシュカードでできます！】

当センターの医療費自動精算機は、デビットカード対応となっておりますので、ほとんどの金融機関のキャッシュカードでお支払いができます。引き落としの手数料は不要ですので大変便利です。是非ご利用ください。

なお、一般のクレジットカードでのお支払いもできます。

【Facebook ページ開設のお知らせ】

当センターでは、公式 Facebook ページを開設しております。Facebook のアカウントをお持ちでない方でも、ご覧いただけます。

(URL) <https://www.facebook.com/osakageneralmedicalcenter>

※スマートフォンでご覧になる場合は、右の QR コードをご利用ください。



【やすらぎ通信はメルマガで！】

「やすらぎ通信」は、メルマガでも配信しております。ご希望の方は、当センターホームページの「メールマガジン申込」からアドレスを登録していただきますようお願いいたします。なお、ホームページの検索は、「大阪急性期・総合医療センター」にて可能です。



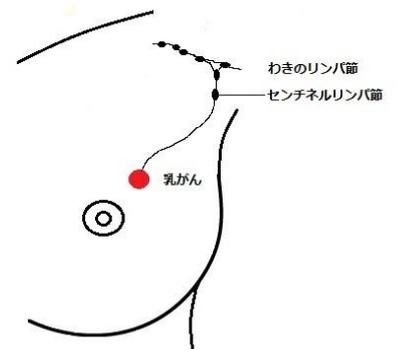
【乳腺外科の診療のご案内】

～新しい治療法

「造影 CT と造影 MRI を用いたリンパ節転移診断による脇の手術の回避」について～

この度、乳腺外科では乳がんに対する革新的な治療法を開始しましたのでお知らせいたします。

乳がんの手術として、わきのリンパ節全摘手術（郭清）がかつて広く行われていましたが、術後腕のむくみや神経障害などの後遺症に悩まされることもまれではありませんでした。そこで、治療成績は同じで最小限のリンパ節を切除する手術が考案され、標準的に行われるようになりました。「センチネルリンパ節」は乳がんが最初に転移するわきの第一リンパ節で、これを摘出し、調べて転移がなければ他の第二、第三のリンパ節には転移はないので郭清を回避できます。この第一リンパ節のみを切除する手術がセンチネルリンパ節生検です。しかしながら、体に負担の少ない手術とはいえ、わきにメスを入



れることとなりますので手術の後に傷の痛み、しびれ、

腕のむくみなどを生じることがあります。そこでもし手術の前に画像診断でセンチネルリンパ節に転移がないと診断できれば、センチネルリンパ節生検の手術も不要のものとなり、これによる後遺症も生じません。私たちはこれまで造影 CT で画像上センチネルリンパ節を特定し、これについて造影 MRI で転移診断が可能かどうか検討を重ねてきましたが、その結果、リンパ節転移を見逃すことのない正確な診断が行えるようになりました。そこでこの方法を用いて手術の前に転移診断を行い、転移がないと診断された患者さんにわきの手術（センチネルリンパ節生検）を回避する治療法を開始しました。これまで全体の約7割の患者さんはセンチネルリンパ節に転移がないにもかかわらずセンチネルリンパ節生検が行われてきましたが、この画期的な方法で回避できます。

具体的には、MRI で肝腫瘍の質的診断によく用いられる磁性体ナノ粒子造影剤リゾビストが正常リンパ節には取り込まれ画像上信号低下して黒く抜ける（図1）一方で、リンパ節内の転移巣には取り込まれず、信号低下がみられない（図2）ことを応用しています。

CT



MRI

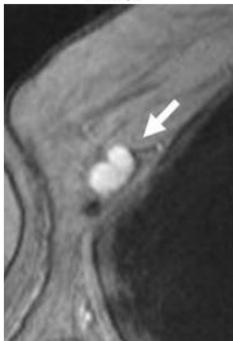


（図1）センチネルリンパ節転移陰性例
造影 CT で同定したセンチネルリンパ節（左、矢印）について、リゾビスト造影 MRI ではリゾビストが取り込まれ信号低下し黒く抜けるので（右、矢印）、転移陰性と診断できる。

CT



MRI

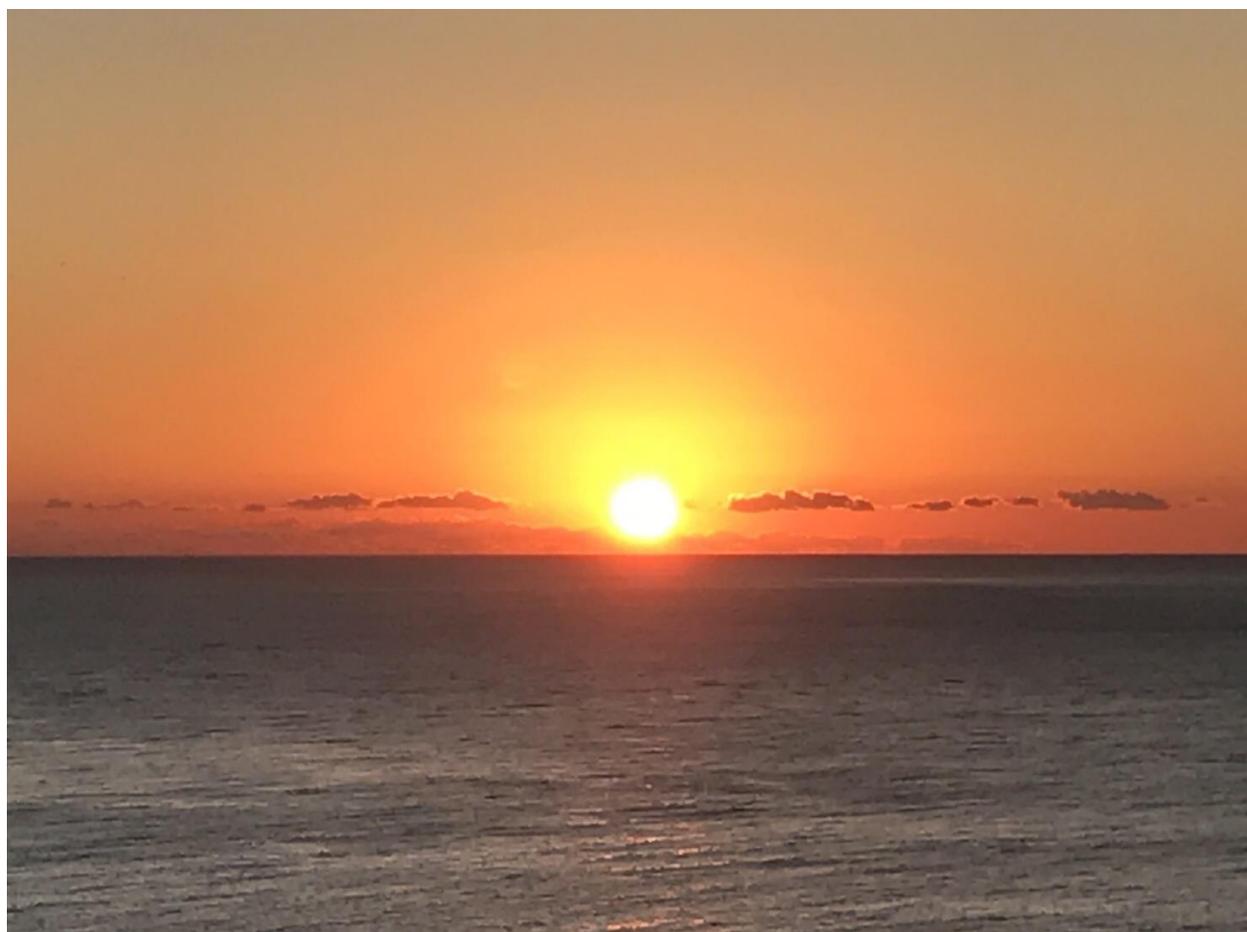


（図2）センチネルリンパ節転移陽性例
造影 CT で同定したセンチネルリンパ節（左、矢印）について、リゾビスト造影 MRI ではリゾビストの取り込みがなく、信号低下がみられないので（右、矢印）、転移陽性と診断できる。

本法は特別な装置や薬剤は必要なく、通常のCT、MRI撮影装置を用いて短時間で行えます。本治療法により不要なわきの手術を回避することができ、患者さんの手術後の負担は格段に軽減するものと思われます。本法は触診や超音波検査でわきのリンパ節が腫れていない比較的早期の方が適応となります。そのような患者さんがおられましたら是非当科にご紹介いただけますようよろしくお願い申し上げます。

乳腺外科主任部長 元村 和由

今月の風景



【コメント】

今月の風景は、本州最南端の潮岬の初日の出です。水平線から昇る初日の出に寒さも忘れ感動しました。

(鍵田 新一郎 氏 撮影「初日の出」(撮影地：和歌山県東牟婁郡串本町潮岬))

編集後記

あけましておめでとうございます。今年もやすらぎ通信は、読者の皆様に当センターの最新情報をお届けしてまいりますので、どうぞよろしくお願いいいたします。今年は戌年ということで、昨年の秋に開催いたしました作品展に出展いただいた、編みぐるみのワンちゃん達を表紙に選びました。ご主人さまの声が聞こえたときのワンちゃんの表情や様子がそれぞれ豊かに表現されていて、とても愛らしいですね。

<お願い>

読者の皆様からも、今後の表紙と「今月の風景」を飾る写真の投稿をお待ちしております。ご投稿いただける方は下記宛先までお送りください。

【宛先】 kyuseisogo@opho.jp

【注意事項】

- ・投稿写真はご自分で撮影したオリジナルの作品に限ります。
- ・タイトル、撮影日時、場所についてのコメントをメール本文に記載ください。
- ・作品は著作権、肖像権を侵害するおそれのないものに限ります。

当センターは、当センターが「希望の医療空間」「よろこびの医療空間」「やすらぎの医療空間」となるよう日々努力しています。