

いこま

近畿大学医学部奈良病院 広報誌

ご自由にお取り下さい。

2017年 1月発行 Vol.10

いこま発行10号記念



最新号

新年あけましておめでとうございます。今年最初の近畿大学医学部奈良病院の広報誌いこまです。今回は一区切りの発行10号となりました。患者様また医療関係の方々に、当病院の様々な部署紹介、最新の医療情報、健康講座、栄養だより、薬剤だより、患者様の声などの情報を、より多くの人たちに知っていただくとの思いで発行してまいりました。満足いただける十分な情報を提供できているかどうかいつも気にかかります。これからも鋭意努力して、よりよい情報提供を行いたいと思っております。

広報委員会委員長 奥田隆彦

CONTENTS

- P1 いこま発行10号となりました!
- P2 部署紹介「血液内科」
- P3 最新治療・機器紹介「発作性心房細動の冷凍バルーンカテーテルによる新しい治療方法」
- P4 ～救急救命士の気管挿管病院実習について～
- P5 Q&A「インフルエンザについて」
- P6 栄養だより「日本の食文化～行事食について～」
- P7 薬剤コラム「食べ物・飲み物と薬の飲み合わせ」
- P8 フォトコンテスト作品投票・ショートコラム・編集後記

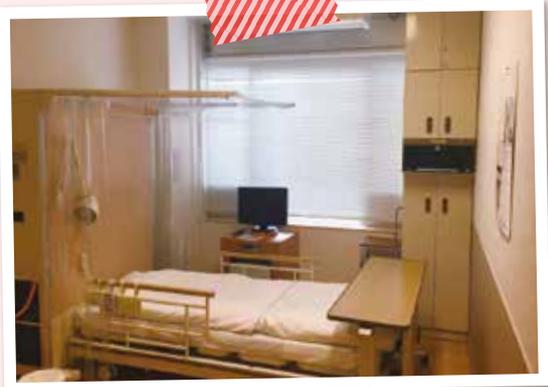
血液内科

血液内科とはいったいどういう診療科かわかる人がどれだけいるでしょうか？たまに血液疾患がドラマや映画で扱われ認知度が上がってきていると思いますが、血液検査をしてしてくれるところ、検診をしてしてくれるところとっておられる方もいるようです。血液内科は、奈良県では3施設しかなく、あまり目にしたことがないので当然と思います。血液内科では、右記の疾患などを主に、様々な幅の広い診

療をしております。治療は、一般内科領域に加えて抗がん剤療法や輸血療法を行います。特に、血液疾患の領域は非常に進歩が速く、どんどん新しい薬が開発されています。私は、新規薬剤は患者さんにとって希望になると考えております。そのため、可能な限りはやく新規薬剤の病院への導入を目指しております。当然副作用も患者さんは気になる場所ですので、患者さんとよく相談して投与を決める必要はあると思います。我々は、治療とは病気に対して行う医療だけでなく、患者さんの背景やご家族の気持ちや状況なども含めた総合的に診ることが治療と考えて日々診療を心がけております。ただでさえ、血液疾患の治療は造血幹細胞移植などはじめ、つらい治療もたくさんありますが、患者さんが乗り越えられるよう協力をしていきたいとスタッフ一同思っております。さらに、当科では無理な治療継続が患者さんを苦しめる場合もありますので、緩和医療も治療の一部と考えており、対象の患者様やご家族に説明をさせていただいています。実際には、緩和医療への決断は、ご本人・ご家族にとって難しい選択となることがあります。どの道が患者さんにとって最善か、一緒に考えますので、主治医やがん相談支援センターに相談ください。一人ひとりにあった治療を患者さんと一緒に歩んでいき、満足のいく医療を提供していきたいと思っております。

血液内科での主な疾患

- 白血病
- 悪性リンパ腫
- 骨髄異形成症候群
- 多発性骨髄腫
- 血液悪性腫瘍等
- 貧血
- 特発性血小板減少性紫斑病
- 自己免疫性溶血性貧血
- 再生不良性貧血など...etc



クリーンルーム



(文責:花本 仁)

教えて!

最新治療・機器紹介

発作性心房細動の 冷凍バルーンカテーテルによる 新しい治療方法

循環器内科 横田 良司

心房細動の治療はカテーテルという管を下肢の静脈から、右心房、心房中隔を超えて左心房内に入れて4本ある肺静脈(左心房とつながっている部位が心房細動を起こす原因になっている)の付け根を囲うように焼灼するものです。

これまで、カテーテルの先端に高周波を通電して熱により心房組織を焼灼する方法で治療されてきました。発作性心房細動の治療成績は1回の治療で60~70%の成功で再発がやや多いという問題があります。これは肺静脈周囲を点で焼灼して囲む(隔離)ために隔離が不十分になるからです。カテーテルの進歩により成績は向上していますが、限界もある治療法です。また、心タンポナーデという心臓に穴をあけてしまう合併症もあります。これは主としてカテーテルを左心房の中で動かす、多数の点を焼灼することによると考えられています。



①電極カテーテルを肺静脈に挿入



②バルーンをふくらめる



③バルーンを押し当てて肺静脈を造影し、もれがないことを確認したら約3分冷凍する

Medtronic社製 Arctic Front® Cardiac CryoAblation Catheter

このような高周波通電による方法に変わって新しい冷凍バルーンカテーテルによる治療が認可されました。この方法は肺静脈の左心房流入部に膨らませたバルーンを押し当てて、バルーンが接触した組織を冷凍焼灼するものです。1本の肺静脈の付け根を約3分間冷凍焼灼(-30~60℃)するので最も短ければ4回で12分の焼灼時間で治療が終わります。焼灼時の痛みも冷凍のほうが高周波通電より少なく、合併症も少ないと言われています。発作性心房細動の治療方法として高周波通電とくらべて同等以上の成績が報告されており、今後、さらなる治療成績の向上が期待されています。

当院は生駒市消防本部と 救命率向上に努めています



～ 救急救命士の気管挿管病院実習について ～



生駒市消防本部では、平成16年から気管挿管ができる救急救命士を養成しています。

「気管挿管」とは、口から肺につながる気管に直接チューブを入れ、空気の通り道をつくる処置です。気管挿管を行うためには、救急救命養成所等で研修を受け、さらに医療機関で、医師の指導を受け



ながら、実際に全身麻酔で手術を受ける人に対して30回以上適切に気管挿管を実施しなければなりません。また、ビデオ硬性挿管用喉頭鏡を用いた気管挿管を行うには、さらに5回以上の実習が必要です。

現在、14人(ビデオ喉頭鏡5人)の気管挿管ができる救急救命士を養成し、そのうち13人(ビデオ喉頭鏡4人)が近畿大学医学部

奈良病院で、医師、病院関係者や452人の患者の皆様の協力を得て実施しています。

ご協力いただきました皆様に感謝し、お礼を申し上げます。

今後とも、一人でも多くの人を救うため、実習にご協力いただきますようお願いします。

また、当消防本部では救急車の適正利用を呼び掛けています。救急車は限りある資源で、安易な要請は本当に重篤で緊急を要する人への対応を遅らせることにもなりかねません。

救急車を呼んでいいのか迷った時は、奈良県救急安心センター相談ダイヤル#7119番や、こども救急電話相談#8000番に電話相談していただき、救急車の適正利用にご協力をお願いします。

(文責:生駒市消防本部 植木 基郎)



教えてください

インフルエンザにまつわる

お答えします



Q & A

今回は
インフルエンザについて、
感染管理認定看護師の方に
回答していただきました。



Q

インフルエンザワクチンに効果は本当にあるの？

A

インフルエンザの発症を完全に抑えることはできません。しかし、たとえ発症したとしても症状が重くなることを防ぐ効果があります。ご高齢のかたや基礎疾患を持っている方は肺炎や脳症等の重い合併症が現れることがあり、入院や死亡する場合があります。ワクチンの最大の効果はこの重症化を防ぐことにあります。

Q

インフルエンザの予防はどのようにしたらよいのでしょうか？

A

1. 流行前のインフルエンザワクチン接種をしましょう

例年、インフルエンザは12月頃から流行が始まり、1月～2月にピークを迎えます。ワクチンの予防効果は接種した2週間後～5ヶ月程度までと考えられているため、10月下旬～11月中(遅くても12月中旬)までにワクチン接種をしておくことをお勧めします。

2. 咳エチケットを実施しましょう

みんなで咳エチケットをして咳やくしゃみを人にむけないようにしましょう！
インフルエンザは咳やくしゃみをしたときに出る小さな水滴を吸い込むことで感染していきます。そのため、**咳やくしゃみがあるときにはマスクをつけましょう。**



※マスクがない場合はティッシュや腕の内側で口と鼻を覆って顔を他の人に向けてないようにしてください。手のひらで受けてしまった場合には、すぐに手洗いをしてください。

3. 外出後には手を洗いましょう

手洗いによりインフルエンザウイルスを除去することができます。最近ではアルコール製剤による手指の消毒も効果が期待できます。ただし、汚れがあるとアルコール製剤の効果が得られにくくなるため、その場合には手洗いをして下さい。



4. 適度な湿度を保ちましょう

空気が乾燥すると気道粘膜の防御機能が低下します。加湿器等を使用し、50%～60%の湿度を保つことが効果的です。



5. 十分な休養、人混みを避ける

身体の抵抗力を保つために日頃から十分な休養をとりましょう。また、インフルエンザの流行期には、ご高齢のかたや妊婦さんなどは外出を控えることも一つの防御策です。出なければならぬときには、マスクを付けて出かける時間をできるだけ短くしましょう。

(文責: 感染管理認定看護師 天野 智佳子)

栄養だより

なるほど納得!?日本の食文化～行事食について～

寒い日が続きますが、皆様いかがお過ごしでしょうか。

今回は日本の食文化についてです。日本の食文化は主食である米と、魚・豆・野菜・海藻をたっぷり取り入れた食事が特徴であり、長寿食として世界中の人々に注目されています。その中でも、今回は日本の四季に合わせ、旬の食材を取り入れた行事食についてご紹介します。

行事食とは…

季節ごとの行事やお祝いの日に食べる特別な食事のことを行事食といいます。行事食はそれぞれの季節の旬の食材を取り入れたものが多く、季節の風物詩の1つにもなります。

また、行事食には家族の幸せや健康を願う意味もこめられています。

<p>1月</p> <p>正月：おせち料理、雑煮、お屠蘇 人日：七草粥 鏡開き：おしるこ 小正月、二十日正月：小豆粥</p>	<p>2月</p> <p>節分：福豆、恵方巻き、鰯 初午：いなり寿司</p> 	<p>3月</p> <p>桃の節句：ちらし寿司、蛤のお吸い物、白酒、菱餅、ひな あられ 彼岸：ぼた餅</p> 
<p>4月</p> <p>花まつり：甘茶 花見：花見だんご</p> 	<p>5月</p> <p>端午の節句：柏餅、ちまき</p> 	<p>6月</p> <p>夏至：半夏生餅(奈良県) タコ(関西) 小麦餅(関東)</p>
<p>7月</p> <p>七夕：そうめん 土用の丑の日：うなぎ、土用餅、土用しじみ、土用卵</p> 	<p>8月</p> <p>お盆：精進料理、白玉団子、そうめん、型菓子</p>	<p>9月</p> <p>重陽の節句：菊酒、栗ご飯 十五夜：月見団子、栗ご飯、豆、里芋</p>
<p>10月</p> <p>十三夜：月見団子、栗ご飯、豆</p>	<p>11月</p> <p>七五三：千歳飴</p> 	<p>12月</p> <p>冬至：南瓜、小豆粥 大晦日：年越しそば</p> 

旬の食材で四季を感じながら行事食を食べて頂くと、行事をより楽しむことができますと思います。日本の豊かな食材に恵まれて作られた行事食という伝統を大切にしていきたいですね!

当院の行事食の一部をご紹介します

 <p>おせち♪</p>	 <p>七草粥♪</p>	 <p>節分♪</p>
---	---	--

(文責：三田 真奈美)

食べ物・飲み物の中には薬との相性が悪く、薬の作用が強くなり、逆に効果が下がってしまったり、場合によっては副作用が強くなる場合があります。今回は飲み物と薬の相性について紹介します。

牛乳などカルシウムを含む飲み物と薬の飲み合わせ

■ 1. 抗生物質

抗生物質の中には、牛乳との飲み合わせが悪い物があります。それはニューキノロン系の抗生物質で、牛乳中のカルシウムと抗生物質が結合してしまい吸収されないからです。このことをキレート形成と言います。

→対策として、**薬剤の服用後2時間は牛乳の摂取は避けましょう。**

■ 2. 酸化マグネシウム・活性型ビタミンD製剤

大量の牛乳と一緒に飲むことで高カルシウム血症になる場合があります。高カルシウム血症になると最悪の場合は腎機能障害になることもあります。

→対策として、**これらの薬剤と大量の牛乳の摂取は避けましょう。**

※牛乳以外のカルシウムを含む飲み物

牛乳以外にカルシウムを含む飲み物にスポーツドリンクがあります。スポーツドリンクも薬と一緒に飲まないようにしましょう。



牛乳などのカルシウムを含む飲み物と飲み合わせが悪い薬の例

レボフロキサシン錠

グレースビット錠

ジェニナック錠

酸化マグネシウム

アルファロールカプセル

その他の飲み物と薬の飲み合わせ

牛乳などのカルシウムを含む飲み物以外に、以前に紹介した飲み物やあまり知られていない飲み物と薬の飲み合わせについて簡単に紹介します。

グレープフルーツジュースと飲み合わせが悪い薬の例

降圧薬	その他の薬剤
カルブロク錠	テグレトール錠
アテレック錠	ブレタールOD錠
コニール錠	ネオラルカプセル
アダラートCR錠	プログラフカプセル
ワソラン錠	リピトール錠
ノルバスク錠	



カフェインと薬の飲み合わせ

カフェインを含む紅茶・コーヒー・緑茶と飲み合わせが悪い薬があります。

■ 1. テオドール(気管支拡張剤)

カフェインがテオドールの作用を強くする可能性があります。

■ 2. ルボックス(抗不安薬)

体内におけるカフェインの分解を抑制することでいらいら、不眠などが発現する可能性があります。



今回紹介した薬以外にも食べ物・飲み物の影響を受ける薬は多くあります。薬は水で飲むようにしましょう。また、薬によっては水なしで飲む物や、多めの水で飲む薬もあるので不明な点があれば薬剤師に相談しましょう。



フォトコンテスト作品投票のご案内 PHOTO CONTEST



昨年に引き続き、近畿大学医学部奈良病院フォトコンテストの作品投票を実施いたします。

平成28年10月1日～12月31日に作品の応募期間を設けさせていただき、当院をご利用いただいているアマチュアの方を対象に募集させていただきました。

1月下旬より、例年と同様当院1階中庭横での投票を開始する予定です。



▲第2回フォトコンテスト 最優秀賞作品
「明日への架け橋」

みなさま、ふるってご投票ください。
よろしくお願いいたします。

1.投票箱設置期間 平成29年2月1日(水)～

2.投票箱設置場所 1階中庭横

ショート
コラム

～立春と節分について～



さて、2月4日は立春です。今回は立春と節分についてお話したいと思います。

立春とは、旧暦で「冬から春に変わる、春の訪れ」とされており、季節が変わる日を指しています。立春以外に立夏・立秋・立冬がありますが、特に立春は「1年のはじまり」とされており、その前日を「節分:季節を分ける日」とし、お正月のような扱いがされていたと言われていました。今でも節分の日に、豆まきをしたり、恵方巻きを食べたりするのは、1年の悪い運気を追い出し、良い運気を迎え入れようとする風習だそうです。「鬼は外～、福はうち～」良い運気を迎え入れたいものですが、「立春」は「1年で一番寒い日」とも言われています。引き続き、風邪には気を付け、ご自愛ください。

(文責:看護部 亀本 望)



編集
後記

今回、いこま広報誌の編集を初めて務めさせていただきました。広報委員となり、早3年。委員会発足時、広報委員長が中心となり、広報誌を作成する構想を考え、何も無いところから形にして、今回でいこま広報誌は10号目となりました。年に3回の発行ですが広報誌が出来上がると感慨深いです。これからも末永く、発行できるよう頑張っております。

(担当:看護部 水谷あかね)



近畿大学
KINDAI UNIVERSITY

近畿大学医学部奈良病院

〒630-0293 奈良県生駒市乙田町1248-1 TEL 0743-77-0880
E-mail:info@nara.med.kindai.ac.jp http://www.kindainara.com

発行日 平成29年1月31日

発行場所 近畿大学医学部奈良病院

編集 広報委員会