寺岡記念病院

外来診療表

外来受付時間	平　日:午前8:30～11:30 土曜日:午前8:30～11:00	外来診療時間	月～土曜日: 午前　9:00～12:00 午後　1:30～　5:30

診察室		月	火	水	木	金	土
内科	1診	松本　寛	武田　昌	城戸　雄一	武田　昌	足立　卓哉 (肝臓)	武田　昌
	2診	熊谷　功	熊谷　功	松本　寛	福田　真治	熊谷　功	松本　寛
	3診	村上 裕之	村上 裕之		松村　彰文	松村　彰文	福田　真治
	4診	福田　真治	城戸　雄一			杉本　太路 (脳神経内科)	寺岡　朋子
	専門外来	西森　久和 (月2回・血液内科)		音成 秀一郎 (脳神経内科)	鈴木　英之 (消化器内科)	中村　重信 (月2回・パーキンソン)	槇野　博史 (月1回・腎疾患)
	専門外来	内田　治仁 (月2回・糖尿病)		中川　晃志 (循環器内科)	病院長午後外来	吉栖　正生 (月1回 循環器内科)	岩崎　良章 (月2回・肝臓)
脳神経外科	1診			東京大学			東京大学
	2診	竹信　敦充	竹信　敦充	平野　雄大	竹信　敦充	竹信　敦充	竹信　敦充
	3診	平野　雄大	吉岡　良介	坂口　雄亮	坂口　雄亮	吉岡　良介	
	会長診察室	寺岡　暉		寺岡　暉 (第２～５週)	寺岡　暉		
	専門外来		脳健診	総合診療	脳健診		てんかん外来 (月1回)
外科	1診	花畑　哲郎	蓮岡　英明	花畑　哲郎	蓮岡　英明	因來　泰彦	花畑/因來/新田
	2診	蓮岡　英明	因來　泰彦	因來　泰彦	松本　聖	花畑　哲郎	岡山大学
	専門外来		新田　泰樹 (内視鏡外科)		大澤　晋 (心臓血管外科)		
整形外科	1診	松本　芳則	中道 亮	小坂　義樹	小浦 卓	松本　芳則	周　鉅文
	2診						
	小児整形			小坂　義樹			
	形成外科			渡部　紫秀			岡山大学
泌尿器科	1診	志田原　浩二	志田原　浩二	志田原　浩二	志田原　浩二	志田原　浩二	志田原　浩二

2023.2.1 現在

専門外来

糖尿病	月（月2回）	14:00～16:00	予約制	パーキンソン病	金（月2回）	14:00～16:00	予約制
血液内科	月（月2回）	9:00～12:00	予約制	総合診療科	水	14:00～16:00	予約不要
循環器内科	水	14:00～16:00	予約制	てんかん	土（月1回）	9:00～11:00	予約制
消化器内科	木	11:00～12:00	予約制	心臓血管外科	木	9:00～12:00	予約制
病院長午後外来	木	14:00～15:30	予約制	小児整形外科	水	14:00～14:30	予約制
肝臓	金	9:00～12:00	予約制	形成外科	水・土	10:00～11:00	予約制
	土（月2回）	9:00～12:00	予約制	ストーマ外来	第3木曜日	14:00～16:00	予約制
腎臓	土（月1回）	10:00～12:00	予約制	脊椎脊髄外来	第2土曜日	9:00～12:00	予約制
痙縮外来	火	14:00～16:00	予約制	内視鏡外科	火	9:00～12:00	予約制

地域医療連携室

外来・入院紹介　TEL／0847-40-3656　FAX／0847-40-3657

検査予約（CT・MRI）　TEL／0847-51-8045

寺岡記念病院

TEL／0847-52-3140(代)　FAX／0847-52-2705

通所リハビリテーション「フォース」

TEL／0847-52-7655

本誌について、ご意見ご感想がございましたら是非お聞かせください。

ed／C.Makio
photo／A.Takenobu

社会医療法人社団陽正会 寺岡記念病院 発行

〒729-3103 広島県福山市新市町新市37番地 TEL0847-52-3140(代)
Email／info@teraoka-hosp.jp　http://www.teraoka-hosp.jp

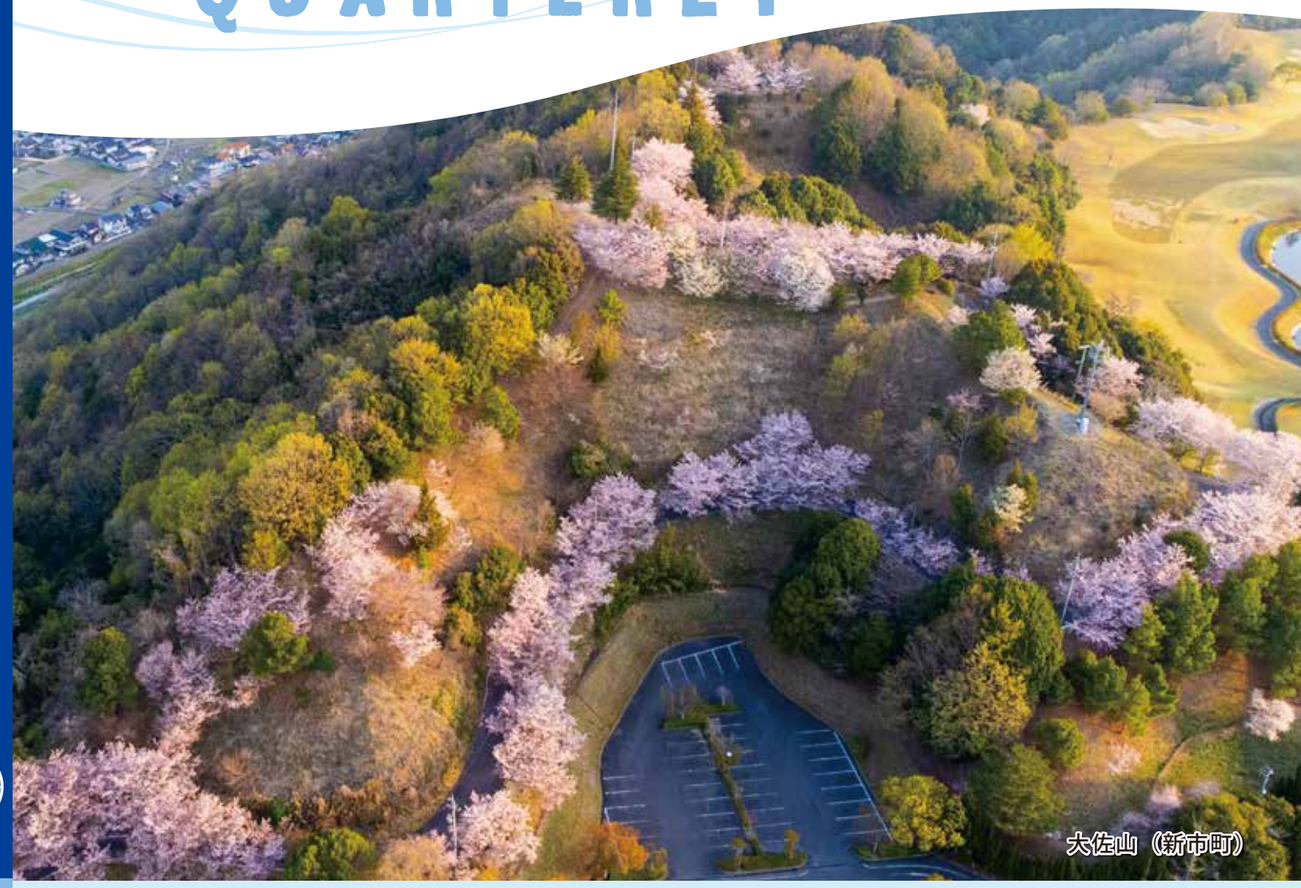
てらおか メディカル・クオータリー Vol. 74 2023.02

てらおか メディカル・クオータリー

TERAOKA MEDICAL QUARTERLY

Vol. 74
2023.02

社会医療法人社団陽正会
寺岡記念病院



大佐山（新市町）

特集　新年挨拶

2023年も寺岡記念病院を始めとする陽正会グループは、地域医療と介護・福祉の維持・発展に向けて一層努力してまいります。本年もよろしくお願い申し上げます。今回は、当院整形外科、非常勤医師の中道医師より「テニス肘について」お話いただきました。ご覧ください。

メディカルクオータリーは、ＷＥＢでも閲覧できます。

新年のご挨拶・・・・・・・・・・・P1
テニス肘について・・・・・・・・・P7
臨床検査室の紹介と血液検査・・・P11
「認知症看護認定看護師」を目指しています！・・P14
ほっと♡えいよう・・・・・・・・・P15
新興感染症を想定した合同訓練の実施について・・・・・・P17
理念・病院カレンダー・・・・・・・P18
外来診療表・・・・・・・・・・・・裏表紙

寺岡記念病院情報誌

理事長　新年のご挨拶

新しい時代への飛躍

理事長
寺岡　謙

謹んで、新春をお祝い申しあげます。

旧年中は、患者さんとそのご家族を含む地域住民の皆様方に大変お世話になり、誠にありがとうございました。令和５年（２０２３年）も、寺岡記念病院を始めとする陽正会グループの総力を結集して、地域医療と介護・福祉の維持・発展に向けて、一層奮励努力したいと考えております。引き続き、皆様のご指導とご鞭撻を、よろしくお願い申しあげます。

今年は、十干では癸（みずのと）で、十二支で卯（う）の年です。癸（みずのと）は、生命の終わりを意味するとともに、次の新たな生命が成長し始めている状態を表しています。また、卯（う）は、芽を出した植物が成長していき茎や葉が大きくなる時期で、目に見えて大きく成長することを意味しています。この二つを合わせると、癸卯（みずのとう）は、「今までの努力が実を結び、勢いよく成長し飛躍すること」を表しています。皆様の２０２３年が実り多き年になりますように、お祈り申し上げます。

さて、昨年は大きな出来事が相次いだ年でした。まず、一番大きな出来事というか悲劇は、やはり安倍元首相の死去でしょう。近年、先進国で政治家が暗殺されるケースはありませんでしたが、それが安全であるはずのこの日本で起こったという事に対して、暗澹たる気持ちになりました。その次には、ウクライナ戦争が挙げられるでしょうか。経済に目を向けますと、米国の激しいインフレを抑えるための急激な利上げが、１ドル＝１５０円という近年では見たことのないような円安を招きました。この円安は落ち着きつつありますが、急激な利上げの影響による米国経済のリセッション入りは確実視されています。また、日本は実質の利上げを行った事もあり、日本経済の見通しは不透明になっています。

一方で、スポーツでは明るい話題がありました。まずは、北京で行われた冬季オリンピックで、日本は過去最多のメダル数を獲得しました。また、アメリカＭＬＢでは、エンゼルスの大谷翔平選手が、２桁勝利、２桁本塁打を記録する活躍をしました。何といっても格別だったのは、カタールW杯において、日本がドイツとスペインを撃破し、決勝トーナメントに進出した事でしょう。私のようなオールドファンにとっては、W杯でドイツとスペインに勝つなんて信じられない話です。また、ボクシングでは、井上尚弥選手が世界バンダム級４団体の統一王者となりました。

さて、こうして２０２２年に起こった日本や世界の様々な動きを見ていますと、良い意味でも悪い意味でも、今まで普通に出来ていた事や常識だと思っていた事が、通用しない世の中になって来ているのかなと思う事があります。これは医療や介護や福祉に関しても言える事で、超高齢化社会と人口減少（特に労働生産人口）が今以上に進み、地域医療構想や医師（当然、その他の医療職も含む）の働き方改革が推進され、医療や介護の技術革新やデジタル化が浸透しますと、今までとはまた違った地域医療や高齢者福祉の姿が見えてくるかもしれません。それに加えて、我々自身が今まで病院や高齢者施設の運営のあり方として当然だと思っていた事が、これからは通用しなくなる可能性すらあります。

しかし、私はこの大変化を全く恐れる必要はないと考えています。何故なら、変化は、我々が様々な事で挑戦（チャレンジ）ができる余地を広げる事に他ならないからです。２０２２年の年頭の挨拶で私は、医療機関や介護施設は地域住民の皆様の生活そのものを支える事業へ転換しなければならないと書きましたが、まさにその事への挑戦を始める時が来たと思っています。

一つ一つの医療機関や介護施設が人手不足で悩んでいるなら、地域の医療機関や介護施設が機能別に連携し、在宅を含む高齢者医療や高齢者福祉を一つのパッケージとして提供できる仕組み（地域包括ケア）を構築したらどうか。あるいは、高齢者の健康づくり、サルコペニアやフレイルティの予防などにＩＣＴなどの機器を使い、行政と連携しながら、地域住民の健康を守る仕組みが作れないか。こういった一つ一つのアイデアはさほど新しいものではありませんが、今までに我々が積み上げて来たものに加え、今年は具体的にこれらの取り組みを実践していく1年にしていきたいと考えています。

本年も医療・介護の総合的な事業体として、陽正会グループは地域住民の皆さまの生活を支援してまいりますので、どうぞ、よろしくお願い申し上げます。

病院長　新年のご挨拶

ウイルスとの共存

病院長　武田　昌

皆さん、明けましておめでとうございます。2023年の年頭に当たり、病院長より一言ご挨拶申し上げます。

毎年コロナウイルスの話題をお話しするのももういい加減うんざりですが、医療従事者としては、この話題は避けて通れません。政府はもはや新型コロナウイルスに関しては、いくら増えようが我関せずの姿勢が明らかになり、経済を回すことのみに的を絞り、今後一切、人の流れをコントロールして感染を減らそう等という方策を打ち出すことはないでしょう。「オミクロン株で軽症化した」と言うことを錦の旗印としていますが、これで医療関係者の負担がどんどん減っていくのだ、とはいかないのです。

本当の意味で新型コロナウイルスとの共存を考えるなら、きちんと「5類感染症」である、といえる体制の確立が必要です。その条件の一つは、確実にウイルスに有効な（しかも安全な）内服薬の全国的な流通が十分確保されて、簡単に処方できる体制作りです。（タミフルの出現で季節性インフルエンザの治療が大きく変わったように）また、診断の手段として家庭（や診療所）で簡単に抗原チェックができる体制作りも必須です。これも潤沢で、安価で、信頼性のあるキットがドラッグストアなどで簡単に買え、あるいは、はじめの時期は一定量を定期的に診療所や家庭に無料で配布するなどの手段が必要になります。それらが十分な知識の啓発と共に行き渡る様になって初めて、ウイルスとの共存の第一歩が始まると思います。

また、更に重要な点は全国どこの診療所でも「コロナ感染」の対応が出来ることです。一般の軽症の人に対する対症療法と抗ウイルス薬の処方が、電話診察やオンライン診療をふくめて可能になることが重要です。この体制が確立した上で、重症者の入院を全国の病院が役割分担して、最重症である呼吸不全への対応から、脱水への対応、本来持っている疾患の悪化への対応など、すべての病院が区分けされた自身の役割への対応を出来る体制が必要となります。

予防の意味で、ワクチンの役割はほぼ確立されてきていると思いますが、これも「季節性」であるインフルエンザと違い、一年中どんな気温の状況でもウイルスが蔓延しているような今の状況では、どの程度の間隔でワクチンを打つことが必要なのか、正確な分析が必要になると思います。

これらの「必要条件」が全く整わない状況で、5類、5類と騒いでみても意味のないことで、更なる混乱を来すのは目に見えています。得意の「医療の現場に丸投げ」だけはやめてください！滅多に出会うことのない「パンデミック」と出会って、混乱するのは当たり前のことです。厚生労働省は適切な指針をしめし、指導力を発揮して、安心して「ウイルスとの共存時代」を生きていけるようにして欲しいものです。

いずれにしてもまだ当分この混乱は続くでしょうが、少しずつでも制限の少ない生活が戻ってきて、2023年が皆様にとってより良い年になりますように祈念しております。

会長　新年のご挨拶

新年における ローカル・コモンズの活動、コロナ禍を乗り越えて

会長　寺岡　暉

広島県第7保健医療圏における地域包括ケアシステムの構築を実現する為、医療・介護・福祉を包括するトータルでシームレスな（「一体的で継ぎ目のない」という意味）、医療・介護・福祉・地域住民が一体となり、地域に溶け込んだ地域ケアの事業モデルとして、ガーデンテラス、ローカルコモンズ・ウィルからなる「ローカルコモンズしんいち」を8年前に設立しました。この事業の基本的考え方は、医療と介護と地域生活の一体化と地域交流です。2021年には、さらに府中市において「介護医療院」を新設して、より進化した形で「多世代交流施設ローカルコモンズふちゅう」を創設しました。

しかしながら、この間社会においては、新型コロナウイルス感染症パンデミック（世界的流行）が発生・持続し、年が明けて4年目に突入しています。ローカルコモンズの対象は地域の高齢者であり、事業の中心は高齢者を囲み交える多世代地域交流ですから、交流が実践できなければ目的を達成できません。長期的な外出制限や活動自粛は生活の不活発を誘発し，特に高齢者の心身機能の低下が生じることは言うまでもありません。新型コロナ感染を恐れて、交流を断つということは、高齢期における身体活動の減少につながり、それは，身体機能の低下や骨格筋の萎縮を招き，フレイル（虚弱）やサルコペニア（筋肉量減少とそれによる筋力低下）の発症や併存疾患の増悪を助長することに繋がり、潜在している病期や認知症の誘発を招きます。そのように考えると、地域の高齢者の人々の健康を増進し、老化から守る役割を担う私たちは、如何にも無策であったと反省しています。

このような反省から、新型コロナウイルス感染症対策に取り組む一方で、フレイルの身体的、精神・心理的、社会的な要素に配慮し、具体的な運動や認知課題を提示しながら、感染予防を行った上での家庭内や屋外活動について具体的に助言しサルコペニアやフレイルの大きな原因ともなる栄養面と摂食嚥下（飲み込み）についても対応策をお示しすることに取り組むことが、今年度以降の新たな課題です。その課題に、社会福祉法人新市福祉会ジョイトピアおおさ・しんいちと社会医療法人社団陽正会寺岡記念病院とが、文字通り一体となって取り組んでまいります。

看護部長　新年のご挨拶

新年によせて

看護部長　中村　三鈴

皆さま、あけましておめでとうございます。

今年は看護部の理念を紹介させていただきます。当院の看護部理念は「ひとを尊重し、心のこもった看護を提供します」です。この理念の「ひと」とは患者さん、ご家族は勿論、取り巻くすべてのひとを指しています。看護の対象である患者さん、ご家族さん以外にも「看護を提供する」ことにおいて、さまざまなひとと力を合わせることが重要です。看護は一人では出来ません、またその人にとって最善の看護を提供しょうとするとなおさら多くのひとの力を必要とします。「チームで動く」ことの大切さを私たち看護師が理解していかなければならないと思っています。また、「心のもった…」も大事なことです。日常業務を業務で終わらせるのではなく、心を込めることで看護となるよう日々の自分自身に言い聞かせましょう。

院内紙の理事長メッセージ内に次のように書かれていました。

「労働生産性と医療の質を高めるためのIT化を推し進めたいと考えています。キーワードとしては、携帯を含むICT機器導入による現場作業の負担軽減です…」と。

このことを読みながら、果たして困ったことだな？ICT？DX？聞くだけで頭の中は混乱しそうです。令和5年を過ぎた今でも平成16年に電子カルテを導入した当時を思い浮かべます。仕事を終えて数人が情報管理室に集まって、一から使い方（基本の基本、パソコン操作です）を教えてもらい、また私生活でも当時商工会議所が主催するパソコン教室に通ったこと等、平均年齢が比較的高い看護師はよくここまでついて来られたなと自画自賛したことを覚えています。その程度の知識しかない自分がこの時代を生き抜くためには、また挑戦しかないと決意しました。

2017年4月に厚労省は「データヘルス改革―ICT/AI等を活用した健康・医療・介護のパラダイムシフトの実現」を発表しました。また2019年には経済産業省からは「デジタルトランスフォーメーションを推進するためのガイドライン」という文書も公表されています。

経済産業省は「デジタル産業宣言」を公表していますが、その中には「DXは経営者こそが牽引してはじめて達成しうるという理解のもとに、その実現に向けて（全員で）貢献する」とあります。2023年卯年は、苦手な「DXの推進」を学び、現場での活用を考え飛び跳ねることが出来るよう、皆さまとともに歩みたいと思っております。

本年もどうぞよろしくお願いいたします。

事務部長　新年のご挨拶

医療DX推進に向けて

事務部長　山本　拓也

謹んで新春のお慶びを申しあげます。

旧年中は、患者さん、ご家族の皆さま、また地域の皆さまに多くのご支援ご協力を賜り、誠にありがとうございました。本年もどうぞよろしくお願い申しあげます。

新型コロナウイルスの感染拡大から既に3年が経過しました。世間では、「ウィズコロナ」、「アフターコロナ」を掲げ、徐々にその振る舞いも変容し行動制限も解除の方向に向かい始めた一年でした。一方、病院をはじめ医療機関、高齢者施設等ではまだ「ゼロコロナ」を掲げており、新型コロナウイルスとの闘いはいまだ終息が見えておらず、まだこの闘いは継続しそうな状況です。高齢の方や疾患を有する方においては治療の遅延や命に影響を及ぼす可能性があるので、“ウイルスを持ち込まない・持ち込ませない”ために厳しい感染防御体制を続け、現場の職員は“プロフェッショナル”としての誇りをもって必死に戦っているということをご理解いただき、これからもご声援とご協力をいただけければと思います。患者さんやご家族の皆様にも、検温や手指消毒、新型コロナウイルス関連の問診、入院患者さんの面会制限等引き続きのご協力を改めてお願いいたします。

しかし、世の中は急速に変化し、また進化しています。医療機関もいつまでも立ち止まっているわけには行きません。令和4年6月7日、「経済財政運営と改革の基本方針2022　新しい資本主義へ～課題解決を成長のエンジンに変え、持続可能な経済を実現～」、いわゆる「骨太方針2022」が閣議決定されました。医療分野では、医療DX※の推進を図るために、オンライン診療の活用を促進するとともに、AIホスピタルの推進及び実装に向け取り組むことも明記されており、医療DXが明確に推進されつつあります。これまで以上に、制度改正が行われることが予想されます。DX化を実現するためにも、寺岡記念病院では、デジタル化を進め業務効率化を図り、これまで以上に安全かつ良質なサービス提供ができる健全な病院となれるよう努力し、成長していく所存でございます。

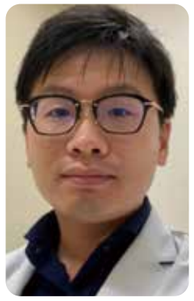
2023年は癸卯（みずのとう）です。「これまでの努力が花開き、実り始めること」といった縁起の良さを表しているとも言います。コロナ禍から脱却し、新たな1歩が踏み出せるようにしていきたいと思っております。

最後になりましたが、皆様のご健康とご活躍を祈念して、年頭の挨拶とさせていただきます。

※ DX:Digital Transformation（デジタルトランスフォーメーション）の略。
デジタル技術によって、ビジネスや社会、生活の形・スタイルを変えること。

病気のお話
Byōki no ohanashi

テニス肘について



寺岡記念病院
非常勤医師（整形外科）
岡山大学病院　整形外科
医師 中道　亮

テニス肘とは

テニス肘は「上腕骨外側上顆炎」の通称で、肘の外側に触れる骨の出っ張り（上腕骨外側上顆）の痛みと共に、手首を持ち上げたり、指を伸ばしたりする時に肘の外側から手背にかけて痛みを感じるようになる病気です。テニス肘という名前ですが、テニスだけに限らず、テニスと同様に繰り返し腕を使う運動・仕事、家事などによって発症することがあります。痛みの原因は、手指、手関節の伸筋群を繰り返す使うことによって筋肉の付け根の腱が炎症を起こし変性してしまい、ゴムのようなしなやかさが失われてしまうことによります。年齢も腱の変性の要因の1つで、40代以降で発症する人が増えてくるのも特徴になります。

テニス肘の症状は以下のような動作で痛みを感じられることが多いです。

- ドアノブをひねる
- ペットボトルやビンの蓋を開ける
- スーパーの荷物を持ち上げる
- 雑巾を絞る
- フライパンを使う
- テニスをする
- ゴルフをする
- タイピング動作をする

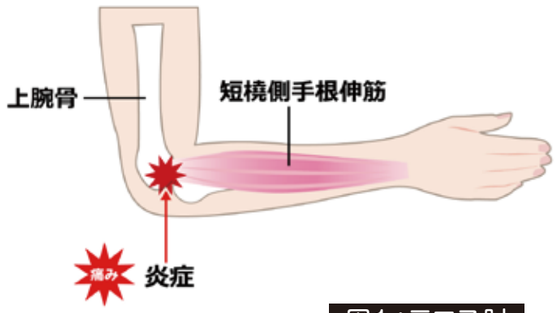


図1：テニス肘

日頃からよく行う動作で発症するため、一度痛みが出始めると中々負担を少なくすることが難しく、症状が長引いてしまうことが多いです。また症状が進行すると、安静にしていても痛い、腕から指にかけてしびれる、というように痛みが広がってくることがあります。

テニス肘の診断

1.疼痛誘発テスト

患者が肘を伸ばした状態で手首を反らします。検者は患者の手首を曲げようと下に力を加えます。この時に肘の外側に痛みが出たら陽性です（トムセンテスト）。

患者が肘を伸ばした状態で椅子を持ち上げようとします。この時に肘の外側に痛みが出たら陽性です（チェアテスト）。

患者が肘と手首を伸ばした状態で中指を持ち上げようとします。検者は患者の中指を押し下げようとします。この時に肘の外側に痛みが出たら陽性です（中指伸展テスト）。

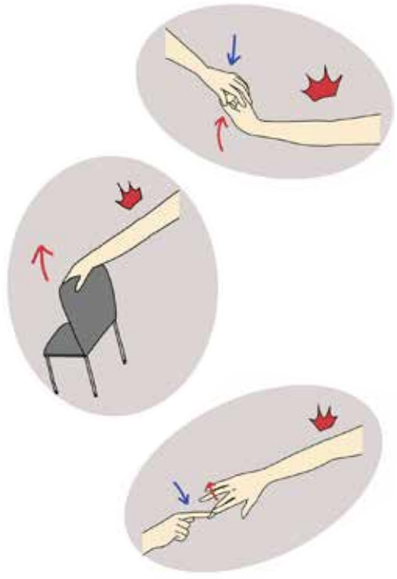


図2：疼痛誘発テスト

2.レントゲン検査

テニス肘は腱の変性が原因の病気のため通常はレントゲンで異常は見られませんが、関節の変形など他の疾患との鑑別のために必要な検査になります。ただし、テニス肘も重症化すると腱の中に石灰沈着が生じ、レントゲンで写ることがあります。

3.超音波(エコー)検査

超音波は被ばくなど体へ与える影響がなく、機械は診察室にいつも置いてありますので、安全かつ素早く診断を行うことができます。レントゲンで映らないような腱、筋肉の状態を見ることができます。ただし、解像度や観察できる範囲は後述するMRIの方が優れています。

4.MRI検査

強力な磁力を使って行う検査で、被ばくなどの体へ与える影響はありません。体の中の様々な構造をみることに優れ、正確な診断を行うことが可能です。ただし、時間や費用がかかるという側面があります。

テニス肘の治療法

テニス肘の治療は、薬や理学療法で痛みを抑える治療が基本になります。発症のきっかけがスポーツであれば、一時お休みしましょう。日常生活から来るものであれば、そのような動作を避けられるかどうかを考えてみましょう。

1.リハビリテーション

ストレッチや筋トレを行います。即効性はありませんが、中・長期的に見ると効果が高い治療法です。右肘外側に負担がかからない様にリハビリを行います。理学療法士の先生の指導を受けながら、自身で日々のメニューを行っていきます。場合によっては、電気療法や超音波治療などの物理療法も組み合わせながら実施します。

図3:リハビリテーション

2.薬物療法

炎症がある場合は、非ステロイド性消炎鎮痛剤(ロキソニンなど)や湿布をすることで症状を和らげます。ただし、飲み薬は長期間使用すると胃が荒れるなどの副作用が出る場合があります。

3.装具療法

テニスエルボーサポーターというサポーターを使います。肘より少し遠い位置で筋腹を圧迫し、指や手関節の伸筋腱の滑走を制限します。サポーターを実施することで、腱の付け根にかかる負担を減らします。一般的には肘の外側の骨の出っ張りから指2本分ぐらい手側の位置で、筋肉にパッドが当たるように巻くようにします。

図4:テニスエルボーサポーター

4.注射療法

生活や仕事に支障が出るほどの強い痛みがある場合、ステロイド注射を行う場合があります。痛みのある肘の部分に直接治療薬を注射します。そのまま1～2ヵ月程度は症状が改善することが多いですが、痛みが再燃する場合も少なくありません。また注射を繰り返すことは結果的に病態を進行させることになります。注射で症状が改善している間にリハビリを並行して症状改善を図ります。

5.手術療法

上記の治療法を数ヶ月に渡って行ったにも関わらず症状が改善しない場合、手術を行うこともあります。手術では変性した腱や痛みの原因となる滑膜組織や新生組織を取り除きます。関節鏡という小さなカメラで肘の関節の中を掃除し、さらに肘の外側に小切開をして、骨の出っ張りを直接目で確認して関節の外を掃除します。

6.特殊治療

保険外診療として、「体外衝撃波治療」や「PRP (Platelet Rich Plasma=多血小板血漿)治療の再生医療」があります。最新治療として登場しており、研究レベルでは治療効果が認められています。保険外診療のため現在行っている施設は限られており、当院でも扱っておりませんが、興味のある方は、専門施設にご紹介することができます。

新連載

第1回 検査のおしごと

臨床検査室の紹介と血液検査

みなさんは、当院の臨床検査室をご存じですか?

病院内の売店の近くで端っこにあります。では、どのような事をしているのでしょうか?鉄の扉で窓のない、病院の奥にひそんで何をしているのかわからない臨床検査室について紹介します。

現在、臨床検査室にはテレビでも時々名前をきくようになってきた臨床検査技師11名と検査助手1名が在籍していて、24時間365日休まず検査をしています。

ひとえに『検査』といっても、血液や尿などを扱う検体検査と直接患者さんに触れて検査を行う生理検査があります。検体検査にも下の表のようにたくさんの検体検査分野にわかれています。

当院でおこなっている検体検査	
血液検査	白血球や赤血球などの数、貧血などの検査、凝固機能検査などをします。血液標本をつくり細胞の観察もします。
免疫・生化学検査	肝機能・腎機能など体の中の酵素や血糖・HbA1cなど糖尿病関連の検査や肝炎ウイルス検査・腫瘍マーカー・薬物血中濃度など検査しています。
細菌検査	あらゆる検体から細菌の有無を見つけ、病気の原因となっている菌の特定やその菌に効く薬を探す検査をします。 新型コロナウイルス検査も担当しています。
尿一般検査	尿や便潜血・髄液の検査をします。
輸血検査	血液型を調べたり、輸血を必要とする場合、輸血する血液と患者さんの血液が合う(適合する)かどうか検査し、安全な輸血が出来るようにします。
病理検査	手術や内視鏡検査で採取した組織から癌細胞を特定したり、細胞診や組織標本を作ったりします。 当院では検査センターや大学に送って検査してもらっています。

また、生理検査には、心電図・脳波・呼吸機能検査・神経伝導検査・超音波検査・血管年齢の測定などおこなっていますが、詳しくはまたの機会に紹介します。

心電図や尿検査はなじみがあるかもしれませんが、そのほかの検査については英語だったり難しいカタカナで読みにくかったりと、どこの何を検査しているのかわかりませんよね。今回は貧血や白血球などの数を検査している『血液検査』についてお話します。

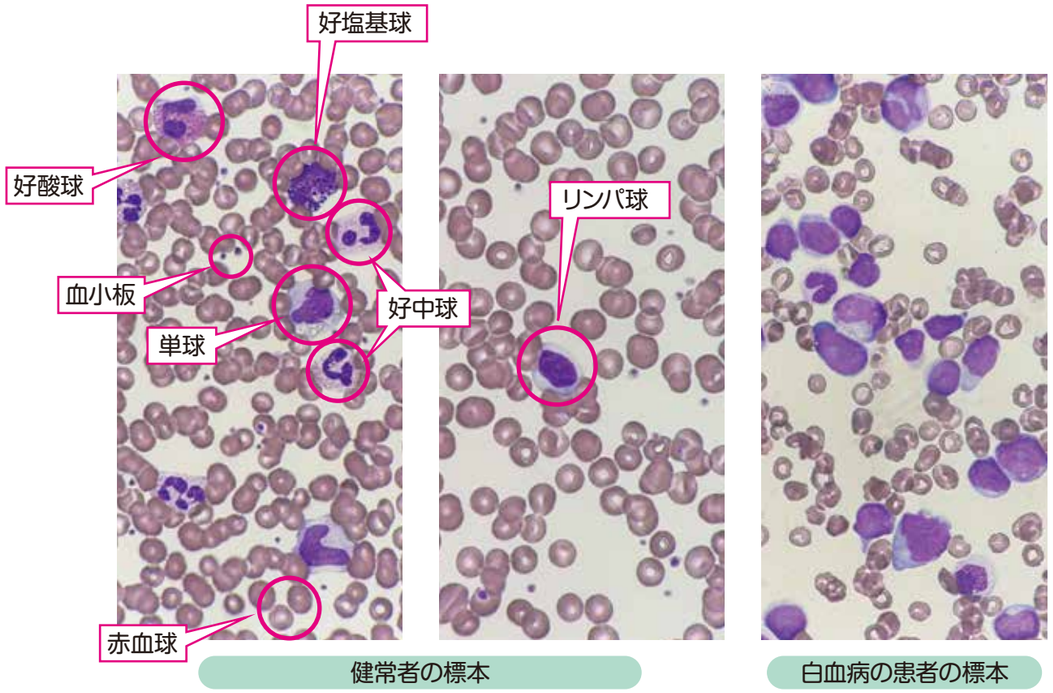
診察の時、担当の医師から『白血球の数が増えていますね』とか、『貧血なので鉄剤を処方しますね』など言われた事ないですか?まさに、この検査をしているのが血液検査担当です。この血液検査は1滴の血液から標本をつくり、染色して顕微鏡で血液細胞の形態などの検査もします。これらから血液疾患(白血病や悪性リンパ腫・多発性骨髄腫など)が見つかる事もあります。

白血球・赤血球・血小板・ヘモグロビンなどは専用の測定装置で検査していますが、その装置が正常に測定しているかコントロールを測定しデータの管理をしたり、掃除や部品交換などのメンテナンス作業をおこなうことも臨床検査技師の大切な仕事の一つです。血液中の血球細胞の数を測定したり、形態を観察したり、血液が固まる(凝固する)時間を測定する検査なので、採血された血液が固まってしまっていては検査することが出来ません。しかし、血液は体の外にでてしまうと急速に固まってしまうので、固まらないような薬剤の入った採血管に採血をします。時々、『たくさん採血するんだなー!』と言われる事がありますが、さまざまな検査項目に対応した採血管に、必要最低量の採血をさせてもらうために小分けでいろいろな種類の採血管に採血させてもらっています。

さて、実際に検査技師が顕微鏡でどのような細胞を観察しているのか見てみましょう。

● 血球の種類

血球の名前	特　徴	はたらき
赤血球	中央がへこんだ円板状赤色 (ヘモグロビンを含む)　寿命は120日	ヘモグロビンによる酸素運搬
白血球	好中球／寿命は2～3日	接着・遊走・貪食・殺菌
	好酸球／橙色の顆粒を持つ	寄生虫除去・アレルギー反応
	好塩基球／紫の顆粒を持つ	Ⅰ型アレルギーに関与
	単球／白血球の中で一番大型	殺菌・抗原提示・抗腫瘍作用・サイトカイン産生
	リンパ球／大型から小型までありB細胞・T細胞・NK細胞にわけられる	免疫応答
血小板	円板状で核がない　寿命は7～10日	止血(一次止血)



前ページの表にある細胞が顕微鏡ではこのように見えます。このなかの白血球を100個数えて、どの細胞がどのくらいの割合で出現しているのか、白血球の核や形に異常はないか、赤血球に変形や異常な形のものはないか、大きさは一定か?

血小板の大きさにばらつきがないか、血小板が固まっていないか(凝集していないか)などいろいろ観察します。異常があった場合は担当医に知らせて、追加検査(骨髄の検査や染色体・細胞免疫マーカーなど)をしてその細胞から病気の特定をしてきます。

いかがでしたか?すべての業務内容は多くて紹介できませんが、日々進歩する検査技術に対応できるよう常に勉強しています。

「認知症看護認定看護師」を目指しています!

看護師　田邊　直人

明けましておめでとうございます、本年もよろしくお願いいたします。

昨年一年も新型コロナウイルスに翻弄される一年となってしまいました。

行き交う人がマスクを着けているのが当たり前となり、アルコールとアクリル板に囲まれて生活することにもすっかり慣れてしまいました。

今回はいつもの連載を少しお休みさせて頂き、近況など含めて少し内容を変更させていただきお届けいたします。

皆様は「認知症」と聞いて、どんな印象をお持ちですか。高齢化した現代において、今後、我が国が抱える大きな課題となることは間違いないでしょう。

私事ではありますが、実は昨年6月から神奈川県横浜市へ「認知症」の勉強のため拠点を移しておりました。「認知症看護認定看護師」という資格取得のために、教育課程のある大学に入校ししばしのキャンパスライフを経験させていただいております。

とはいえ、ドラマで見るようなキラキラしたものでもなく、40半ばのおじさんが泥臭く勉強しているわけですから、そんなに華々しいものではありません。ですが、現役大学生の若いエネルギーに囲まれて勉強できることは、モチベーションを維持させる良い刺激になっています。そして、多くを学ばせてもらっています。

看護学生の頃を神石高原町立病院で看護助手としてスタートし、私の看護師のキャリアはこの寺岡記念病院からスタートしています。臨床での経験の中で、自分が看護師として向き合いたいものが何かを次第に考えるようになりました。まだ勉強中の身ゆえ、認知症についてはもう少し先にお話しさせて頂こうと思っています。福山に今の学びを持って帰り、皆様と一緒にさらに学べるようにと思っています。

ちなみに、横浜の暮らしには慣れましたが、横浜らしい場所へは全然行けていません。帰るまでには中華街やみなとみらいへ足を運んでみたいものです。次回はいつも通りの連載となりますので、引き続きよろしくお願いいたします。

ほっと♡えいよう

冬から春にかけて気候の変化や生活の変化が多くなる季節です。
体調を整えて元気に過ごしていくために旬の食材から栄養を取り入れてみましょう！
今回は春が旬の食材をご紹介します！

春キャベツ

特徴 葉がやわらかい
みずみずしく甘い

栄養素 ビタミンU：胃腸を守る
ビタミンC：美容効果

おすすめの食べ方 サラダ　炒め物
葉の軟らかさを活かす料理で！

タケノコ

特徴 大きくずっしりしている

栄養素 食物繊維：便秘解消
カリウム：むくみの改善
アミノ酸：疲労回復

おすすめの食べ方 土佐煮　タケノコの独特な食感が楽しめます

イチゴ

特徴 甘みが強い

栄養素 ビタミンC：美容効果
アントシアニン：眼の疲労回復

おすすめの食べ方 そのままで！
ジャム・ピューレなど

キウイ

特徴 甘くて濃厚

栄養素 ビタミンC：美容効果
カリウム：むくみの改善
葉酸：貧血予防

おすすめの食べ方 そのままで！　スムージーなど

当院ではタケノコの天ぷら・菜の花と
あさりの辛子和え・あさりご飯など旬の食材を
使用した献立もたくさん提供しています

あさり

特徴 身がふっくらしている
うま味が増加している

栄養素 亜鉛：免疫力アップ
ビタミンB12：貧血予防

おすすめの食べ方 味噌汁　酒蒸し
アクアパッツァ

初かつお

特徴 身が締まっている
あっさりとした味

栄養素 鉄分：貧血予防

おすすめの食べ方 カツオのたたき
カルパッチョ

春は山菜もおいしい季節になります！
山菜を使ったレシピをご紹介

タケノコと山菜のおこわ

材料（1人分）

- タケノコ水煮……25g
- わらび水煮……5g
- もち米……0.5合
- 人参……10g
- 油揚げ……1/4枚
- 白だし醤油……大さじ1/2
- 水……50cc
- 日本酒……小さじ1
- 醤油……小さじ1
- 塩……ひとつまみ

作り方

①もち米はといで水に2時間浸け吸水させ、ざるにあげる。タケノコは薄切り、わらびは2㎝、人参と油揚げは細切りにする。

②鍋に具材・調味料・水を入れて軽く煮たら、具と煮汁に分ける。

③炊飯器にもち米を入れ、煮汁を入れたら水を入れ、具をのせて炊飯する。

新興感染症を想定した合同訓練の実施について

感染管理認定看護師　佐藤 正明

2022年11月29日、府中市民病院、亀川病院、光の丘病院、なんば医院、こどもクリニックはぐくみ、府中地区医師会、福山市保健所と合同訓練を実施しました。まず診察場におけるデモンストレーションを行い、その場面での注意点について共有しました。

次に個人防護具の着脱についてレクチャーしました。実際の新型コロナウイルス感染症対策の場合も踏まえて着脱の重要ポイントについて説明しました。

実際にPPE着脱と手洗いを参加者全員で実施しました。参加者からは「こういった訓練があることで手洗いが重要であることを改めて振り返ることができ非常に嬉しかった」「実際のコロナ対応で指導する立場として、自施設に持って帰れる内容だったため、勉強になった」「病院の皆様が楽しく準備されていたのが良かったです」という意見がありました。

合同訓練を通して、新型コロナウイルス感染症の拡大によって、感染対策に注目が集まっているこの状況を一時的なもので終わらせるのではなく、常に継続していくことが重要であると感じました。また、この合同訓練も感染管理担当者一人で乗り切ることは不可能であり、ICTメンバーや各部門のスタッフが協力して、準備、運営、シナリオ、レクチャー、片付けを行い、合同訓練を無事成功させることができました。

この頼もしいメンバーと共に寺岡記念病院の感染対策を行いつつ、今後は近隣施設と協力しながら福山・府中地区の感染対策を強化していきます。

寺岡記念病院 理念

トータル&シームレスケア
全人的で切れ目のない医療提供の推進

スローガン　保健・医療・福祉の統合とネットワーク形成による新地域医療を実践しよう

方　針
①地域住民の健康と安心を守る医療機関であり続け、健康地域づくりに貢献します
②医療を受ける人の個々のニーズに応える医療を提供します
③安全で良質な医療提供のためスタッフの職務能力と人格能力を高めます
④社会の要請に対応した医療を提供します
⑤長期的に安定した医療を提供するため健全な経営を行い病院の総合力を高めます

2023年 寺岡記念病院 カレンダー

2月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28				

3月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

4月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23/30	24	25	26	27	28	29

5月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

6月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

7月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23/30	24/31	25	26	27	28	29

8月

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

9月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

10月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

11月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

12月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24/31	25	26	27	28	29	30

休診日のご案内　①日曜日・祝日 ②年末年始（12/31・1/1・2・3）③お盆（8/15・16）

外来受付時間　●平日／午前8：30～11：30　●土曜日／午前8：30～11：00

外来診察時間　●平日（月～土）／午前9：00～12：00　午後1：30～5：30

日曜・祝日以外の休診日