

患者様の心にいつも寄り添って

vol.119

2024 Spring

エキサイだより

ご自由にお持ち帰りください

わたしの診察室



すきになる ということとは

心をちぎってあげるのか

だからこんなに痛いのか

工藤直子「痛い」

生まれる前から成長過程まで、 ママとお子さんの健康を全力でサポートします。



少子高齢化が進む時流の中で、産婦人科や小児科における医療の重要性がますます高まり、その役割もさらに大きなものとなってきています。名古屋掖済会病院の産婦人科、小児科でも、さまざまな面から体制の充実を進め、妊産婦様やお子様
の健康をサポートすべく邁進しています。今回は、当院の小児科部長星野伸医師と、
産婦人科部長清水顕医師が、当院の取り組みと特色などについて語り合い、地域の
方々へのメッセージをお伝えします。



産婦人科部長 清水 顕医師

八事日赤病院、名古屋大学医学部附属病院等を経て、6年前に産婦人科部長として当院に赴任。

小児科部長 星野 伸医師

初期研修を当院で受けた後、基礎研究に励み、小児科の道に。再び当院に勤務した後、名古屋医療センター、春日井市民病院等を経て、5年前に当院小児科部長となる。

産婦人科と小児科の 連携に自信アリ！

星野 名古屋掖済会病院の特長は、なんととっても救命救急に熱心に取り組み、そのスピリットが、産婦人科や小児科にも浸透していることだと思っておりますが、いかがですか。

清水 確かに。救急にかけるプライドのようなものがどの診療科にも行き渡っていますよね。産婦人科にも、救急を経験したスタッフがたくさんいるので、面食らうほどのガッツにいつも刺激を受けています。

星野 若手の医師やスタッフも含めて、決して断ることなく、「どんな患者様にも対応します」という覚悟を持った病院だと感じますね。

清水 お産の時、私たちのような高次医療機関は、リスクに応じた対応が求められますが、当院には小児科の先生もいるので、生まれた後のサポートもしっかりしているし、必要に応じて、救急科、内科など各科が揃っているのです。総合力という点では安心していただけるのではないのでしょうか。

星野 とはいえ、当院だけでは対応できないような特殊な症例もありますが、私たちに相談していたら、どのような解決策があるのかをお答えできます。

清水 愛知県には、重症搬送システムがあって病院間の連携が緊密ですからね。

星野 大府にある「あいち小児保険医療総合センター」や県内の大学病院とも連携して、重症の場合であっても、みんなでがんばって対応していくという体制がとられています。

清水 当院では、産婦人科と小児科がカンファレンスを行い、症例を共有しますが、それも案外珍しい取り組みだと聞きますね。

星野 産婦人科と小児科は一連托生の関係ですからね。リスクの高いお子さんの情報をちゃんと共有して、治療後の様子などを共有する当院の取り組みは、ご家族にも安心していただけるのではないのでしょうか。

2024年4月よりN-I-P-Tがはじまります。

星野 ところで、まもなくN-I-P-T(新型出生前診断)がはじまりますね。

清水 そうなんです。いまは遺伝医療が各分野に浸透してきていますが、その一環として出生前診断に対応します。以前から、妊産婦さんのご要望が多かったのですが、ようやく体制を整えることができました。この診断もまた、小児科とタッグを組んで行うことになりですね。

星野 結果が出たら、きちんと説明をしなければなりませんからね。たとえ染色体に異常が認められても、実際に発症するというわけではありませんからね。正しい知識を持って説明しないと

取り返しがつかない事態になりかねません。
清水 そのためにも、検査前のカウンセリングをしっかりしなければなりません。この検査で何がわかるのか、結果を受けてどのような選択肢があるかなどをきちんと理解した状態で、検査を受けていただけるように。当院には専門のカウンセラーも常駐しているので、産婦人科医である私たちともに対応していきます。

星野 責任のもてる体制となるのは、小児科としてもありがたいですね。検査結果だけを聞いて判断できるものではないし、理解いただいたうえで検査を受けるのがとても大切だと思います。



実は、2人とも2児の父親です

清水 とはいえ、一番の安心は、お産で取り上げた赤ちゃんに何か問題が起こった時、小児科の先生がすぐに駆けつけてくれることです。実は、私は子どもが2人いるのですが、2人とも生まれた時には呼吸障害を起こしまして、集中治療室のお世話になったんです。

星野 そうでしたか。それは大変な思いをされましたね。妊娠中やお産は1分後に何が起こるか分からない。だからこそ、リスクマネージメントが重要となります。かく言う私も2児の父親です。臍の緒を切った後の新生児への初期対応の処置を行い、子育て中には上手なゲップのさせ方などを研究していました。

清水 そうそう、今年1月からは、出産時にお父さんが立ち会えるようになり、喜んでいただいています。当院はコロナ対応病院なので、赤ちゃんの健康を考えて、長い間再開を待っていただいています。

星野 退院後も2週間検診や体重測定などできていただいています。近年はお父さんが付き添ってこれることが増えていきますね。父親だってできる限り子育てに関わりたいですからね。

清水 当院の産婦人科も安心して出産を迎えられるよう体制を整え、多くの妊産婦様から選ばれる産婦人科となれるようにがんばっているところですが、小児科のほうはいかがですか。

星野 小児科でもどんな患者様でも受け入れることを大前提としています。地域に根ざした

基幹病院としての役割も忘れてはならないと思っています。お子様のいるご家庭では、家の近所にかかりつけのお医者様を持ち、普段からお子様の様子を把握してもらって、必要に応じて当院にご紹介してもらおうという方法が安心だと思います。

清水 当院の小児科には、アレルギー、内分泌、神経などの専門外来があり、専門医が対応していますよね。

だから、病気の種類によっては当院がかかりつけにならなければならぬ場合もたくさんあるとは思いますが。

星野 はい。お子さんの病気はなんでも診めますが、専門性も大切にしています。

当院の医療を通して心も元気になってほしい

星野 妊産婦様にとっては、心のケアも大切かと思えますが、何か配慮していることはありますか。

清水 妊娠期、産褥期にかけては、うつを発症するリスクが高いので、妊婦健診などではすべての妊婦さんについて病のリスクを評価する機会を設け、心理的なケアもしています。そして、不安を感じておられる妊婦さんには、助産師さんや保健

師さんとも連携してサポートします。さらに、育児能力、経済面など社会的なリスクを抱えている妊婦さんも増えていきますから、そういう面も含めてサポートできる体制を整えています。小児科では、どのようにお子さんの心のケアをしているのですか。

不安を一人で抱え込まず、一緒に考えましょう

星野 学校に行けない子が増えているように感じます。体調不良を訴えていても、検査では何も出ない。そういうお子さんには、長期戦になるよと話しかけながら診るようにしている。

一方、学校入学前の小さなお子さんのいるお母さんには、一人で抱え込まないでね、と伝えます。何かあれば、保健師さんや児童相談所とも連携をとりながらカンファレンスを行うこともありますし、サポートしてくれる場所は必ずありますからね。

清水 妊産婦さんも、私より助産師さんのほうが本音を話しやすいようなこともありますね。なので、あえて私からは深く聞かずに、助産師さんが拾ってくれた情報に基づいて対応策を考えることなどもあります。

星野 医師にとっては、「待つ」ことも大事ですよ。調子の悪い子たちには、「こまめに話を聞かからね。君と僕はフラットな関係だから、安心して話していいよ。私のクライアアントはあなただからね」と伝えると、何気ない話をいっぱいしてくれようになります。最初は辛い、嫌だというネガティブなことばかり言っていた子が、しばらくすると、こんなことが好きだ、こんなことがやりたいと話し始めたりする。時間はかかりますが、それを待ちます。

清水 それは、すごい。私も見習わなければ。
星野 私の精神年齢が低いので、大丈夫なんですよ(笑)。



「亥」年で、「蟹」座の「星」野です



News 01 「その鼓動に耳をあてよ」
名古屋キネマ・ノイにて公開

当院救命救急センターに東海テレビが密着し制作したドキュメンタリー映画「その鼓動に耳をあてよ」。
3/16(土)より名古屋キネマ・ノイ(旧名古屋シネマテーク)にて公開されました。



News 02 ラピッドカー運用開始

そして皆さまにご支援いただきました「ラピッドカー」、昨年末に納車となり、年明け一番に到着のお知らせを発信する予定でしたが1月1日に発生した能登半島地震を受け、初めての出勤が石川県の災害支援となりました。
また、ドクターカーも春以降に納車される予定です。



News 03 当院のLINE公式アカウント
ができました！

健康教室をはじめとした病院の最新ニュースや、LINE限定のメッセージなど、楽しく役に立つ情報を随時配信しています(配信は月1〜2程度です)。
病院ホームページや外来担当表なども簡単にご覧いただけます。
皆さまの「友だち登録」をお待ちしています！

友だち募集中
当院の情報をお届けします!!

友だち追加方法

友だち追加は URL または QR コードから

<https://lin.ee/KjjiMao>

エキサイ健康教室のご案内

テーマ
「学ぼう！
介護保険制度」
5/20(月)14:00~15:00

● 講師
名古屋掖済会病院
医療ソーシャルワーカー内山真子

● 場所
名古屋掖済会病院
救命救急センター4階 講堂

学ぼう！
介護保険制度

介護が必要になった時
慌てないために

将来あなたや家族に介護が必要になったとき
どうすればよいのかご存知ですか？
医療ソーシャルワーカーから介護保険制度を学びましょう！

5月20日(月) 14:00~15:00

講師：名古屋掖済会病院
医療ソーシャルワーカー 内山 真子

会場：名古屋掖済会病院 救命救急センター 4階講堂
〒454-8502
名古屋市中川区北中町4-66

エキサイ健康教室年間予定

日時	演題	講師
5月20日(月) 14:00~15:00	介護保険	医療ソーシャルワーカー 内山 真子
6月 ※日にち未定	膠原病	膠原病リウマチ内科 田口 雄一郎
8月 ※日にち未定	肩径ヘルニア	外科 水谷 文俊
10月 ※日にち未定	慢性心不全	循環器内科 谷村 大輔
12月 ※日にち未定	演題未定	看護部
2025年2月 ※日にち未定	動脈硬化	中央検査部

Ekisai Column
エキサイコラム

もうすぐ蛍光灯が買えなくなります！
おうちの電球は大丈夫？LED化のススメ

水銀を使用している一般照明用蛍光灯は、市場在庫がなくなり次第買えなくなります。ご自宅の電球のLED化はできていますか？

なぜ交換が必要なの？

全世界で69カ国が同意した「水俣条約」により、全ての一般照明用蛍光灯について、製造と輸出入の廃止期限が2027年末と決定しました。現在各メーカーも生産が終了しています。
ご自宅の照明機器によっては、LEDランプを購入しただけ取り替えるだけでなく、配線工事が必要になる場合もあります。今使えているとしても故障してからだとLED化に時間がかかってしまうことがあるのです。
また、LEDは消費電力が抑えられているため、電気代は水銀灯よりも大幅に削減されるメリットも。当院でも、順次照明のLED化を進めていく予定です。



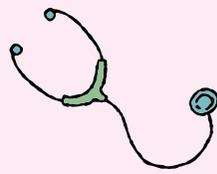
詳しくは
一般社団法人
日本照明工業会の
ホームページを
ご覧ください。



ここは何科の診察室？



今回のエキサイだよりのテーマは「わたしの診察室」ということで、当院のとある診療科の「診察室」を撮影しました。ヒントを頼りに、①～③の中から何科か当ててみてください！



Q1

- 1 循環器内科
- 2 外科
- 3 呼吸器内科



ヒント
縦型モニターと
空気清浄機が
特徴です。



Q2

- 1 脳神経外科
- 2 整形外科
- 3 膠原病リウマチ内科



ヒント
普段は棚に
しまっていますが、
撮影のため模型を
並べてみました(笑)

Q3

- 1 耳鼻咽喉科
- 2 眼科
- 3 形成外科



ヒント
診察室には珍しい
黒い壁はこの科だけ！

Q1の答え



3 呼吸器内科

縦型モニターで肺のレントゲン画像を映します。

Q2の答え



2 整形外科

骨や筋肉の模型で患者様に説明します。

Q3の答え



2 眼科

真っ暗にするため、普段から消灯し黒いカーテンで仕切られています。

マイドクター

当院の心強い連携医療機関のご紹介です。

神宮の杜よこやまクリニック

神宮の大木のようなあたたかいクリニックを目指して

院長 横山裕之先生



貴院と先生について教えてください
当院はおなかとおしりのクリニックとして、令和4年に開業しました。熱田神宮のすぐそばに位置し、神宮の杜のような落ち着いた雰囲気の中で、皆様をお迎えしています。
私は消化器外科と大腸肛門病を専門とし、総合病院で診療・手術の経験を積んできました。おなかとおしりだけでなく、関連する生活習慣病などにも対応するため幅広く診療しています。おなかの相談のついでに、泌尿器・肛門などのデリケートな悩みをご相談される方も多くいます。通常は各専門クリニックに通院しなければならぬことが多いのですが当院では一度に完結できることが強みです。
女性の患者様も多く、女性専用待合も完備しておりプライバシーに配慮しています。
患者様一人一人の話を耳を傾け話しやすい環境づくりに努め、どのようなニーズに応えるべきかを常に考えています。



神宮の杜よこやまクリニック

■住所 名古屋市熱田区三本松町18番4号 ミュープラット4階
■駐車場 名鉄神宮前駅隣接・東駐車場(約170台)・西北駐車場(約35台)
■TEL 052-872-4580
■診療時間 月・火・水/9:00~12:00、16:00~19:00
金/9:00~12:00、17:00~20:00
水・土/9:00~12:00
■休診日 日・祝



苦痛の少ない胃・大腸カメラは朝一番夕方土曜にも検査ができ、痔の日帰り手術にも対応しています。自費にはなりません。が、尿だけで手軽にがんリスクを判定できる検査も行っています。
駅直結の複合施設内にあるため、お仕事帰りに立ち寄りやすいです。どんな小さなお悩みでも、お気軽にご相談ください。

インタビュー者より

クリニックを陰で支えるスタッフの方は経験を積んだベテラン看護師さんがそろうというそうです。「とっても頼りになる仲間です」と胸を張る先生の笑顔がとても素敵でした。

にのクリニック

3月5日開院 なんでも頼れる地域のハブ診療所を目指して

院長 二宮淳先生



先生と貴院について教えてください
総合内科専門医、消化器内科医として、日々の不調や生活習慣病など、幅広く診療します。「なんでも診れる開業医」になることが夢で、救急科が強い三重県内の総合病院や在宅専門クリニックで経験を積んできました。
病気の早期発見・治療そして予防のためにも、患者さんが気軽に精密な検査に臨める環境を整えたい、というのが当院のこだわりです。眠ったままできる胃・大腸の内視鏡検査、骨粗しょう症を評価できるAI搭載のレントゲン、脂肪肝の程度を評価できる超音波装置、全身をくまなくチェックできるCTなど、患者様にとって負担の少ない検査設備が充実しています。
また、開院するときは在宅ケアも始めると決めていました。通院することが難しい患者様もしっかりと診断し、時には最期までご本人とご家族に寄り添っていきたくと思っています。当院は在宅療養支援診療所でもあり、将来的には近隣の病院やクリニックと連携して在宅ケアのハブになることを目指しています。
クリニックは老若男女いろいろな症例の患者様が安心して過ごせるように、効率的でやさしい動線を意識しています。なにが私のモチベーションでもあります。なんとなく調子悪いな、心配だなということがある方はぜひ一度ご相談ください。



にのクリニック

■住所 愛知県名古屋市中川区春田5丁目38 (スギ薬局春田店となり)
■駐車場 60台
■TEL 052-387-7238
■診療時間 9:00~12:00午前診、13:00~16:00内視鏡検査・訪問診療、16:00~19:00夕診
■休診日 水・土(夕診)・日祝

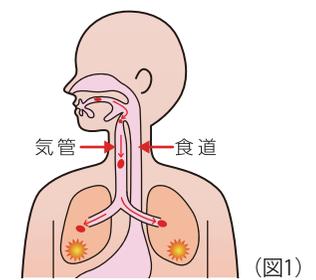


インタビュー者より

きらきらした笑顔で明るく元気いっぱい二宮先生。お話をただでパワーをもらいました。趣味は魚釣り、なんとクロマグロを吊り上げるほどの本格派です。

今回のテーマ

誤嚥(ごえん) 原因を知って予防しましょう



(図1)



誤嚥とは

食べたり飲んだりしたものが誤って食道ではなく気管に入ってしまうことを「誤嚥」といいます。(図1)

食べ物がのどの奥に進むと脳に信号が伝わり、脳からの指令で喉頭蓋(気管の入口)がふさがり、食べ物が気管に入るのを防ぎますが、高齢や脳卒中などの病気により、この信号や指令がうまく伝わらない・飲み込みの反射が遅くなる・飲み込みの力が弱いといった状態から気管に入りやすくなります。

40歳代になると飲み込む力が衰え始めるとわれています。誤嚥すると、食べ物や唾液に含まれる細菌が気管から肺に入り、誤嚥性肺炎を起こす可能性があります。また、食べ物がのどに詰まって窒息する恐れもあり注意が必要です。

誤嚥・誤嚥性肺炎のサイン

誤嚥すると、咳き込む、むせるといった症状が出ます。しかしながら、飲み込んだり、咳をしたりするための筋肉や神経が衰えていると、咳などの症状が出ないことがあり、本人も周囲も気づかないまま食事を続けてしまうと危険です。高齢者では、誤嚥性肺炎を起こしても、熱や咳などの症状が現れにくい場合もあります。呼吸が浅く速い、何となく元気がないなど、いつもと違う様子があれば、周囲の方が誤嚥性肺炎を疑うことも大切です。

誤嚥や誤嚥性肺炎を防ぐ工夫

嚥下(モノを飲みこみ、胃に送ること)と発声の筋肉はつながっているので「よく話す、歌う、朗読する」ことは、飲み込む力を鍛えるのに有効です。また誤嚥を防ぐために、食事の際の姿勢や食べ方などに注意して、様々な工夫をされるといいでしょう。誤嚥しても誤嚥性肺炎を起こさないために、食後の正しい歯磨きで、口の中の細菌を減らすことも忘れないでください。

誤嚥を防ぐ工夫

- 良い姿勢(両足を床につけ、背筋を伸ばす)で食べる
- 食事形態やとろみをつける等の工夫を試みる
- 食事に集中する
- 会話やテレビを見ながら等の食事をせず、食事に集中する
- 胃液の逆流を防ぐため食後すぐに横にならない
- 体温と温度差のある食べ物(温かいもの、冷たいもの)を摂る
- 香辛料やハーブなどを取り入れる

看護師からのひとこと

「誤嚥」、「誤」あやまって「嚥」飲み込むこと。最近よく聞く言葉となっています。高齢者だけではなく、若い人でも口腔内の不衛生な状態が続くと誤嚥性肺炎を起こす可能性があります。普段より口腔内の衛生状態には気をつけましょう。

摂食・嚥下障害認定看護師 鈴木 加奈



管理栄養士
北村 まこ

今月の
テーマ

「分葱」



根元からよく枝分かれすることが由来の「分葱」。その由来から、子孫繁栄の縁起物として古くから親しまれています。今回は旬の分葱を使った料理を紹介します。



分葱のぬた

材料(2人分)

- 分葱……………6本
- まぐろ(刺身用)……………40g
- 白みそ……………大さじ2
- 酢……………大さじ1
- 砂糖……………大さじ1

作り方

- 1 分葱の下処理を行う。
(1)分葱の根と葉先を切り落とす。
(2)沸騰したお湯で根の部分(30秒ほど)茹でる。その後分葱全体をお湯に入れてさっと茹で、冷水にあげて冷ます。
- 2 水気を切ってまな板にあげ、根元から葉先に向かって包丁の背でこそげ取り、めりを取り除き、4cm幅に切る。
- 3 まぐろを食べやすい大きさに切る。
- 4 ポウルに白みそ、酢、砂糖を入れ混ぜ合わせる。
- 5 分葱、まぐろの刺身、3の合わせ調味料をお皿に盛り付ける。

ひとくちメモ

分葱は葱と玉葱の雑種で球根から栽培されず、葱のような辛味が少なく、甘みがあり軟らかいという特徴があります。そのため小鉢の主役として活躍できる食材です。
分葱を茹でる際は、葉先を切り落とすことで分葱の破裂を防ぐことができます。



〒454-8502 名古屋市中川区松年町4-66
Tel<052>652-7711 Fax<052>652-7783
<https://www.nagoya-ekisaikaihosp.jp>