

体温計

vol.141
2019 10 月号

中学生
のための
医療体験

ブラック・ジャックセミナー

7/28
(日)

医療に興味を持つ中学生を対象に、実際の医療機器を使った模擬手術体験や救命救急体験を行いました。参加者からは「普段できない体験ができてとてもよかった」「これからも夢に向かってがんばりたい」等の声があり、初めての体験にも前向きに取り組む姿が見られました。

〈共催〉静岡病院、ジョンソン・エンド・ジョンソン

内視鏡手術体験

手術縫合体験

医療の工夫が
とてもすごかった。
考えた人や造った
人、本当に感動し
ました。
すごく楽しかった
です!!



自動縫合器、吻合器



超音波画像診断



心肺蘇生 AED



超音波メス体験

高校生
のための
医療体験

こころざし育成セミナー

8/22
(木)

医師を目指す中高生が、当院医師から医師の仕事の魅力や、受験勉強等学生時代の過ごし方を聞きました。その後、医師・研修医との座談会、施設見学を実施し、参加者からは「医師を目指す意欲が高まった」等のうれしい意見をいただきました。

〈主催〉静岡県、静岡県教育委員会 〈協力〉静岡病院



「医師の仕事とは」 血管撮影治療室を見学



手術室で体験

実際の医療現場を
見たり、医療器具を
さわられて、
将来、医師に
なると静岡で
働きたいと
思った。



● 当院ではこれからも、将来の地域医療を支える人材を育成することを目的とし、このような医療体験セミナーの開催や医療に関する情報発信を続けていきます。

7opics

■ 今月の診療科「内分泌・代謝内科」〈「全身を診る」診療科です〉

● 病院からのお知らせ

■ 部門紹介「感染管理室」〈すべての人を感染症から守るために〉

● 外来担当医・特殊外来一覧表 ● 医師人事異動情報

内分泌・代謝内科



「全身を診る」診療科です

糖尿病・脂質異常症・高血圧・メタボは、全身の「代謝」の病気です。症状がなくても、病気をよく知って、うまく付き合しましょう！



副院長
内分泌・代謝内科
主任科長
脇 昌子

糖尿病

血液検査で、血糖値（血液のブドウ糖の濃度）が高い状態を**糖尿病**といいます。

一回の採血で血糖値が、朝の空腹時採血だと 126mg/dl、その他では 200mg/dl 以上あり、しかもヘモグロビンエイワンシー（HbA1c）が 6.5% 以上あると、糖尿病と診断されます。この HbA1c は、採血より約 1 か月前の平均血糖値を示します。血糖値は、食事をすると高くなりますが、一日を通して 70 ~ 160mg/dl で変動し、200mg/dl をこえることはありません。



脂質異常症、高血圧、メタボリック症候群

血液の LDL コレステロール値が 140mg/dl 以上、中性脂肪値が空腹時で 150mg/dl 以上あると、**脂質異常症**といいます。

血圧は、家庭で朝食前にリラックスして何日か測定して、収縮期（上の血圧）135mmHg 以上、拡張期（下の血圧）85mmHg 以上あるなら、**高血圧**と診断されます。

おへそまわりが太くて（腹部肥満と言います；腹囲が男性で 85 cm、女性で 90 cm以上）、上記のような血糖値、脂質値、血圧の軽い異常を合わせ持っている状態が**メタボリック症候群**です。



「測らないと気づかない問題」に気をつけましょう

血糖値も、血液のコレステロールや中性脂肪の値も、血圧も、「測ってみないと問題に気づかない」ものですが、管理不良が続くと、血管や細胞の働きを悪くし、全身にさまざまな病気を引き起こします。心筋梗塞・狭心症や脳梗塞、血液透析を必要とするような腎不全、認知症などの重病です。各種の癌とも関連があります。しかし、血糖値やコレステロール・中性脂肪値、血圧、体重の代謝 4 点セットを、人生の早い時期から見張って、よい状態に保っていけば、健康な百寿者も夢ではありません。そのため、健診を受けて「測らないと気づかない問題」に早く気づき、その対応をしていくことが大切です。

これらの問題の原因は親の代からの「遺伝と環境の相互作用」で、今の食事や運動、生活リズムなどの生活習慣が大きく影響します。食事や睡眠の時刻を整えるリズム調整、食事、運動、薬物など、その時々に必要な治療を自分に合った方法で取り入れながら、長期にわたり療養することが大切です。



医師、看護師、薬剤師、管理栄養士、理学療法士、検査技師など多くのスタッフが、患者さんと共に、ベストの療養を考え応援する、チーム医療を展開しています。

病院に入院される方にも多くの糖尿病や高血圧の方がいらっやいます。血糖や血圧値の状態が良くないと、本来の病気の治療経過を損なうことがありますので、当科がこれらの管理をサポートしています。糖尿病があっても、静岡市立静岡病院ではどの診療科でも安心して入院治療を受けていただけます。



患者さんの情報を共有します



医師によるカンファレンス

チームでのカンファレンス

内分泌（ホルモン）の病気は、あちこちに症状がおこります。気づいて、検査することが大切です。



ホルモンの異常が全身の疾患へ

内分泌臓器は、脳の下垂体、首の前面にある甲状腺や副甲状腺、お腹の中の副腎、性器である卵巣や睾丸などです。これらの病気は、その臓器ではなく、全身の臓器に症状が出てきます。なぜでしょうか？

私たちのからだでは、毎日を元気に生きるために、たくさんのホルモン（内分泌物質）が働いています。あるホルモンは、それを作っている内分泌臓器の細胞の中から血液中に分泌され、全身の細胞にたどりつき、細胞の表面にある特別の場所（ホルモン受容体）にくっつくことでその細胞の働きを調節します（図）。

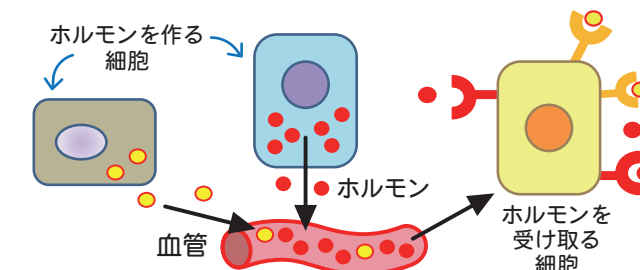
血中のあるホルモン量が多いと、そのホルモン受容体を持つ全身のさまざまな細胞が刺激され過ぎるため、「あちこち」に異常がおこります。例えば甲状腺のホルモン過剰では「体が熱い、脈が速い、発汗、手の震え、疲れやすい、体重減少、下痢、落ち着かない、不眠」などが起こりますが、これは、消化管も、心臓も、神経も刺激されるからです。



ホルモンの病気は、血液のホルモンを測れば診断は難しくありませんが、症状がさまざまで、医師にも気づかれにくい場合があります。どこが悪いかはっきりしない「あちこち」の体調不良には、一度「ホルモン」の病気を疑ってみてもよいかもしれません。

このように、内分泌・代謝内科は全身を診る診療科です。

内分泌（ホルモン）のしくみ



● ホルモン：血流に乗って全身のさまざまな臓器に運ばれる
● Y Y ホルモン：細胞の表面に受容体
● ● ホルモンごとに受容体がある

感染管理室



すべての人を感染症から守るために



感染管理室長
岩井 一也

感染管理室は、医師4名と看護師2名、薬剤師1名、微生物検査技師2名、事務員1名で構成されています。

感染症はありふれた病気である一方、重症になることも少なくなく、感染症を制御することは病院において重要な課題です。感染管理室では患者さんはもちろんですが、患者さんのご家族や私たち医療従事者自身を含め、すべての人を感染症から守るために活動しています。

具体的には、人から人へ広がる恐れのある感染症をもった患者さんを、ほかの患者さんと入院の部屋を分けたり、診断・治療が適正に行われるよう医師や看護師に助言や指示を行ったり、また予防接種で防ぐことのできるB型肝炎やインフルエンザに対してワクチンを全職員に接種したり、

感染症、感染防止策に関して職員への教育などを行っています。

週に2回会議を行い、入院患者さんの感染症情報を確認し、病院内の様々な部署に向向いて現場の職員とのコミュニケーションを通じて、感染対策が適正に行われているかを確認し、問題点や改善点があればそれらについて検討を行い、実践へとつなげています。

また、感染症の治療薬である抗生物質が効きにくくなった薬剤耐性菌をモニタリングし、今後薬剤耐性菌を増やさないよう、抗生物質が最大限の治療効果を発揮できるよう、病院内での抗生物質の使用状況を確認し、その情報を医師や看護師に提供しています。



職員への教育を行います

新職員への手指衛生の指導



感染対策チームで病院内をまわります

これからの季節、インフルエンザなど感染症に気をつけましょう

インフルエンザを予防するためには、まず予防接種を受けることです。インフルエンザが流行するのは12月から3月ごろで、予防接種の効果が出るまでにおよそ2週間かかりますので、11月中旬から12月初旬までには予防接種を受けることをお勧めします。

予防接種を受けるとインフルエンザにはかかりにくくなり、重症になりにくくはなりますが、インフルエンザにかからなくなるわけではありません。そこでさらに注意したいのは、**咳エチケット**です。

これは流行の時期に熱が出たり咳が出てインフルエンザにかかったかなと思われる人が、自分のインフルエンザウイルスがほかの人に感染しないよう、咳をするときはハンカチやティッシュで口元を覆うかマスクをして、しぶきが飛び散らないようにすることです。

そして、インフルエンザにかかっていない人は、飲食をする前に手を洗ったり、洗っていない手でむやみに目をこすったり鼻を触らないようにすることが大切です。

予防接種



咳エチケット



パルス方式キセノン 紫外線(UV)照射ロボット「ライトストライク」を導入しました

静岡病院では昨年、海外で流行している薬剤耐性菌が病院内に広がってしまうということが起こりました。この細菌は薬が効きにくいうえ、自然環境で生き延びる能力に優れるといった特徴があり、感染制御に難渋しました。

これまではこういった耐性菌が病院内で広がらないように、徹底した清掃・消毒を行って対応してきましたが、手作業で行う清掃・消毒にはどうしても限界があります。そこで、このたび新しく開発された消毒ロボットである「ライトストライク」を導入しました。この消毒ロボットは、病室や手術室などのベッドや壁、患者さんが使用したスイッチなどに紫外線を5分~10分程度照射することで、付着している細菌やウイルスを短時間で効果的に死滅させることができる装置です。

20年ほど前まで、病院では紫外線照射を行っていましたが、紫外線による殺菌効果が不十分だったことと、紫外線の毒性が問題になり、紫外線を用いた消毒は長らく行われていませんでした。これまでの紫外線の短所を克服したこの装置は、近年世界的に問題となっている薬剤耐性菌や、治療法の開発されていないウイルスに対しても十分な消毒効果を発揮することが確認されており、静岡病院の感染対策の大きな力となるべく稼働しています。

なお、国内におけるこの消毒ロボットの導入は当院で3施設目となり、大学病院以外の病院では当院が初となります。



病棟で稼働準備



コンセントやスイッチなどの小物類も含め、人の手がふれる病室内のあらゆるものに紫外線があたるように配置し、職員は退室します

自動で紫外線の照射が開始され、ロボットの位置を変え複数回同じ作業を繰り返し、部屋全体をまんべんなく消毒します



職員の公募により「SHIKIBU」と名付けられました

静岡交響楽団 心のコンサート 2019 in 静岡病院

10/15 火

18時開演

会場 当院西館12階講堂

優雅な響きを携えて静岡交響楽団が静岡病院にやってきます。

弦楽四重奏
プログラム

・「四季」より「秋」第1楽章
・見上げてごらん夜の星を ・糸
・サウンド・オブ・ミュージックメドレーほか
※曲目は変更になる場合がございます。

事前申込不要 入場無料 (※病院駐車場は有料です)

■ 詳細は院内チラシ、病院ホームページでお知らせします。



第12回 静岡市民「からだ」の学校

「骨盤内臓器の病気を学ぶ - 子宮・卵巣 / 膀胱・前立腺 / 大腸 -」

10/26 土

14時-16時 (開場13時30分)

会場 グランシップ 11階
会議ホール「風」

産婦人科、泌尿器科、外科・消化器外科医師が、解剖や病態、最新の治療、手術などについてお話しします。

事前申込制 定員 300名 入場無料

お申込み受付：10月1日(火)～
お申込み方法：電話で静岡病院へ

☎ 054-253-3125 (代)

■ 詳細は院内チラシ、病院ホームページでお知らせします。



第9回 栄養サポートチーム 市民公開講座

「入院前後の栄養について」

11/16 土

10時-12時

会場 当院西館12階講堂

入院前後の栄養について、消化器内科医師、理学療法士、管理栄養士がお話しします。

事前申込制 定員 100名 入場無料 (※病院駐車場は有料です)

■ 詳細は栄養管理科までお問い合わせください。 ☎ 054-253-3125 (代)



11/22 (金) 休診のお知らせ

■ 5月2日(木・祝)を通常診療日としたため、11月22日(金)は振替休診日とさせていただきます

■ 外来診療時の受付時間 **8:00～11:30**
(一部、受付曜日や時間が異なる診療科があります)

■ 担当医は、都合により変更することがあります
(土・日曜日・祭日は休診です)

急病時の連絡先

24時間 受け付けています

- 救急外来 **054-253-3125**
- 心臓救急 **054-252-4399**

人間ドック

予約制、当日結果説明、昼食付

脳ドック

予約制、毎週火曜日実施、当日結果説明
(予約受付 月～金 **10:30～16:00**)

健康診断

予約制
(予約受付 月～金 **10:30～16:00**)

レディース検診

予約制
(予約受付 月～金 **10:30～16:00**)

予約と受付は、
市民健診センターへどうぞ

TEL: 054-253-3125 (内線 5350)
FAX: 054-253-3237

