



まつもと医療センター

広報誌 Vol. 35 2019.2



白鳥 安曇野市

◆ 目次

2p	院長巻頭言
3p	看護部・経営企画室・臨床検査科新年挨拶
4p	冬に流行る感染症について
5p	第9回まつもと医療センター病院祭 ～新たな未来に向かって～のご報告
6p	スモボはじめました
7p	上部消化管の細径内視鏡について
8p	車イス2台を寄贈していただきました・編集後記

理念

いのちの尊さを重んじ、質の高いやさしい医療を提供します

基本方針

1. 医学的根拠に基づいた医療を安全に提供します
2. 適切かつ十分な説明を行い、理解と同意を得た医療を提供します
3. 患者さんの思いを大切に、敬意と思いやりの心で接します
4. 地域の医療機関と連携し、地域医療の向上に努めます
5. 教育研修の充実を図り、職員的能力向上と人材育成に努めます
6. 常に前進・研鑽し、臨床研究を通じて医療水準の向上に努めます
7. 明るく健全な病院経営を行います

患者さんの権利

わたしたちは以下の患者さんの権利を守り、最善の医療を提供するように努めます。

1. 良質かつ適正な医療を平等に受ける権利
2. 自己の病状や予後・治療の手順とその危険性および有益性・代替手段についての十分な情報提供を受ける権利
3. 他の医師の意見（セカンドオピニオン）を求める権利
4. 意思に反する場合、情報を知らされない権利
5. 検査の諾否や治療法の選択について、自らが決定する権利
6. いつでも自己の決定を取り消すことができる権利
7. 個人の医療情報に関するプライバシーが守られる権利
8. 健康教育を受ける権利
9. 人格や価値観が尊重され、尊厳を保って生を全うする権利

巻 頭 言

今、病気とどう向き合うべきか ～健康とは何か～

院長 きたの 北野 きよし 喜良

今回は、健康という視点から、病気とどのように向き合うか考えてみたいと思います。まず健康とは何かを改めて考えてみましょう。

WHO（世界保健機構）は、健康を「単に疾患がない状態ではなく、身体的・心理的・社会的に完全に良い状態」と定義しています。健康のこの定義は、WHOを設立する際に、1946年に国連が採択した世界保健機関憲章の冒頭にあります。70年以上たった今も変わっておらず、一見なるほどと思います。しかし、この定義ではこれか



らの医療・介護、それを支える地域包括ケアなどを展望できないのではないかと思います。何故ならば、「完全に良い状態」は完全な自立を表す状態であり、ケアや介護を必要としないからです。日本は超高齢化社会を迎えつつあり、今の医療の主要な対象は「治らない病気」、進行したがん、生活習慣病という慢性疾患、難病、加齢に伴うさまざまな機能低下、認知症などです。もちろん、手術や化学療法で完治する病気もありますが、割合的には少なくなってきました。「治らない病気」ということならば、うまくお付き合いしたり、少しでも苦痛などの症状を緩和し、少しでも機能回復する、あるいは悪くならないように努めることが大切になります。

さて、健康は「状態」なのでしょうか、あるいは「能力」なのでしょうか。オランダの女性医師マフトルド・ヒューバーらは、健康をポジティブにとらえ、「社会的・身体的・感情的問題に直面したときに、困難な状況に適応し、対処する能力」という新しい健康概念を提起しています（BMJ 2017）（シャボットあかね「オランダ発ポジティブヘルス ―地域包括ケアの未来を拓く」）。疾患によってさまざまな問題を抱えていても、それに対処し乗り越えていく立ち直り、復元する力があれば、さまざまな薬や舗装具や機器、医療や介護の力を支えにして症状を和らげ、気落ちすることなく人生を歩んで行けます。この力こそ「健康」ということではないでしょうか。

今後、健康の捉え方が変わって行くように、医療そのものの観念を変えていく必要があるとも考えています。繰り返しになりますが、医療では治らない病気が山ほどあることをしっかりと認識し、治癒しないが、症状をコントロールしてできるだけ病気の発症や重症化を防ぐという考え方は理にかなっていると思います。人間は傷つきやすい弱い存在であり、支援と連帯の中で自律を尊重するという倫理的観点が、今、重要なのではないかと思います。

ご挨拶

看護部長 さとう ともこ 佐藤 朋子 看護師長 わだ まさこ 和田 雅子

自然豊かな松本の地で初めて冬を迎えました。「今年の冬は暖かい」と聞こえる声に安堵しています。病院の窓から見える四季折々の美しく雄大な北アルプスに、時には癒され、時には励まされながら日々過ごしています。松本病院と中信松本病院の一体化・統合となった年にまつもと医療センターの一員となることができたこ



とは大変光栄であるとともに、この時にしか得られない多くの学びと経験をすることができました。

当院は、急性期医療、慢性期医療、地域包括医療、重症心身障害と多くの分野を担っており、看護職員は地域の方々に安心して医療を受けていただけるよう一生懸命努力したいと思います。

経営企画室長 まる はし みつあき 丸橋 光明

昨年4月に経営企画室長としてまつもと医療センターに着任しました丸橋と申します。前の勤務地は群馬県でしたが、それ以前は千曲市にあった長野病院（現上山田病院）や上田市にある信州上田医療センター、長野市にある東長野病院に勤務していましたので、長野県は何かと縁があるようです。

私の趣味は城めぐりで、長野県では荒砥城や上田城、松代城等を訪れてきました。松本に赴任してすぐに松本城を訪れましたが、やはり天守のある城は別格ですね。今後、四季折々この国宝の城を見たいときに見ることが出来ることに非常に幸せを感じています。

えっ仕事の話？… は次の機会にということで、今後ともよろしくお願いいたします。



臨床検査技師長 まえざわ なおき 前澤 直樹

昨年4月1日付で国立国際医療研究センター病院より異動してまいりました前澤直樹です。どうぞ宜しくお願いいたします。初めての単身赴任ではありますが、北アルプスを眺める素晴らしい景色に毎日癒されています。昨年は、着任早々の一体化に伴い臨床検査科では大幅な機器の入れ替えと試薬変更を行いました。一致団結した頼もしいスタッフのおかげで無事に終了し、新臨床検査科としてスタートすることができました。今後も検査の品質と精度の高いデータを提供し、信頼される検査室を目指していきたいと思いますので、ご指導、ご協力の程、宜しくお願いいたします。



冬に流行する感染症について

臨床検査科 微生物検査室 ^{とり}鳥 ^{うみ}海 ^{ひろし}洋

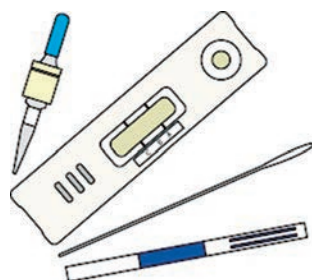
1月になり長野県でもインフルエンザに感染した患者さんが大幅に増えてきています。寒くなったらインフルエンザに注意しようと思える人は多くいると思います。ですが冬に流行する感染症はインフルエンザだけではなく、冬は夏よりも低温・低湿のため、ウイルスにとって長く存在できる環境のため感染力も強くなります。また空気が乾燥しているため、咳やくしゃみに含まれたウイルスが遠くまで飛ぶことで感染範囲が広がります。人の体も寒さのため体温が下がり免疫力が低下している可能性もあります。また接種する水分量も減るためにインフルエンザが感染する鼻腔や気道の粘膜が乾燥しやすい事も、ウイルスに感染しやすい状態になっていると言えます。



冬に多く流行するウイルスは、主に呼吸器感染症を引き起こすインフルエンザウイルス・RSウイルスなど、ウイルス性胃腸炎を引き起こすノロウイルス・ロタウイルスなどがあります。細菌による感染症には、マイコプラズマ肺炎や溶連菌感染症があります。RSウイルスやロタウイルスは、ほとんどの場合、乳幼児が感染して症状を引き起こします。インフルエンザウイルス・ノロウイルスは、子供から高齢者まで多くの人が感染します。溶連菌感染症とはA群連鎖球菌という細菌による感染症の事です。主に小児から学童期に多く感染します。マイコプラズマ肺炎はマイコプラズマ・ニューモニエという細菌による感染症の事で、成人までに多くの人が感染すると言われています。特徴は全身倦怠などの不快感や乾いた咳が続きます。私も子供が小学生の時に家庭内感染して、乾いた咳が止まらず、苦しくて仕事を1週間ほど休みました。



さて、これまでにお話したウイルスや細菌に感染しているか調べるには検査を行います。当院ではお話した全てのウイルスと細菌の検査を実施しています。多くは迅速検査を用いているので30分以内に結果がわかります。マイコプラズマ肺炎は迅速検査のほか



に遺伝子検査を実施しています。この検査はマイコプラズマに感染後、2日から検出可能です。検査時間は1時間ほどかかりますが、検査が陽性であれば、ほぼ感染が確定できます。



最後に、私を含め皆様が気を付けなければいけないことは、感染しない様に対策する事と他人に感染させない事です。多くのウイルスや細菌は、咳やくしゃみによる飛沫感染やドアノブや人の手が触れるものを触り、自分の鼻や口からウイルスや細菌が侵入して感染する接触感染が原因です。うがいやこまめな手洗い、マスクをするなど日常生活から対策が必要です。また休養や睡眠、栄養バランスの取れた食事をとるなど、免疫力の低下しやすい冬では自己管理も重要です。それでも感染してしまったと感じた時には、医療機関をすぐに受診して医師の診察を必ず受けてください。

第9回まつもと医療センター病院祭 ~新たな未来に向かって~ のご報告

第9回病院祭実行委員長 きた むら ひろし 北 村 宏

2018年10月20日土曜日に第9回まつもと医療センター病院祭が開催されました。

天気は薄曇りで午後になると小雨となりましたが、予定していた10時から15時までのスケジュールを全て予定どおり行うことができました。今回はまつもと医療センターの名称のもと松本病院と中信松本病院が一体地化して初めての病院祭でしたが短い時間に例年を上回る約400名のご来場をいただき盛況でした。



開会式は、地響きのような勇壮な五百渡太鼓演奏から始まりました。次に芳川小学校合唱団の皆様により毎日の熱心な練習の成果を披露していただき、その素晴らしいハーモニーに心が洗われました。屋外では栄養科の職員が用意した豚汁や村井商工会の皆様による焼きそばの販売、その他の飲食コーナーが好評で早くも午前中で売り切れのところが出てしまいました。屋外では餅つきショーも行い、お子さんたちに杵と臼による餅つきを楽しんでいただけましたが、できたお餅の配布に長い列ができてしまってお来場の皆様を待たせてしまいました。



午後になると、太鼓を教えてもらいながら参加できる阿禮太鼓の演奏で元気をもらいました。記念講演として冬季パラリンピックのメダリスト、プロチェアスキーヤーの青木辰子先生にご講演をいただき、パラスポーツの素晴らしさをお伝えしていただくことができました。最後は前回に引き続き信州プロレスの皆様により爆笑パフォーマンスを披露していただき無事病院祭を終えることができました。

この間、催し物と並行し職員による様々な企画に来場者をお招きし喜んでいただくことができました。体験コーナー（白衣体験、ER体験、手洗い体験、嚥下食体験、体力測定、脳トレ体験、革細工体験、利き手交換体験、車椅子体験）、院内探検ツアー、健康吹き矢協会様による実演、体験、医師看護師による健康相談、こども広場では射的バルーンアート等が好評でした。病院各部門の展示パネルも見やすくできていたと自画自賛しています。

病院祭は、地域の皆様に少しでも親しみをもていただくために毎年行っていますが、今年も事故がなく無事行うことができたことがなによりの成功でした。





スモボはじめました

栄養管理室長 間瀬 茂樹

平成30年7月より、血液内科病棟において新たな食事サービス『スモーガスボード（略称：スモボ）』を開始いたしました。これまでに開催した5回分を一挙にご紹介いたします。

スモーガスボードとは

北欧の料理で、肉・魚・野菜などの各種料理を食卓に並べ、自由に取り分けて食べるもの。日本のバイキング料理の原型とも言われています。（デジタル大辞泉より）

始めたきっかけは？

抗がん剤治療中には、副作用による食欲不振や入院生活等の精神的ストレスによる食欲不振を生じることがあります。食欲不振は栄養状態の低下を招き、治療に支障をきたします。

そこで、食べたい物を食べたい分だけその場で選ぶスモボ方式により、食事の楽しさを感じていただき、精神的ストレスの軽減、栄養状態の維持を図っていききたいとの思いから開始いたしました。



祝 第1回 当院の厨房で焼き上げたサクサク・ふわふわの8種類の焼きたてパン。



人気具材5種類からお好きなものを選んでいただき、お好みの大きさに握りました。



4種類のプチケーキ、5種類のフルーツ盛り合せに、温かい今川焼きを加えました。



調理師による手打ちそばを、『冷たいざる』・『温かい肉そば』のお好きな食べ方で。

当日は、病棟の食堂にて、そば打ちの口上と実演を行いました。また、そばつゆも出汁にこだわり、いつも以上に時間をかけて作りました。



大鍋で煮込んだ具たっぷりの温かいスープ。お好みの量に合わせて盛り付け。

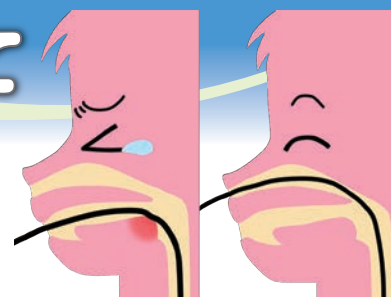
日頃、ご要望の多い汁物を、3種類ご用意しました。全種類を少しずつ召し上がってくださった方も。控えめな塩分のスープにも「美味しい」との声をいただきました。



次のスモボは何を？

入院治療中の活力となるような『安全で・愉しく・美味しい』企画を開催してまいります。

消化器内視鏡検査について



消化器内科部長 宮林 秀晴
みや ばやし ひで はる

最近上部消化管内視鏡検査に際して、「先生、経鼻内視鏡にしてください。楽だって聞いたから。」とおっしゃられる方が珍しくなくなりました。

細径内視鏡が出てきて流行になった背景には「胃カメラは飲むのが気持ち悪くて、痛い。」という変な風評が全般的について回っていたことがあります。昭和40-50年代の胃カメラは現在の様なファイバースコープのようなしなやかさはなく、先端が長くて硬く、日本人のような咽頭反射が比較



弱的弱い民族でなければ発達しなかったと思われます。咽頭反射はどの方でもあり、一般的に若者ほど強く、高齢者ほど弱いとされています。ですから細径内視鏡は若年者の咽頭反射が強い人に適しています。

現在細径内視鏡は同時方式のフジフィルム製とオリンパスメディカル社製の主に2社がしのぎを削っていますが、どちらとも直径は5.6mm程度であり、通常内視鏡の8.9-9.2mm径に対して約半分の直径となっており、例えると通常内視鏡はボールペン程度、細径内視鏡は丸い割り箸程度ということになります。フジフィルムの細径内視鏡はハイビジョンタイプとなっており、画質が通常内視鏡と遜色ない程度になっています。当院では同機種を採用して見落としのない内視鏡を心がけています。

また、細径内視鏡が鼻腔を痛くなく通過できるかどうかは、前処置として鼻の血管の収縮薬や局所麻酔剤散布の使用、施行前の局所麻酔ゼリーをつけた鼻からのチューブの挿入が可能かどうかで判断されます。だいたいの方は可能ですが、時にチューブが入らず、口からの内視鏡に変更をお願いする方もいらっしゃいます。

細径内視鏡は苦痛のない理由として鼻腔から挿入するため、一番咽頭反射が強い部分に内視鏡のあたる部分の角度が経口内視鏡に比べて鈍角となっており、一旦挿入されてしまうと喉の感覚が弱く、通常内視鏡の喉の違和感がかなり少なく感じられるようです。

弱点として鉗子孔がまだ細い（φ2.0mm）ため、生検は可能ですが、単独での内視鏡的手術・止血手技はまだ不可能です。画質・鉗子孔を通した手技など今後の発展が待たれるところです。皆さんも上部消化管内視鏡検査の際は希望を述べて一度細径内視鏡検査を試してみてください。



車イス2台を寄贈していただきました

10月5日（金）松本市在住のMM様より車椅子2台を寄贈していただきました。

当日は、北野院長から「車椅子を寄贈いただきありがとうございました。患者さんのために大切に使用させていただきます。」と感謝状が贈呈されました。

この車椅子2台は、現在、外来と病棟に1台ずつ配置され、多くの患者さんの足として、日夜活躍しております。



まつもと医療センター 第 35 号

平成31年2月発行

発行人 院長 北野 喜良

〒399-8701

長野県松本市村井町南2丁目20番

TEL.0263-58-4567 FAX.0263-86-3183

<http://mmccenta.jp/>

編集 後記



「平成」も残すところ3か月余りとなりました。「平成最後の〇〇」をよく耳にする今日この頃。新しく元号が変わる歴史的な一年です。どんな時代を作っていきましょうか。