

No. 35

令和4年9月1日

自治医科大学附属病院だより

Jichi Medical University Hospital



自治医科大学附属病院の理念・基本方針

理念

1. 患者中心の医療
2. 安全で質の高い医療
3. 地域と連携する医療
4. 地域医療に貢献する医療人の育成

基本方針

1. ①安全な医療 ②人間味豊かな医療 ③質の高いチーム医療 ④高度で先進的な医療 を提供します。
2. 情報公開を積極的に推進します。
3. 地域の医療機関との連携を深めます。
4. 地域医療に気概と情熱を持ち、全人的な医療を実践する医療人を育成します。

患者の皆様への権利と義務について

【患者の皆様への権利】

自治医科大学附属病院に働くもの（私たち）は、患者の皆様が医療の中心であり、患者の皆様と医療関係者との信頼関係の上に医療は成り立つものだと認識しております。患者の皆様には次のような権利があります。私たちはその権利を尊重します。

- ・個人として尊重された上で適切な医療を受ける権利
- ・安全に配慮した高度で良質な医療を平等に受ける権利
- ・病状や治療内容について十分説明を受ける権利
- ・十分な説明を受けた上で、治療方法等を自らの意思で選択決定する権利
- ・治療方法等について、他の医療機関（医師）に意見（セカンドオピニオン）を求める権利
- ・申し出により診療録の開示を受ける権利
- ・診療に関するプライバシーや個人情報が保護・尊重される権利

【子どもの患者の権利】

- ・子どもたちは、ひとりの人間として大切にされ、もっともよいと考えられる医療を受けることができる。
- ・子どもたちは、どんな病気でも、他の人と同じように、安全でもっともよいと考えられる医療を受けることができる。
- ・子どもたちは、病気や治療について、年齢や理解度に合わせて、十分な説明を受けることができる。
- ・子どもたちは、病気や治療について、十分な説明を受けたうえで、自分の考えや気持ちを病院の人や家族に伝えることができる。
- ・子どもたちや家族は、希望すれば他の病院（医師）の意見を聞くことができる。
- ・子どもたちやその保護者は、診療録の開示を求めることができる。
- ・子どもたちや家族のプライバシーや個人情報が保護・尊重される。
- ・子どもたちは、年齢や症状にあった遊びに参加し、教育を受けることができる。

【患者の皆様へのお願い】

当院は、高度医療の提供、高度医療技術の開発・評価、高度医療に関する研修を行う特定機能病院としての承認を受けております。適切な医療を実現するために、次の点にご理解・ご協力をお願いいたします。

- ・ご自身の健康状況についてできるだけ正確にお話しください。
- ・本院での急性期の治療・検査を終了し、病状が安定したあとは、地域の連携医療機関にご紹介いたします。
- ・法令と病院の規則を守り、病院スタッフの指示に従って行動してください。
- ・患者の皆様と病院スタッフを守り、開かれた安心できる医療を提供するために、暴言・暴力・迷惑行為が行われた場合には、診療を控えていただくことや、警察に通報することがあります。
- ・臨床研究にご協力をお願いすることがあります。臨床研究に参加しなくても、また、いったん参加したあとで参加を取りやめても、不利益を受けることはありません。
- ・また患者の皆様のカルテ・検査結果などの診療情報を研究あるいは医学教育に利用させていただくことがあります。研究・教育への利用を辞退されたい方はお申し出ください。その場合も、それを理由に診療で不利益を受けることはありません。
- ・指導者のもとで実習生が見学や実習を行わせていただくことがあります。実習等にご協力いただけない方はお申し出ください。そのことで診療等で不利益を受けることはありません。
- ・脳死と判断した場合には臓器提供の機会があることや、手続きに際しての担当医以外のコーディネーターから説明させていただくことがあります。この説明を受けない場合でも不利益になることはありません。
- ・脳死臓器提供や緊急の臓器移植手術のために、予定されていた手術が急きょ遅延したり、中止となる可能性があります。
- ・本院の敷地は、建物内、外周とも禁煙です。

目次

- ▶ 病院長からのご挨拶 2
- ▶ Information from the Hospital「患者サービス検討委員会からのお知らせ」 4
- ▶ 患者の皆様からのご意見に対する回答 6
- ▶ リレーエッセイ「臨床工学技士ってご存じですか？」 7
- ▶ 病気を知ろう！ 第36回「再生不良性貧血」 8

- ▶ 診療科・部門のご案内「乳腺科」 10
- ▶ 「小児形成外科」 11
- ▶ 検査の豆知識「カプセル内視鏡を用いた小腸疾患の診断」 12
- ▶ 季節のレシビ「鶏肉ときゅうりの梅和え」 13
- ▶ トピックス 14 ▶ お知らせ掲示板 15

病院長からのご挨拶

令和4年8月1日

自治医科大学附属病院 病院長
川合 謙介



今年は例年のない猛暑の続く夏となりましたが、自治医科大学附属病院より季節のご挨拶を申し上げます。

7月に入って新型コロナウイルス感染症第7波が急激に拡大しており、私達の附属病院では、患者さんの受け入れと治療、そして院内の感染対策を最重点事項として取り組んでいるところです。当附属病院では県内の重症患者さん受け入れ拠点としてこの2年以上、全病院体制を構築して対応してまいりました。昨年夏から秋にかけての第5波の際には地域の救急医療体制がきわめて逼迫する中でも、救急の受け入れを閉ざすことなく、いわば地域の最後の砦とし

ての機能を果たし続けることができました。新型コロナウイルスの変異に伴い、重症度の低減と感染力の増大傾向はさらに顕著となり、日々新たな体制での対応が求められています。当附属病院では感染状況のこのような時々刻々の変化にも柔軟に対応できるよう、引き続き全職員で真摯に取り組みを続けています。感染拡大のフェーズでは、延期できる診療や手術の延期やご家族の面会制限・面会禁止など、いろいろとご不便をおかけすることもあるかと存じますが、ご協力のほどなにとぞよろしくお願いいたします。

さて、当附属病院は1974年に開院し、再来年には設立50周年を迎えます。この間、栃木県南の基幹病院として地域医療の要としての役割を果たしつつ、安全で質の高い医療を提供してまいりました。栃木県内だけではなく茨城県西部、埼玉県北部を含む広い医療圏と連携体制を構築しているのはご存知の通りです。病床数、手術件数などは大学病院・特定機能病院として全国トップクラスの規模であり、災害医療、がん診療連携、がんゲノム連携、小児がん連携、エイズ、肝疾患診療連携、難病診療連携、てんかん診療連携、などさまざまな領域で栃木県の拠点となっています。また小児病院としての「とちぎ子ども医療センター」を併設しているのも大きな特徴の一つです。特に医療安全管理に力を入れており、高難度新規医療技術の審査体制や感染症対策など、一層の取り組みを進めていますので、安心してご受診いただければと存じます。

今年度は、快適で安全・安心な手術前・手術中・手術後の環境の提供を目的に、周

術期センターの本格稼働に向けて準備を進めています。また、再来年秋に完成予定の新放射線治療棟や屋上ヘリポート・屋内駐車場などの新施設の工事が始まりました。工事中は何かとご迷惑、ご不便をお掛けすることもあるかと存じますが、これらの新施設の完成により、皆様の利便性や診療の質が大きく向上することが期待されますので、ご理解いただければ幸いです。

当附属病院においては、「患者中心の医療」「安全で質の高い医療」「地域と連携する医療」「地域利用に貢献する医療人の育成」の4つの理念を掲げて、これからも全職員一丸となって、地域と連携しながら良質な医療を提供してまいります。お気付きの点は、ご遠慮なく職員にお声がけいただくか、院内投書箱にお寄せ下さい。

残暑厳しい折り、皆様におかれましてはどうかご自愛下さい。

患者サービス検討委員会からのお知らせ

令和3年11月8日(月)～19日(金)に、入院アンケートを実施しましたので、集計結果をご報告いたします。

これらの結果やいただいたご意見を真摯に受け止め、今後も更なる患者サービスの向上に努めます。

アンケートにご協力くださいました皆様に深く感謝申し上げます。

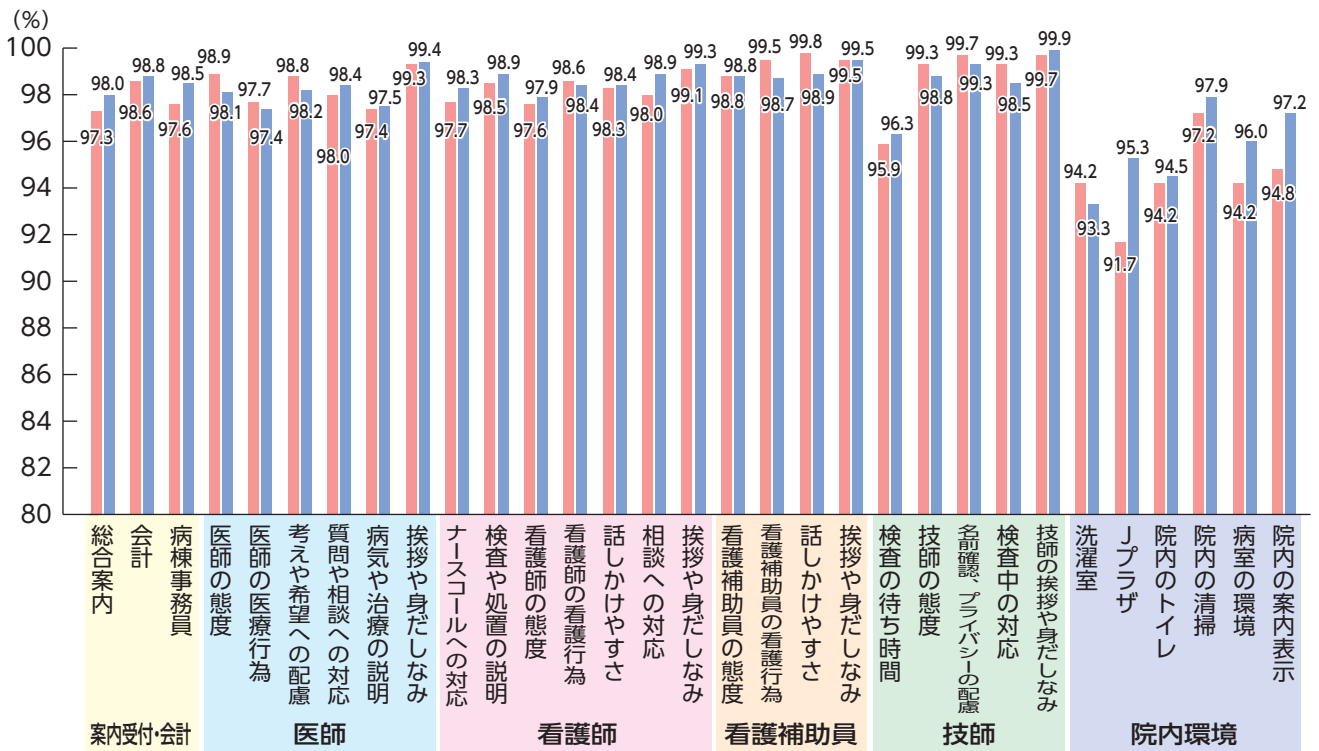
配布枚数 2200枚 (本院：2000枚・子ども医療センター：200枚)
回収枚数 719枚 (本院：648枚・子ども医療センター：71枚)

満足度調査

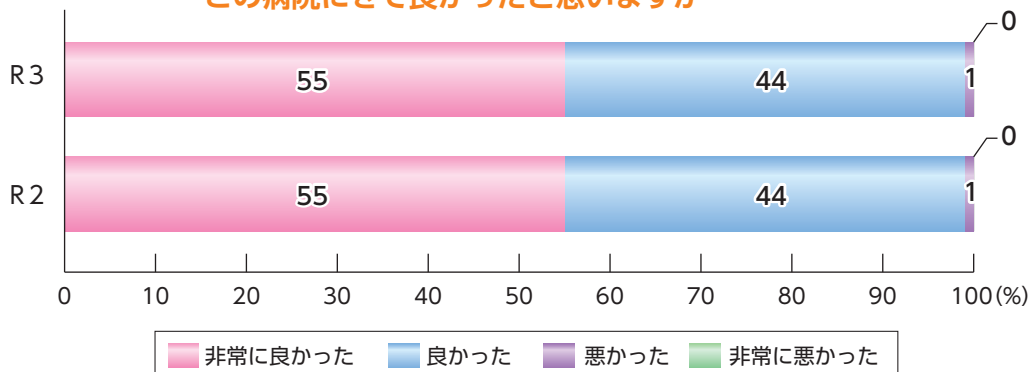
入院アンケート結果

職員や施設等に対する満足度 (満足+やや満足の割合)

令和3年度調査 令和2年度調査

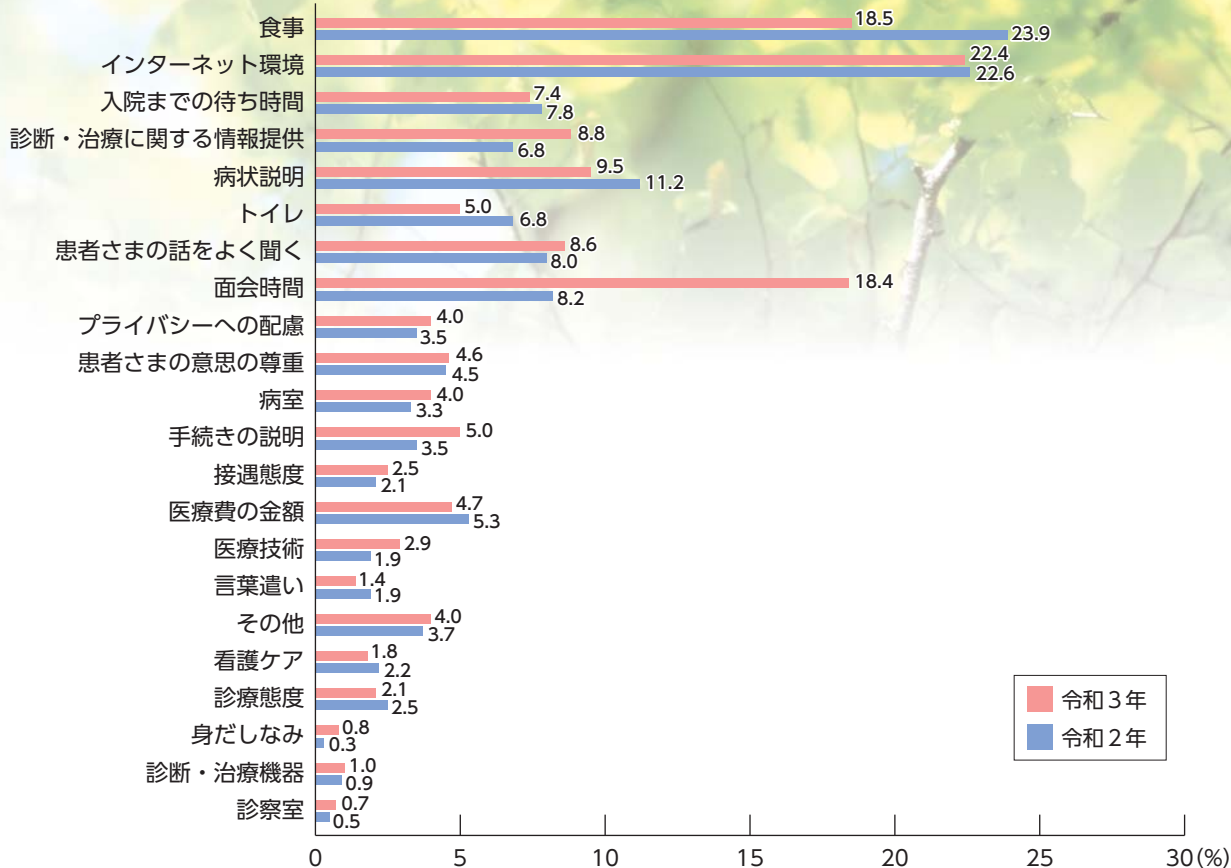


この病院にきて良かったと思いますか



改善点調査

特に改善が必要と思われる項目(複数回答)



自由意見欄(抜粋)

診療関係	<ul style="list-style-type: none"> ● 診療科をまたいでの連携をもっときちんとしてほしい。 ● 高額医療の申請の仕方など、詳しく教えてほしかったです。
職員の接遇	<ul style="list-style-type: none"> ● もう少し素人でもわかるように話してほしい。 ● 面会に行った時の説明が不親切だった。
食事について	<ul style="list-style-type: none"> ● 食事メニューのバリエーションがほしい。長期入院の場合飽きるし、食欲が出ない。
設備への意見	<ul style="list-style-type: none"> ● 病室でWi-Fiが使えるようにしてほしい。 ● 家族(保護者)への説明の際、2人(両親)同席が難しい時は、オンライン(Zoomなど)でご対応頂けるような制度を設けてほしい。 ● ガウン使用の為、洗濯室が使えず個室付き添いの時に洗濯ができず不便です。 ● 便座のスイッチが真横にあって押し辛かった。点滴の管があるので体が回し辛かった。
良い意見	<ul style="list-style-type: none"> ● 初めての入院ですが、心配することなく、治療に専念出来て満足です。 ● 皆様が一生懸命努力されている姿を見ますと、頭が下がります。素晴らしく、羨ましく思います。 ● 先生・看護師さん・スタッフの皆様がとても親切丁寧で、安心して治療を受けることが出来ました。本当にありがとうございました。

いただいた意見をもとに、更なる患者サービスの向上に努めていきたいと思います。

アンケートにご協力くださいました皆様に深く感謝申し上げます。

今後も、自治医科大学附属病院の運営にご理解・ご協力をお願い致します。

患者の皆様からのご意見に対する回答

患者の皆様からいただきました貴重なご意見、ご要望について、以下の通り回答します。

ご意見

食事に出るパンの袋が開けにくいです。
引っばっているとのびて切れないです。
そうこうしているとパンがつぶれて
悲しい気持ちになります。

回答

ご意見をいただきましてありがとうございます。
ございます。
パン屋さんのご協力をいただき、
パッケージを変更しました。

ご意見

トイレや床の汚れが気になります。
もっと綺麗にしてほしいです。

回答

この度は不快な思いをさせてしまい、大変申し訳ございませんでした。
来院してくださる皆様に気持ちよくご利用いただくために、改めてこのことを周知し、院内の清掃をより徹底してまいります。

リレーエッセイ

〈連載〉第15回

臨床工学技士ってご存じですか？

臨床工学部

宮本 友佳



『臨床工学技士になりたい！』中学3年生の姪っ子がそう話している、と兄から聞いてびっくりしました。

残念ながら、臨床工学技士の知名度は、叔母である私の職業という下駄を履かせてもらって、いくら甘く見積もったとしても、そう高きはありません。コロナ禍で顔を合わすことがなかったにも関わらずそんな話題が出たことが嬉しくも誇らしくもありました。

彼女に影響を与えたのは、昨夏に放送された医療ドラマ【TOKYO MER～走る救急救命室～（主演：鈴木亮平さん）】でした。オペ室と最新医療機器が搭載された救急車両で重大事故、災害現場に駆けつけ、いち早く救命処置を施すプロフェッショナルチームの活躍を描いたドラマであり、私も毎週欠かさず観ていました。チームの一員として臨床工学技士役がレギュラー出演しており（今までのドラマでは脇役ばかり…）、俳優の佐野勇人さんが好演しました。ドラマの中では、実際に私たちが操作する【出血を回収して、再利用する装置（自己血回収装置）】や【体内の毒素や過剰な水分を抜くための装置（CRRT装置）】が登場しました。ドローンで医療材料を届けたり大型バイクに乗り被災地に輸血を届けたりするシーンがあり、頼れるカッコいい臨床工学技士を演じていましたが、あれは脚色です。実際にはやりません！いずれにせよ、反響がかなりありそうで嬉しい限りです。



さて、前置きが長くなってしまいましたが、みなさんは臨床工学技士（Clinical Engineer）ってご存じでしょうか？ME（エムイー）と呼ばれることもあります。最近では全国的にCE（シーイー）と呼ばれる機会が増えてきました。臨床工学技士という資格ができたのは比較的新しく、まだ35年しか歴史がありません。主な職務は、生命維持管理装置の操作と保守管理であり、医療機器がいつでも安心して効果的に使用できるよう日々点検を行っています。

当院には32名の臨床工学技士が在籍し、透析センター、医療機器管理室、オペ室、IVRセンターに配置されています。私は、臨床工学技士の代表的な業務の一つである【血液透析業務】に従事しています。透析患者数は全国で35万人にのぼり、私の従叔父も腎臓病であるため、週に3回、4時間の血液透析を受けています。治療には【透析装置】が必要であり、私たち臨床工学技士は、装置の準備や治療中の操作、治療後の保守管理を担当し、医師・看護師らと協働して治療に当たっています。医療機器管理室では重症患者に使用する人工呼吸器や除細動器の点検、オペ室では心臓手術に不可欠である人工心肺装置の操作やペースメーカー手術での機器操作などを行っています。

いまだ衰えを知らない新型コロナウイルス感染症ですが、その治療に有効である【人工呼吸器】や【人工心肺装置エクモ】の操作・管理は、臨床工学技士が行っているとニュース等に取り上げられることが多くなり、知っていただく機会が急増しました。これまで以上に、私たちも積極的に認知度向上のためのPR活動を行っていきたいと思います。医療機器のことならいつでもお気軽にお声がけください♪



日本臨床工学技士会
オリジナルマスコット
『シープリン』

病

気

を

知

ろ

Do you know the illness?

〈連載〉

第36回

『再生不良性貧血』

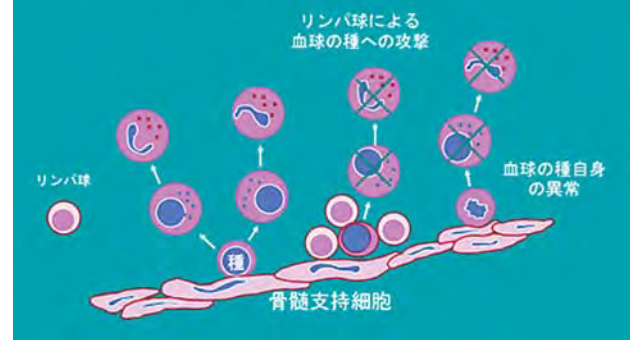
血液科
神田 善伸

みなさんの人生で「貧血」という言葉に初めて出会ったのは「森のくまさん」の替え歌だったという人も多いのではないのでしょうか。一般用語として使われる「貧血」にはいわゆる「脳貧血」、めまい、ふらつきなど様々な症状が含まれますが、医学用語としての貧血は赤血球の減少やヘモグロビン（赤血球の中に含まれる酸素を運ぶ物質）の減少を意味します。貧血の原因としてもっとも頻度が高いのは体内の鉄分が不足していることですが、それ以外にもビタミンB₁₂や葉酸の不足による貧血など、血液を造るための成分が欠乏して生じる貧血があります。一方、血液を造る機能自体が障害を受けて起こる貧血もあります。その一つが「再生不良性貧血」です。

白血球、赤血球、血小板などの血液細胞は骨髓（骨の中にある赤色や黄色の柔らかい部分）で造られます。骨髓には造血幹細胞という、すべての血液細胞の源になる細胞があるのですが、この造血幹細胞が何らかの原因で傷害されて生じるのが再生不良性貧血です。病名に「貧血」とついていますが、実際には白血球や血小板も減少することが多いです。先天的な造血幹細胞の異常によって発症する再生不良性貧血は稀で、多くは後天的な傷害です。その中でも、特に薬剤の使用や感染症などの誘因がなく、発症原因がはっきりとしない場合は「特発性再生不良性貧血」と呼ばれており、再生不良性貧血

の中でも最も多く見られます。造血幹細胞の傷害のメカニズムとしては、本来は細菌やウイルスなどを攻撃するはずの免疫力が、まちがえて自分の造血幹細胞を攻撃してしまっていることが多いと考えられています。

再生不良性貧血発症のメカニズム



(難病情報センターホームページから引用)

貧血症状、出血症状などがある場合は、まずは血液検査を受けて下さい。白血球、赤血球、血小板の数値が低いとわかったら、(鉄欠乏性貧血などの原因が明らかな貧血以外では)血液内科を受診するのがいいでしょう。そこで、必要に応じて骨髓検査などの精密検査を行って正確な診断がつきます。再生不良性貧血の発症は、10～20歳代に一度ピークがありますが、70～80代でも増加し、女性のほうが男性よりもやや多く発症します。重症度は軽症、中等症、やや重症、重症、最重症の5段階に分けられます。

軽症、中等症の場合は様子を見るか、軽めの

stage 1	軽症	下記以外で輸血を必要としない。
stage 2	中等症	以下の2項目以上を満たし、 赤血球輸血を必要としない。
	a	赤血球輸血を必要とするが、その頻度は毎月2単位未満。
	b	赤血球輸血を必要とするが、その頻度は毎月2単位未満。
		網赤血球 60,000/ μ l 未満
		好中球 1,000/ μ l 未満
		血小板 50,000/ μ l 未満
stage 3	やや重症	以下の2項目以上を満たし、毎月2単位以上の赤血球輸血を必要とする
		網赤血球 60,000/ μ l 未満
		好中球 1,000/ μ l 未満
		血小板 50,000/ μ l 未満
stage 4	重症	以下の2項目以上を満たす
		網赤血球 40,000/ μ l 未満
		好中球 500/ μ l 未満
		血小板 20,000/ μ l 未満
stage 5	最重症	好中球 200/ μ l 未満に加えて、以下の1項目以上を満たす
		網赤血球 20,000/ μ l 未満
		血小板 20,000/ μ l 未満

厚生労働省特発性造血障害に関する調査研究班診療の参照ガイド 再生不良性貧血
令和元年度改訂版 から引用

免疫抑制療法、あるいは男性患者さんの場合は「蛋白同化ホルモン」を投与することで血液細胞を増やす治療を行います。免疫抑制療法は、まちがって働いている免疫力を押さえ込むことによって造血幹細胞を回復させようという治療です。やや重症、重症、最重症だと、より強力な「免疫抑制療法」、あるいは「造血幹細胞移植」を行うこととなります。造血幹細胞移植は、健康なドナーさんの造血幹細胞をいただくことによって、血液を完全に取り替えようとする治療です。移植治療は副作用が強く、また、白血球の型（HLA型）が合うドナーがいなくてできませんが、骨髄バンクに型のあうドナーさんがみつかる確率は高くなっています。治療法は重症度や患者さんの年齢、生活プランな

ど、様々な要素を含めて入念に検討します。

この病気は厚生労働省の難病指定を受けており、重症度によっては治療費が公費負担になることがありますので、担当医にご相談ください。

神田善伸

診療科・部門のご案内

乳腺科

消化器一般移植外科
原尾 美智子

当科は乳腺疾患、特に乳癌を中心に診療を行っています。2019年は9万7000人以上の方が乳癌に罹患しておりその患者さんは多岐にわたります。年齢は20代から90代まで、いわゆる成人といわれる世代のほとんどの人が当てはまることとなります。

多くの方は検診や人間ドックで異常を指摘されたり自覚症状を認めたため、乳腺科や乳腺外科を標榜する医療機関を受診したのち、さらなる診断や治療を必要とするため当科を受診することとなります。

まずは各種検査で腫瘍の広がり、ステージ、乳癌のタイプ（サブタイプ）を検討いたします。サブタイプとはホルモン受容体、HER2の発現によって分けられる乳癌の性質であり、これらにより同じステージでも全く治療法が異なってきます。ステージやサブタイプごとに手術を先に行うのか薬物療法から先に行うのかそれぞれのケースに応じてカンファレンスを行い治療方針を決定し、診断、手術、薬物療法、放射線治療、緩和ケアまで、乳癌に対するすべてをサポートすべく診療体制を構築しております。

例えばAYA世代と呼ばれる若い世代での乳癌の罹患はその後の人生に大きく影響を及ぼします。就職、結婚、妊娠、出産、、、これからのライフイベントが目白押しにの時期に乳癌が発覚した場合、治

療を十分に行い根治を目指すだけでなく、その後長く続く人生を十分に満足して生きていくことができるようにサポートすることも治療と同じぐらい大事なことでと考えています。

また、当科では標準治療が適切に受けられることを基本に、将来的に標準治療となりうる可能性のある新規薬剤を用いた治験、臨床試験にも積極的に参加しております。

どの疾患も医師ひとりで診ることはできませんが、特に乳腺疾患は様々な背景を持った患者さんがいるため多くの専門医や他科の医師、看護師、薬剤師をはじめ、メディカルクラーク、カウンセラー、臨床心理士、治験コーディネーターなど多岐にわたるコメディカルの方々と協力して診療を行っています。

当科ではすべての乳癌患者さんが満足のいく治療を受けられることを目標に日々診療しております。お困りのことがありましたらご相談ください。



小児形成外科

小児形成外科

吉村 浩太郎・須永 中

小児形成外科は2006年の子ども医療センター開院後から診療を行ってきましたが、2017年4月から新たな診療部門として開設されました。形成外科が何をしている科かわからないという方も多いと思いますが、我々は整容性、つまり「見た目」を治療する診療科です。小児形成外科が対象とする疾患は、先天性疾患による体表の変形（唇顎口蓋裂、頭蓋骨縫合早期癒合症、先天性眼瞼下垂、小耳症、多合指／趾症、母斑など）や小児の皮膚腫瘍、顔面骨骨折、熱傷、切り傷、瘢痕拘縮など、非常に多岐に渡っています。特に後述する唇顎口蓋裂と頭蓋骨縫合早期癒合症の治療に力を入れており、専門外来を開設しています。

<唇顎口蓋裂>

唇顎口蓋裂は、4-500人に1人の割合で出生する頻度の高い先天性疾患です。唇裂に対する口唇形成術、口蓋裂に対する口蓋形成術、顎裂に対する顎裂部骨移植、外鼻変形に対する外鼻形成術、滲出性中耳炎に対する鼓膜チューブ挿入術、不正咬合に対する歯列矯正治療、構音障害に対する言語聴覚療法など、複数科における長期間の治療が必要となります。当院では、小児形成外科・歯科口腔外科・矯正歯科・耳鼻咽喉科・言語聴覚士・公認心理士と口蓋裂ケアチームを結成して、集学的治療を行っています。口唇裂初回手術に対して当科が行っている解剖学的サブユニット法（図1）は、国内で

高い評価を受けており、栃木県内に出生した患児の8-9割を治療するだけではなく、他院で初回手術を受けた症例の修正も多数手がけています。

<頭蓋骨縫合早期癒合症外来>

頭蓋骨縫合早期癒合症は、頭の骨の継ぎ目である縫合線が早期に癒合してしまうことにより、頭の変形や頭蓋内圧亢進による脳実質の成長障害を来してしまう疾患です。当院では、国内の標準術式である内固定式頭蓋骨延長法をさらに発展させたMCDO法（多方向性頭蓋骨延長法）と呼ばれる方法（図2）を開発して非常に良好な成績を上げており、北関東のみならず遠方からの紹介も多数受け入れています。

お子さまの「見た目」についてのお悩みに寄り添い、しっかり治療させていただきます。「見た目」について気になることがあれば、何でもご相談下さい。



図1：口唇形成術



図2：MCDO法による頭蓋骨延長術

検査の豆知識

カプセル内視鏡を用いた小腸疾患の診断

光学医療センター内視鏡部
矢野 智則

食事を摂ると、食べ物は消化管の蠕動運動によって食道・胃・小腸・大腸の順に運ばれていき、栄養分が消化・吸収され、最終的に肛門から便として排泄されます。小腸は胃と大腸の間にある管状の臓器で、その長さは5~7mもあり、その大部分はほとんど固定されずに複雑に曲がりくねっています。そのため、一般的な「胃カメラ」、「大腸カメラ」では、小腸の一部しか観察できません。しかし、今世紀になって登場した、カプセル内視鏡とダブルバルーン内視鏡という新世代の小腸内視鏡により、長い小腸も内視鏡で観察できるようになりました。今回はこのカプセル内視鏡を紹介します。

カプセル内視鏡は、直径11mm、長さ26mmのカプセル (Fig. 1a, 1b) に、ライトやレンズ、カメラ、電池、画像送信装置などが組み込まれています。このカプセルを飲みこむと、食べ物と同様に消化管の中を蠕動運動によって運ばれていき、1秒間に2~6コマの写真 (Fig. 2) が撮影されます。撮影された写真は腰に付けた記録装置に電波で転送されて、検査終了後にコンピュータ上で診断を行います。カプセルが小腸の中を運ばれていく時間は個人差があり、短ければ3時間前後、長ければ10時間以上かかりますが、検査中も自由に行動できます。カプセル内視鏡の電池切れまでに大腸に到達すれば、小腸を一通り観察したことになります (手術で腸にバイパスがある場合は除きます)。電池の改良により、現在では8割以上の人で全小腸の観察が可能です。

ただし、小腸に狭いところがあるとカプセル内視鏡が通過せず、ダブルバルーン内視鏡や外科的手術での回収が必要になります。そのため、腸閉塞や腹痛などの症状や、放射線治療歴のある患者さんでは慎重な判断が必要です。CT検査などで、狭窄があきらかに有る場合はカプセル内視鏡ではなくダブルバルーン内視鏡で検査します。逆に、狭窄は無さそうだが心配が残る場合は、カプセル内視鏡と同じ大きさ・形状のパテンシーカプセルと呼ばれるものを呑み込んでもらいます。パテンシーカプセルは腸内で数十時間たつと崩壊しますが、33時間以内にそのままの形で排泄されればカプセル内視鏡が可能と判断できます。

カプセル内視鏡は、胃カメラや大腸カメラをやっても出血源となる病変が見つからない消化管出血 (下血・血便・慢性鉄欠乏性貧血) の患者さんや、小腸の病気が疑われる患者さんに行われます。体への負担の少ない検査ですが、写真を撮りながら通過するだけのため、詳しい観察や組織を採取しての検査はできません。カプセル内視鏡の結果、さらなる精密検査や内視鏡治療が必要になった場合には、ダブルバルーン内視鏡を行います。ダブルバルーン内視鏡は当院消化器肝臓内科の山本博徳教授が発明した画期的な内視鏡で、世界一長い経験がありますので、安心して検査・治療をお任せ下さい。



Figure 1. カプセル内視鏡

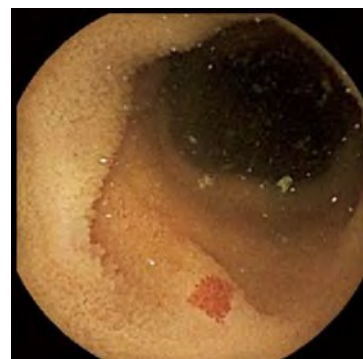


Figure 2. カプセル内視鏡で撮影された小腸の血管性病変

季節のレシピ

鶏肉ときゅうりの梅和え

暑い日が続くと、疲れが溜まって、食欲が落ちてしまう方もいらっしゃるのではないのでしょうか。「イミダゾールジペプチド」や「クエン酸」、「ビタミンB1」といった栄養素を摂取すると疲労回復に繋がりとされています。今回はこれらの栄養素を含む食材を使用した、暑い季節に食べやすい、さっぱりとした和え物をご紹介します。

*材料(2人前)

- | | |
|--------------------|---------------------------------|
| • きゅうり …………… 50g | • 梅干し(調味液漬) …… 15g
(種を除いた重量) |
| • もやし …………… 25g | • 醤油 …………… 小さじ1 |
| • 鶏むね肉(皮なし) …… 50g | • ごま油 …………… 小さじ1/2 |
| • 酒 …………… 小さじ2 | |
| • 白いりごま …………… 2g | |



1人前 60kcal 食塩0.9g

- (1) きゅうりは長さ5cm程度の千切りにします。
- (2) 耐熱容器にもやしを入れて、ラップをかけ、600Wの電子レンジで3分加熱し、水気を切ります。
- (3) 耐熱容器に鶏むね肉を入れて、全体に酒をふります。ふんわりとラップをかけ、600Wの電子レンジで3~4分加熱します。ラップをしたまま、粗熱をとります。
- (4) (3)の粗熱が取れたら、食べやすい大きさに切ります。
- (5) 梅干しは種を取り除き、包丁で叩きます。
- (6) ボールにきゅうり、もやし、ほぐした鶏むね肉、梅干しを入れ、醤油、ごま油を加えて和えます。
- (7) (6)に白いりごまを加えて和え、盛り付けます。

【疲労回復に繋がるとされる栄養素】

- **イミダゾールジペプチド**…2003年に始まった産官学連携「抗疲労プロジェクト」で注目されている成分です。疲労を促進するとされる活性酸素を消去する作用や抗酸化作用があるとされ、疲労を軽減する効果が実証されています。人や動物の骨格筋に含まれ、鳥が長時間、翼を休めずに飛び続ける原動力とされています。食材では鶏むね肉に多く含まれています。
- **クエン酸**…柑橘類や梅に多く含まれ、爽快な酸味を呈する成分です。人間の体の中では、エネルギー産生において中心的な役割を果たしているとされ、摂取すると疲労感が低下するという研究報告がされています。
- **ビタミンB1**…糖からエネルギーを得るために必要なビタミンのひとつです。不足すると十分にエネルギー産生ができなくなるため、疲労やだるさが生じるとされています。豚肉やごまに多く含まれています。

参考文献：「健康長寿ネット」公益財団法人 長寿科学振興財団 <https://www.tyoju.or.jp/net/kenkou-tyoju/eiyouso/vitamin-b1.html> (2022/6/22閲覧)
「日本食によるストレス・脳機能改善効果の解明」大阪市立大学健康科学イノベーションセンター <http://www.chsi.osaka-cu.ac.jp/project/tire/meal.html> (2022/6/29閲覧)
梶本修身, 三枝裕昭, 平光正典ほか：「レモンクエン酸配合飲料」の疲労を感じやすい健康者における抗疲労作用, 薬理と治療35(7):809-819, 2007
西谷真人, 宗清芳美, 杉野友啓ほか：【総説】新規抗疲労成分イミダゾールジペプチド, 日本補完代替医療学会誌6(3):123-129, 2009

※治療のため食事制限をされている方は、医師、管理栄養士に相談しましょう。 担当：臨床栄養部 千葉 円香

トピックス

マイナンバーカードによる健康保険証のオンライン資格確認について

医事課

当院においてマイナンバーカードによる健康保険証のオンライン資格確認を開始しました。

マイナンバーカードを取得されている方は、健康保険証として利用できるようになりますが、ご利用には事前の登録が必要です。

ご登録済みのマイナンバーカードによる資格確認は、本館1階③番保険証確認窓口にて行っております。法律や条例に基づく公費負担医療制度による受給者証をお持ちの方は、従来通り受給者証（原本）により確認させていただきます。

また、マイナンバーカードを取得されていない方は、これまで同様、健康保険証で受診できます。

マイナ受付
対応しています

医療機関や薬局で、保険証の代わりにマイナンバーカードを使う新たな方法。それが「マイナ受付」です。

マイナンバーカードが保険証として使えます。

POINT 01
より良い医療が可能に！
初めての医療機関でも、事前情報等の提供を受けさえ、今まで使った事のない情報が共有でき、より適切な医療が受けられるようになります。

POINT 02
手続きなしで限度額以上の一時的な支払が不要に！
限度額適用認定証等がなくても、高額療養費制度における限度額を超える支払が免除されます。

このステッカーが目印！

事前に登録するだけで利用できます！

詳しくは **マイナポータル**

<健康保険証事前登録方法>

1. マイナポータルからの申し込み

https://myrna.go.jp/html/hokenshoriyou_top.html



2. セブン銀行ATMによる申し込み

<https://www.sevenbank.co.jp/personal/atm/mynumbercard.html>



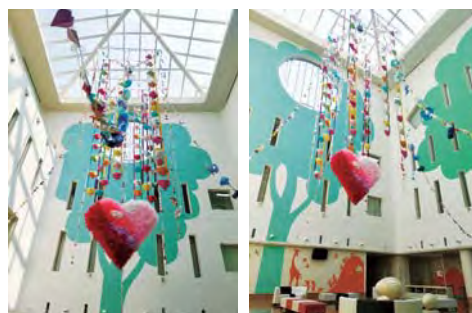
お知らせ掲示板

自治医科大学附属病院の各部署のご案内

自治医科大学とちぎ子ども医療センター支援基金について

当院では自治医科大学とちぎ子ども医療センターの機能の充実・療養環境の維持向上等を図ることを目的とした寄附を受け入れております。

寄附の受け入れ状況をご報告するとともに、寄附金の使途についてご紹介させていただきます。



《吹き抜け広場 装飾》

寄附受け入れ状況

《寄附金》

個人の方または団体の皆様から寄附金をいただいております。

そのほか、とちぎ子ども医療センターに設置しております募金箱にも多くの方々からご協力いただいております。

《現物寄附》

折り紙作品やメッセージカードなどのお品を寄贈いただいております。

主な使途内容

子ども医療センター吹き抜け広場の装飾や子ども向けの絵本やアニメDVD、数字パズル等の購入に使用させていただいております。

ご寄附いただきました方々に、この場をお借りして感謝申し上げます。

なお、随時、ご寄附の申し込みを受け付けております。

お問い合わせは下記へご連絡ください。

《連絡先》自治医科大学附属病院 総務課
TEL 0285-58-7103

マスク等の寄付に関する御礼について

当院における新型コロナウイルス感染症対応に対し、複数の個人、企業、団体の皆様からマスク等のご寄付や食品の差し入れ、激励のお手紙をいただいております。

皆様からの温かい御支援に職員一同、心より感謝申し上げますとともに、ご寄付いただいた物品につきましては、大切に使用させていただきます。

当院は地域医療を担う基幹病院として、引き続き皆様のご期待に沿えるよう医療体制を維持してまいりますので、今後ともご理解とご支援を賜りますようよろしくお願いいたします。

病院長 川合 謙介

新型コロナウイルス感染症対策による面会禁止について

9月1日現在

新型コロナウイルスの感染拡大を防止するため、入院患者さんに対するご面会につきましては7月26日（火）より禁止とさせていただきます。

なお、荷物の受け渡しが必要な場合や病院から来院要請をした場合は、【来院許可証】を発行いたします。来院許可証の発行は、個々の患者の状態や背景があるため、患者により対応が異なる場合がございます。ご理解とご協力をお願い申し上げます。

ご来院の際は当院の新型コロナウイルスの感染症対策にご協力いただきますようお願い申し上げます。

**感染状況に伴い、面会対応は変更することがございます。
最新の情報や詳細は自治医科大学附属病院のホームページで
ご確認ください。**



《紹介初診予約センター》について

※下記診療科宛の紹介状（診療情報提供書）をお持ちの方は、お電話による事前予約が可能になりました。

予約は患者さんご自身またはご家族からお電話にてお申し込みください。
お手元に当院あての紹介状をご準備の上、お電話をお願いします。

予約可能診療科

- 消化器・肝臓内科 ● 腎臓内科 ● 皮膚科
- 耳鼻咽喉科 ● 小児耳鼻咽喉科
- 整形外科（小児整形外科を除く） ● 呼吸器内科
- 総合診療内科 ● 乳腺科
- 歯科口腔外科・矯正歯科（小児を含む）

専用電話番号

☎ 0285-58-7601

電話受付時間 平日

9時00分～16時30分

ご意見 ・ ご感想

「自治医科大学附属病院だより」へのご意見・ご感想をお寄せください。
また、取り上げてほしい記事がありましたら下記までお電話またはメールにてご連絡ください。

ご連絡先▶自治医科大学附属病院 総務課

TEL 0285-58-7104 メールアドレス soumu@jichi.ac.jp

病院敷地内全面禁煙のお知らせ



健康増進法では、学校や病院など多数の者が利用する施設において、受動喫煙（他の人の煙草の煙を吸うこと）の防止を定めております。当院では、法の趣旨に基づき、病院敷地内を、電子タバコを含めた**全面禁煙**としております。皆様のご理解とご協力をお願いします。

禁煙したい方へ

**当院には禁煙外来がございます。
電話予約のうえ、受診ください。**

- 診察日 隔週木曜日 午後1時30分～午後2時30分（完全予約制）
- 連絡先 自治医科大学附属病院 呼吸器内科
0285-58-7123、0285-58-7132 午後2時～午後4時
土日祝日、年末年始（12月29日～1月3日）は除く

第35号

自治医科大学
附属病院だより〒329-0498
栃木県下野市薬師寺3311番地1

TEL 0285-44-2111

FAX 0285-40-6016

URL <http://www.jichi.ac.jp>

発行日/令和4年9月1日

編集・発行/自治医科大学附属病院
病院広報戦略会議

印刷/(株)松井ピ・テ・オ・印刷