

# ひかり

vol.118  
2020.11

ご自由にお持ちください

Kikuna Memorial Hospital  
News Letter

## Contents



●特集  
病気が見つかった!?  
どうしよう…

●看護部だより  
●おくすりの話 vol.27  
●KMH-NEWS-  
●KMH-TOPIC-



# 特集

Special Feature

文責：心臓血管外科 部長 奈良原 裕

## 病気が見つかった!? どうしよう…

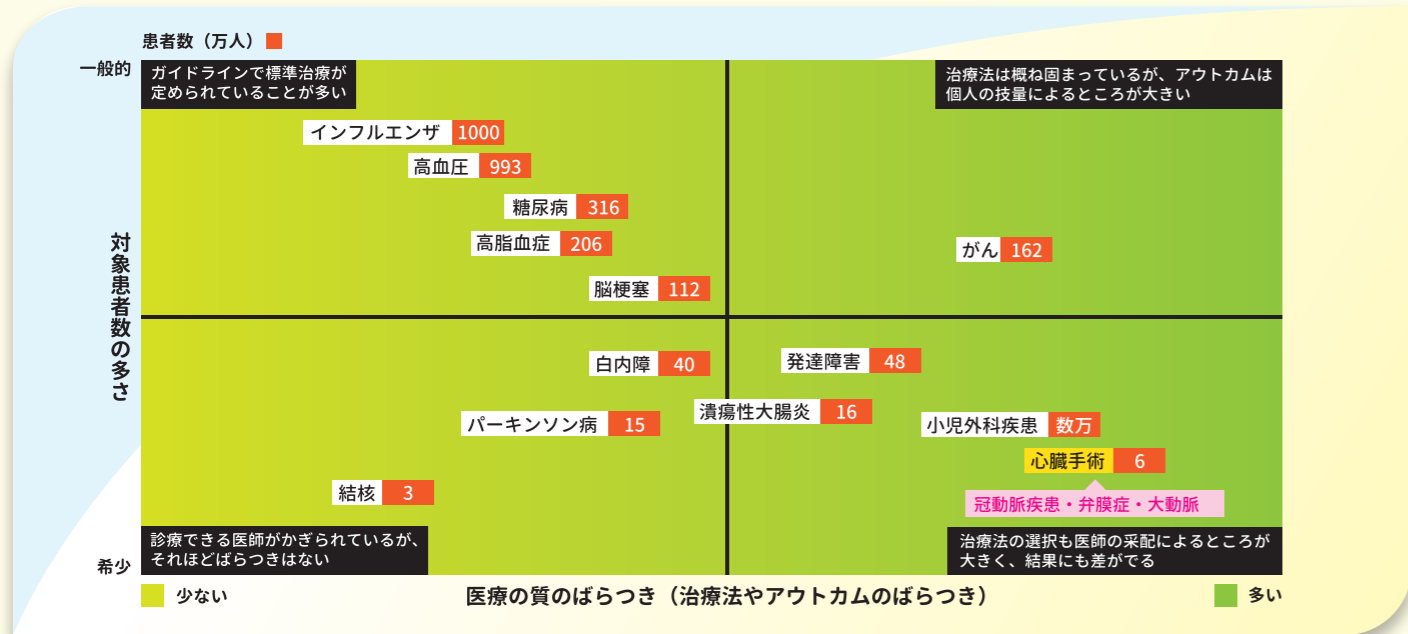
自覚症状があったり、検査で偶然見つかったり。これまでずっと健康だったのに突然やってくる病気。ましてや「心臓の手術が必要」なんて言われたら…。今回は、名医を探すときとその探し方について考えてみたいと思います。

### 1 「病気の多さ」と「治療のばらつき」の関係

風邪は、誰もが一度ならず何度もかかったことのある病気だと思います。また、高血圧や糖尿病で病院にかかっている方もたくさんいらっしゃいます。一方で、がんや脳梗塞となってしまった方はそれよりも少ないですが、まれな病気というわけではありません。そして、心筋梗塞や弁膜症といった病気で、かつ手術が必要となる方はそれほど多くありません。

一般的に、病気（患者さん）の数が多きほど、また、治療が内服や点滴などの保存的な方法で済むほど、その病気の治療方法は、「ガイドライン」といった学会が作る教科書のようなもので決まっていることが多いと言えます。

以下の表は、臨床経験にもとづくイメージですが参考になると思います。左上は、患者数が多くガイドラインで標準治療がしっかりと決まっておられ治療のばらつきが少ない領域です。日本では、毎年、インフルエンザに約1000万人の人が罹患します。自分がインフルエンザに罹ったとき、インフルエンザの専門家はもちろん世の中にはいますが、だからといってその専門家を探してわざわざ受診しようとは一般的に考えないと思います。



出典：名医検索サイト clintal 「受診の知恵コラム」より改変



一方で、心臓手術はどうでしょうか？心臓の手術は表の右下の領域に位置すると言えます。心臓手術には、大きく分けて「冠動脈疾患」、「弁膜症」、「大動脈」に対するそれぞれの手術があり、年間約6万人の方が手術を受けています。

心臓の病気ももちろん手術が必要かどうかはガイドラインで細かく決まっています。しかし、その治療成績は、手術という技術や手術後の集中治療に依存するところが大きいため、治療の結果にばらつきが生まれるのが実際です。

### 2 名医を探すとき

書店に行ったときや電車の吊り広告などで、名医や良い病院ランキングなどの雑誌や特集記事を時々目にします。このコラムのタイトルとした「病気が見つかった!? どうしよう…」と思ったとき、自分の病気が表のどこに入りそうかを考えてみましょう。もし、治療のばらつきが多い右上の領域や、特に右下の領域の場合には、今後の治療をより真剣に考える必要があると思います。

### 3 名医や良い病院の見つけ方

雑誌や特集記事は参考になると思いますが、そこで比較されているのは手術件数や在籍している専門医の数くらいです。もちろん、ある程度の手術件数が良い手術成績を出すために必要であることに間違いはありません。しかし、それだけでは不十分だと私は思っています。

自分が患者となったとき、良い治療を受けられるために、私が考える大切だと思うことは、

- 1 手術成績が良好であり、
- 2 執刀医の人となり信頼するに足り、
- 3 すでに手術を終えた患者さんから信頼の声が聞こえる、



の3つです。

今は、インターネットでいろいろなことがわかる時代です。

もし、ご自身やご家族の病気がわかったときには、上記1から3に着目して、名医や良い病院を探してみてください。

そして、担当医と直接会ったときには、自分（または家族）のことをどのくらい真剣に考えてくれそうかを十分に吟味されると良いと思います。

## 執筆医師のプロフィール

心臓血管外科 部長

奈良原 裕

Yutaka Narahara

#### 略歴

1993年3月	中央大学法学部法律学科	卒業
1993年4月	三菱石油株式会社	入社
1997年9月	三菱石油株式会社	退職
2005年4月	高知大学医学部医学科	卒業
2008年4月	菊名記念病院心臓血管外科	入職
2020年4月	同	部長

#### 資格

心臓血管外科専門医  
 日本外科学会専門医  
 腹部ステントグラフト実施医  
 SFA および血管損傷ステントグラフト実施医  
 血管内焼灼術指導医  
 日本医師会認定産業医  
 臨床研修指導医



菊名記念病院  
心臓血管外科ホームページ







# ～この半年の経験を これからの看護につなげて～

新型コロナウイルス感染拡大により世の中の状況は大きく変わりました。当院も職員のクラスターを経験し、急性期病院としての役割を果たすため、日々でき得る限りの対応を続けてまいりました。特に看護師は患者のそばに一番近い存在として、感染リスクを顧みず、常に自分たちがすべきこと・できることを考え取り組んできました。同時に看護師としての使命感だけではやりきれないつらい思いも経験しました。2020年度も半年が過ぎ、これまでの看護部としての新型コロナウイルス感染症への対応を振り返り「看護師の力」をお伝えすることで、今後の安全・安心な看護へつなげていきたいと思ひます。

## 看護師として「何をすべきか、何ができるか、どうすればできるか」

院内感染により診療を中止せざるを得ない危機的状況になったとき、看護師は「すべきこと」として、「入院中の患者様が安心して治療継続できること」「安全な療養環境で過ごせること」に注力しました。医師をはじめとする職員が自宅待機となる中で「できること」としては、普段は救急外来や手術室など専門領域で働く看護師にも病棟看護に携わってもらい、療養環境における感染対策の強化、休日を調整し看護師の健康管理に努めました。そして看護部の多くの職員が他部署への応援業務や異動を経験し、それぞれに苦勞をしながらもお互いを知り今後の看護部内の「協働」につながる貴重な機会になったと考えています。

またこの半年、病院としては新型コロナウイルス感染症患者を診療するため、発熱外来や専用病床の開設、玄関・外来・救急外来ブースのレイアウトの変更など、ハード面の整備を進めてきました。その一方でソフト面に取り組んだのは副部長と師長でした。その取り組みを管理職としての「すべきこと」としてとらえ、「どうすればできるのか」看護部の持つリソース（資源）を活用し、人員の確保・物品の整備・運用手順の作成などに取り組んできました。さらに今は、時代に対応するための看護管理者としての柔軟な発想・新しい発想の必要性を強く感じています。

## つらい思いを乗り越えて

看護師としての使命を強く感じる一方で、感染への不安や疲弊感、様々な理由から感染患者を看ることができない無力感を感じ、休職・退職に至った職員もいました。時間の経過の中でこういった思いも変化はしていますが、何よりも現在、急性期病院として救急患者を受け入れられること、手術や検査など急性期医療を提供できることがこういった思いを払拭してくれています。今後の感染拡大に不安はありますが、この経験を活かし、常に看護師としての役割を見極め、これからも柔軟にかつ患者様をはじめとする多くの人とのつながりを大切にしながら安全・安心な看護の提供に取り組んでいきたいと思ひます。



## お薬との飲み合わせについて

薬局でお薬をもらう時、「納豆を控えてください」「グレープフルーツジュースを飲まないでください」など、食べ物や飲み物との相互作用に注意するように言われた経験はありませんか？相互作用に関して、最近ではテレビや雑誌で一般に知られる機会も増えてきました。「どのような組み合わせが問題になるのか？」例を挙げながらご紹介します。



### 1 グレープフルーツジュース

特定のお薬は小腸から吸収される際、CYP3A4という酵素で一部が代謝されます。グレープフルーツにはフラノクマリン類という成分が含まれていて、CYP3A4の働きを弱める効果があります。そのためグレープフルーツジュースを飲むと、お薬の吸収量が増えて必要以上の効果や副作用が出てしまうことになります。

#### 影響を受けやすいお薬の成分例

- ・アゼルニジピン（降圧薬）
- ・ベラパミル（抗不整脈薬）
- ・アトルバスタチン（脂質異常症治療薬）
- ・タクロリムス（免疫抑制薬）
- ・シクロスポリン（免疫抑制薬） などなど

この効果は場合によっては2～3日続いてしまうこともあるため、お薬を飲んでいる期間は控えましょう。同じ柑橘類でもフラノクマリン類の含有量は異なり、ハッサクやブンタン、夏みかんは避ける必要がありますが、温州みかんや柚子は問題ないとされています。



### 2 納豆・クロレラ・青汁

納豆やクロレラ、青汁といった緑黄色野菜などはビタミンKを沢山含んでいます。ビタミンKは血液を固める成分の補助をするのですが、ワルファリンはこのビタミンKの働きを妨げることで血液をサラサラにします。そのためビタミンKを沢山含む食品はワルファリンの効果を弱めてしまいます。特に納豆はビタミンKが多く、この効果は数日続くため、ワルファリンを飲んでいる期間は納豆を食べることができません。他にも海藻類やホウレンソウもビタミンKが豊富ですが、栄養のためにも禁止はせず、1日の量を小鉢1杯程度に留めましょう。

#### 影響を受けるお薬の成分

- ・ワルファリン（抗凝固薬）



### 3 牛乳・ヨーグルト

牛乳はカルシウムが豊富ですが、一部のお薬はカルシウムと同時に服用すると、お薬の成分とカルシウムがキレートという反応を起こし、吸収されにくくなってしまいます。マグネシウムや鉄分のようなミネラル成分とも飲み合わせが悪いため、ミネラルウォーターにも注意が必要です。

#### 影響を受けるお薬の成分例

- ・レボフロキサシン（抗菌薬）
- ・ミノサイクリン（抗菌薬）
- ・アレンドロン酸（骨粗鬆症治療薬）

一般には2時間ほど時間を空ければ問題ないと言われています。他にも、以下のようなお薬はカルシウムの吸収を高めすぎたり、逆に排泄しにくくすることで高カルシウム血症を引き起こす場合があるため、多量に摂取することは避けましょう。

#### 影響を受けるお薬の成分例

- ・アルファカルシドール（骨粗鬆症治療薬）
- ・酸化マグネシウム（胃酸中和薬 / 下剤）

いかがでしたか？これらは一例であり、アルコールやカフェイン、タバコなどもお薬と相性が悪いものがあります。気になることがございましたら、薬剤師へお問い合わせください。

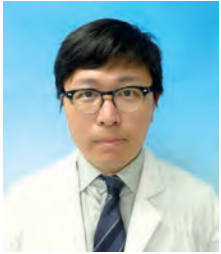




菊名記念病院のHOTな  
ニュースをご紹介します。



### NEWS1 医局人事のお知らせ



循環器内科 (10/1 付)  
木戸 岳彦

がんばります、  
よろしく  
お願いします。



循環器内科 (10/1 付)  
酒井 陸郎

10月より赴任しました、循環器内科の  
酒井と申します。循環器疾患で  
お困りの際はお気軽にご相談ください。



循環器内科 (10/1 付)  
石垣 成紘

地域に貢献できるよう、  
全力で頑張ります。  
よろしくお願い致します。



消化器内科 (10/1 付)  
清水 寛

菊名記念病院の一員として  
全力で頑張っていきますので、  
宜しくお願い致します。



外科 (10/1 付)  
吉田 伶香

患者様に寄り添い、  
地域医療に貢献できるよう  
真摯に取り組んで参ります。



### Announcement お知らせ

なお、これらの行事はすべて、定期的な検温・  
手指消毒・マスクの着用・三密をさける上での  
参加人数調整など、感染症対策を徹底した上で  
行っておりますことをご報告いたします。

### NEWS2 10/13 第3回 看護師特定行為研修修了式

10月13日、第3回の特定行為研修修了式を行いました。今年度は、新型コロナウイルス感染の影響もあり、1か月研修が中止となりました。そのため、8・9月はタイトなスケジュールの中での研修となりましたが、受講生の頑張り講師のご協力もあり、無事終了することができました。



### NEWS3 10/16 保育室 秋の遠足

天候の変化が激しい10月ですが、お天気に恵まれ、無事秋の遠足へ行って帰る事ができました。お友だち同士での手繋ぎ・自然探索やゲーム・ビニールシートを敷きおやつを食べる等、ちょっぴり特別な散歩時間に、大盛り上がり子どもたちでした！



### NEWS3 10/30 保育室 ハロウィン

今年は例年とは異なり、仮装をして散歩に出かけ帰室した子どもたちを玄関先で魔女が出迎える形でハロウィンを楽しみました。魔女に変身した保育者に驚いた様子子どもたちでしたが、製作で作ったポシェットにお菓子を入れてもらうと嬉しそうにしていました！



### 次月号の『ひかり』は?! 2021年1月号 / vol.119

新年の挨拶等好評企画あり！1月中旬発行です

### 特報：携帯版HPができました！

当院をご利用の皆様にお知らせです。今秋より、携帯閲覧版ホームページが登場しました！お持ちの携帯電話・スマートフォンにて、『菊名記念病院』で検索 & アクセスして頂くと、自動で携帯版HPにつながります。小さい画面でも使いやすいよう、見やすさを重視したデザインで、いつでも・どこでも当院の情報をご覧頂けるようになりました。ぜひ活用くださいませ！



こちらのQRコードを  
携帯で読み込むと  
自動的につながるよ!!



### 目印はこの画面！

青と白を基調とした  
トップページが目印です！

(※URLはこれまでと  
同じく <https://kmh.or.jp>  
で変更はございません)



### 診療担当表の見方

①トップページにある  
『診療科について』の  
バナーをクリックします。

②下のページに表示が  
切り変わったらページ  
上部にある『診療担当表』  
PDFファイルを  
クリックしてください。





# 院内インフォメーション

入院時の持ち物（CS ケア・サポートセットのお申し込み必須化）と、2021年からの入院保証金のお支払い方法の変更についてお知らせ致します。

## 1 CS ケア・サポートセット：お申し込み必須化

当院では入院中に必要な衣類・タオル類・日用品を組み合わせたCS ケア・サポートセットを導入しております。以前はご希望の方のみを対象としたサービスでしたが、**全患者さまお申し込み必須**に規定が変わりました。ご理解・ご協力のほど、お願い申し上げます。

### セットの中身・お申し込み方法について

詳細はHP上で公開済みです。右のQRコードを携帯でお読み込みの上、該当ページよりご確認くださいませ。



## 2 入院保証金のお支払い方法：2021年より変更

入院時にお持ち頂く、**入院保証金 (¥100,000-)** に関して、お支払い方法が変わります。**2021年より、カードのご利用ができなくなります。恐れ入りますが、現金をご用意頂けますようお願い申し上げます。**入院時にお持ち頂き、精算は退院の会計時に行います。受領書はなくさず保管し、退院時にお持ちください。  
(※本件はHPでも公開済みです。上記のQRコードよりご確認ください)



## 編集後記

瞬間に自動販売機の“HOT”が恋しい季節となりました。輝かしいオリンピックイヤーとなるはずだった2020年もあつたか。皆様いかがお過ごしでしょうか？個人的には、よいこともわるいことも噛み締めた1年でした。と同時に、人間には転んでも立ち上がる力があるのだと再確認した年でもありました。

皆様も様々な想いを抱えつつ、日々お過ごしのことと思います。来年も広報誌『ひかり』ではその名の通り、皆様の日常とお心に灯りをとましく誠実で温かい誌面作りを志して参ります。今年も1年間、ご愛読ありがとうございました。 広報 宇田川

## 当院の基本理念

私たちの病院の使命—Mission—  
質の高い急性期医療を通して地域社会に貢献します。



日本医療機能評価機構  
認定病院 (3rdGVer.1.1)



JQA-QMA14243  
ISO9001:2015  
認証取得病院



ピンクリボン運動  
を応援します。



地域医療支援病院  
**菊名記念病院**

〒222-0011 横浜市港北区菊名 4-4-27  
TEL : 045-402-7111(代) FAX : 045-402-7331  
URL : <https://kmh.or.jp/> E-mail : [kikuna@kmh.or.jp](mailto:kikuna@kmh.or.jp)