

ひかり

Kikuna
Memorial
Hospital
News Letter

vol.71
2012.11

ご自由にお持ちください

● **特集 1**

インフルエンザを防ごう!

● **特集 2**

総合診療科 本格的に始動!!

● 検査科レポート vol.07

● KMH NEWS

● 頼れる!! まちの医療機関

インフルエンザを防ごう!

インフルエンザワクチンはなぜ毎年接種するのか

インフルエンザワクチンは毎年接種する必要があります。しかし他のワクチン接種は一生に1回であったり、肺炎球菌ワクチンのように5年程度は効果があるという様に、それほど頻りに接種するものではありません。確かにインフルエンザワクチンの効果は「**接種後2週間後から5か月間程度**」と言われており、効果そのものも他のワクチンに比べて短くなっています。

ヒトの免疫細胞は、一度体に入った細菌やウイルスなどの敵の「**特徴を覚えて**」います。一度特徴を覚えれば、その敵が体に入ったら素早く攻撃できるようになります。ワクチンの効果の原理は、敵の体の一部（増殖できなくしたものを）を体内に注入し免疫細胞に「**特徴を覚えさせる**」ことです。

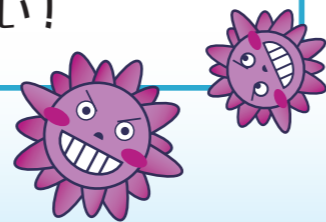
免疫細胞が覚える敵の「**特徴**」とは、敵の体のどの部分でもいいわけではありません。覚えらる「**特徴**」となる敵の体の部分は「**抗原**」と言われています。インフルエンザウイルスはこの「**抗原**」が毎年変わります。HA とか NA とかいう言葉を聞いたことがある方もいるかと思いますが、この二つの抗原が一致しないと免疫細胞は敵を攻撃できなくなります。HAは16種類、NAは9種類あります。

薬剤部
薬局長 金田 昌之



敵の「**特徴**」となる「**抗原**」が変わることを「**変異**」と言います。変異の仕方には2種類あり、マイナーチェンジとフルモデルチェンジがあります。マイナーチェンジの事を「**連続抗原変異**」と言います。同じHA・NA抗原をもったまま、少しだけ違いができます。これは毎年おこります。同じシーズン中でもおこるとも言われます。フルモデルチェンジの事を「**不連続抗原変異**」と言います。違うHA・NA抗原をもっているウイルスが同じ細胞に感染した時にウイルス同士の特徴が混ざって違う抗原の組み合わせになってしまいます。過去にフルモデルチェンジが数年から数十年に一度起こっています。1918年（スペインかぜ）、1957年（アジアかぜ）、1968年（香港かぜ）、1977年（ソ連型）、そして2009年です。新型インフルエンザと呼ばれるものです。新型インフルエンザは前年までの形と大きく異なる抗原の組み合わせになるので、同じ型のインフルエンザに罹ったことのない人が多く、大きく広がります（パンデミック）。新型インフルエンザと呼ばれたものは2年ほど経過すると、普通の季節性インフルエンザと呼ばれるようになります。

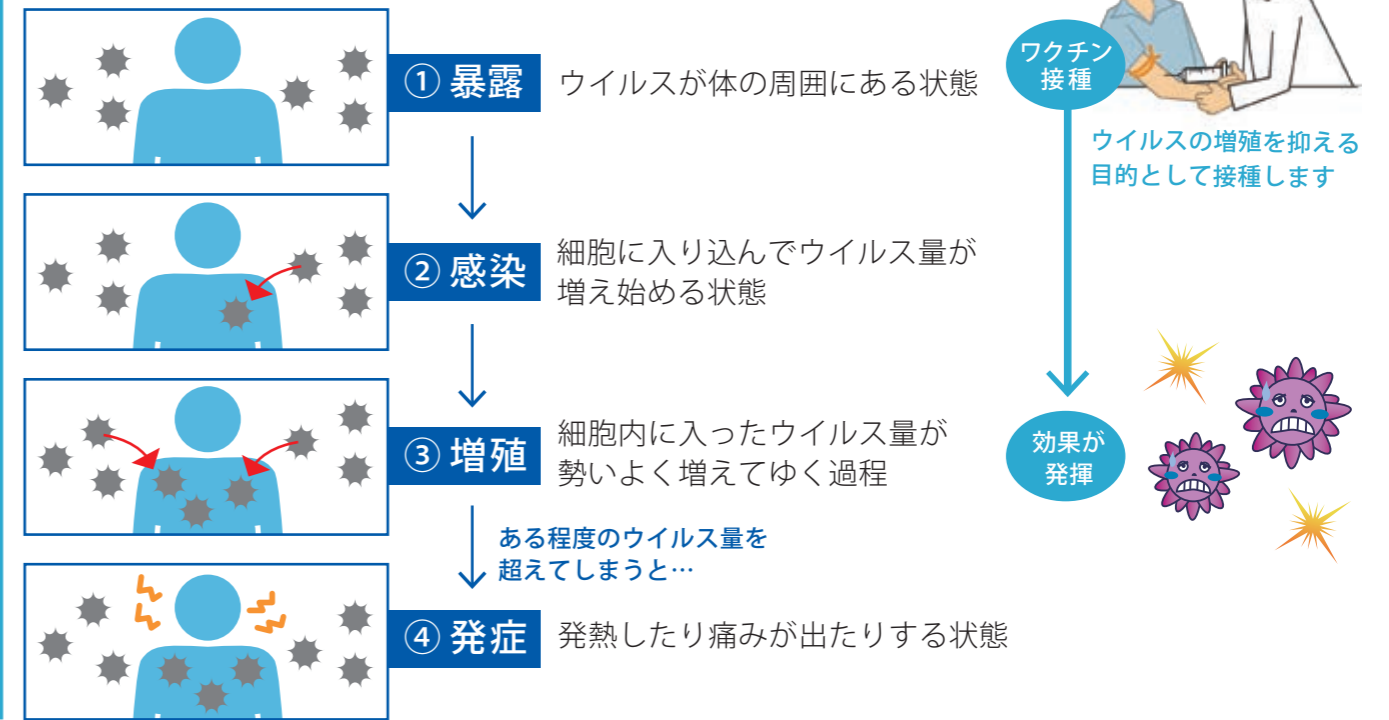
インフルエンザウイルスの抗原が毎年変わるため
以前に接種したワクチンでは効果がない!



インフルエンザワクチンの接種意義

ワクチン全般的に言えることですが、ワクチンの効果というものは、体に侵入した敵への攻撃対応を素早くするものです。

ウイルスのヒトへの感染の順序



ワクチンの効果は、より早い免疫効果の発現ですので、③の段階でウイルスの増殖を抑えることが主な目的です。発症が起こるまでのウイルス量になるのを防ぐ、発症に至ったとしても重くならにくい、咳などで排出されるウイルス量が減る（他人にうつしにくくする）という効果が期待できます。

インフルエンザワクチン接種はインフルエンザ発症予防・重症化予防に非常に有効です。しかしあくまで一手段です。**うがい、手洗い、マスク着用**によって①②の段階への対策は継続しなくてはなりません。また、もともとの免疫力を高くしておく必要があるということで、**十分な睡眠、過度の疲労の回避、バランスの良い食事、水分摂取**など、特に11月から3月くらいまでのシーズン中は注意する必要があります。

またインフルエンザワクチンの接種を希望される方でも、接種に適していない方もいらっしゃいますので、医師にご相談ください。

インフルエンザ外来（予防接種）のお知らせ

当院では11月1日より、インフルエンザワクチンの予防接種を開始しています。

受付日時 火・木：14:30～16:00
土：10:00～12:00
お問い合わせ ☎ 045-402-7111

*今年度のインフルエンザワクチンは、昨年と同様で新型と季節風の区別は無く、1回だけの接種となります。ご不明な点やご確認したい点がありましたら、お気軽にお問い合わせください。

公開市民講座
「冬の感染症対策」
開催します!
詳細は6ページへ

総合診療科 本格的に始動!!

部長 庭野医師が就任しました

当院の総合診療科

当院は、2012年3月より正式に総合診療科を標榜いたしました。救急患者さま、入院加療を要する患者さまの初療を行い、しかるべき専門医の治療へとつなげていきます。また、高血圧、糖尿病、心臓病、腎臓病など複数の疾患を同時に抱える患者さまを総合的な見地から診察いたします。

総合診療科

部長 庭野 元孝

【略歴】1985年京都大学医学部卒
1998年京都大学医学博士
日本外科学会専門医
日本消化器外科学会認定医
遺伝子治療研究で3年間、
米国ボストン留学。



総合診療と全人的医療

9月1日付けで総合診療科に入職した庭野元孝と申します。総合診療科について、この紙面を借りて、解説いたします。

総合診療とは？

2010年6月から、NHK 地上波、総合テレビで始まった「総合診療医ドクターG」が、大好評放映中です。

各診療科を横断する知識と臨床経験を誇る総合診療の著名医師＝ドクターG (General) が、実際に関わった患者さまの症例を3人の研修医に提示して、カンファレンスを行い、積み重なる症状とヒントから、病名を絞り込んでいく。推理小説を読み解くような面白さがあり、最後は「ドクターG」から、出演研修医たちに、先輩医師からの親身なアドバイスと教訓。ゲスト・視聴者に対して、医療機関を受診する際の助言や注意が示されて、締めくくられます。

「ドクターG」が注目される背景には、現代医学の日進月歩の発展に伴い、医療のすべての分野で専門化・細分化が進み、特に大病院の医療現場では、専門臓器しか診ない弊害＝木を見て、森を見ない専門

が増殖したからで、高度テクノロジーを用いた専門診療を迫れば、医療問題は、すべて解決できるという考えが、誤りであることが、明らかになりました。

何故なら、診療所・総合病院には、特別な専門知識やテクニックを要する患者さまから、風邪や腹痛などの日常的疾患まで、多種多様な症状の患者さまが、集うからです。

また、世界第一の高齢化社会、日本には、高血圧、糖尿病、肺・心臓・腎臓など複数の臓器に多くの疾患を抱える患者さまが、大勢います。専門臓器しか診ない医師を受診すると、他病院へたらい回しにされる事態も生じたために、アメリカでは1966年、日本では1976年から、総合診療部が立ち上がり、現在、国内外で「ドクターG」がブームです。

注目される全人的ケア

末期患者に寄り添って、末期患者を苦しみから解放してあげたい。この希望を胸に秘めた英国の看護師、シシリー・ソンドースさん(1918～2005年)は、33歳にして聖トマス校医学部に入学して、39歳で医師の資格を取得。1967年、ロンドン郊外に聖クリストファーホスピスを開所して、「現代ホスピスの母」と呼ばれています。シシリーさんは、肉体の病いを癒すことだけに目を向けず、人間ひとりひとりが、身体的・精神的・社会的・霊的な4つの「全人的ペイン」を持つ存在であることを指摘。

その人ひとりひとりの個性と価値＝その人らしさを尊重する愛情に満ち溢れた「全人的ケア」の概念を提唱して、世界中に広めました。



全人的ケアを目指すチーム医療

医療に携わるすべての人＝医療者の使命として、「全力を尽くして、治るべき病気を治す」ということが、まず第一にあげられます。そのために医療者は、知識を蓄えて、技能を磨くべく、日夜、研鑽に励んでいます。医療の現場に出ると、現代医学では治すことのできない病気を持つ患者さまに出会うことは、日常茶飯事で、そんな時は、医療者みんなで、患者さまとご家族に寄り添って、サポートしていくことが、必要です。

また、医療が高度化して、診断と治療技術の多様化・複雑化が進むにつれて、従来のように主治医ひとりが、すべての情報を総合・判断して、治療を進めるというやり方＝医師のパターナリズム(家父長的なトップダウン方式)は、時代遅れになりました。

質の高い安全な医療を実現するためには、多職種＝医師、看護師、薬剤師、検査技師、栄養士、理学療養士(リハビリ職員)、福祉職、事務職のみんなで、情報を共有して、意見を交換し合いながら、意思決定を行うこと。すなわち、チーム医療が、必須に

なってきます。そして、患者さま本人とごご家族も、チームの一員として参加して、患者さまと、ご家族ひとりひとりの思いや生きがいを尊重する全人的ケアを行うことが、チーム医療の最終的な理念、目標です。

ノーベル生理学・医学賞を受賞した山中伸弥先生は、米国で習った一番大切なこと。研究者として成功するには、「ビジョンとハードワーク」、つまり目標をはっきり持ち、一生懸命やることと語られています。わたしたち医療者も、富士登山で、頂を目指すように、高い理想と具体的なビジョンを掲げて、より良い医療の実現を目指さなければと考えております。そして、総合診療科の活動を通じて、全人的ケアを標榜する風通しのいい医療チームを作り上げていきたい所存です。

これからも、総合診療科へのご支援とご協力をよろしくお願い申し上げます。

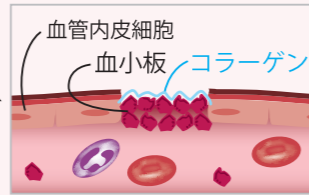
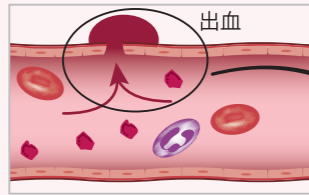
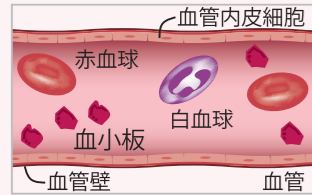
血液の凝固について

臨床検査科
的場 弥生



転んで膝を擦りむいた時、刃物で指を切ってしまった時、そして、病院に来院して採血をした時、みなさん傷口から血液が出るとお思います。しかし、ずっと出血し続けるわけではなく、時間がたつと止まります。それは何故でしょうか？

凝固のしくみ ～血液が止まるまで～



上図は血管を簡単な図にしたものです。血管内には様々な物質が血液となり流れています。

血管壁が損傷し、出血が始まると一過性の血管収縮が起こります。これは、血流を低下させ、出血の量を抑えるためです。

傷害部位ではコラーゲンが露出します。そのコラーゲンに血小板が粘着することで傷口を塞ぎます。これを一次止血と言います。一次止血では、まだもろく、完全なものではありません。

そこで、凝固因子と呼ばれる体内の物質（糖蛋白）が働き、フィブリンという物質が形成され、血小板の上に付着。より強固なものとなります。これを二次止血と言います。

凝固検査の種類

一口に、凝固因子と言っても、種類が沢山あります。その中のどれか1つの因子が存在すれば、止血が行われるというわけでは無く、それぞれの因子が密接に関わっています。どの因子が正常に働いているかを調べる為に、当院では下記の検査を行っております。

- PT (プロトロンビン時間)
- APTT (活性化部分トロンボプラスチン時間)
- Fib (フィブリノゲン)
- T (トロンボテスト)
- H (ヘパプラスチンテスト)
- FDP (フィブリン・フィブリノゲン分解産物)
- DD (D-ダイマー)
- AT-III (アンチトロンビンIII)
- 出血時間 (Duke 法) この検査は耳たぶに専用のメスで深さ3mm程の傷をつけ、何分で血液が止まるかの検査です。

黒キャップの試験管が凝固検査専用です♪



採血後の止血について

当院では、採血後に「3分間押さえて下さい」と止血をお願いしております。その際、「血液をサラサラにする薬を飲んでいませんか？」と聞かれた方もいらっしゃるかと思います。上記のような薬を使用されていると3分間では止血ができない場合があります。そういった方には、5分など長めに止血をお願いしております。しかし、採血室での止血は、まだ一次止血の状態の場合があります。力を入れたり、血圧を測定したりすると、血小板が傷から外れ、また出血してしまう可能性があります。止まったと思われても、もうしばらくの間、力を入れない様、お願い致します。

菊名記念病院のホットなニュースをご紹介します！



医局人事のお知らせ

常勤医が2名入職しましたのでお知らせします。



10月15日付入職
心臓血管外科
下石 光一郎 医師
山口大学卒

この度、新任してまいりました下石と申します。医療は本来、人の命に彩りを取り戻すために生まれたものだと思います。そんな医療を提供できるようがんばります。宜しくお願い致します。



10月1日付入職
整形外科
恒岡 大輔 医師
千葉大学卒

この度、整形外科に着任しました恒岡です。患者さまに優しい医療を提供できるようがんばりますので宜しくお願い致します。



9/15 菊名神社例大祭

今年も当院の職員が神輿の担ぎ手として参加しました。



10/4、11 高校生インターンシップ開催しました



高校生インターンシップとは？
看護の道に興味を持っている高校生を対象に、当院で実践している医療・看護に直接触れていただく職業体験実習の事です。3日間の実習プログラムは、手指衛生体験・技術体験・救急体験・見学実習・意見交換会など多岐にわたります。



10/18 公開市民講座

たくさんの方にご来場いただきました！



次回開催決定！
第5回 公開市民講座
冬の感染症対策
講師 感染管理専従看護師 森山 由紀
日時：12/13 (木)
14:00～15:30 予定
会場：菊名コミュニティハウス
お申込み・お問い合わせは
045-401-4964まで



10/20 ふるさと港北ふれあいまつり

新横浜駅前公園にて救護ブースとして協力しました。



頼れる!! まちの医療機関

あわや内科・循環器内科

あわや とおる
院長 栗屋 透 先生



Q 診療にあたり心がけていることは何でしょうか?

A 内科全般の診療所ですので、専門分野のみに偏らないように総合的に診療にあたっています。生活習慣病の治療や予防をメインに行っていますが、単純にお薬を取りに来てもらうだけにはならないよう、患者さんの生活状況に合った栄養指導や健康管理を行っていきたくております。また、一度心臓発作を起こしている患者さんが多いので、再発しないための生活、心構えについても丁寧にお話することを心がけています。

Q 他のクリニックと比べてどのような点が充実していますか?

A 二俣川は循環器を標榜する内科が少ない印象があったのですが、実際に診療を始めてみますと循環器科が標榜されているとの理由で受診を希望される方が少なからず来院されますので、やはりこの地で開業して良かったと感じています。当院は専門性を活かして、24時間心電図検査、心臓超音波検査を迅速に行うことが可能です。専門病院であればかなりの日数を要する検査でも数日のうちに対応できる機動力が特徴の一つといえます。またもう一つ特徴をあげるとすれば、中心血圧測定が可能な点があげられると思います。中心血圧測定は特に痛みなどを伴う検査では

ありませんが、心臓近くの血圧を推定することで心臓の負担を予測することができます。血圧の薬の効果判定にも有効な器械ですので高血圧治療中の方も是非一度測定されることをお勧めいたします。

Q 菊名記念病院との連携について思っていることは?

A 心臓病にかかった後、一般内科の先生ですと患者さんのコレステロール値や血圧管理が不十分なことも少なくないため、生活習慣病管理目標に未到達なこともあります。それが結果的に再入院の原因ともなってしまいます。再発を防ぐことが我々の最大の責務ですので、菊名記念病院から紹介していただいた患者さんの健康管理を当院がしっかりと長く引き継いでいければと考えています。

最後に地域の方へメッセージをお願いします。

内科一般のかかりつけ医としてはもちろんのこと、高血圧、高脂血症、糖尿病、動脈硬化に関連する病気等の治療に力を入れていますのでご心配な方は一度ご相談ください。

あわや内科・循環器内科

- 診療科目：内科・循環器内科
- 診療日時：月・火・木・金・土 9:00～12:30
月・火・木・金 15:00～18:30
- 休診日：水曜・土曜午後・日曜・祝日
- 所在地：横浜市旭区
本村町 101-3
相鉄線「二俣川駅」
より徒歩3分
- TEL：045-360-0322
- FAX：045-360-0323



編集後記

朝夕の冷たい風が身に染みる季節となりました。ホットカーペット、コタツにストーブ、色々とお出してきて、もう冬支度です。

空気が乾燥し出すと来てほしくないインフルエンザのシーズンが始まります。みなさま、日ごろからバランスの良い食事と十分な休養をとって、体力や抵抗力を高めましょう！今年もあと1ヵ月と少しです。寒さに向かう季節、お体に気をつけてお過ごしください。

広報 根岸

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 (Ver.6.0)



JQA-QMA14243
ISO9001:2008
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：045-432-2742
URL：http://www.kmh.or.jp/ E-mail：kikuna@kmh.or.jp