



ご自由にお持ち帰りください。

Vol. **67**



〒731-0293 広島市安佐北区可部南二丁目1-1
TEL : 082-815-5211 (代表)
<http://www.asa-hosp.city.hiroshima.jp>

コロナ対策をしっかりと、地域の医療・健康に最高の技術でこたえます

広島市立安佐市民病院は、1980年に設立され、今では、年間15,500人の入院患者さん、年間4,700台の救急車を収容する病院に成長させて頂きました。2022年春にオープンする広島市北部医療センターの設計もおわり、順調に工事もすすんでいます。



病院長
土手 慶五

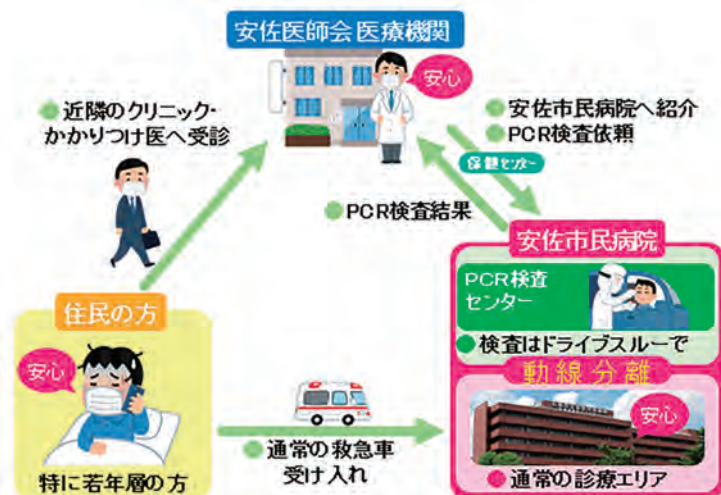
ところが、コロナがやってきました。今までは、発熱は、インフルエンザの検査をしたり、抗生物質や解熱剤の投与で、通常の医療機関・かかりつけ医、あるいは介護施設の医師で十分対応可能な病気でした。ところが、コロナがやってくる、発熱は世の中で一番恐ろしい病気になってしまいました。もちろん、今まで一番怖かった心筋梗塞、脳卒中、がんといった病気、あるいは、腰痛、膝の痛みといった生活の行動範囲をせばめてしまう病気がなくなったわけではなく、今までと同様の高度な医療技術の提供をしていかなければなりません。

発熱は、介護施設にとっても、マンパワーの少ない医療機関にとっても、大変怖い病気になってしまいました。インフルエンザのように簡単な検査により30分で結果がわかるという検査がありません。いま、私たちにできることは、発熱の患者さんと、そうで

ない患者さんが、病院の中で混じらないようにすること、そして、発熱の患者さんを、いち早く喉をぬぐって検査することです。

私たちは、心苦しいのですが、面会者を厳しく制限し、正面玄関で、検温実施を即座にはじめました。しかし、それだけでは、安心できません。

私たちの守備範囲の75%は安佐南区と安佐北区です。すなわち、その地域の安佐医師会の先生方からの紹介がほとんどです。私たちは、安佐医師会の先生と共同して、発熱、コロナが疑わしい患者さんは、ドライブスルーで検査を実施し、12時間後に



は検査結果がわかり、安全に患者さんを区分する体制を4月28日から実現しました。これにより、安佐医師会のかかりつけ医の先生も安心、安佐地区の介護施設の職員も安心、安佐市民病院を発熱以外で受診しているヒトも安心、職員も安心の、「3方みな安心」を達成できました。

当院を訪れる人は、ものものしい体制に畏怖感を感じられるかもしれませんが、この体制こそが安心を提供できる現状の唯一の姿なのです。

北部医療センターが完成しても、コロナとはつきあっていけないといけなかもしれません。それまでには、私たちに、ワクチンや特効薬といった武器を手にするができるかもしれません。でも、それまでは、確実な検査体制と、職員の和と共同、そして、地域の医師会をかかりつけ医とされている住民の皆さんの応援しか武器はありません。私たち、全力で戦っていますので応援よろしく、そして安心して受診してください。

安佐市民病院の理念と基本方針

理念

- ・愛と誠の精神をもって医療を提供します。
- ・地域の基幹病院として高度の医療・ケアを行います。

基本方針

1. 患者さまの立場を尊重し、理解と納得にもとづいた医療を行います。
2. 安全な医療と快適な療養環境の提供に努めます。
3. 地域と連携し、地域医療、救急医療、トータルケアの水準の向上に努めます。
4. 最新の医療にとりくみ、医療・医学の進歩に貢献します。
5. より良い医療サービス提供のため、健全な病院運営に努めます。



今年の夏は特に 熱中症にご用心!

内科・総合診療科主任部長 加藤 雅也

これからの季節、特に注意が必要なのが熱中症です。熱中症は、私たちの身体が高湿多湿な環境に適応できないことで生じる症状の総称ですが、今年の夏はコロナ対策のためにマスクを着用することが多く、特に注意が必要です。

お年寄りや小さいお子さんはもちろん、元気な若い方も、室内で長時間過ごす方も決して油断できません。

★以下のような症状が出たら、熱中症にかかっている危険性があります。

1. めまいや失神、顔のほてり：熱失神
2. 筋肉痛や筋肉のけいれん：熱痙攣
3. 体のだるさや吐き気：熱疲労
4. 汗のかきかたがおかしい：何度拭いても汗がでる、もしくはまったく汗をかいていない
5. 体温が高くて皮膚を触るととても熱い、皮膚が赤く乾いている
6. 4・5に伴い呼びかけに反応が鈍い、言動がおかしい、意識がない：熱射病



★このような症状が出ないよう、日頃から熱中症の予防対策を行いましょう。

暑さに負けない体づくりをしましょう!

1. 水分をこまめにとる
2. 塩分をほどよくとる(ただし、かかりつけ医から水分や塩分の制限をされている場合は、よくご相談の上、その指示に従いましょう)
3. 睡眠環境を快適に保ち、丈夫な体をつくる

暑さに対する工夫をしましょう!

1. 日差しを遮ったり風通しを良くして、気温や湿度が高くなるのを防ぐ

2. 扇風機やエアコンで室温を適度に下げる
3. 麻や綿など通気性のよい生地の衣服を選んだり、吸水性や速乾性にすぐれた素材の下着を選ぶ
4. 帽子や日傘で直射日光を避け、なるべく日陰を歩いたり、日陰で活動する
5. 冷却シートやスカーフ、氷枕などの冷却グッズを利用し、首元など太い血管が体の表面近くを通っているところを冷やす



暑さから身を守るアクションをとりましょう!

1. 出かけるときは水筒やペットボトルなどでいつも飲み物を持ち歩き、すぐ水分補給できるように心がける
2. こまめな休憩をとり、無理をしない
3. 携帯型熱中症計やテレビ、Webなどで公開されている熱中症指数で、熱中症の危険度を気にする

★熱中症の応急処置のポイント

1. 意識が低下している場合は直ちに救急車を呼びましょう
2. 意識があれば涼しい場所へ移動し、服をゆるめて体を冷やしましょう。氷枕や保冷剤で首筋や脇の下、脚の付け根など太い血管が体の表面近くを通っているところを冷やしましょう。皮膚に水をかけ、団扇や扇子であおぐのも効果的です
3. 水分をとれそうならスポーツドリンクや食塩水、経口補水液を摂取しましょう。それでも良くならなければ医療機関を受診してください
4. 水分を自力で摂取できないときはすぐに医療機関を受診しましょう

熱中症は命にかかわる状態です。ひとりひとりが自覚し、ふだんから暑さに対抗できる体づくりを心がけましょう。寝不足や二日酔い、疲れがたまっている、風邪気味、食事がとれていないなど、体調が悪いときは熱中症になりやすいため、十分な栄養と休養をとりましょう。

しかし、お年寄りや体が不自由な方は十分な熱中症対策ができません。ご家族や近隣の皆さんが協力して熱中症対策に気を配っていただくよう、お願いいたします。



夏の小児の 病気について

小児科主任部長 荒新 修



皆さん、こんにちは。この季節毎の「小児の病気」はシリーズになってしまい第三回になりました。前回は冬の病気ということでインフルエンザについて、特にスペイン風邪のエピソードを添えてご紹介しましたが、その後新型コロナウイルスというとてもない感染症が流行してしまいまして、感染症の怖さを改めて知った次第でした。いまだもって警戒が続いておりますので、皆さんご用心ください。

夏の小児の病気と言いますと、エンテロウイルス感染症があります。このウイルスの名前は一般の方にはあまり馴染みのないものかもしれませんが、このウイルスが原因となる病気で有名なものでは、手足口病やヘルパンギーナがあります。症状が発熱だけということもあり、夏風邪と言われているものの原因ウイルスです。70種類くらいあるようで、番号が

ついております。よく入院となる病気では無菌性髄膜炎があり、通常は髄液検査で診断した後に点滴加療をしていたらほとんどの場合、後遺症なく軽快するというものです。流行した年には、夏のシーズンに100名以上の患者さんを診察したことがあります。しかし、なかにはエンテロウイルスにより脳炎になられる患者さんもいらっしゃいまして、一部には後遺症が残ったり亡くなられたりすることがあり、小児科の課題であります。

夏の病気で感染症以外では、あまり経験がない病気ではありますが熱中症があります。報道ではお年寄りが多いようです。私が小学生のころは広島での夏の最高気温はせいぜい34度程度であったと記憶しており、それでも暑いと思っておりましたが、近年35度を超えることは珍しくなくなりました。私が子供時代に夏になると祖父から「(戸外では)帽子をかぶっておれ。」とよく言われました。そのころはどうしてこんなに言われるのかと思っておりましたが、冷房のない時代に育った祖父の基本的な熱中症対策であったと今となっては思います。今年はこれまでにない猛暑が予想されると聞いております。ご自愛ください。

がんゲノム医療が保険で受けられる時代に がんゲノム診療科副部長 山北 伊知子

日本でも本格的にがんゲノム医療が始まりました

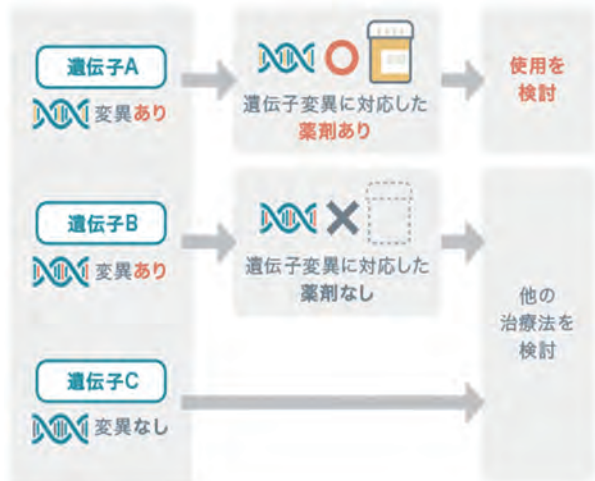
「**がん遺伝子パネル検査**」が保険適応になり、当院でも2019年10月から施行可能になりました。がんの遺伝子変異を網羅的に調べることで、一人ひとりにあった治療の可能性を見出すことが期待されています。

がんゲノム医療とは？

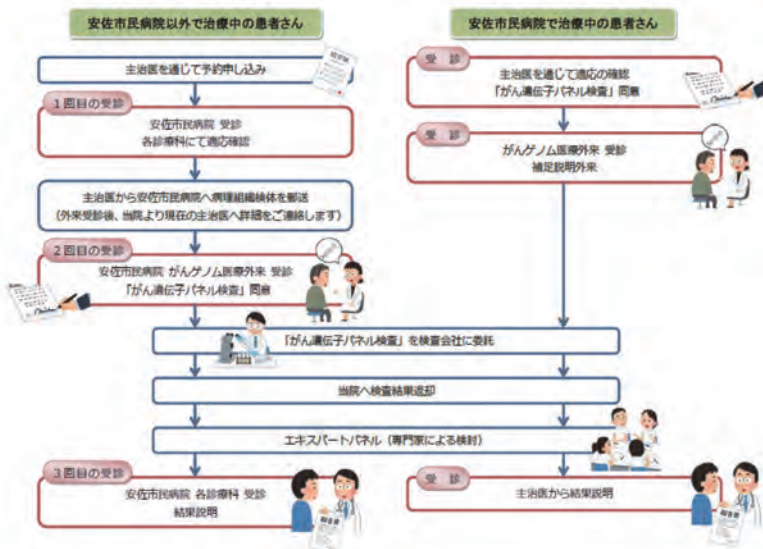
「がん」は様々な遺伝子の異常が積み重なることで発症し、その遺伝子の異常は患者さんごとに異なることが近年の研究により判ってきました。がん遺伝子を網羅的に調べ、個別に最も適した抗がん薬の情報を提供するのが、「がん遺伝子パネル検査」によるがんゲノム医療です。

がんゲノム医療の対象となる方

1. 下記のいずれかの診断を受けている方
 - 希少がん・原発不明がん
 - 標準治療が終了(見込み)の固形がん
2. がん遺伝子パネル検査の結果から、化学療法の適応となる方



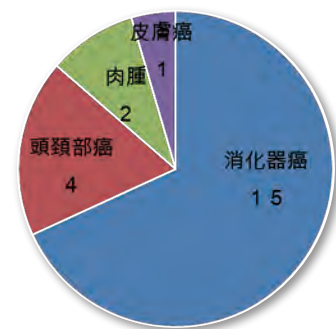
がんゲノム医療外来の申し込みの手順



当院の検査実績

2019年10月から2020年7月までの間に22人の患者さんに対して検査を施行しており、広島県内で**3番目**の実績を誇っています。

がん種別の内訳人数は下の図のようになります。



さいごに

がん遺伝子パネル検査で必ず遺伝子変異が見つかるわけではありません。また、遺伝子変異が見つかった場合でも、効果が期待できる薬剤がない場合もあります(治療法が見つかる患者さんは現時点で**約1割**と言われています)。

ご自身ががん遺伝子パネル検査の対象となるかどうかなど、ご相談がありましたら、主治医もしくはがん相談支援センターにお尋ねください。



(写真) エキスパートパネル (Web形式での専門科会議) 風景
多職種でがん遺伝子パネル検査結果の検討を行っています。

ポリファーマシー(多剤服薬)について

～薬の効果を活かすために注意が必要なこと～



薬剤部副部長
長藤 多香美

高齢になると、複数の持病を抱えている人が増えてきます。そして、病気の数だけ処方される薬も多くなります。70歳以上の高齢者では6つ以上の薬を使っていることも珍しくありません。処方される薬が6つ以上になると、副作用(薬が持つ様々な働きのうち、目的とする効果以外の働き)が増えるという報告もあります。また、加齢に伴って薬の排泄に時間がかかるようになり、薬が効きすぎて思わぬ副作用が起こることもあります。ポリファーマシー(多剤服薬)という言葉が聞かれたことのある方もいらっしゃると思います。このポリファーマシーという言葉は、ただ単に薬が多いことを表しているわけではありません。すでに解消された症状に対する薬が処方されていたり、薬の重複などにより不必要な薬が処方されていたりすることを指します。多過ぎる薬を減らすことは大切ですが、指示された薬はきちんと継続しなければなりません。必要な薬を自己判断で中止すると症状が悪化してしまうことがありますので、心配な時には必ず医師、薬剤師に相談するようにしま

しょう。また、複数の医療機関からの処方の重複等を防ぐためにも、医療機関受診時には、お薬手帳を活用して内服中の薬を伝えるようにしましょう。

広島市では、ポリファーマシー解消の取り組みとして、「服薬情報のお知らせ」の通知をおこなっています。このお知らせは、65歳以上の広島市国民健康保険の被保険者及び後期高齢者医療制度の被保険者のうち、複数の医療機関から月に14日分以上の内服薬が9種類以上処方されている方に送られています。受け取られた方もいらっしゃるのではないのでしょうか?通知があった方は、薬局で薬をもらう時や、病院を受診する時に持って行ってください。中止できる薬がないかどうかチェックしてもらうことができます。

クスリの裏にはリスクが潜んでいます。薬の効果を最大限に活かすためにも、医療機関受診時には自分の服薬状況を正確に伝え、指示された薬は正しく服薬継続するようにしましょう。

1		2	3	4		5
		A			7	8
9	10	B	F	11		
12				13		14
		15		16		
	17					18
19		20		21	22	
23				24		E

安佐市民病院クロスワード

簡単なルール ※解答は6ページに掲載しています。

- ①「あ」と「ぁ」のように大文字・小文字は区別しません。
- ②カギの〇〇は漢字を含んで書いたときの文字数です。
- ③よみかたは異なる読み方も多々ありますが、まったりとご了承お願いいたします。
- ④ピンクの枠のアルファベットA～Hをつなげるとある言葉になります。

たてのカギ

1. 〇〇〇を浴びると日焼け、シワ、シミなどの原因になります。
2. 「夕焼け」と語調をそろえていう語。「夕焼け〇〇〇」。
3. 鳥の卵の中の、卵白に包まれる球形の黄色い部分。
4. 土用の丑の日に〇〇〇を食べて夏バテを吹き飛ばしましょう。
5. 交渉や会議などで、事をうまく運ぶために、あらかじめ手を打っておくこと。下工作。
8. 夜間の警備や漁猟に照明としてたく火。「〇〇であたりを照らす」
10. ものの道理を述べること。意見。所説。「〇を展開する」「芸術〇」
11. 聞く値打ちのあること。聞いてほしい内容であること。
13. 真っ黒な雲。今にも雨や雪が降りだしそうな気配のある暗い雲。
15. 近畿地方中部から北部に位置する府。日本屈指の観光地。
16. この世に現に生きている人。転じて、この世。うつしみ。源氏物語第3巻の巻名。
18. 2層以上ある建物などで、地表から2層目の階。
19. ヒト以外の霊長類の総称。
22. 食物などを煮たり焼いたりしていないこと。加熱・殺菌などの処理をしていないこと。

よこのカギ

1. ゆっくりと大きく呼吸すること。「〇〇〇して気持ちを落ち着かせる」
6. 光のささない状態。暗いこと。「〇に包まれる」
7. 一緒に物事をする間柄。また、その人。
9. 人をひきつける性的魅力。「〇〇たっぶりの目つき」
11. 左側の反対。
12. 糸のように細長く連続するもの。すじ。「地面に〇を引く」
13. 糸・縄・針金などを方形・ひし形に目を透かして編んで作ったもの。魚や鳥などを捕らえる道具などに用いる。
14. 金銭の貸借が行われた場合、その使用の対価として借り手が貸し手に支払う金銭。利息。
15. 週の第6日。木曜日の次の日
17. 全試合数に対する勝ち試合の割合。
20. その人の意思や努力ではどうしようもない巡り合わせを指す。
21. 動物の胴体の両肩から腰あたりまでの部分で、胸や腹と反対の面。
23. 道。道路。また、きまった道筋。路線。「観光〇〇〇」
24. 災難や事故などによる怪我を負った人や病人のもとを訪れ慰める行為をさす言葉。

》 連携医療機関のご紹介

日頃より大変お世話になっている地域の先生方をご紹介します。

はしもと内科・胃腸科・泌尿器科



院長 橋本 成史 先生



大成 晋平 先生

〒739-1751
広島市安佐北区深川5丁目23-1
TEL (082) 842-0016

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:00	○	○	○	○	○	○
午後 15:00~17:30	○	○	△	○	○	△

診療科:内科、リウマチ科、泌尿器科

1949年に先代が当地で診療所を開業いたしました。1986年4月より橋本成史が先代の後を引き継ぎ、内科・泌尿器科として地域の医療に携わらせていただいております。2018年には開院70周年を迎えました。また、2020年より大成晋平医師が赴任しリウマチ科を開業しております。

近隣の広島市立安佐市民病院、高陽ニュータウン病院、広島共立病院、広島大学病院、広島市民病院、県立広島病院、広島赤十字・原爆病院、広島記念病院、JR広島病院等の医療機関と連携を行っており、急性期・慢性期医療、在宅医療に対応しております。

患者さんの立場に立ち、誠実で丁寧な医療を心がけております。専門外の相談には、安佐市民病院を中心とした地域の専門医を紹介して対応しております。高齢化社会における疾病構造の変化に対応して、外来診療、急性期病院・回復期病院との連携、在宅診療と切れ目のない医療を提供し支援する地域密着型の診療所を目指しております。



スタッフ

大町土谷クリニック



院長 高橋 直子 先生

〒731-0124
広島市安佐南区大町東2丁目8-35
TEL (082) 877-5588

診療時間	月	火	水	木	金
午前 9:00~12:00	○	○	○	○	○
午後 13:00~15:00	○	○	○	○	○

※ただし、土曜日午後は15:00~17:00

大町土谷クリニックは、1995年土谷総合病院(広島市中区中島町)のサテライトクリニックとして開設されました。慢性腎臓病(CKD)の外来診療を専門とし、たんぱく尿や血尿など尿検査の異常から腎臓の機能が低下した患者さんの検査や治療、さらに腎臓の機能が低下して尿毒症に至った患者さんの血液透析治療をおこなっています。

日本のCKDの患者数は1,330万人、成人人口の約13%・8人に1人といわれており、健康診断でたんぱく尿陽性が見つかった人の5~10%が、いずれ透析治療が必要となってしまいます。さらに、CKDでは透析治療が必要になるよりも先に、心筋梗塞や脳卒中などのために亡くなる患者さんが少なくありません。それらを防ぐためにも、CKDの早期発見・治療が大切です。大町土谷クリニックでは、安全・安心・安楽をモットーに三つの「安らぎ」ある医療や看護を提供できるよう日々努力しています。

安佐市民病院の先生方には、CKD患者さんのご紹介をいただくばかりでなく、CKD患者さんの検査や合併症の治療などをおこなっていただき大変お世話になっております。今後もCKD診療において地域医療に貢献できるよう頑張っておりますので、どうぞよろしくご期待いたします。



外観

安佐市民病院の建替えの近況報告(その6) 安佐市民病院整備室長 中 泰弘

安佐市民病院の建替えに関する工事は、主要建設工事が進められており、引き続き、主に地下駐車場となる地下の工事を行ってきました。地震に対応するための免震装置の設置も終え、8月中旬になると、地上から立ち上がる1階の鉄骨の柱や梁などを組み立てる工事に取り掛かります。

ところで、病院敷地内には、この病院棟本体とは別に、敷地を南北に貫く道路をはさんだ西側敷地にも建物(附属棟)を建設する予定になっています。延床面積は病院棟本体の約20分の1、大きさで比べてしまうと小さな建物ですが、病院にとって欠かせない機能を備えたキラリと光る附属棟、こちらの計画も本格的に動き始めました。

この附属棟には、病院スタッフ用の更衣室や研修医

用の住宅、図書室、研修室などが入り、治療などの医療機能には直接関わらないものの病院にとっては欠かせない機能を集めた建物となります。

現在の計画では建物は5階建て、病院棟本体とは道路の上を横断する屋根付きの渡り廊下で結ばれ、外観も病院棟本体を意識し一体感のとれたデザインとなる予定です。

新病院は、2022年春の開業を目指しています。広島市の北部地域、広島県の北西部地域等の高度・先進医療を担う病院として、皆様のご期待に応えられるよう、これからも、病院スタッフが丸となって準備作業を進めてまいります。

安佐市民病院の建替えの状況については、これからも随時、掲載させていただきます。

夏バテ、予防 ゴーヤチャンプル



1人当たりの栄養量
190kcal、食塩相当量1.2g



栄養室 管理栄養士 A
大嶺ちひろ

材料(4人分)	
ゴーヤ	1本(200~250g)
塩	小さじ2/3
木綿豆腐	1/2丁(150~200g)
油(豆腐用)	小さじ2
豚もも切り落とし	150g
塩・胡椒	少々
卵	2個
かつお節	パック1袋(約2g)
ごま油	大さじ1/2
オイスターソース	大さじ1
料理酒	大さじ1
だしの素	小さじ1
醤油	小さじ1



暑い日が続き、みなさん夏バテしていませんか?

夏バテにおすすめのゴーヤを使ったレシピを紹介します!

作り方

- ① ゴーヤを縦半分に切って種・ワタを取り除き薄切りにする。ボールに薄切りにしたゴーヤを入れ塩で揉みこみ、水を加えてつけておく。
- ② 豆腐を水切り(キッチンペーパーで豆腐を包み、600w 1分半加熱)し、食べやすい大きさに切る。
- ③ 豚肉は5cm幅に切り、塩・胡椒で下味をつける。
- ④ フライパンに油をひき、豆腐に焼き目がつくまで炒め、焼き目がついたら別の皿にうつしておく。
- ⑤ ①のゴーヤをよく洗い、水気を切る。フライパンにごま油をひき、ゴーヤを入れて少ししんなりするまで炒めたら別の皿にうつしておく。
- ⑥ ⑤のフライパンで豚肉を焼き、色が全体的に変わってきたら豆腐、ゴーヤを加えAの調味料を加える。
- ⑦ 溶き卵を全体に回し入れ数秒待ってからかき混ぜる。かつお節を加え混ぜ合わせたら完成。

患者の権利

広島市立安佐市民病院は、患者の権利に関する「リスボン宣言」を擁護し、患者の最善の利益のために安全で質の高い医療を目指します。

- 1. 良質の医療を受ける権利**
良質で適切な医療を公平に受ける権利があります。
- 2. 情報を知る権利**
ご自身の病状や治療等に関して十分な説明と情報を得る権利があります。
- 3. 自己決定の権利**
ご自身の健康状態について十分な説明を受け、ご自身の自由な意思で検査や治療方法を選ぶ権利があります。
患者が未成年者である場合や患者に意識がない場合などご自身で意思決定ができないときは、法定代理人(保護者、成年後見人)やご家族と相談して治療方法を決定します。その場合でもできるだけ患者ご本人の意思を尊重します。
- 4. 選択の自由の権利**
病院あるいは保健サービス施設等を自由に選択し、変更する権利があります。
セカンド・オピニオン(別の医師の意見)を求める権利があります。

- 5. 健康教育を受ける権利**
健康的なライフスタイルや、疾病の予防および早期発見等に関する情報を与えられた上で自己選択(インフォームド・チョイス)できる権利があります。
- 6. 個人情報・プライバシーが守られる権利**
医療従事者が医療上知り得た個人情報は保護され、プライバシーが守られる権利があります。
- 7. 尊厳が守られる権利**
個人として尊重され、尊厳を保ち安楽に終末期を迎えるためのあらゆる可能な支援を受ける権利があります。

お願い

当院で安全で質の高い医療・看護が適切に受けられるためご協力をお願いします。
 ・ご自身の健康に関する情報をできる限り正確に伝え、医療従事者と共同して診療に参加してください。
 ・快適な療養環境の維持に協力をお願いします。
 ・医療安全の実践に協力をお願いします。
 ・病院の規則を守ってください。
 ・他の患者の療養に支障を与えないように配慮をお願いします。
 ・医療人の育成に協力をお願いします。
 ・現在考えられる安全な臨床医学の範囲を超える要求には応じられないことをご承知ください。