

東京医科歯科大学医学部附属病院
 「みんなの健康を育む病院だより」



奨学寄附金のお願い

東京医科歯科大学ではさまざまな病気に対する治療法や治療薬の開発に結び付く研究、患者さんに信頼される医療人を育てるための教育を行っています。奨学寄附金は東京医科歯科大学が行っている研究活動や人材育成に対するご支援を、企業や個人の皆様から募る制度です。特定の診療科や医師を指定して寄附することも可能で、ご寄附の金額はご自身で決めることができます。寄附金は税制上の優遇措置が講じられます。詳しくは下記にお問い合わせください。

■ 問い合わせ先

統合研究機構事務部 産学連携係
 TEL : 03-5803-4712
 FAX : 03-5803-0179
 Email : jimubu-sanren.adm@tmd.ac.jp


セカンドオピニオン外来とは

セカンドオピニオン外来は、当院以外の医療機関に通院している患者さんを対象に、診断内容や治療法に関して、意見・判断を提供し、今後の治療の参考にさせていただくことを目的としています。ご希望の方は、まず現在の主治医と相談の上、セカンドオピニオン外来にお申込みください。通常の外来受診とは異なりますのでご注意ください。

なお、当院での診療内容に関して、他院でのセカンドオピニオンを希望される方は、診療情報提供書や資料を用意いたしますので、担当医にお申し出ください。

■ 問い合わせ先

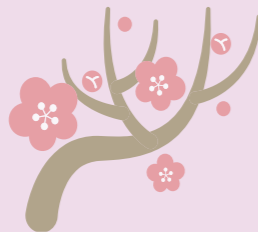
セカンドオピニオン外来
 TEL : 03-5803-4568
 FAX : 03-5803-0119


梅いち輪募金にご協力ください

梅いち輪募金(東京医科歯科大学医学部附属病院支援基金)は、患者さんから寄せられるサービス改善のご要望を、できることから実現するために活用させていただき基金です。一口1000円からお申込みいただけます。詳しいことは下記までお問い合わせください。

■ 問い合わせ先

東京医科歯科大学医学部附属病院
 総務課
 TEL : 03-5803-5097
 Email : syomu2.adm@tmd.ac.jp


東京医科歯科大学基金のお願い

東京医科歯科大学基金は、皆様のご支援により、世界中で活躍する医療人を育み、知と癒しの匠を創造するために、国際交流事業、学生育成奨学事業などの「基金事業」に活用されます。ご寄附は一口1万円からお申込みいただけます。寄附方法については

- ①振込用紙により郵便局又は銀行から振込み
- ②インターネットでのお申込(クレジット決済)
- ③現金のお持ち込み

のいずれかにより受け付けております。また、税制上の優遇措置が講じられます。詳しいことは下記にお問い合わせください。

■ 問い合わせ先

東京医科歯科大学募金室
 TEL : 03-5803-5009
 Email : kikin.adm@tmd.ac.jp


献体のご紹介

献体とは、医学・歯学の大学における解剖学の教育・研究に役立たせるため、自分の遺体を無条件・無報酬で提供することをいいます。自分の死後、遺体を医学・歯学のために役立てたいと志した方は、まず最初に生前から献体したい大学や団体に名前を登録しておく必要があります。献体に関するお問い合わせは、下記にお願いいたします。

■ 問い合わせ先

東京医科歯科大学献体の会事務局
 TEL : 03-5803-5147


全診療科における完全紹介制の導入について

平成29年4月1日より、全診療科において、完全紹介制とさせていただきます。当院に初めておかけの場合、新たな診療科におかけの場合、前回の来院より3ヶ月以上経過している場合は、原則として他の医療機関からの紹介状(診療情報提供書)が必要となります。

《例》他の医療機関からの紹介状(診療情報提供書)が必要になるのは…

- ・ある科を受診中の方で、別の診療科を初めて受診したい場合
- ・過去に受診した診療科でも、自己判断により3ヶ月以上受診がない場合

完全紹介制を導入した経緯は、専門的な診療を提供する大学病院としての使命と役割を果たすためですので、ご理解・ご協力をお願いいたします。


ご挨拶
ロボット手術、緩和ケア病棟、入院支援室、ゲノム医療などを多診療科協働で充実

東京医科歯科大学医学部附属病院
 病院長 大川 淳 (おおかわ・あつし)

2018年もよろしくお願いたします。昨年前半には、「緩和ケア病棟」や「入院支援室」がオープンし、後半には手術支援ロボット「ダヴィンチXi」が導入され、「がんゲノム診療科」がオープンし、「網羅的がん遺伝子検査」、「HBOC・乳腺ハイリスク外来」と「HBOC・婦人科ハイリスク外来」も年末にテストスタートしました。

このような取り組みによって、当院のがんをはじめとする様々な治療が、ますます低侵襲化し、短期間で退院できる患者さんも増えました。また、仮に標準治療が手詰まりになってもがん細胞のゲノム検査を行い、治療の可能性を広げ、最終的には緩和ケアで安心して終末期を迎えられるという充実したがん医療が実現しました。

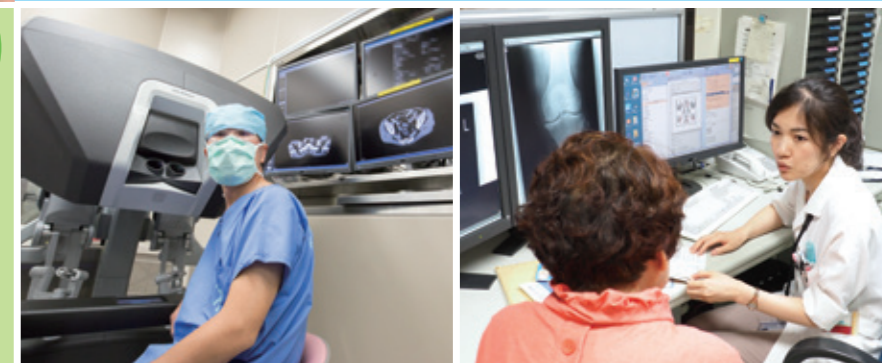
また昨年前半に当院で九死に一生を得たタイからの旅行者の女性に対して、迅速で的確な治療を行い、大切な命を救ったことに代表される診療間連携、つまりチーム医療の素晴らしさは、病院長として当院の誇りと確信しています。

個人的には病院長2年目となり、ようやく病院運営を円滑に進めるバランス感覚が掴めるようになりました。

今後も患者さんの目線に立って、多職種、多診療科協働で、最善の医療を提供するという視点を忘れずに、安心、安全な医療を提供してまいります。

INDEX

- 病院長ご挨拶
- ダヴィンチXiによる大腸がん手術をスタート
- 当院のがんゲノム医療をご紹介します
- 「HBOC・乳腺ハイリスク外来」、「HBOC・婦人科ハイリスク外来」を開設
- アレルギー疾患先端治療センター
- ペインクリニック(専門外来)のご紹介
- 整形外科 ひざの痛み
- 膠原病・リウマチ先端治療センター
- 新任科(部)長・センター長のご紹介
- 【医学生のページ】手洗い、マスク、うがい、咳エチケットの正しい知識
- おせち料理
- 奨学寄附金、セカンドオピニオン外来、梅いち輪、大学基金、献体、完全紹介制 など



「ダヴィンチXi」による大腸がん手術を導入 可能な限り肛門や機能を温存

■ 問い合わせ先
 肛門外科外来 TEL：03-5803-5252
 事前予約受付（紹介状が必要です）
 地域連携室 TEL：03-5803-4655

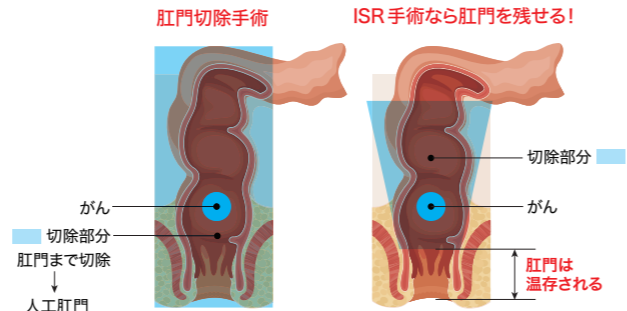


手術支援ロボット「da Vinci Xi サージカルシステム」（以下ダヴィンチXi システム）を用いた本院で第一例目となる大腸がんの手術を、大腸・肛門外科の絹笠祐介診療科長らが、平成29年10月11日に実施しました。「ダヴィンチXiシステム」は、わずか1～2cmの小さな穴を複数あけることで、複雑な手術も実施することが可能になりました。

当院はかねてから、切除困難な進行がんや再発がんに対しての拡大手術も積極的に行ってきました。特に直腸がんにおいては、高いレベルで肛門温存手術や機能温存手術を行い、高い評価を受けています。

昨年より当院の大腸・肛門科に着任した絹笠祐介教授は、前任地の静岡がんセンターで国内最多となる直腸がんに対するロボット手術を施行し、その治療成績は国内外から高い評価をいただいております。

最新の「ダヴィンチXiシステム」を導入し、さらに低侵襲な手術を実現し、手術、化学療法（抗がん剤治療）、



放射線治療を組み合わせ、治療効果が高く、体への負担が少ない最適の治療法を選んで行っています。

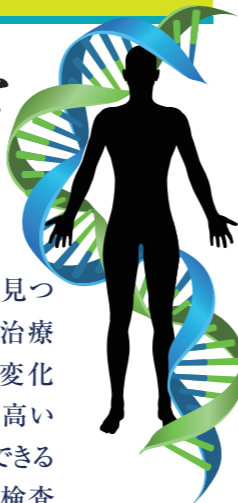
がん遺伝子の変化を検査し、最適な治療法を見つけ出すがんゲノム診療科がスタート



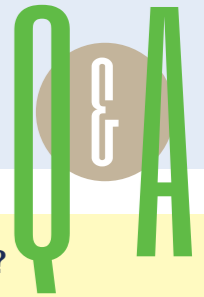
がんゲノム診療科が開設されました。この診療科では、がん治療を受けてきた患者さんのうち、更なる標準治療がない、または現在受けている標準治療に不耐または治療抵抗性になると、あとは治療法が残されていない患者さん、原発不明がんと診断されている患者さん、希少がんと診断されている患者さんなどを対象に、がん患者さんのがん細胞で起こっている遺伝子の変化を調べます。この検査の結果を受

けて、治療可能な遺伝子の変化が見つかった場合、その変化に合わせた治療を行います。患者さんの遺伝子の変化に合わせた治療薬を用いることで、高い治療効果や副作用の可能性を低くできることが期待されています。最終的に検査を受けるかどうかについては、検査内容について説明後にご検討いただけます。

■ 問い合わせ先
 腫瘍センター
 Email：genome.canc@tmd.ac.jp
 TEL：03-5803-4873



遺伝性のがんが心配な方のために 「HBOC・乳腺ハイリスク外来」 「HBOC・婦人科ハイリスク外来」がスタート



乳がんや卵巣がんの5～10%は、親から子に遺伝する「遺伝性乳がん・卵巣がん症候群（HBOC）」です。HBOCは、男女関係なく誰もが持っている「BRCA-1 遺伝子」、「BRCA-2 遺伝子」という遺伝子に、乳がんや卵巣がんを発症しやすくなる変化（変異）があり、いずれかの遺伝子に変異が見つかった場合、HBOCと診断されます。

近年、HBOC 患者さんの血縁者に対し、遺伝カウンセリングと遺伝学的検査を行い、BRCA-1、またはBRCA-2に変異が確認された場合、乳房（または卵巣）のスクリーニングを行うことが望ましいとされています。

また、2つの遺伝子どちらか（または両方）に変異が認められ、乳がんや卵巣がんを発症していない患者さんに対して、乳房（または卵巣・卵管）を予防的に外科手術で切除・摘出することが検討される場合もあります。

そこで、当院の乳腺外科では「HBOC・乳腺ハイリスク外来」（毎週金曜日午後）、周産・女性診療科では「HBOC・婦人科ハイリスク外来」（毎週水・木曜日午後）を開設しました。

当院の特色としては、周産・女性診療科（産婦人科）、乳腺外科、および遺伝子診療科の連携が円滑で、内科医、外科医、臨床遺伝専門医を中心とした遺伝専門スタッフが、患者さんの意思決定や、最善の治療法の相談について、丁寧に対応しています。

■ 問い合わせ先
 乳腺ハイリスク外来については外科外来 TEL：03-5803-5675
 婦人科ハイリスク外来については周産・女性診療科外来 TEL：03-5803-5684
 事前予約受付（紹介状が必要です）
 地域連携室 TEL：03-5803-4655

Q 対象となる患者さんは？

【HBOC・乳腺ハイリスク外来】

- ◆ 遺伝学的検査でBRCA-1、BRCA-2に変異のあった方の乳房スクリーニング
- ◆ 上記に変異がなくても、明らかに家族歴が濃厚な方の乳房スクリーニング
- ◆ 予防的乳房切除を予定している方、予防的乳房切除後の経過観察

【HBOC・婦人科ハイリスク外来】

- ◆ HBOCなどの遺伝性腫瘍が疑われ、子宮・卵巣のスクリーニング検査が必要な方
- ◆ HBOCなどの遺伝性腫瘍の診断がされ、リスク低減手術や経過観察を必要とする方

Q 受診料は？

受診料は、どちらも基本的に自費診療での対応となります。乳腺ハイリスク外来の場合、目安としては、乳房造影MRI、超音波検査、マンモグラフィを行うと、約60,000円程度になります。



乳がん抑制遺伝子BRCA-1を世界で初めて発見したのは、東京医科歯科大学の三木義男教授です！



三木義男教授

私たちの体内では常にかん細胞が作られています。「がん抑制遺伝子」の働きでがん細胞が増殖しないように食い止めています。しかしこのがん抑制遺伝子が壊れてしまうと、がん細胞の増殖が優位になり、最悪の場合はがんが発症します。東京医科歯科大学難治疾患研究所の三木義男教授は、世界で初めて乳がんを抑制する代表的な遺伝子「BRCA-1」を発見しました。この遺伝子が壊れている人の4人中3人が、40代という若さで乳がんを発症し、約半数の人が70歳までに卵巣がんにかかる可能性があります。乳がんや卵巣がんは、早期に発見・治療をすれば、命を守ることもできます。BRCA-1 遺伝子の異常を検査で発見することで、乳がん・卵巣がんになるリスクを事前に知ることができ、早期発見・早期治療に大きく貢献しています。

専門性の高いアレルギー治療を行う アレルギー疾患先端治療センター

アレルギー疾患は呼吸器・鼻・眼・皮膚・消化器など全身に症状が出る疾患です。当センターでは、内科・小児科・皮膚科・耳鼻科のアレルギー専門医が横断的に密接に協力して総合的にアレルギー疾患を治療してまいります。それにより、全身のアレルギー疾患を同時に根本から治療することが可能です。新しいセンターの診療についてご紹介します。



Q 取り扱うおもな疾患は？

A アトピー性皮膚炎・喘息・花粉症・アレルギー性鼻炎・好酸球性副鼻腔炎・過敏性肺炎・食物アレルギー・薬物アレルギー・じんましん・金属アレルギーなどのアレルギー疾患です。

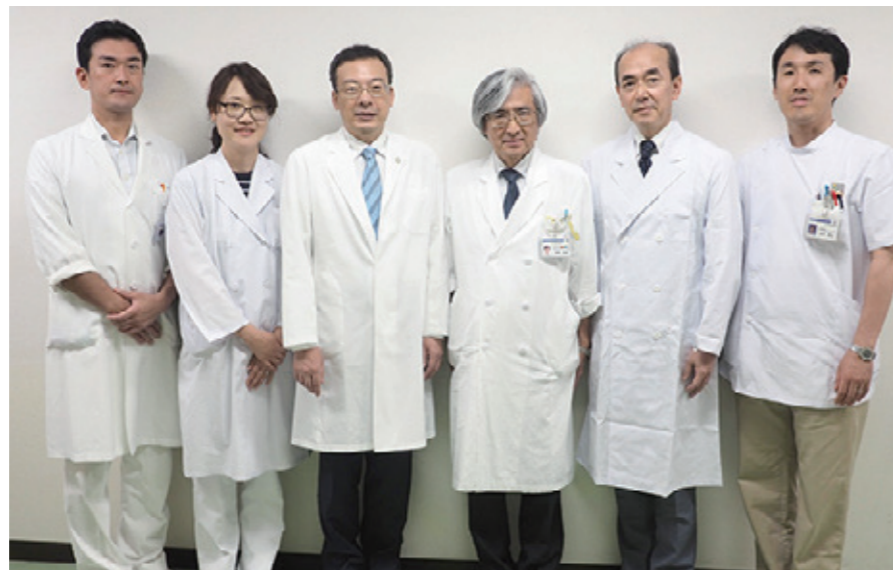
Q センターの特徴は？

A アレルギー疾患に対する各診療科による横断的で総合的な治療を患者さんに提供します。

月曜日	花粉症・アレルギー性鼻炎などの鼻アレルギーで皮膚アレルギー検査が必要な方	月曜日午後に耳鼻咽喉科専門医であるアレルギー専門医が診察いたします。
火曜日	アトピー性皮膚炎・じんましん・薬剤アレルギー・金属アレルギー・食物アレルギーなど皮膚にアレルギー症状がでるアレルギー疾患の方	火曜日午後に皮膚科専門医であるアレルギー専門医が主体となり診察いたします。
木曜日	アトピー喘息・過敏性肺炎・小児喘息・食物アレルギーなどの方	木曜日午後に小児科・内科専門医(呼吸器内科)であるアレルギー専門医が診察いたします。

■ 問い合わせ先

皮膚科外来
TEL : 03-5803-5679
事前予約受付(紹介状が必要です)
地域連携室 TEL : 03-5803-4655

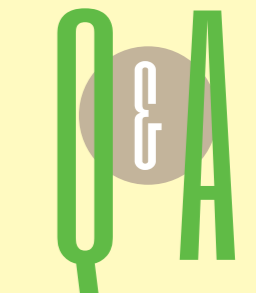


花粉症を発見・命名したのは、医科歯科大出身の齋藤洋三医師でした!



齋藤洋三医師

冬から春に暖かくなると私たちを悩ます花粉症は今や国民病ですが、実はこの病気の第一発見者で、命名者は、東京医科歯科大学出身で、前・耳鼻咽喉科助教授の齋藤洋三先生(現・神尾記念病院顧問)です。齋藤先生は、1963年に当時勤務していたスギ並木で有名な街、栃木県日光市の病院で、春先になると鼻炎や結膜炎の患者が増えることに気づき、スギ花粉の飛散が原因だと突き止め、スギ花粉症と命名して、患者数と花粉飛散量などの相関関係を日本アレルギー学会に報告したのが花粉症に関する医学的な研究報告のスタートだったそうです。齋藤先生は花粉症に苦しむ患者さんに親身になって接し、患者さんの日常生活の改善などのセルフケアや予防薬の服用など、花粉症治療の啓蒙普及にも力を注いでいます。アレルギー疾患先端治療センターでは、このような先人の偉業を継承し、アレルギー疾患に苦しむ患者さんに対する親身なケアを行っています。



Q どんな検査を受けることができますか？

A アレルギー疾患は原因アレルゲンを同定して除くことにより、根治することが可能な疾患です。当センターでは以下のような検査を必要に応じて行い、原因であるアレルゲンを明らかにし、アレルゲン除去療法・免疫療法などの治療を行います。

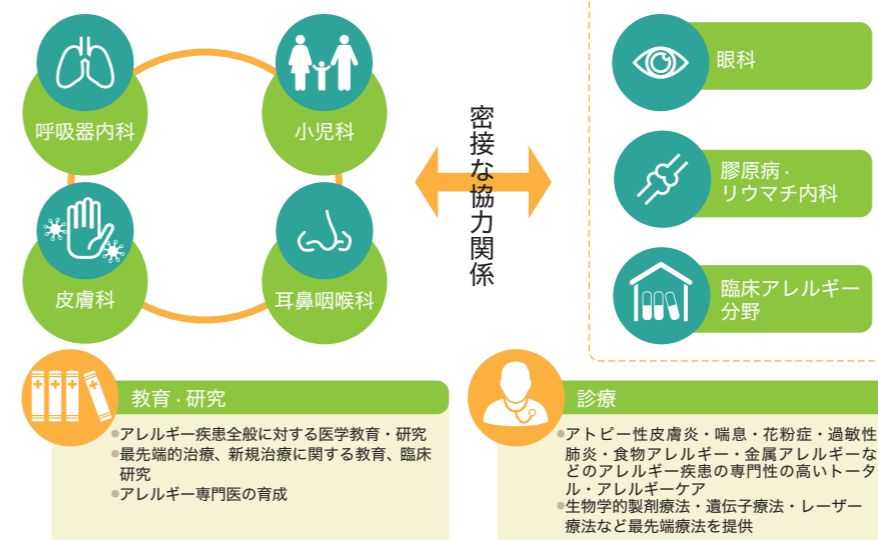
検査の種類：パッチテスト、プリックテスト、RAST、好塩基球活性化試験、誘発試験、吸入誘発試験(入院で実施)

Q どんな治療を受けられますか？

A 最新治療である生物学製剤・免疫療法・レーザー療法・紫外線療法、核酸医薬療法などの高度医療を受けることも可能です。それ以外にも、新たな新薬の開発のため臨床治験・臨床研究なども行っています。また患者さんの同意のもと、新規に開発された未承認薬なども試みることができます。

Q 食物アレルギーに対するケアは？

A 食物アレルギーなどではアレルゲンを含んだ食物を制限する必要があります。十分なアレルゲン除去療法をするため、アレルギーを専門とした管理栄養士・看護師などが適切な生活指導をします。



原因不明の痛みやがんの痛みも改善する ペインクリニック外来とは？



■ 問い合わせ先
麻酔科外来
TEL：03-5803-5685
事前予約受付（紹介状が必要です）
地域連携室 TEL：03-5803-4655

ペインクリニック外来では原因が分かりにくい痛みを科学的に評価し、慢性的な痛みを脳科学で解き明かすことを目標にしながら、さまざまな治療を行っています。



Q ペインクリニックとは？

A 色々な原因からくる痛みを専門的に診察し、適切な治療計画を立てて、痛みを和らげる工夫をします。

Q どんな病気を治療しますか？

A どんな病気でも、痛みを伴うものはすべて扱っています。手術や怪我の痛み、頭痛、三叉神経痛、帯状疱疹の痛み、首や肩の痛み、腰痛、幻肢痛、がんの痛みなどです。原因が分からない線維筋痛症や、痛みを伴わない突発性難聴、顔面神経麻痺、アレルギー性鼻炎も治療可能です。

Q どんな治療を行いますか？

A 痛みを伝える経路をささぎる神経ブロックや、慢性の痛みにも効果的な飲み薬を使ったり、日常生活の過ごし方などきめ細かく相談したりすることで痛みを克服できるように工夫しています。**神経ブロック**は、特に強い痛みにも効果が高く、自律神経のバランスや血行不良を改善するなどたくさんの利点があります。例えば、星状神経節ブロック、硬膜外ブロック、トリガーポイント注射などがあります。神経ブロックは、X線や超音波を使って神経の場所を確認しながら慎重に行います。**薬物療法**は、急性から慢性まで幅広い痛みにも効果が高く、たった1-2錠の飲み薬だけで頑固な痛みが劇的に改善することもあります。また、痛みの克服には**生活習慣や考え方の改善**が効果的です。二度と痛みを悩まないように、患者さんと一緒に対策を考えます。またがん患者さんのがんの痛みに対しては、緩和ケアチームと協力して、神経ブロックや針治療などを行い、患者さんのQOLの向上に努めています。

Q 受診する際に準備するものは？

A ①紹介状、②お薬の服用歴がわかるもの、③他の病院の検査結果や説明書などをお持ち下さい。最初の診察時には、痛みの始まり、痛みの具体的な特徴（ずきずき、びりびり、じんじんなど）、これまでの病気、日常生活のことなど、色々なことを伺います。

Q 外来の特徴は？

A 患者さんの痛みの訴えに耳を傾け、じっくりとお話を伺うことで、痛みの本質をとらえ、患者さんの生活の質を向上させるために最適な治療を行うことです。また、他の診療科との連携もスムーズで、経験豊富なスタッフが先進的な医療技術を使って痛みの治療にあたっています。

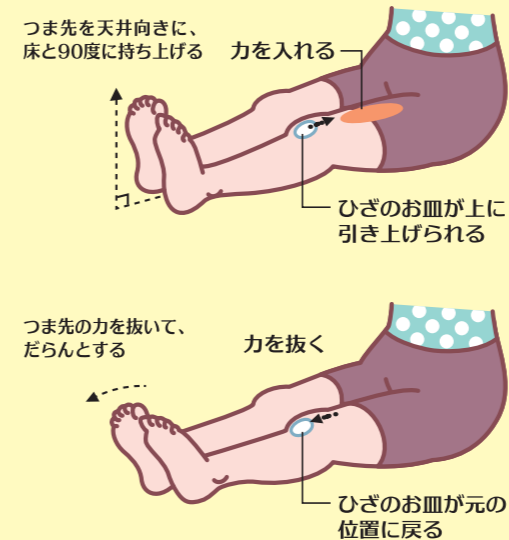
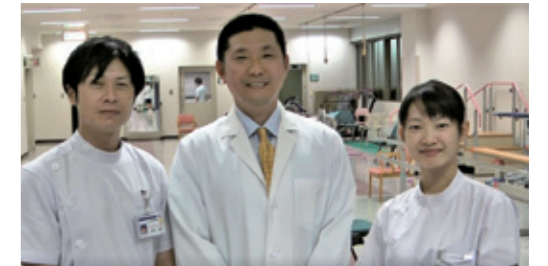
Q 受診方法は？

A 他院の紹介状をご準備の上、予約をお取り下さい。月曜日、水曜日、金曜日が診療日となっており、1日あたり30～50人程度の患者さんの診察を行います。午前から午後にかけて外来診療を、午後にはX線透視室での神経ブロックや病棟での痛み治療を行います。



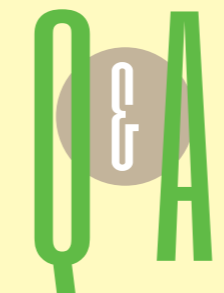
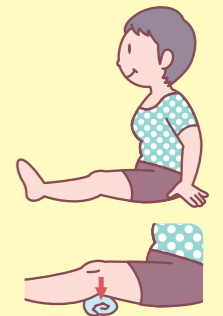
NHKで紹介された整形外科渡邊医師らによる ひざの痛み予防&改善エクササイズ

ひざの痛みで悩んでいませんか？ 毎日少しずつ続けるだけでひざの痛みを予防、改善する簡単なエクササイズをご紹介します。このエクササイズは、当院整形外科・渡邊敏文准教授、リハビリテーション部の高田将規先生、能田星香先生が解説するビデオ動画でもご覧いただけます。病院HPをご覧ください。



【ひざ伸ばしストレッチ】

- ①両足を伸ばして座り、力を抜いてリラックスします。
 - ②片足の太ももの前面に力を入れてゆっくりと5つ数えます。力を入れると、ひざのお皿が引き上げられます。力の入れ方がわからないときは、かかとを押し出して、つま先を天井の方に向けてみましょう。
 - ③太ももの力を抜いて、ひざのお皿をもとの位置に戻しましょう。反対の足も同様に行い、左右各10回を2～3セット行います。
- *太ももの力の入れ方がわからない場合は、ひざの下にタオルを入れると、わかりやすいです。



Q ひざの痛みのメカニズムとは？

A ひざには、ひざの関節を包む「関節包」という軟らかな袋状の組織があり、袋の中には関節液という潤滑油のような液体が入っており、ひざの動きを滑らかに保っています。年齢を重ねたり、過度の歩行や運動、体重増加、ひざの軟骨がすり減ってひざに炎症が続くと、関節包が硬くなり、ちょっとした動きでもひざに痛みを感じるようになります。

Q 関節包の硬さをチェックする方法は？

A あお向けに寝て、片方のひざを曲げたときに、かかとがお尻につかない人は関節包が硬くなっています。

Q 関節包を柔らかくするには？

A 「大腿四頭筋セッティング」と呼ばれる運動で、ひざのお皿と関節包を引き上げてストレッチすることで柔らかくします。

■ 問い合わせ先
整形外科外来
TEL：03-5803-5678
事前予約受付（紹介状が必要です）
地域連携室
TEL：03-5803-4655

安心できるサポート体制を確立 膠原病・リウマチ先端治療センター

当センターでは、小児から成人、高齢者までを対象に、膠原病やリウマチのさまざまな症状を抱える患者さんに先進的な治療を提供し、QOLを高めるサポートをしています。

内科と外科、小児と成人、 高齢者まで

当センターでは、膠原病・リウマチ内科、小児科（小児膠原病）、整形外科（成人整形、小児整形）、リハビリテーション科が一体となって診療しています。センターの特徴としては、内科的治療から外科的治療やリハビリテーションまで対応し、また、小児と成人の垣根を越えたシームレスな診療体制で取り組んでいます。

歯科との連携

また高度な専門性を備えた歯科を含めた全診療科との連携が充実しています。関節リウマチは歯周病との関連も深く、歯科へのご紹介も行っています。患者さんの多くが抱える病気や薬への疑問について、看護師、薬剤師と連携し、外来で相談できる場を提供しています。その他、必要に応じて、医療福祉の面でもソーシャルワーカーへのご紹介も可能です。

地域との連携を大切に

地域の病院、クリニックと連携し、膠原病・リウマチ先端治療のネットワークの構築を目指しています。このため、当センターでの診療後、病状が落ち着いた状態（寛解など）になった方は、原則として紹介元や地域の病院、クリニックにご紹介し、治療を継続していただきます。

ただし、その場合でも定期的に当センターを受診していただき、経過を確認し、必要であれば治療方針の見直しを行います。このネットワークにより、患者さんは安心して継続的に先端治療を受けながら、通院の大変さや待ち時間の軽減を期待できます。

受診方法は、他医療機関からの紹介状をご用意いただき、事前予約制としております。



■ 問い合わせ先
難病治療部
TEL : 03-5803-4770



新任科(部)長・センター長のご紹介

新たに就任した当院スタッフからのメッセージをご紹介します。

呼吸器内科

全ての呼吸器疾患に対して専門的医療を行っています

科長 宮崎 泰成 Yasunari Miyazaki

間質性肺炎・COPD・気管支喘息・肺がん・呼吸器感染症・睡眠時無呼吸症など全ての呼吸器疾患に対して専門的医療を行っています。特に、間質性肺炎（肺線維症・過敏性肺炎）の診断治療に関しては、世界トップクラスと自負しております。



大腸・肛門外科

最先端で優れた成績の大腸がん治療を実践しています

科長 絹笠 祐介 Yusuke Kinugasa

大腸がんに対して、積極的に低侵襲手術（腹腔鏡手術やロボット手術）を取り入れており、直腸がんにおいては、高いレベルで肛門温存手術や機能温存手術を行っています。進行大腸がんに対しても、消化器化学療法外科と協力して、拡大手術、化学療法、放射線治療を組み合わせた治療を行っています。



低侵襲医療センター

ダヴィンチ手術を含め世界最先端の低侵襲医療を安全に提供します

センター長 小嶋 一幸 Kazuyuki Kojima

低侵襲医療センターは、昨年11月に開設され、10月から導入された最新手術支援ロボット・ダヴィンチXiを用いた手術は、泌尿器科の前立腺がん保険診療で行われています。この他に直腸がん、胃がん手術が自費診療で提供できる体制にあります。当センターでは、国立大学初の腹腔鏡下院内技術認定、ロボット手術認定制度を運用し、これらの手術が安全に患者さんに提供できる体制を整えています。



形成・美容外科

世界に負けない形成外科治療を提供します

科長 森 弘樹 Hiroki Mori

頭頸部再建、乳房再建などの再建外科を中心に、体表のあらゆる変形、傷に対応します。美しく治す外科、創造する外科を極めて、他科から頼られる存在であり続けます。



がんゲノム診療科

がんゲノム情報に基づいた新たな治療法の発見を目指します

科長 池田 貞勝 Sadakatsu Ikeda

網羅的がん遺伝子解析を通して、新しい治療法の発見を目指す「がんゲノム診療」、並びに希少がん、原発不明がんなどの治療に難渋する患者さんを対象とします。「がんゲノム診療」は新しい注目分野であり、今年4月以降は網羅的がん遺伝子検査が先進医療認定に、来年には保険収載が期待されています。当院でもいち早く最先端の医療が提供できるよう努めます。



感染予防に役立つ!

手洗い・手指消毒、マスク・咳エチケット、うがいとは?

インフルエンザ、かぜ、胃腸炎などの予防には、手洗い・手指消毒、うがい、感染の拡大を防ぐには、マスクや咳エチケットを守ることが大切です。東京医科歯科大学の医学部3年生が、当院感染制御部スタッフから、感染予防に役立つ基礎知識について指導を受けました。



1 手洗い・手指消毒の基本

Q なぜ手洗いが必要なの?

A 人の手に存在する常在菌や、咳やくしゃみを抑えたときに手に付着したウイルスは、洗わなければ手に付着したままです。手洗いせずにあちこちを触るのは、病原菌をまき散らしているのと同じこと。手洗いで洗い流さなければいけません。

Q アルコール消毒の効果は?

A アルコール消毒は、手洗いよりも短時間かつ手軽に微生物を殺すことができ、手洗いより効果的です。しかし、ノロウイルスなどアルコール消毒が効かない病原体も存在するため、特にトイレの後などは手洗いもする必要があります。

2 マスク・咳エチケットの基本

Q マスクをする意味は?

A ウイルスは、咳やくしゃみの飛沫と一緒に空気中に放出されます。マスクをする目的は、この飛沫の拡散を防ぎ、人に移したり移されたりする流れを断ち切ることなのです。



Q マスクの付け方は?

A マスクから鼻が出ていたり、顔との間に隙間が空いていると、そこからウイルスが入り込んでしまうので注意!



Q マスクの取り扱いとは?

A マスクの外側・内側は汚染されているので、そこには触れないようにしましょう。また、一度つけたマスクはすぐに捨てて、新しいものをつけるようにしましょう。



Q 咳エチケットとは?

A ● くしゃみをするときにはティッシュなどで口や鼻を覆う
● 使用したティッシュはすぐにゴミ箱に捨てる
● くしゃみをするときには、人から顔をそらす
● 鼻をかんだ後やくしゃみを押さえた手は、すぐに手指消毒または石鹸でよく洗う



*もっと詳しい感染症を予防する方法は、こちらをご覧ください

患者さんと病院をつなぐ「橋」マガジン

PONT
創刊準備号が
できました!



3 うがいの基本

Q うがいの効果的な方法は?

A 順番が大切です。1回目のうがいで、口腔内の微生物を出すため、頬の筋肉をしっかりと動かして「グチュグチュ」と行きましょう。2回目のうがいで、のどの奥の微生物を出すため、上を向いて「オー」と発声しながら行きましょう。声が震え始めると、のどの奥(口蓋垂の奥)まで届いている証拠です。



取材・原稿制作: 東京医科歯科大学医学部3年生



取材協力: 感染制御部
貫井 陽子(感染制御部長)
渡邊 由香(副看護師長)/千葉 尚子(看護師)

当院自慢のおせち料理ご紹介

2018年元旦の東京は穏やかな晴天に恵まれ、病院の厨房では、入院患者さんのために、食事の準備がいつもの通りに進んでいます。

新年を病院で迎えなければならない患者さんたちに、少しでもお正月の雰囲気を楽しんでもらい、一日も早く元気になってもらえるようにと、元旦の昼食には、筑前煮、鯛の焼き物、栗きんとんなどを「福寿」のメッセージカードと一緒に配膳しました。

夕食には、お赤飯、海老、かずのこ、菊花かぶなどを詰めた「元旦おせち弁当」で、お正月気分を見た目からも味からも楽しんでもらえるように、いつもより少ないスタッフで手際よく作業を進めていました。当院の病院食はすべて、当院の臨床栄養部が献立作りから調理までを管理し、病院内できちんと手作りしたもので、飾りに付けた南天の葉も、「元旦おせち弁当」のために、スタッフが自ら育てた枝葉を伐採・消毒して準備したものでした。

以前入院された患者さんが、当院のおせちを食べた感想を、短歌にくださったものをご紹介します。この方は、当院のおせちを食べて、遠い昔に食べた母親のおせちの味を思い出し、大変感激されてその気持ちを短歌に込めてくださいました。

とほき日の 垂乳女の味 憶はする
東京医科歯科大学栄養部のおせち

この短歌は、年末年始も関係なく働く臨床栄養部のスタッフ、そして病院スタッフの心の励みとして支えてくれています。

