

医科研病院だより



第16号

発行：東京大学医科学研究所附属病院
平成24年7月15日
〒108-8639 東京都港区白金台4-6-1
代表電話03-3443-8111
ホームページ <http://www.transrec.jp/>

CONTENTS

新副看護部長のご挨拶	1
すこやか・カフェ	2
栄養サブリ	3
なんでも・ひろば	4

新副看護部長のご挨拶

副看護部長 佐藤 博子

このたび、佐藤喜佐子前副看護部長の後任として副看護部長を拜命いたしました佐藤博子と申します。北里柴三郎博士を初代所長として創設されてから今年120周年を迎えるこの歴史と実績のある素晴らしい病院で、職員の一員として働けることを光栄に思っております。今年度4月に看護部では、13名が入職いたしました。早々に副看護師長会主催での歓迎会を診療棟8階の見晴らしの良いトミーホールで開催していただきました。手作りのたこ焼き屋があったり、病院長はじめ医師の参加もあったりアットホームな歓迎会で新入職者一同新たに仲間入りできた嬉しさと共に一所懸命やっっていこうと決意を新たにいたしました。

私は「自らが享受したいと思う看護の提供が出来る病棟運営、自分の身内、大事なひとにも入院を薦められる病棟づくり」を目指したいと考えていました。赴任してみて、当院は前任の東京大学医学部附属病院と異なり、小規模であることの幸もあるのですが、まさに最先端医療の提供をしながらアットホームで患者に寄り添う患者に安心、安楽、安寧な環境を提供できている病院であると実感いたしました。

また、武村雪絵看護部長は、前任の病院では上司で、2年間は直属の上司である「人事室」で黄金のコンビ（自称）として楽しく充実して働くことができました。

今後さらに、バージョンアップし、武村看護部長のご指導をいただきながら、「新しい医療の開発、看護の発展に貢献する」、「看護の力で患者のアウトカムに差を出す」(ノ)



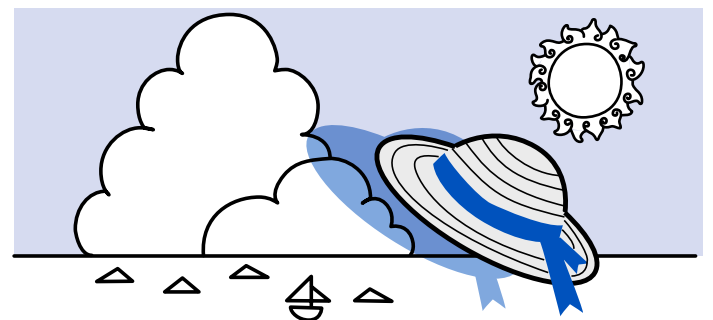
左：竹村看護部長、右：佐藤副看護部長

(ノ)「多様な職員を大切に育成し、生活・人生の充実を支援する」という当院のミッションを果せるように日々、努力していきたいと決意を新たにしております。

看護部の今年度の目標は、1. 根拠をもってケアを提供する 2. 積極的のチーム医療、IPW（専門職連携）を推進する 3. 患者の意思決定支援を推進する 4. 看護師が生き生きと働く環境をつくる を掲げております。

生き生きと働く職員により、患者さんにとって「素敵な病院」となっていけるように頑張っていきます。

これから武村看護部長、そして看護師をはじめとするコメディカルにとっても理解があり、何より患者のことを第一に考えていて下さる今井浩三病院長の下に一致団結して最良の医療の提供、未来の日本医療発展への貢献に努めていきたいと思っております。



◆病院からのお知らせ◆

- 臨床検体の取扱いにつきまして
当院での保存・追加採取検体を用いた臨床研究名をお知りになりたい方は
http://www.ims.u-tokyo.ac.jp/ore/IMSUT_ORE_7.html
をご覧ください。





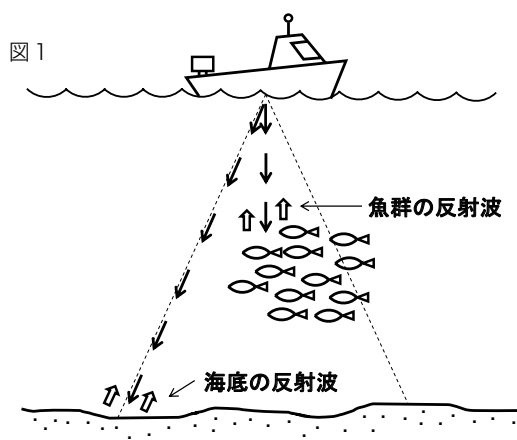
心エコーでここまで判る

—心エコー図検査のご紹介—

先端診療部 渡邊 直

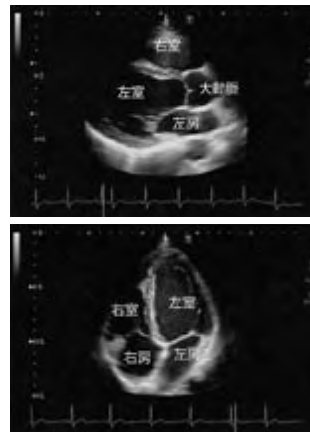
心臓は血液を身体に送り出すポンプです。心臓病の治療とは、心臓というポンプのはたらきをできる限り良い状態に維持することとあってよいでしょう。心臓のはたらきに関する正確な情報を得るための検査方法としては、心臓カテーテル法などいくつかの方法があります。しかし、刻々と変化する心臓のはたらきを知るには、検査結果がその場ですぐにわかり、安全・簡便で、繰り返しできる検査方法でなければなりません。本日は、その目的に最もかなった心エコー図検査を紹介したいと思います。

心エコー図検査は、超音波という身体に害のない力を用いて、体内を観察することができる検査方法です。肺や骨、腸などを除けば、からだのすみずみまで検査できます。やまびこなどもそうですが、発射された超音波は、伝わっていく途中で何かの物体に当たると反射して、発射したところまで返ってきます。心エコー図検査は、この反射の原理を利用しています。ある方向に超音波を発射して、戻ってくるまでの時間から、その物体までの距離を知ることができます。そして、反射してくる信号の強さを明るさに変えて、画像を作ります。それによって、どのくらいの距離にどんな形をしたものがあるのかをテレビのように画像にして表示させることが出来ます。魚群探知機もこのような原理で、魚の群れを探す仕組みになっていますが(図1)、人間に用いる心エコー図は、これよりはるかに詳しく心臓を動く画にしてくれます。



心臓を形作っているのは、筋肉(心筋)と弁です。心臓内には血液が充満しており、血液と心筋では超音波を反射する特性が大きく異なるため、超音波でみやすい臓器といえます。図2は、正常の心エコー画像です。心臓の形が手に取るようにわかると思っていただければ良いでしょう。それでは、具体的に、心エコー図検査で何がわかるのでしょうか(♯)

図2 正常の心エコー画像



(♯)うか。心エコー図検査では、心臓の大きさや心筋の厚さなどの形の変化に加え、心筋や弁が正常な速度で動いているのか、さらには中を流れる血液が正しい方向に正しい量と速度で動いているかどうかを知ることができます。そして、心エコー図検査で得られた情報から、どのような心臓病であるか、その重症度はどれくらいか、どのように治療したら良いか、さらに、治療の効果がしっかり出ているかなどを診断することができます。

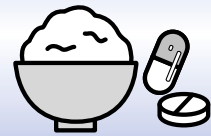
図3 心エコー図検査で発見された心臓腫瘍(左房粘液腫)



図3は、心エコー図検査で発見された心臓腫瘍の写真です。この方は自覚症状がほとんど無かったのですが、心電図にわずかな異常があったため、念のため心エコー図検査を受けていただきました。主治医もこのような腫瘍があるとは思ってもみなかった方です。ところが、検査を受けて心臓全体の1/4ほどを占める大きな腫瘍が偶然に発見されました。この患者さんは、腫瘍の摘出手術を受け、今も元気に生活しています。心エコー図検査を受けていなければ、腫瘍が大きくなり、命にかかわるような合併症を起こしていたかもしれません。

心エコー図検査は、医科研病院でも、受けることができます。現在は、水曜日と金曜日の2回検査を行っています。体格が大きい人、肺が悪い人など患者さんの身体の特徴によって、鮮明な画像が得られないこともあります。基本的には、すべての人に受けていただくことのできる安全・安心な検査です。

栄養サプリ



家族を守る！ 食中毒対策

◀ 微生物がおこす主な食中毒（微生物名と主な汚染・感染経路）▶

栄養管理室

腸炎ビブリオ 魚介類・さしみ 加工品	サルモネラ属菌 鶏卵・食肉類と その加工品	病原大腸菌 ヒト、動物の糞便(特に腸管 出血性大腸菌はウシの糞)	カンピロバクター・ ジェジュニコリ 食肉(特に鶏肉の食品)	エルシニア・ エンテロコリチガ ヒト、動物の糞便(特に豚)
ウェルシュ菌 食肉・魚介類・野菜 の加熱調理食品	黄色ブドウ球菌 おにぎり等殺菌加工 品、弁当、調理パン	セレウス菌 米飯類・めん類・食肉 などのスープ類	ボツリヌス菌 レトルト食品・類似 食品・はちみつ	ノロウイルス カキ、はまぐり等の 二枚貝

■平成23年食中毒発生状況



(厚生労働省ホームページより引用改竄)

★ 食中毒予防のポイント ★

手洗い第一！！



肉・魚などはビニール袋で分けましょう



消費期限は確認しましたか？



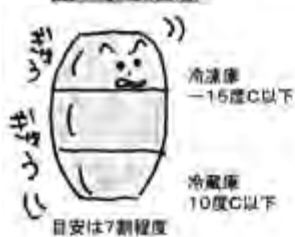
新鮮な物を購入しましょう



冷蔵・冷凍品は早めに持ち帰る



冷蔵庫や冷凍庫の結めすぎ注意



冷凍食品は室温で解凍しない



違う食品を切るときは必ず包丁、まな板を洗う！！



加熱調理は十分行いましょう



怪しいものは食べない！



■家庭でできる脱水予防(おう吐や下痢がある時は?)

- こまめに水分補給しましょう
- 水分補給には、経口補水液(右記参照)がおすすめです

(水分補給のコツ)

- 少量を一口ずつゆっくりとる
- 一口は小さじ1杯程度をめやすに
- 5分ごとに視覚強く飲む
- もし吐いてしまったら...
- ①15分から30分後、同じように飲む
- ②また吐いてしまったら、30分後もう一度試す
- ・何度か試して吐いたら、受診をおすすめします
- ・特に高齢の方や小さいお子さんは速やかに受診をしましょう

※吐かなくなったら、自由に飲んでください。ただし下痢などで失った水分は補給するようにしましょう。なお、食事は塩がずに食べやすいものをとってください。

■家庭で作れる“経口補水液”

- 1Lの湯ざましに塩3g(小さじ1/2杯)と砂糖40g(大きじ4杯+小さじ1杯)を入れて混ぜる
 - ①にグレープフルーツ又はレモンの搾り汁を加えて出来上がり
- 混ぜる
- 塩3g
 - 砂糖40g
 - グレープフルーツ又はレモン
- 清潔まし!!
- 水分・塩分・糖分・カルシウムの入った手作り経口補水液です

■入手可能であれば...

「OS-1」がおすすめです



薬局などで市販されています

