



岩瀬さま

- おとうさん 公佑さま
- おかあさん 麻衣さま
- 赤ちゃん 平成26年6月5日生 奏多(そうた)くん 3,020g 男の子



はじめまして

妊娠中はつわりが一度もなく、産休ギリギリまで残業をし、仕事をしてしまいました。自分でも驚くほど健康なマタニティライフを送っていたため、「このまま楽に産めるんじゃないか」と調子に乗っていました。

そんな中、予定日前にまさかの破水、その後の想像を超える陣痛にメンタルは崩壊寸前。痛みでパニック状態の私が無事出産までたどりつけたのは、先生方や助産師さんが力強く、きめ細かいホスピタリティで心も身体も支えて下さったからです。お一人お一人が「こんなことまで？」ということまでして下さい、出産前も最中も後も、細かい不安にも丁寧に対応して下さいました。こんなにも信頼できる存在に出逢えたことは本当に心強かったです。

医科大での出産は、人のあたたかさに包まれています。今回産まれてくれた我が子にも、このあたたかさを伝えていきたいと思っています。

私の好きな風景

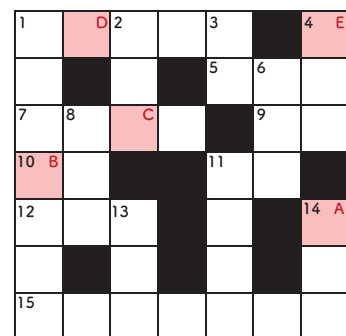
毎年夏に千里浜海岸で、全国規模のジェットスキー大会が開催され、スピードと技が競われている。ものすごいスピードで白い波しぶきをあげながら海上を走るジェットスキーが、地上高い所で空中回転したり転覆したりしてハプニング続出で、決定的瞬間の写真を撮るため、レース中ジェットスキーから目が離せられない。



撮影：出版メディア業務課 中谷 渉

医科大クロスワード

■内の文字をアルファベット通りに並び替えると、ひとつの言葉になります。



【ヨコ】

- ① 主に男性が背広の下に着用。
- ⑤ 目的のために身をなげうって尽くすこと。
- ⑦ 家人の外出中、その家を守ること。
- ⑨ 理科の実験でおなじみ。水と砂利を分ける際などに用いる方法。
- ⑩ アメリカの通貨単位。
- ⑪ 日本の伝統的な遊具で形は球。
- ⑫ 写真を撮影する道具。
- ⑬ 星の動きを観測することができる丸いドーム型の施設。

【タテ】

- ① 4年に1度、サッカーの1番強いところを決める国際大会。
- ② 刑務所にいる人から見た外の世界。
- ③ 失敗しても〇〇がある。
- ④ 漢字で西瓜。野菜とも果物とも言われる。
- ⑥ セリ科の野菜。苦手な人も多い？
- ⑧ イカを干したもので、おつまみとしても。
- ⑪ 金太郎が担いでいるのは。
- ⑬ 駄菓子屋に良くある清涼飲料水で、容器が特徴的。
- ⑭ 寝ている時に見ることがあるが、見たいという人はあまりいない。

【連絡先】 TEL(076)286-3511 FAX(076)286-2372
ホームページアドレス <http://www.kanazawa-med.ac.jp/>
Eメールアドレス kanrika@kanazawa-med.ac.jp

病院運営の基本方針

1. 患者さん中心の病院運営を行います。
2. 安全で信頼される医療の提供に最善を尽くします。
3. 患者さん・ご家族への“説明と同意”を徹底します。
4. 高度先進医療、質の高いチーム医療を推進します。
5. 地域の中核医療機関として地域医療連携・支援を推進します。
6. 良医の育成と医療人の教育・研修を推進します。
7. 働き甲斐のある健全で活力ある病院づくりに努めます。

患者さんの権利

- 当院は、医療の中心は患者さんであると認識し、患者さんには次のような権利があることを宣言します。
- 人間としての尊厳や人権が尊重され、安全で良質な医療を公平に受けることができます。
 - 病気や治療内容について、分かりやすい言葉で説明を受け、ご自分の希望や意見を述べることができます。
 - 十分な説明と、情報提供を受けたうえで、ご自分の意思で治療方法や医療機関を選択することができます。
 - 治療のどの段階においてもセカンドオピニオン（他の医療機関の医師の意見）を求めることができます。
 - 診療記録の開示を求めることができます。
 - プライバシーは尊重され、個人情報には厳重に保護されます。
 - 臨床研究に関して十分な説明を受けたうえで、その研究に参加するかどうかご自分の意思で決定できます。また、いつでも参加を取り消すことができます。

患者さんへのお願い

- 当院は、大学病院としての社会的使命を果たすため、様々な医療を提供しています。患者さんには、次のことをご理解いただき適切な医療を行うためご協力くださいますようお願いいたします。
- 健康状態、その他必要なことを可能な限り正確にお話ください。
 - 説明を受けてもよく理解できない場合は納得できるまでお聞きください。
 - 治療を受ける場合は、医療スタッフの指示に基づき療養してください。
 - 病院のルールを守り、他の患者さんの迷惑にならないようご配慮ください。
 - 当院は教育・研修施設として医学生・看護学生等の臨床教育実習を行っておりますので、ご理解とご協力をお願い申し上げます。

〒920-8602 金沢市金沢 金沢医科大学病院

いつでも 誰でも 安心してがかれる病院

金沢医科大学病院だより

あなたに贈る健康へのメッセージ —— 知ってください病院のこと、身体のこと

第20巻 / 第2号

医科大どおり

2014

夏

医科大どおり

【夏号】2014 季刊誌 第20巻 第2号 発行／金沢医科大学病院

編集／金沢医科大学病院ニュース編集委員会



金沢港大浜頭沖から見た金沢医科大学病院

病院の理念

私たちは「生命への畏敬」を医療活動の原点として次のような病院を目指します

- 患者さん中心の安全で質の高い医療を提供します。
- 人間性豊かで有能な医療人を育成します。
- 新しい医療の研究・開発を推進します。
- 地域の医療機関と協力し地域の医療福祉の向上に貢献します。

体に優しい乳がん手術（乳腺・内分泌外科）

近年、日本では乳癌にかかる女性が年間、6万人にも増えており、また、乳癌で亡くなる女性も年間1万2千人と増えています。乳癌は早期発見が大切であり、しこりとして触れないような小さな乳癌を見つけるため、マンモグラフィー検診の必要性が叫ばれています。しかし、乳癌のしこりが小さいとマンモグラフィーでも十分に写らないことも少なくありません。年1回、乳腺を専門とする医療機関を訪れ、マンモグラフィーと超音波検査を受けられることをお勧めします。

さて、乳癌の手術は、乳癌になっても乳房全体を切り取らずに、しこりの部分を切り取る乳房温存術が行われていることはご存知かと思います。しかし、しこりが大きい、あるいは乳房が小さいと乳房温存術を行っても乳房が変形してうまくいきません(図1)。そのため、最近、乳頭や乳房の皮膚を残して乳腺組織全体を切除し、同時にその中に人工乳房を入れる乳房再建術が増えております。

乳房再建術に用いる人工乳房ですが、今まで保険が適応されず、自費診療となり、入院費用を含めると高額となりましたが、昨年7月より保険適応となり、乳房再建の希望者が急増しています。但し、人工乳房が保険適応となる病院は限られており、乳腺専門医と形成外科専門医が常勤する病院だけとなります。

石川県内では金沢医科大学病院がその数少ない病院の一つであり、乳腺外科医が乳癌を治すため、乳房が目立たない部位に小さな皮膚切開を加えて乳腺組織を切除し(ムービングウインドー手術と云う)、形成外科医が美しい乳房を再建するように努めています(図2)。



図1:乳房温存術を行った右乳房



図2:人工乳房で再建を行った左乳房

(野口昌邦著:整容性に優れた新しい乳癌手術-Moving window法、南江堂、東京、2010年より引用)

(記：乳腺・内分泌外科 教授 野口昌邦)

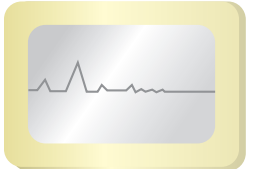
病棟紹介（新館 10 階東）

循環器内科

循環器内科の病棟で53床のベッド数があります。心電図モニターの波形が並び、常にモニターの音がにぎやかに聞こえます。スタッフは明るく元気に、患者指導や心電図の学習、急変対応のトレーニングを行っています。

循環器内科において一般によく知られている病気としては、心筋梗塞や狭心症、心不全、不整脈でしょうか。

当病棟でも心臓の冠動脈や下肢動脈の狭くなった部分に対しカテーテルを用いた検査や治療が積極的に行われています。また不整脈に対してはカテーテル治療やペースメーカー植え込み、お薬による治療があります。



すこやか教室



入院患者さんを対象に、再発予防のため、また病気と上手にお付き合いしていくために「すこやか教室」を週4回開いています。病棟看護師はもちろん、薬剤師、栄養士、理学療法士がパンフレットを使ってわかりやすく説明しています。シリーズを終了すると、ピカピカの「修了証」がスタッフの笑顔とともに渡されます。



カンファレンス



患者さんの病気の回復や退院に向けて、毎週多職種でカンファレンスを行っています。

医師、看護師、薬剤師、理学療法士、栄養士、ソーシャルワーカーが参加しています。

各職種がそれぞれ専門的意見を持ち寄り、同じ方向を向いて治療・ケアにあたれるように取り組んでいます。

(記：新館 10 階東病棟 師長 谷内裕美子)

夏に流行する感染症とその予防法について

夏は気分も開放的となり、バーベキューやお祭りなど外食の機会が増える季節でもあります。プール熱(咽頭結膜熱)や手足口病などの小児の感染症も流行しますが、日常的に注意しなければならない感染症として感染性の胃腸炎が挙げられます。感染性胃腸炎の原因となる病原体は、細菌とウイルスがほとんどですが、夏場は気温や湿度の上昇に伴い、食物を汚染する食中毒菌による細菌性の胃腸炎が多くなります。食中毒予防の3原則として、清潔(食品、調理器具、手洗い)、迅速(すぐ作り、すぐ食べる)、冷却・加熱(冷却保存と十分な加熱)が重要です。食物の衛生管理には十分注意し、特に肉類はしっかりと火を通してから食べるようにしましょう。また、食事前や料理前の手洗いはしっかりと行いましょう。



食中毒予防の三原則

1 清潔

食物を清潔に取り扱いましょう。手洗いや調理器具の洗浄消毒、台所の整理整頓など心がけましょう。

2 迅速

細菌が食物中で増えないように、速やかに調理して、すぐに食べ、作り置きはしないようにしましょう。

3 加熱または冷却

細菌を増やさないために10℃以下で冷却し、加熱する場合は十分に火を通しましょう。



主な食中毒菌と特徴

1 腸管出血性大腸菌(O157など)

- 原因食物: 牛肉、肉加工食品など
- 血清型がO157の菌が多いですが、他にもO26やO111などが知られています。ベロ毒素とよばれる強い毒素を産生し、激しい腹痛や血便を伴います。重症例では、腎不全や脳症(HUS:溶血性尿毒症症候群)を発症することもあり注意が必要です。

2 カンピロバクター

- 原因食物: 鶏肉、牛肉など
- 不十分な加熱処理の食肉から感染することが多く、発熱、下痢、腹痛、嘔吐などを起こします。

3 サルモネラ症

- 原因食物: 鶏卵、食肉など
- 菌が混入した食物を摂取してから半日～3日以内に、発熱、下痢、腹痛などを起こします。血便となることもあります。

4 黄色ブドウ球菌

- 原因食物: 様々
- 健康な人の体にも定着する菌であり、菌によって汚染された食物中で増殖し、産生された毒素によって嘔吐、腹痛などを起こします。毒素は熱に強く、加熱しても分解されません。また、摂取から発症までの時間が1～5時間と短いのが特徴です。

(記: 感染症科 教授 飯沼由嗣)

おしらせ



イベントのお知らせ(8月～10月)

うちなだ・タベのひとときコンサート

	日程	内容	演者
水曜日17:00～ (場所:新館1階ロビー)	8月20日	ピアノなどのコンサート	石川ミュージックアカデミー受講生
	9月17日	琴・尺八・箏	中橋雅竜声
	10月15日	マリンバソロ	亀井 恵
ふれあいタイム			
土曜日14:00～ (場所:新館1階ロビー)	8月 9日	ピアノと歌	服部好恵
	9月13日	歌	鈴木美智子
	10月11日	ピアノとエレクトーン合奏	矢代瑞穂

※敬称略

平成26年度 健康管理講座のお知らせ

石川県民大学校 教養講座 教養学習コース

当院では一般の方を対象に毎年「健康管理講座」を開講しております。この講座では、皆さまの生涯学習機会の拡大として、当院の特色ある医療体制や健康管理について知ってもらい、健康への意識を高めて頂くことを目的に開講します。どなたでも参加できますので、お申込みをお待ちしております。

- 対 象** どなたでも参加できます。(※途中からの受講も可能です。)
- 会 場** 金沢医科大学病院 病院本館4階会議室またはC42講義室
- 申し込み** 金沢医科大学病院 病院管理課
〒920-0265 河北郡内灘町大学1-1
電話番号 076-286-3511 (内線5063～5064、5067～5069)
メールアドレス kanrika@kanazawa-med.ac.jp
- 費 用** 全コース分の教材費として500円を負担していただきます。

■健康管理講座

日程	時間	場所	演題	講師
7月26日(土)	13:30～13:40	会議室	開講式	
	13:40～15:40	会議室	中高年の睡眠障害	健康管理センター 教授 古田壽一
8月 9日(土)	13:30～15:30	C42講義室	健診結果と身体を結びつけてみましょう!! ※健康診断結果等ご持参ください	医療技術部 保健師 高瀬悦子、宇納由樹、柴田優子
8月23日(土)	13:30～15:30	C42講義室	下肢関節障害に対するリハビリテーション	リハビリテーションセンター 技師長 神戸晃男
8月30日(土)	13:30～15:30	会議室	健やかに生きる-PPKの人生- ※動きやすい服装でお越し下さい	総合診療センター 田村暢熙
9月 6日(土)	13:30～15:30	C42講義室	肩関節の痛みにつながる病態	整形外科 准教授 市堀 徹
9月27日(土)	13:30～15:30	会議室	脳の老化と脳卒中	神経内科 教授 松井 真
	15:30～16:00	会議室	閉講式	

研修医紹介

このページでは、当院で勤務する研修医を紹介します。
皆さまのお役に立てるよう頑張りますので、
今後とも宜しくお願い致します。

初期臨床研修医

新谷 明里 (しんたに あかり)
石川県出身

【医師を志したきっかけ】

幼い頃より傷の手当てや薬草作りごっこをするのが好きで、両親が付けてくれた名前のように故郷を少しでも明るくできるようになりたいと思っていました。また、父の夢が医師になることだったという話を聞いているうちに、自分も同じ夢を抱くようになりました。高校時代に友人を白血病で失ったときに感じた無力感にも背中を押され、将来、故郷である石川県で医師として何か恩返しができたらと願い金沢医科大学で医師を志しました。

【臨床研修中に印象に残ったエピソード】

金沢医科大学で多くの経験をさせていただいていますが、中でも貴重な体験で印象に残っていることは、ドクターヘリに搭乗体験させていただいたことです。ドクターヘリでは出来ることは限られますが、想像していたよりも快適で迅速な対応が出来そうだと感じました。今後ドクターヘリの活躍を含め、より石川県の医療が発展していく中で、自分も医師として今より少しでも貢献できるようになりたいと思っています。

初期臨床研修医

東谷 俊太 (ひがしたに しゅんた)
奈良県出身

【医師を志したきっかけ】

正直な所、私が医師を志したきっかけは「病に苦しむ人を救いたい。」といった崇高なものではありません。「父の職業が医師だったから。」恥ずかしながらそれだけです。この敷かれたレールを走るような動機に後ろめたさを感じた時もありました。しかし、とある先輩医師に教えられた「置かれた立場はその人間を育てる。」という言葉で私の意識は変わりました。きっかけがどうであれ、私は今、駆け出しの医師「研修医」としての立場に立っています。これから経験するさまざまな出来事に育てられ、いつしか一人前の医師として医療現場で貢献できるように励んでいこうと思っています。

【臨床研修中に印象に残ったエピソード】

今年の春まで学生だった私にとって医療の現場は今までとは別次元の世界でした。病棟勤務が始まって間もなく、病棟の患者さんの意識レベルが一気に低下する出来事がありました。参考書や国家試験の勉強などで意識障害の時の対処法は散々勉強したはずなのに、全く動けない。そこにはまるで、ドラマやマンガに描かれる使えない研修医そのものの私がいまいました。頭も回らないし、体も動かない。声ですらまともに発せない。無力そのものでした。幸いその患者さんに大事はなかったのですが、自分の未熟さを痛感した洗礼のような出来事でした。この経験は、医師としての道を歩んでいく私を育ててくれる貴重な経験となりました。

リハビリニュース

認知症 ～今日からできる予防術～

最近、認知症のため徘徊をして行方不明になっているという話題がメディアを騒がせています。厚生労働省研究班が65歳以上の高齢者を対象に実施した調査結果によると、全国で認知症とみられる人数は2010年時点で約439万人と推定され、さらに「予備軍」である軽度認知障害に該当する人は約380万人といわれています。

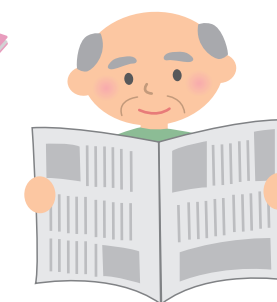
そこで今回は、認知症予防のための生活における工夫を一部紹介します。



認知症予防のために・・・

1 記憶力を鍛える練習

- 1日遅れの日記をつけてみましょう
- 昨日の服装や食事について思い出してみましょう
- 新聞や雑誌の記事をおぼえてみましょう



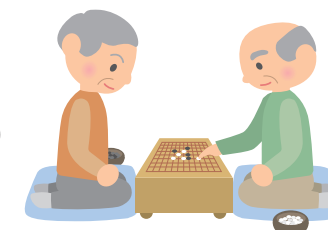
2 注意能力を鍛える練習

- 他者と話し交流をはかるようにしましょう
- 新聞の「の」や「と」など2文字以上の文字に○をつけてみましょう



3 計画力を鍛える練習

- 家計簿をつけてみましょう
- 囲碁、将棋、麻雀などをしよう(相手の手を読む)
- 旅行の計画を立てましょう



4 有酸素運動

認知症予防には有酸素運動が有効といわれており、ウォーキングについて紹介します

- 1日5000歩以上
- 1日30分の早歩きを週に5回
- 歩幅は普段より1 ～ 2割広げて歩く



上記はほんの一部ではありますが、どの項目も自宅で簡単に行えるものです。普段の生活の中にちょっと考える工夫や適度な運動を取り入れ、楽しくいきいきと過ごすことが予防につながります。さあ、あなたも始めてみましょう!!

(記：医療技術部 リハビリテーションセンター 作業療法士 山本真一郎)