



岡さま

●おとうさん
正弥さま
●おかあさん
仁美さま
●赤ちゃん
美晴(みはる)ちゃん
平成27年4月21日生
3,070g 女の子



はじめまして

結婚後なかなか子供を授からず、30歳から不妊治療をはじめました。様々な検査、いろいろな方法を経て、2年かかって体外受精で第一子を授かりました。陣痛は想像以上の痛みでしたが、先生をはじめ助産師さん、看護師さん、学生さん、多くの方々の手を借りて、無事に出産を終える事ができました。産後は赤ちゃんがうまくお乳を飲んでくれず、授乳室に向かう足取りも重くなりがちでした。そんな私に助産師さん達はいつも笑顔で試行錯誤してくださいました。これから我が子の成長とともに多くの喜びと困難が待っていると思います。自分たちだけで抱え込まず、周囲の人たちに相談しながら一緒に成長し、楽しみたいです。

私の好きな風景

北陸新幹線の金沢開業後、新幹線の車両の美しさに魅了されて撮影する機会が多くなったが、新幹線からの撮影距離が近いほど、新幹線の物凄いスピードのため、満足のいく写真を撮れるのは一瞬で、新幹線通過時にとっても緊張しながらの撮影となる。

撮影：出版メディア業務課 中谷 渉



お答えします！医科大Q&A

Q パソコン作業等で疲れ目に悩んでいる。改善する良い方法はないでしょうか (20代男性)

A 「目が疲れる」という訴えは比較的多いものです。パソコンなどのVDT (Visual Display Terminal) を使用して長時間作業を続けたことにより目、体、心に影響の出る場合があります。VDT症候群あるいはIT眼症とも呼ばれます。まばたきの減少によるドライアイもVDT症候群の一要因となります。対策としては、1時間程度作業をしたら、10分程度他の業務を行う、戸外を見る、あるいは軽い体操を行うことがおすすめされており、ドライアイがあれば目をうるおす点眼薬による治療が行われます。異常を感じたら、眼鏡が合っているかなどを含め、早めに眼科の医師に診てもらいましょう。 (眼科 北川和子教授)

【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。

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

医科大どおり

2015
第21巻
第1号



観法寺パーキングエリア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。

医科大どおり

2015年 季刊誌 第21巻 第1号 発行／金沢医科大学病院

編集／金沢医科大学病院二ユース編集委員会

ジェネリック医薬品について

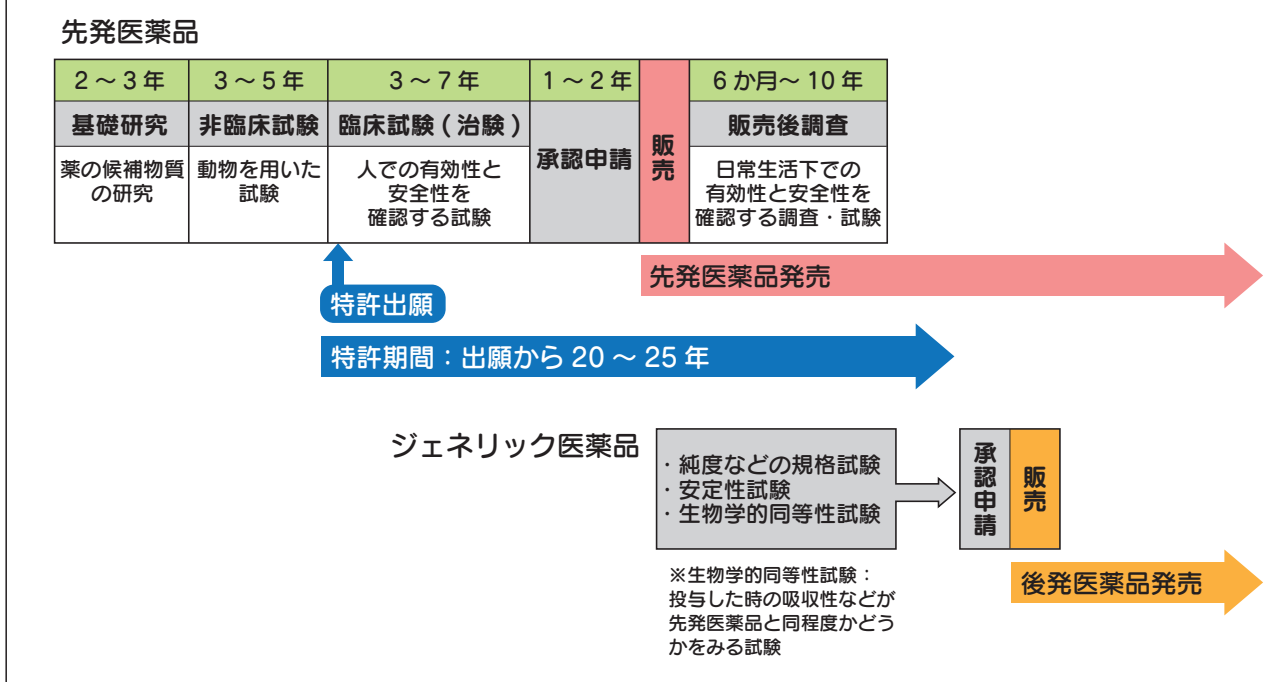
ジェネリック (generic＝一般的な) 医薬品とは

医薬品には、一般の薬局・薬店で販売されている「一般用医薬品」と、医療機関で診察を受けた時に処方される「医療用医薬品」があります。「医療用医薬品」には、新たに開発された薬「先発医薬品」と、先発医薬品の特許が切れた後に他の医薬品メーカーが製造・販売する「後発医薬品」があり、後発医薬品の事を「ジェネリック (generic＝一般的な) 医薬品」ともいいます。

新しい薬の開発には 10 年以上の年月と数百億円以上の費用がかかる事が多く、先発医薬品を開発した医薬品メーカーには独占的に販売できる特許期間 (実質 10 年程度) が与えられます。特許期間が終了すると、有効成分などは国民共有の財産となります。そして他の医薬品メーカーも、添加物を含めた品質について厚生労働大臣の承認を得られれば「ジェネリック医薬品」として同じ有効成分の薬を製造・販売する事が出来るようになります。薬の大きさや味が改良されたものもあります。

「ジェネリック医薬品」の開発では人に投与する臨床試験などは行わず、先発医薬品と比べ開発費が少なくすむため、薬価が 6 割程度と安いことが特徴です。医療費の抑制につながると期待され、厚生労働省もジェネリック医薬品の普及をすすめています。

先発医薬品とジェネリック医薬品の開発・発売の流れ



(記：薬剤部 薬剤師 今川静代)

病棟紹介 (新館 9 階東病棟)

整形外科の病棟

新館 9 階東病棟は整形外科病棟で、ベッド数は 49 床です。個室が 9 室 (重症個室 2 室) でその他は 4 人床のお部屋が 10 室になります。整形外科病棟に入院される患者さんの主な疾患は、股関節疾患、膝関節疾患、脊椎・脊髄疾患、外傷です。長年耐えてきた痛みから解放され、明るいお顔で退院されていきます。そのお顔に看護師も癒されています。退院された患者さんが外来受診の時に病棟にわざわざ足を運んで元気な姿をみせて下さると心からよかったねと温かい気持ちになれます。看護師 29 名と看護補助員 4 名で患者さんに安全で質の高い看護を提供し、満足して退院してもらえるよう日々笑顔で取り組んでいます。



病棟スタッフ

新人看護師紹介



左上から
石野 貴嗣 (いしの たかつぐ)、山越 杏奈 (やまこし あんな)、
栃木 麻衣 (とちぎ まい)、宮村 恵理奈 (みやむら えりな)

山越 杏奈

看護師である母の背中を見て、この職に就きました。病棟に配属されてまだ数日であり、不安もありますが、先輩方から多くのことを吸収し、患者さんを笑顔にできる看護師になりたいと思っています。

宮村 恵理奈

病棟に配属されてからまだ日も浅く、わからないことばかりですが、先輩のように笑顔であたたかい心で患者さんとかかわっていききたいです。初心を忘れずに日々努力していきたいです。

(記：新館 9 階東病棟 師長 山口美由紀)

医療チーム紹介ーNST(栄養サポートチーム)ー

NSTって何のこと？

Nutrition(栄養) Support(サポート) Team(チーム) の事です。

当院では、患者さんに最適で質の高い医療を提供するため、医師や看護師、技師など多職種で構成された医療チームを設置しています。

このページではその内の一つ、NSTについて紹介いたします。

医師や管理栄養士、看護師、薬剤師、歯科衛生士などの専門スタッフが連携し、それぞれの知識や技術を持ち合い、最良の方法で栄養支援するチームの事です。

栄養状態が悪いと、どれだけ治療してもなかなか回復できない事があります。また、手術後に感染症や合併症を起こしてしまう事もあります。そのような問題を解決するための栄養支援チームがNSTです。

NSTはどんな事をしているの？

NSTではまず、入院患者さんすべての栄養状態や褥瘡(床ずれ)の有無などを確認し、栄養支援が必要な状態かどうかを判断し、支援が必要な患者さんにはNSTが介入します。

週に1回、対象の患者さんの検討会を行ってから、病棟回診を行っています。具体的には、看護師より患者さんの具体的な情報収集を行い、管理栄養士からは、食べる量が少ない患者さんの場合には、食事内容を工夫したり、色々な栄養補助食品等の検討を行います。薬剤師からは、点滴メニューの提案やお薬の確認、歯科衛生士からは、口や歯の状態の確認やケアを行います。その患者さんにとって、最良と思われる栄養管理方法を医師がリーダーとなって考えます。

ご自身、またはご家族の事でNSTを利用したいとお考えの場合は、主治医、担当医師、担当看護師まで、お気軽にお申し出ください。



NSTカンファレンス風景

(記: 栄養部 管理栄養士 佐古ひとみ)

お知らせ

チャイルドケアプロジェクトのご案内

金沢医科大学病院では、がん患者さんの治療や療養が円滑に行われるために、お子さんを含めた総合的支援に取り組んでいます。

このイベントは、がんを患っている親をもつお子さんが、同じような状況にあるお子さんたちと集い、「同じ立場の仲間と出会うこと」、「がんに対する理解を深めること」、「医療関係者との関わりを持つこと」などの体験を通して**病院や病気に対する怖さや不安を和らげ**、更には**家族内のコミュニケーションの促進**や**お子さんが本来持っている困難を跳ね返す力を高める**ことを目的としています。自分の状況や気持ちに向き合う力を高めていくことを目指します。

夏休みキッズ探検隊

日時	平成27年8月8日(土) 10:00～15:00 (9:30受付開始)
場所	金沢医科大学病院 新館12階 特別会議室
対象	小学1～6年生
定員	10名
内容	①がんについて学ぼう！ ②病院内を探検しよう！など
参加費	無料(昼食付き)
応募締切	平成27年7月17日(金)
申込先	TEL 076-286-3511 病院管理課(内線5063) 緩和ケアチーム 我妻(内線8564)



石川県内でがん登録のある患者さんのお子さんで、家族(両親・祖父母)ががんであることを知っており、イベントへの参加を希望していることが条件となります。

イベントのお知らせ(6月～7月)

うちなだ・タベのひとときコンサート 水曜日17:00～(場所:新館1階ロビー)		
日程	内容	演者
6月17日(水)	アンサンブルコンサート (ピアノ&クラリネット&ソプラノ)	「版画と音楽」ビジュー
7月15日(水)	トランペットコンサート	高木 修一
ふれあいタイム 土曜日14:00～(場所:新館1階ロビー)		
6月13日(土)	スプリングコンサート	金沢医科大学クラシック音楽部
7月11日(土)	ピアノと歌	片岡 のりこ

※敬称略



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。



2年次初期臨床研修医
安田 幸希子 (やすだ さきこ)
奈良県出身

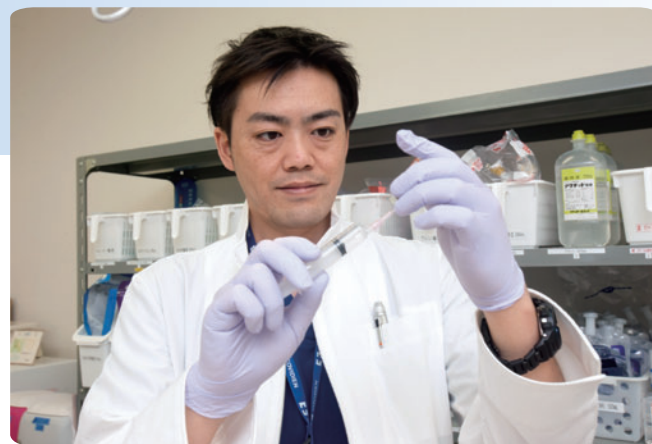
【医師を志したきっかけ】

父が小児科医、母が皮膚科医であり、幼い頃から両親が診察している姿を間近で見てきました。特に母からは「医師は大変な職業だが、自分の診ていた患者さんが良くなった時に笑顔で先生ありがとうと言われた時は非常にやりがいを感じる素晴らしい職業だ。」と聞かされてきました。実際にそういう現場を目にしたこともあり、いつしか母のような患者さんに信頼される優しい医師になりたいと自然と思うようになりました。

【臨床研修中に印象に残ったエピソード】

ある高齢の患者さんを担当した時のことでした。まだ知識も浅く技術も未熟で、研修医という事もあって、なかなか信頼が得られませんでした。この患者さんと上手く関係を築いていくにはどうしたらいいか自分なりに悩み、自分の家族と思って密に接するように心がけました。徐々に不安や苦痛を話してくれるようになり退院時には「ありがとう。これからも研修がんばってね」と言ってくれました。病気に対する治療だけに重点を置くのではなく患者さんに寄り添うことが治療の1歩につながることを実感しました。

2年次初期臨床研修医
吉岡 誠之 (よしおか まさゆき)
群馬県出身



【医師を志したきっかけ】

薬学部を卒業後、大手製薬メーカーにMRとして就職し、転職して“軟膏練り”が得意な薬剤師であったという異色の経歴を持つ自分が、義伯父の病院を手伝うこととなって十年。自分が「三十代の研修医」となるとは、十代、二十代の頃には夢にも想っていませんでした。知識・体力では他の研修医には敵いませんが、これまでの経験を生かして気力だけは負けない様、患者さんの為になる最も親しみやすい良医になりたいと思います。

【臨床研修中に印象に残ったエピソード】

ある診療科で失敗続きの毎日で落ち込んでいると、院内の廊下でかつての指導医とすれ違いました。上手いかわず、成長していないと泣き言をいうと、「そんな事絶対にないし、ちゃんと成長はしている。けど、暗い顔はダメダメ。」と笑顔で颯爽と去っていきました。以来、まだまだ自分が成長したとは実感していませんが、つらい患者さんの前では常に明るく、少しでも癒せるよう心がけています。一日でも早く薬の事なら何でも知っている頼られる医師になれる様に頑張ります。

リハビリニュース

首のコリについて

最近は仕事や家庭でパソコンや携帯電話（特にスマートフォン）を使っている方が多いと思います。首のコリはありませんか？今回はそのコリについて紹介させていただきます。

コリはどうして生じる???

頭の重みは首によって支えられています。具体的には首の骨と首の後ろの筋肉です。この首の筋肉への負担が大きくなることによって首のコリが生じます。

頭が前に出るからコリやすい！！

パソコンなどをしているときは普段の姿勢に比べて目線が下になり、頭が前に出る姿勢を取ることが多くなります。頭が前に出ると首の骨の上で頭を支えにくくなり、頭の重さを支えるために首の筋肉の負担が高まります。

首コリの対処の例をいくつか紹介します。

あごを引くことを意識する

普段の姿勢

自然と頭の位置も後ろに下がるので首の筋肉の負担が減ります。



パソコンなどの位置の調整

パソコンを使う時の姿勢

画面を高め的位置にすることで首が曲がらない姿勢を取ることができ、首への負担が減ります。



- 1 頭を前に出す
- 2 重さが首より前に移る
- 3 首の骨の支えが減り首の筋肉の負担が増す

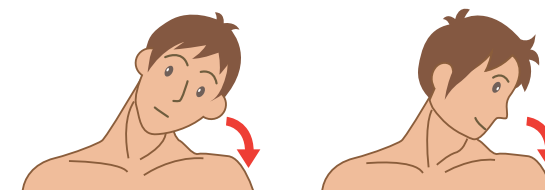
↓
首のコリが生じる

肩甲骨周りのストレッチ

首コリのみならず肩コリにも効くといわれています。
バストアップにも効果的とか…

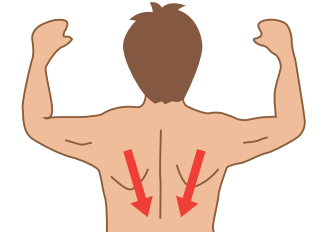
縮んだ筋肉を伸ばす

- 頭を左に倒し、耳をできるだけ左肩に近づけ、30秒この状態で保つ。
- 左右に交互で3セット行う。



僧帽筋下部線維を鍛える

- 肩と二の腕を下げながら肩甲骨を下方向に動かし5秒間保つ。
- この動作を15回程繰り返す。



(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)