

モットー **いつでも 誰でも 安心してかかれる病院**

2009

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

冬

第14巻

第4号



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

- 患者さま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。

放射線画像のフィルムレス化 とPACSについて



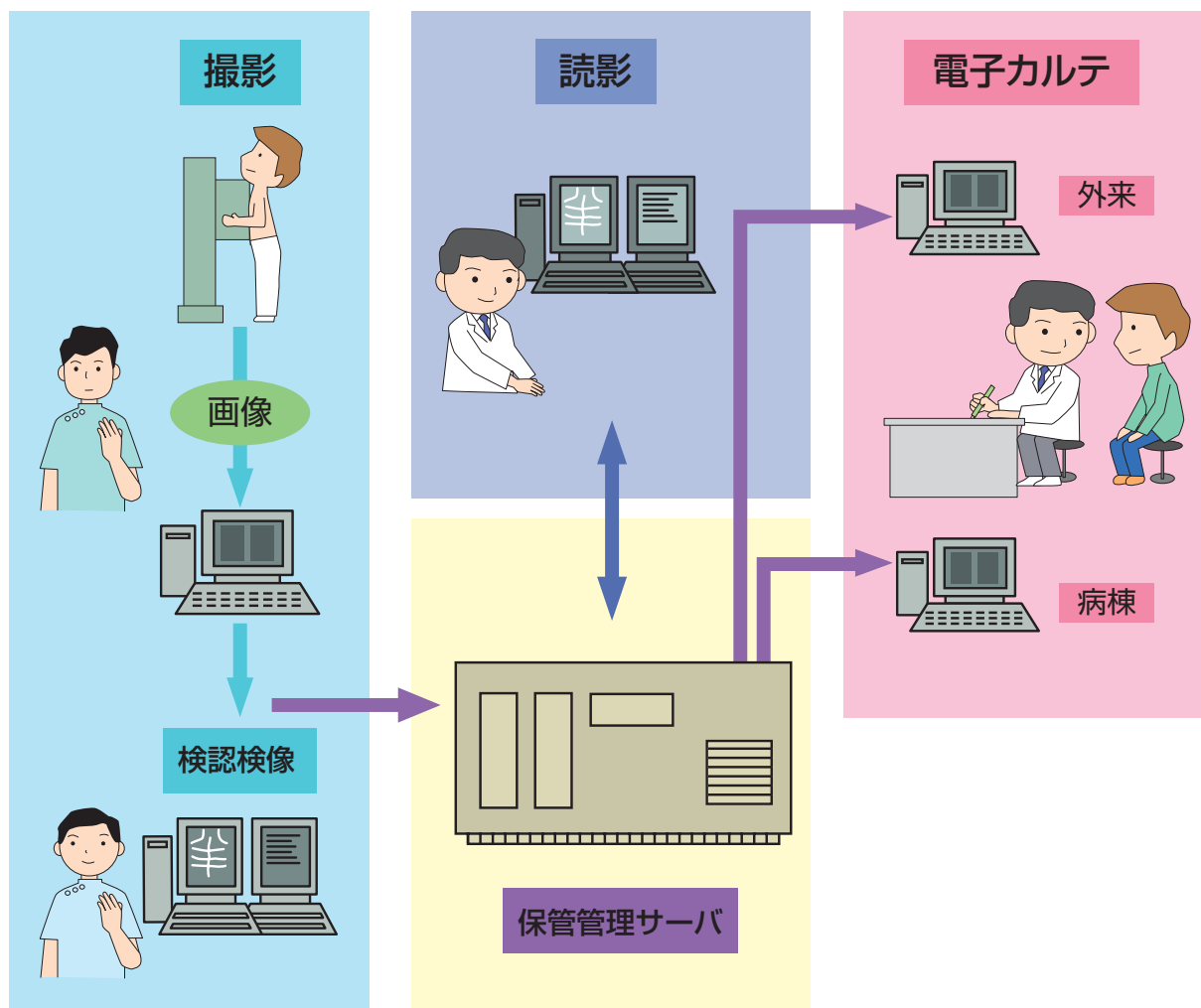
放射線科
教授 利波久雄

■フィルムレス化とは？

レントゲンフィルムを蛍光灯の入ったスタンド(シャウカステンといいます)に掛けてみる光景が病院内で全く見られなくなったことにお気づきでしょうか。病院では2008年3月からエックス線写真、CT、MRIなどすべての放射線画像のフィルムレス化に踏み切りました。撮影された放射線画像は病院内に張り巡らされた光ファイバーネットワークを介して診察室や病棟に送られ、画像モニターや電子カルテ画面でみることができます。今までは画像をフィルムにプリントアウトした後、フィルム袋に入れて診察室や病棟に運ぶ手間や時間がかかりましたが、フィルムレス化によって検査後直ちに検査結果をモニター画面で見ることができるようになりました。過去の検査結果も同時に表示されますので、病気の経過観察も容易に行うことができます。画像の読影は放射線科医が行いますが、読影結果は検査画像に添付され、モニター画面で参照することができます。

■PACSとは？

フィルムレスによる診療を提供するためには、まずPACS(パックス)というコンピューターシステムを導入する必要があります。PACSとは日本語で「画像保管伝送システム」を意味します。エックス線写真、CT、MRI、アイソトープなどの放射線画像データはDICOM(ダイコム)という世界共通の規格によってデジタル化され、ネットワークを介してDICOMサーバーと呼ばれる画像を保存管理するコンピューターに転送されます。DICOMサーバーに保存された画像データはネットワークで繋がれた診察室や病棟のコンピューターから呼び出され、モニター画面で参照することができます。PACSというシステムの基本的概念は20年程前から存在していましたが、高速に動作するコンピューターがまだなかったこと、データの通信速度が遅かったこと、放射線画像を取り扱う共通の取り決めが曖昧だったなどの理由から広く普及するまでには至りませんでした。PACSが実用的になり、実際に病院に導入され始めたのは2000年以降のことです。PACSは特別なコンピューターを使っているわけではありません。診察室や病棟に設置されているコンピューターも画像を保存管理するDICOMサーバーも基本的には私たちが普段家庭で使用しているパソコンと同じものです。画像の呼び出しにはインターネットの技術を使用しています。



■フィルムレス化のメリット

フィルムレス化で得られること、提供できることに「即時性」と「正確性」、そして「安全性」があります。医師の診察に際し、検査画像が即時にそして正確にモニター画面に映し出され、診療時間や待ち時間の短縮化につながります。ただし画像の閲覧は医師のID、パスワードによって厳重に管理されていますので、誰でも勝手に画像を閲覧できるわけではありません。DICOMサーバーで一括管理されている画像データは診察室や病棟のコンピューターには保存されませんので、盗難などによって大切なデータが流出して悪用される心配もありません。フィルムレス化の最大のメリットは画像データを「共有」できることです。光ファイバーネットワークを介して、病院内のどこでも同時に同じ画像を表示することができます。さらに病院内でのデータ共有に留まらず、地域全体で情報を共有することも可能です。地域の病院同士をネットワークで繋ぐことによって、別の病院に掛かって改めて写真を撮り直す必要はありませんし、紹介された病院へフィルムを持参する手間もなくなります。フィルムレス化は今後ますます普及していくと思われますし、医療の質の向上や患者サービスの強化に強く貢献していくものと期待されます。

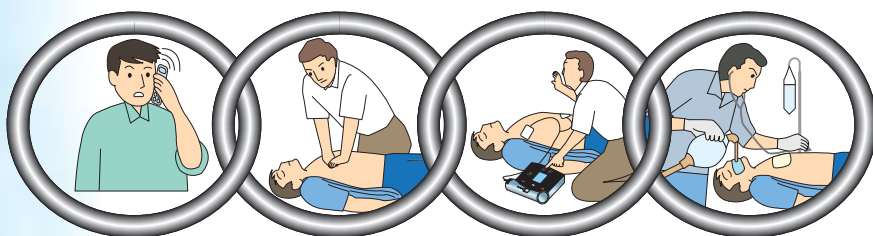
BLS (Basic Life Support) 一次救命処置について

あなたのご家族や大切な人が目の前で急に倒れたらどうしますか？ こんなときにあなたがとるべき対処法が一次救命処置です。

急に倒れた人への対処法は4つにまとめられています。それは、

- ①迅速な通報
- ②迅速な心肺蘇生
- ③迅速な除細動
- ④迅速な二次救命処置

です。これら4つの対処法（鎖）をまとめて、「救命の連鎖」と呼んでいます。



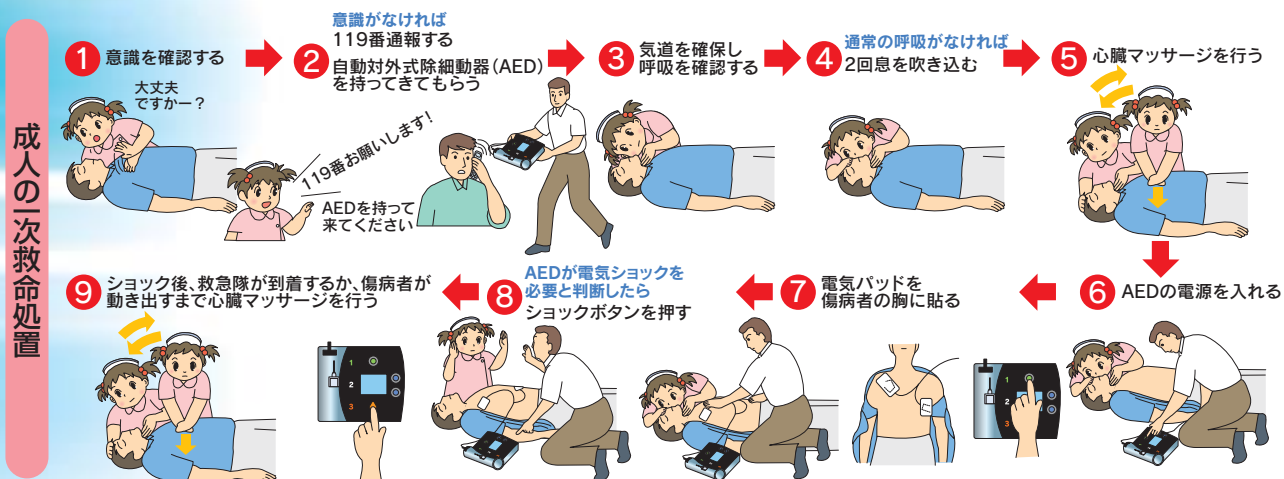
これら4つの鎖のうち、最も重要視されているのは心肺蘇生です。近くに居合わせた人が直ちに心肺蘇生を行わなければ、心停止後の生存率は1分毎に7～10%ずつ低下し、数分後には蘇生の極めて難しい状態になってしまいます。ところが、近くに居合わせた人が心肺蘇生を行えば、生存率はなんと2～3倍に上昇します。

心肺蘇生の中でも特に重要と考えられているのが、胸骨圧迫(心マッサージ)です。大切なことは、

- ①胸の真ん中に縦に走っている骨(胸骨)の中央を強く深く押すこと
- ②1分間に100回のリズムで押すこと
- ③押した後は必ず元の位置まで戻すこと
- ④胸骨圧迫の中断時間を最小限にすること

の4点です。

最近では、人工呼吸を行わずに、胸骨圧迫のみの心肺蘇生法でも、救命ができると考えられています。これまで心肺蘇生法の訓練を受けておられない方や、これまでの心肺蘇生法を行う自信のない方でも安心してください。目の前で倒れた人を見たら、「ただちに119番通報し、倒れた



人の胸の中央を強く速く押す」という心肺蘇生法を、救急隊が駆けつけて来るまで続けてください。あなたの努力は必ず報われるはずです。

あなたの大切な人を助けることができるのは、あなた自身です！ 金沢医科大学病院では、一般の方を対象とした心肺蘇生法の講習会も開催しております。お問い合わせは病院職員課まで。

【連絡先】 TEL:076-218-8207

E-mail: syokuin@kanazawa-med.ac.jp

(記:麻酔科 白石美治)

褥瘡ケア(褥瘡対策チーム)について

褥瘡とは、寝たきりなどで体を動かすことができない方が、体の表面の主に骨の突出しているところと床の間に、圧迫や摩擦を生じてできる傷のことです。

褥瘡は一旦発生すると、治療に時間やお金、人手がかかるため、発生しないように予防が重要です。その予防法は、褥瘡の一番の原因である圧迫をとり除くこと、寝たきりにならない(しない)こと、骨が突出するほど過度にやせすぎないように栄養状態を整えること、などです。

当院では、褥瘡の予防・治療を目的に、2002年より褥瘡対策委員会が発足されました。委員会は、医師、看護師、栄養士、薬剤師、理学療法士、臨床工学士、事務部門で構成されており、褥瘡対策に必要な除圧マットの購入や、事例検討会、職員対象の講演会開催等の活動を行っています。また、主治医が褥瘡ケアを必要と判断した場合には、専任医師や看護師(皮膚排泄ケア認定)を中心としたチームに対応を依頼し、週1回の褥瘡回診を行っています。回診では、直接患者さまの元へ行き、局所だけではなく、除圧マットの適正使用、栄養面や運動面などの評価をしながら予防・治療を行っています。委員会発足後、院内での褥瘡発生率は減少傾向にあり、また褥瘡発生を認めた場合でも、ほとんどが軽症で治癒していきます。しかしその一方、ご自宅などから、重度の褥瘡を発症し入院される患者さまが時々おられます。院内の褥瘡対策のみならず、介護を行うご家族や、またそれを支える地域医療に携わる方々との連携をとり、予防・治療を行っていくことも委員会における今後の大きな課題です。

褥瘡は大きく深くなる前には、皮膚の表面が赤くなります。そのような褥瘡が疑われた場合には、早目に皮膚科か形成外科へのご相談をお勧めします。

(記:看護部 中村徳子)



「下腹部痛について」

おへそから^{ちこつ}恥骨までの下腹部には、小腸・大腸などの消化管、尿管・膀胱などの泌尿器、および子宮・卵巣などの女性生殖器があります。そのため、下腹部の痛みはさまざまな原因で起きます。ここでは、痛みの部位と主な病気について説明します。

1 右側の下腹部痛・・・虫垂炎^{ちゅうすいえん}

一般に「盲腸炎」と呼ばれることもあります。初めはみぞおちのあたりが何となく痛く感じられますが、そのうちに右下腹部痛になります。右足で「けんけん」をすると痛みがひびくときは、虫垂周囲の炎症が強く手術が必要となることがあります。

2 左側の下腹部痛・・・虚血性腸炎と大腸がん^{きょけつ}

突然に左下腹部に痛みが起きて、便に新鮮な血が見られたときは、虚血性腸炎を考えます。大腸の血のめぐりが不良になって起こります。治療は腸を安静にするために絶食にします。

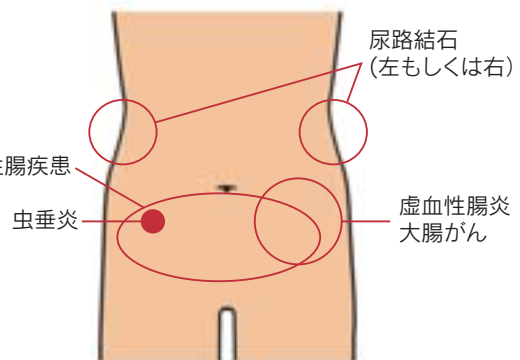
いっぽう、何か月前からか便秘がちになって、時々左下腹痛があつたり、便に血が見られたりしたときは、大腸がん検診が必要です。通常は肛門から大腸内視鏡を入れて直接観察します。

3 若年で下痢や発熱を伴う腹痛・・・炎症性腸疾患^{えんしょう}

潰瘍（かいよう）性大腸炎とクローン病の2つをあわせて炎症性腸疾患といいます。20歳前後からみられ、体重減少もみられることが多く、日本でも近年増加しています。重症度によって治療法が異なりますから、専門の医療機関を受診することが大切です。

4 その他の下腹部痛

片側の腰が痛くなったり、おしっここの時に痛みを感じたり、尿が赤くなったりした場合は尿路結石の疑いがあります。また、女性の場合は子宮や卵巣が原因のこともあります。虫垂炎^{ちゅうすいえん}、炎症性腸疾患、虚血性腸炎、大腸がん



(記:消化器外科 小坂健夫)



ダイエット特集Ⅳ

ダイエットは無理をせず、根気良く続けることが大切です。今回は、ダイエットのための料理ポイントを中心にお話しします。



エネルギーを抑えるための料理ポイント

★油を控えた調理方法を選びましょう。

- 揚げ物は控え、油を使用しない焼き物、煮物、蒸し物などがおすすめです。
- フッ素樹脂加工のフライパンを使用することで油を抑えることができます。

★肉料理に偏らず、魚料理を取り入れましょう。

肉料理は油料理が多くなりますが、魚料理の場合、刺身、焼き魚、煮魚など油を控えた料理が多くなります。

★低エネルギーの食品を積極的にとりましょう。

野菜、きのこ、海草などの低エネルギーでビタミン、ミネラル、食物繊維の豊富な食品をしっかり摂りましょう。主菜のボリュームアップに、また、副菜として小鉢をプラスしましょう。

★肉料理の場合は、肉の種類や部位を選びましょう。

(例) 牛のバラ肉100gをもも肉に変更すると、エネルギー量は？

牛バラ肉(454 kcal) ⇒ 牛もも肉(209 kcal)

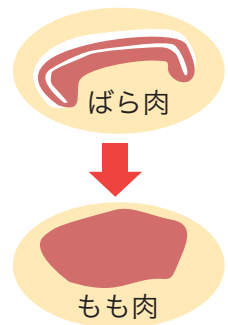
(例) 鶏肉の皮つきのもも肉を皮なしのもも肉に変更すると、エネルギー量は？

鶏もも肉皮付き(200 kcal) ⇒ 鶏もも肉皮なし(116 kcal)

※科学技術庁資源調査会編『五訂増補食品標準成分表』より

★味付けは薄味にしましょう。

料理の味付けは濃いと、ご飯やアルコール飲料の量が多くなりがちです。



外食時のメニュー選びのポイント

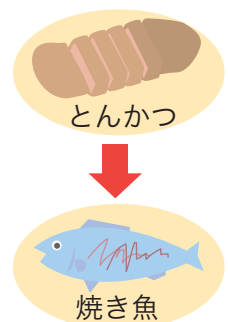
外食は油を多く使用したメニューが多く、高エネルギーになりがちです。最近、メニューごとにエネルギー量を明記している店も増えています。メニュー選びの参考にしましょう。

★店を選ぶ場合、和食がおすすめです。

(例) かつ定食を焼き魚定食に変更すると、エネルギー量は？

かつ定食(約800kcal) ⇒ 焼き魚定食(約500kcal)

※エネルギー量は、お店の調理方法や量の違いにより異なります。



嗜好品をとる場合の注意点

★飲酒は適量を守りましょう。

適量とはビール500mlまたは、日本酒1合(エネルギー量200 kcal)程度です。これらのエネルギー量はご飯軽く1杯分に相当します。

★間食は洋菓子より和菓子を選びましょう。

(例) ショートケーキ1個(約250 kcal) ⇒ まんじゅう1個(約130 kcal)



(記: 栄養部 木村律子)

はじめまして

結婚6年目にして待望の赤ちゃんを授かり、出産を終え我が子を見た時は、「やっと逢えたね」という思いと、無事に生まれてきてくれたことに、感謝の気持ちでいっぱいになりました。この6年間はとても長く感じましたが、今振り返ると、夫婦の絆を確認させるために、この子が私達に与えてくれた期間だったのかなと思います。これからの育児に不安がありますが、夫婦共に力を合わせて頑張り、「育児」から得たものを「育自」に繋げ、この子と共に成長していきたいと思っています。



むらかみ 村上さん

おとうさん
高志(たかし)さん
おかあさん
あつこさん
赤ちゃん
馴征(しゅんせい)ちゃん
平成20年12月8日生
3,318g 男の子

表紙のひとことコーナー

トランポリン

「トランポリン」の由来は、中世ヨーロッパのサーカス芸人の名前が語源と言われています。現在の形になったのは1930年代で、軍事パイロット養成に使われていたものを、スポーツ用に改良しました。その後世界に普及し、1964年 第1回世界選手権大会がロンドンで開催され、日本でも同じ年に第1回全日本選手権大会が大阪で開催されました。2000年のシドニーオリンピックでは、石川県出身の中田大輔、古章子両選手が活躍しました。

編集後記

アンニョンハセヨ こんにちは
冬と言えば中高年のおばさん達を熱狂させた冬のソナタです。私もその一人。韓流パワーは熱く、勉強嫌いの40過ぎた私に、韓国語を勉強しようという気にさせてくれました。入門編からいつまでたっても進まない状況ですが、ドラマの中で分かる言葉があると嬉しいです。これからも韓ドラ見ながら韓国語ガンバルゾ。

M.K

院内にご意見箱を設置しております。みなさまの「声」をお聞かせください。



病院運営の基本方針

1. 患者さま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. 患者さま・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。

患者さまの権利

当院は、医療の中心は患者さまであると認識し、患者さまには次のような権利があることを宣言します。

- 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することができます。
- 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。
- 診療記録の開示を求めることができます。
- 他の医療機関に受診することを希望される場合は、必要な情報提供を受けることができます。
- プライバシーは尊重され、個人情報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。

患者さまへのお願い

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。患者さまには、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してください。
- 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、他の患者さま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。