

馬肉医心

ばかんいしん

vol.37
2023
春号

【理 念】

我ら全国ネットのJCHOは
地域の住民、行政、関係機関と連携し
地域医療の改革を進め
安心して暮らせる地域づくりに貢献します

【キャッチフレーズ】

安心の地域医療を支えるJCHO

【基本方針】

3つのクライアントを大切にします。

- 患者・家族の求める医療を提供する。
- 周辺の医療介護施設との良質な連携を築く。
- 職員にとって働きやすく、スキルアップできる職場環境を整える。



独立行政法人地域医療機能推進機構

下関医療センター

郵便番号750-0061 下関市上新地町3丁目3番8号

TEL.083-231-5811(代表) FAX.083-223-3077

TEL.083-231-7887(健康管理センター)

TEL.083-233-7850(介護老人保健施設)

I N D E X

院長挨拶	P2
診療科リレー	P3
画像紹介	P4
検査のはなし	P5
お薬のはなし	P6
新入職員のご紹介	P7~8
認定看護師より	P9
春のレシピ	P10

明るい未来を手にするための地域医療構想

院長 山下智省

新型コロナ第8波がようやく収束しつつある中で新年度を迎えました。

この3年あまり、日本全体が新型コロナへの対応に追われる一方で、人口減少、少子高齢化は容赦なく進みました。2024年問題や2040年問題として語られる課題は、むしろコロナ禍によっていっそう顕在化し、前倒しされた感があります。

これらの課題に対して、医療介護の分野では地域医療構想によって克服していくという政策がとられています。コロナ禍以降、地域医療構想の議論は停滞気味でしたが、この春、下関医療圏で大きな動きがありました。

これまで下関の急性期医療や救急医療は、主に4病院（市立市民病院、関門医療センター、済生会下関総合病院、下関医療センター）が分担・連携して担ってきました。しかし、そこには以下のような問題点が指摘されてきました。

- これら4病院は規模が同程度であり、重複する診療科が多く、立地が近接しており、非効率的である。
- 市民病院を除く3病院の医師派遣元である山口大学では慢性的な医師不足が続き、大学からの医師派遣が年々厳しくなっている。
- 4病院とも医師の高齢化が進んでおり、加えて全ての診療科をそろえているわけではなく、救急輪番体制の維持が難しくなっている。
- 今後、急性期の患者数は減少し続けることが確実であり、4病院とも将来の経営がいっそう苦しくなっていく。

上記理由から、現在の体制を将来にわたって維持することは難しく、4病院を集約・再編することが望ましいという方向性が、下関医療圏地域医療構想調整会議で示されていました。さらに議論を進めた結果、2023年3月一定の合意に達し、第2次中間報告として発表されるに至りました。

(<https://www.city.shimonoseki.lg.jp/uploaded/attachment/65552.pdf>)

その要点を以下に示します。

- 現在の4病院体制を3病院体制に再編・統合することを検討する。
- まず、下関医療センターと市立市民病院との統合の可能性を検討する。
- 統合後の下関医療圏の急性期医療体制は3病院で担いつつ、さらなる段階的な再編の必要性・可能性について、今後も協議を続ける。

この内容を市民に説明する機会として、「地域医療に関するシンポジウム～これからどうなる？病院の再編・統合～」が4月16日に開催されました。

前田晋太郎市長のあいさつを皮切りに、広島県健康福祉局長の基調講演に続いて、急性期4病院院長、下関市医師会長および下関市保健部長によるパネルディスカッションが行われました。その後の質疑応答では会場から活発な質問や要望が出され、盛況のうちに閉会しました。

市民への説明はまだまだ不十分と考えています。今後も情報を積極的に発信して理解を深めていただき、よりよい病院再編となるよう、市民のみならずとともに議論を進めていきたいと思っております。



脂肪肝のはなし ～良い脂肪肝（単純性脂肪肝）と悪い脂肪肝（脂肪肝炎）～

脂肪肝とは肝臓に脂肪が蓄積され過ぎた状態をさします。

脂肪肝には、アルコール性脂肪肝と非アルコール性脂肪肝の2つの種類があります。アルコール性脂肪肝は、過剰なアルコール摂取によって引き起こされます。一方、非アルコール性脂肪肝は、肥満や高血圧、糖尿病などの生活習慣病や、一部の薬物によって引き起こされます。

脂肪肝炎は、脂肪肝に加えて肝臓に炎症が起こっている状態で、病気の進行によっては肝硬変や肝がんを引き起こすことがあり、悪い脂肪肝と言えます。

アルコール性脂肪肝が持続すると高率に脂肪肝炎に進行し、肝硬変や肝がんに至ることがあることは知られていました。一方、非アルコール性脂肪肝は単純性脂肪肝（良い脂肪肝）のままで、肝硬変や肝がんには進行することはないとされていました。

ところが、1999年に非アルコール性脂肪肝の一部も脂肪肝炎(悪い脂肪肝)に進行し、肝硬変や肝がんに至ることが判明し報告されました。これが、非アルコール性脂肪肝炎(NASH)です。

近年の報告では、健診受診者の脂肪肝の頻度は約30%とされており、このうち、15%程度がアルコール性、85%が過栄養などに伴う非アルコール性とされています。

また、非アルコール性脂肪肝のうち、15%程度が脂肪肝炎と推測されています。

つまり、100人中に脂肪肝が30人。うち、5人がアルコール性、25人が非アルコール性。アルコール性5人は全員脂肪肝炎(悪い脂肪肝)、非アルコール性25人のうち4人が脂肪肝炎(悪い脂肪肝)、21人が単純性脂肪肝(良い脂肪肝)に該当する計算です。

では、脂肪肝、脂肪肝炎はどうやって診断しているのでしょうか。

脂肪肝はエコー検査でわかりますが、脂肪肝炎には残念ながらまだ簡便な良い診断法が無いのです。一泊入院が必要な肝生検（組織検査）がより確実な診断法なのですが、とても簡便とは言えません。最近では、まず各種血液検査結果の組み合わせで脂肪肝炎を疑い、次に超音波やMRIで肝臓の硬さを測定することで高率に診断できるようになりました。

さて、脂肪肝、脂肪肝炎の治療はどうでしょう。

アルコール性の場合、アルコールの減量、中止が必要なのは明らかです。

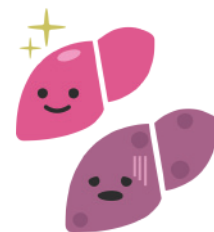
一方、非アルコール性の場合には、原因となる肥満、高脂肪食などのライフスタイルの改善が必要です。とくに、7%以上の体重の減量が有効とされています。

例えば、70kgの方は、5kg以上の減量に相当します。

1kgの体重を減らすには、約7,700kcalのカロリーを減らす必要があるとされているので、1日に摂取するカロリーから、おにぎり一個分200kcal削減すると、1ヶ月で6000kcal分のカロリーを減らすことができ、1か月で約0.8kg、6ヶ月で約5kgの体重減少が達成できる計算です。

皆さん、まずは脂肪肝のチェックから。

健診などで肝臓エコー検査を受けるところから始めましょう。



文責 肝臓病センター 加藤 彰

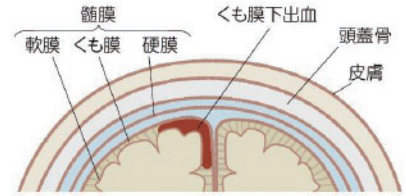


画像でわかる!くも膜下出血



くも膜下出血とは、脳を覆う3層の膜の隙間である“くも膜下腔”に出血が生じる病気です。発症すると、突然バットで殴られたような非常に強い頭痛が生じます。原因の8～9割は脳動脈瘤（動脈にできる風船のように膨らんだこぶ）の破裂とされています。死亡率は非常に高く、30%程度と言われているため、放射線検査による早期発見、早期治療が必要不可欠となります。

今回は、検査から治療の流れをご説明します。

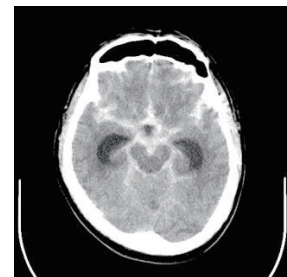


©2018 - かんてい

検査

● 頭部CT検査(単純)

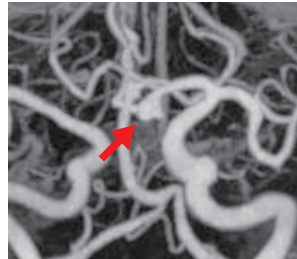
強い頭痛があった際は、まず、CT検査を行います。CT画像により、出血の程度を確認できます。くも膜下出血の場合、特徴的なヒトデ型の模様が見られます。



▲CT画像(単純)

● 頭部CT検査(造影)

くも膜下出血が確定したら、治療方針を決めるために、造影剤を使用して検査をします。血管の3次元画像を作成し、動脈瘤の位置、大きさなどの確認を行います。



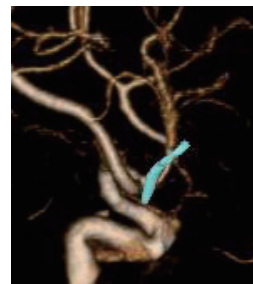
▲3次元画像( :動脈瘤)

治療

再破裂を防ぐために、動脈瘤への血流を遮断する治療が行われます。

● クリップング術

開頭し、動脈瘤の付け根をクリップで挟む治療法



▲クリッピング術(水色:クリップ)

● コイル塞栓術

開頭することなく足の付け根からカテーテルを入れ、動脈瘤にコイルを詰める治療法



▲コイル塞栓術(青色:コイル)

文責 診療放射線部 中原 由貴

新型コロナウイルス感染症(COVID-19)の検査種類と各種検査の意義について

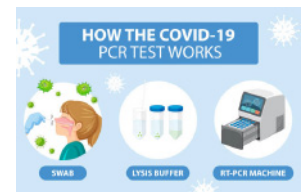
検査の基本的な考え方

COVID-19における検査については、現在、核酸検出検査(PCR検査等)、抗原検査(定性・定量)が実施されています。いずれの検査でも病原体が検出された場合、検体採取時点における感染が確定されます。

検査の種類

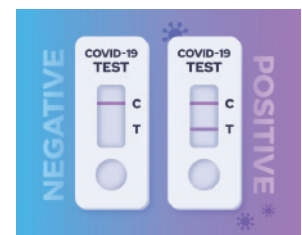
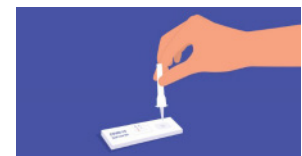
1)核酸検出検査

ウイルス遺伝子(核酸)を特異的に増幅し検出する方法です。検体中のウイルス量が少量の場合でも増幅工程を繰り返し行うことで検出が可能となるため、精度が一番高い検査法です。検体中のウイルス遺伝子が存在しているか否かを定量的に確認する方法として、リアルタイムRT-PCR法、核酸の増幅方法の違いにより簡便かつ短時間で結果判定ができるLAMP法、TMA法、TRC法、NEAR法などがあります。



2)抗原検査

SARS-CoV-2の構成成分であるタンパク質をウイルスに特異的な抗体を用いて検出する方法です。核酸検出検査と同様に陽性の場合にはウイルスが検体中に存在することを示します。抗原定性検査は核酸検出検査と比べると精度は落ちるものの、専用機器を必要とせず、簡便・迅速な検査法であるため有症状者のスクリーニング検査として有用です。薬局等で販売されている検査キットが抗原定性検査にあたります。一方、抗原定量検査は専用の測定機器を用いて化学発光酵素免疫測定法等によりウイルス抗原の量を定量的に測定する検査法です。多くの検体を測定することが可能であり、また精度は簡易核酸検出検査と同レベルであるため、空港検疫等で活用されています。



3)抗体検査

新型コロナウイルスに感染するか、あるいはワクチン接種によって体内に獲得された抗体の有無を調べる検査法です。保険適用外のため詳しい説明は省略します。



Q&A

☆検査で陰性と判定されました。感染を否定できますか？

一度の検査で陰性と判定されても感染を否定することはできません。感染時期によっては感染していても陽性とならないこともあります。症状が続く場合などは繰り返し検査を行うことが重要です。

☆デルタ株やオミクロン株といった変異株も検査できますか？

変異株であっても検出することができます。ただし、どの変異株に感染しているのかを特定するためには特殊な検査を行う必要があります。

出典：厚生労働省 新型コロナウイルス感染症 病原体検査の指針 第6版より
文責 臨床検査部 清水 大輔

薬と植物

5月5日は子どもの日です。五節句の一つである端午の節句でもあります。そしてあまり知られていないかもしれませんが、5月5日は「薬の日」ともされています。このことは推古天皇が611年の5月5日に、薬になる植物や動物を狩る「薬狩り」を行い、それ以降、この日を「薬日」と定めて薬狩りを行っていたことに由来します。古くより植物は、病気を治したり、生活を豊かにする薬としての可能性に注目されてきました。薬を開発するきっかけや薬の元となった植物と、その植物から創製された薬剤をご紹介します。



桜 → 生薬：桜皮、サリパラ液®

ヤマザクラなど、サクラ類の樹皮を乾燥したものを生薬として用います。排膿、解毒効果があるとされ、蕁麻疹や皮膚炎に使用する十味敗毒湯という漢方薬を構成する生薬の1つなどとして使用されます。また、咳止めにも用いられ、薬としてはサリパラ液®として利用されています。



スイートクローバー → ワルファリン

スイートクローバーは日本においてはシナガワハギと呼ばれるマメ科の植物です。品川付近で見つかり、日本全国に分布しています。北米で牧草として使用されていた際、牛が出血する報告がありました。調査後、このスイートクローバーが腐敗した際に生じた成分が原因とわかり、現在においても使用されている、血液サラサラの薬の起源となりました。



マツユキソウ → レミニール®

マツユキソウ(待雪草)は、2~3月に開花するヨーロッパ原産の花です。この花の球根にはガランタミンという成分が含まれ、脳内の伝達物質に作用して、認知症の進行を抑制する薬として利用されています。



タイハイヨウイチイ → パクリタキセル

タイハイヨウイチイは針葉樹であるイチイ科の一種です。北米西部が原産のため、太平洋を名前に含みます。アメリカでの抗がん剤成分の候補探索で発見され、開発されました。現在では乳癌や卵巣癌、胃癌、食道癌など、多くの場面で使用されています。

植物ではありませんが、5月に空を泳ぐ鯉も、「鯉胆」としてその胆嚢に健胃効果、滋養強壮作用があるとされ胃腸薬として利用されています。

一方で、コイ科魚類の胆嚢は自然毒の1つとしても知られています。薬が毒でなく「薬」として、皆さんの生活を豊かにするために作用するよう、用法用量を守って、適切に薬を使用しましょう。



文責 薬剤部 佐伯 勝成

新任医師のご紹介

外科・消化器外科 さとうてつや
佐藤 哲也

【一言メッセージ】

下関の医療に貢献できるようがんばります。
一生懸命働かせていただきます。

脳神経外科 さいとうひろつぐ
斎藤 大嗣

【一言メッセージ】

丁寧な診療を心掛けます。
よろしくお願いします。

循環器内科 うちだともゆき
内田 智之

【一言メッセージ】

下関の医療に貢献できるよう精進して参ります。
宜しく願い致します。

放射線科 こまつてつろう
小松 徹郎

【一言メッセージ】

画像診断で医療に貢献できるよう努力していきます。
ます。

臨床研修医のご紹介

きのしたともき
木下 智貴

【一言メッセージ】

患者さんにより良い医療をお届けできるよう、精一杯頑張りますのでよろしくお願い致します。

こがかなこ
古賀 加奈子

【一言メッセージ】

少しでも皆様のお役に立てるよう精進いたします。
どうぞよろしくお願い致します。

かわのたける
川野 赳

【一言メッセージ】

このたび4月から着任いたしました研修医の川野と申します。
皆様方に安心して治療を受けていただけるよう全力で取り組んでまいります。
なにかありましたらどうぞ気軽に声がけください。

ちゃんてひよ
張 大暁

【一言メッセージ】

はじめまして、私は張 大暁（ちゃん てひよ）と申します。
今年度より初期臨床研修医としてこの病院に勤めることになりました。
明るく積極的に仕事に取り組んでまいります。よろしくお願いします。

いしざきななこ
石崎 菜々子

【一言メッセージ】

未熟者ですが、精一杯頑張ります。
よろしくお願い致します。

ほだこうき
保田 光輝

【一言メッセージ】

患者さん一人一人の不安に寄り添うことができる医師を目指します。

新入職員のご紹介

令和5年度は、新たに以下のメンバーが下関医療センターの仲間に加わりました。
どうぞよろしくお願いいたします。

医師	4名	臨床検査技師	1名
臨床研修医	6名	診療放射線技師	2名
看護師	19名	管理栄養士	1名
准看護師	1名	介護福祉士	1名
薬剤師	1名	医療社会事業専門員	1名



こんにちは!老健です ~春便り~

当医療センターの附属施設である介護老人保健施設 略して「老健」より、今回は在宅介護を縁の下から支えるリハビリテーションスタッフを紹介させていただきます。

新年度を迎え併設病院から2名の理学療法士が異動となり新体制で業務に取り組んでいます。介護老人保健施設では、入所、通所、訪問でのリハビリテーションを提供しています。リハビリテーションにおいては、個別対応を重視し、担当の療法士がマンツーマンの機能訓練に加え、生活環境、介助指導などの相談にも応じていきます。

これからも、地域の皆様の在宅生活を支えるため、自信を持ってリハビリテーションを提供していきたいと思えます。



認定看護師の活動

認定看護師は、「公益社団法人日本看護協会」が認定する資格で、下関医療センターには、感染管理、クリティカルケア、集中ケア、皮膚・排泄ケア、糖尿病看護、緩和ケア、がん化学療法看護、在宅ケアの看護分野が、3つの役割である「実践」「教育」「相談」を基盤とし、看護の質向上に活動しています。2023年度より、地域の皆様に向けた健康教室を企画しています。皆様のご参加お待ちしております。

下関いきいき健康教室 ～ 一緒に楽しく学ぶ ～

開催日	テーマ	担当者
6月8日(木)	新型コロナウイルス感染症 5類になって何がかわる?	感染管理特定認定看護師 坪根 淑恵
8月3日(木)	私は大丈夫? 熱中症にならないためには?	クリティカルケア認定看護師 石丸 弘子
	糖尿病にご用心 ちょっと血糖値が高いけど放置していませんか?	糖尿病看護認定看護師 黒瀬 実樹
10月5日(木)	かゆみや傷で悩ましいそのお肌、 あきらめる前に一肌足そう	皮膚・排泄ケア特定認定看護師 山中 なみ子
12月7日(木)	人生会議していますか? ～もしもの時・・・自分と大切な人のために～	緩和ケア特定認定看護師 木下 和子
2024年 2月1日(木)	備えていますか? 大規模災害	がん化学療法看護認定看護師 園山 好恵

時 間： 13:00～13:30
場 所： 7階研修室
玄関からご案内します。
対象者： ご興味のある方どなたでも。
お問い合わせ：
下関医療センター 総務企画課(231-5811)
※ 感染症対策として、
マスクの着用をお願いします。



文責 緩和ケア特定認定看護師 木下 和子

春の
レシピ

簡単クッキング♪

新玉ねぎとトマトのマリネ ♪



今回は春に旬を迎える新玉ねぎを使用した料理です。

新玉ねぎは温暖な地域で3~4月頃に出荷される早取り玉ねぎの総称です。新玉ねぎは乾燥させずにすぐ出荷されることから、みずみずしく、肉質が柔らかく、辛みが少ないことが特徴です。乾燥させて出荷されるものが、すべての時期で見られる黄玉ねぎであり、乾燥の有無による違いとなっています。

玉ねぎの辛み成分は硫化アリルといい、消化液の分泌を促進させ食欲増進効果・新陳代謝の亢進・血液をサラサラにする効果があります。硫化アリルは水に溶けやすいという性質をもつため、水にさらさなくても辛みを感じにくい新玉ねぎは、硫化アリルを摂取するのにとても効率的です。

【材料 1人分】

- 新玉ねぎ …………… 1/4個(30g)
- ミニトマト …………… 5個(60g)
- 大葉 …………… 2~3枚(2~3g)
- 砂糖 …………… 小さじ1(3g)
- 塩 …………… 小さじ1/2(3g)
- 酢 …………… 大さじ1と1/2(22.5g)
- オリーブ油 …………… 大さじ1と1/2(18g)
- 黒こしょう …………… 少々(0.03g)



【作り方】

- ① 新玉ねぎはみじん切りにする(新玉ねぎでなければ水にさらす)
しそは1枚程度みじん切りにする(残りは千切りにし飾り用へ)
- ② ①と調味料すべてを混ぜ合わせる
- ③ ミニトマトはへたの部分に爪楊枝等で穴を開ける
- ④ 鍋に湯を沸かし、トマトを10秒程度つける
- ⑤ ④を冷水につけ、湯むきする
- ⑥ ②に湯むきしたトマトを入れ10分程度漬ける
- ⑦ お皿に盛り、千切りにしたしそを乗せる

1人分-(1個)-あたりの栄養量

エネルギー 211kcal たんぱく質 1.1g 脂質 18.1g カリウム 226mg
食塩相当量 3.0g ※マリネ液すべての栄養量