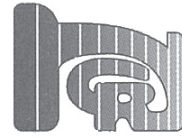


フィリア・レター

～真の友人からの手紙～



発行：中部ろうさい病院

〒455-8530

名古屋市港区港明 1-10-6

TEL 052-652-5511

FAX 052-653-3533

<http://www.chubuh.johas.go.jp/>



身近な「働き方改革」と「患者参加型医療」

中部ろうさい病院 院長 加藤 文彦

新年あけましておめでとうございます。皆様が穏やかな令和初の新年を迎えられたことを祈念いたします。

昨年来「働き方改革」が話題となっています。我が国は少子高齢化から、労働人口の減少が懸念されます。そこで高齢者の労働参加や、フレックスなど労働形態の多様化が求められています。一方で残業減少、有給休暇消化など労働慣行の変化も求められています。

しかし、労働人口の減少に残業減少や有給休暇消化は合致していないようにみえますか？

これら一見矛盾した複数の項目を見て、国が求めているものは「生産性の向上」ではないかと私は考えています。つまり、同じ結果が得られるのであれば、無駄を排除して労働量を減じ、少ない労働力で対応しようということかと考えます。そして、そのためには電子機器、生産機械などハード以外に、労働の流れや慣行、意識などソフトの変化が必要となるかと考えます。

医療では近年、アドバンス・ケア・プランニング（終末期医療に関する患者さんの事前意思表示）など患者参加型医療の重要性が目立っています。患者参加型医療の一つとし

て、当院でも昨年秋から「検査をうけられた患者さんへのお願い」を患者さんにお渡しし、「このお知らせを持参し、担当医に検査結果を確認して十分な説明を受けてください」と勧めています。当院にも「検査の見逃し」を防ぐチェック機能はあるのですが、人が見ている以上、「絶対、大丈夫」ということはありません。また、検査だけ受けて、再受診されない患者さんもみえます。そこで患者参加型として、「検査をうけられた患者さんへのお願い」をお渡しし、患者さん自身にもより関心を持って頂き、かつチェック機能の一つとなって頂くこととしました。

約10年前に某大学病院で脊椎手術を受けられた患者さんへのアンケート結果で、約80%の方が治療法については「医者にお任せ」だったという報告がありました。これはあまり感心した話ではないと思います。患者さんの検査や治療は患者さん自身のためのものです。患者さんはそれらに対して「良く知る権利」や「希望を述べる権利」などが当然あります。そして、「患者参加型医療」と「医療職の働き方改革」は両立するものと考えておりますし、そのためには患者さんと当院とのコミュニケーションを更に良くしていく必要があると考えます。当院の職員もそれを心がけていきますので、患者さん方も宜しくお願い申し上げます。

今月号のお知らせ

- | | |
|--|---|
| ①身近な「働き方改革」と「患者参加型医療」
..... 中部ろうさい病院 院長 加藤 文彦 | 眼科部長 坂井 隆夫 |
| ②スギ花粉症について
..... 耳鼻咽喉科部長 佐藤 栄佑 | ④第18回市民健康セミナー開催報告
..... 歯科口腔外科部長 鶴迫 伸一 |
| ③花粉症～目について～ | ⑤～感染管理室より～ |
| | ⑥院内行事開催記録 病院の理念・当院の基本方針、編集後記 |

医師



スギ花粉症について

耳鼻咽喉科部長 佐藤 栄佑

2月に入り徐々に気温が高くなってきますと、スギ花粉の飛散が始まるといわれます。スギ花粉症の有病率は、2008年の統計で26.5%と、約4人に1人がスギ花粉症で悩んでいることとなります。今回はスギ花粉症についてお話しします。

1. スギ花粉の特徴

スギは風によって花粉が運ばれる風媒花です。こういった風媒花は多量に花粉を作り遠くまで花粉が運ばれる性質があるため、花粉症の原因となりやすいといわれます。日本全体の面積の12%をスギ林で占められているといわれますが、地域差があり北海道では極めて少なく、沖縄には認めないといわれます。

2. スギ花粉症の病態

スギ花粉を鼻から吸い込むと、鼻の粘膜表面に存在する線毛といわれる毛が外に排出しようとしませんが、排出されなかった花粉から花粉症の原因となる抗原成分が鼻粘膜内に浸透することで、スギに対するIgE抗体が作られます。このIgE抗体がスギの抗原をつかまえ肥満細胞と結合することでアレルギー反応が起こり、鼻水・くしゃみ・鼻づまりを引き起こします。また目の結膜にもスギ花粉の抗原成分はしみこため、かゆみ・異物感などの症状を引き起こします。

3. スギ花粉症の治療

花粉症の治療は他の鼻や眼のアレルギーの治療と基本的には同じですが、急激に花粉にさらされるため、急性の強い症状への配慮も必要となります。治療法を大きく分けると、症状を軽減する対症療法と根本的に治す根治

療法の二つがあります。

対症療法：内服薬による全身療法（抗ヒスタミン薬・ロイコトリエン拮抗薬など）点鼻、点眼薬などによる局所療法（ステロイド点鼻・抗アレルギー薬点眼など）

*飛散開始前から治療を開始するとピーク時の症状がより改善されます。

手術療法（下甲介レーザー焼灼術など、非飛散期に行います）

根治療法：抗原特異的免疫療法（舌下免疫療法など、ただし3～5年間継続することが必要）

4. 花粉症のセルフケア

～スギ花粉からの回避～

ご自分でできるセルフケアとしては外出時にマスク、めがねをして、原因の花粉を少しでも体の中に入れないようにする努力が必要です。普通のめがねでもある程度の予防効果があり、額の方から侵入するためつばの付いた帽子を併用するとより予防効果があるといわれます。家にいる場合でも、花粉飛散の多いときには窓の開け閉めに注意をしましょう。外出から帰ってきたらすぐに顔を洗い、うがいをお勧めします。全く症状をなくすることは不可能ですが、少しでも症状を軽くすることができると思います。また鼻粘膜の悪化の因子であるストレス、睡眠不足、飲みすぎなどを抑えることも必要です。

中部ろうさい病院耳鼻咽喉科では投薬治療だけでなく、スギの舌下免疫療法や下鼻甲介レーザー焼灼術も行っております。お気軽にご相談ください。



医師



花粉症～目について～

眼科部長 坂井 隆夫

春先になると目がかゆい、しょぼしょぼするという方は多いと思います。春のスギ、ヒノキの他にも、夏はイネ、秋はブタクサとほぼ一年中、何らかの花粉が飛散しており、花粉症の原因となっています。目の症状としては、かゆみ、異物感、充血、涙目などがよくみられます。

予防法としては、花粉の飛散情報に注意して、花粉の多い日は外出を控えるとともに、ゴーグルなどで防護することが挙げられます。普通の眼鏡でもある程度、花粉を防ぐことができますが、隙間をふさぐような花粉症用の眼鏡、ゴーグルだとより効果が高いです。また、花粉の多い日は布団を干すことや洗濯物を屋外で乾かすのは避けた方が良いでしょう。外出から帰ったときに衣服についた花粉を落とすことも有効です。雨上がりの晴れの日には特に花粉が増えると言われています。

花粉症の時期になると花粉そのものや、花粉が原因の目ヤニなどでコンタクトレンズの汚れが増えます。そこで、コンタクトを避けて眼鏡にすることで症状改善が期待されます。どうしてもコンタクトが必要な方もワンデー

タイプにすることで症状が軽くなることがあります。

目がかゆくなるとついつい目をこすりたくなりますが、かえってかゆみが悪化することがありますので出来るだけこすらないようにしてください。

市販の洗眼液で花粉を洗い流すことはある程度の効果はありますが、刺激により症状が悪化することもあるのであまりお勧めはできません。また、もともとドライアイの方は涙が少なく、花粉を洗い流す機能が低下しているために花粉症のリスクが高くなります。人工涙液点眼により目の乾きを改善するだけでなく、花粉を目の外に出すことで症状を抑えられます。

花粉症の目薬としては、抗アレルギー剤と抗ステロイド剤に大きく分かれ、まずは抗アレルギー剤を使用して、効果不十分の場合にステロイド剤を追加することがあります。目薬は早めに使い始める方が症状の重症化を予防できます。

花粉症の目の症状でお困りでしたら、是非お近くの眼科を受診してください。



医師



第18回市民健康セミナー開催報告

歯科口腔外科部長 鶴迫 伸一

令和元年11月16日
に当院講堂にて第18回
市民健康セミナー「がん
医療の最前線～あなたに忍び寄るがん～」が
開催されました。

まず始めに、がん化学療法看護認定看護師の後藤真澄師長から「がんを診断されたら誰に相談しますか？」という演題で講演が行われました。がんを告知されたときのこころの負担は大きなものですが、診断のときからこころの負担を軽くする緩和ケアがあり、患者である自分と家族を支えてくれる緩和ケアチームが病院にはあります。がんになる前に、もしもの事を話し合っておくこと(人生会議)は自分にも家族にも大切であることを教えていただきました。また、間違った情報に惑わされないよう、がん情報サービス(ganjoho.jp)が紹介されました。

次に、医療ソーシャルワーカーの田中裕士氏から「がん治療と仕事の両立支援 医療費について」お話がありました。両立支援コーディネーターは患者を中心に医療機関と企業との間で情報を共有し、仲介・調整の役割を担い、休暇制度の整理、勤務先に渡すための「詳しい意見書」を主治医に依頼すること、医療費の相談を行っていて、当院では「よろず相談室」が窓口になっています。また、公的保

険制度、高額療養費制度、自己負担限度額について説明がありました。

最後に、副院長・外科部長の坂口憲史先生から「最新のがん診療」について、がんの統計、疫学的なデータ、がんの発生、病態から最新の診断法、治療法までわかりやすい言葉で講演していただきました。生涯でがん罹患する確率は男性で62%、女性で46%。がんは死亡原因の29%を占めています。がんはタバコなどの発がん物質、放射線や紫外線、ウイルスや細菌感染などによって起こる遺伝子の異常(がん遺伝子の活性化、がん抑制遺伝子の不活化、修復遺伝子の異常)が原因です。ゲノム医療が進み、キャンサーパネルが導入され、免疫療法、遺伝子治療などのテーラーメイドの治療が可能になり、内視鏡やロボットにより手術手技も進歩しています。また、栄養・体重管理を行い、禁煙、過度の飲酒やストレスを回避することなど、生活習慣を改善することでがんになる可能性を低くすることができること、検診などによる早期発見、早期治療が重要であることを教えていただきました。

今回、がん医療では個人の価値観が尊重され、その個人にあった治療が行われていることがわかりました。私自身や家族にとっての最善とは何か?を考える機会をいただきました。

～感染管理室より～



世界を騒がせている新型コロナウイルス
関連肺炎ですが、感染予防策は変わりません！

基本は、**手洗い・うがい**と**咳エチケット**です。
正しい、方法を実践し、予防しましょう！



新型コロナウイルスの検査についてご案内

新型コロナウイルスの検査は、
保健所の許可がないと実施できません。

检查新的冠状病毒没有卫生中心的指导，就无法实施

お住まいの保健所が設置した

「帰国者・接触者相談センター」へ相談を。

咨询公共卫生中心设立的“海归和联络中心”

新型コロナウイルスの診断には、インフルエンザのような迅速検査はありません。保健所を通じて専門機関で検査をするため、結果の判明にも時間がかかります。病院で行えるのは、一般的な診療と検査に必要な検体の採取のみとなります。

* 港保健センター 平日9:00~17:30 ⇒651-6537

* 中保健センター時間外受付 ⇒241-3612

(平日17:30~20:00/土日祝休日9:00~20:00)

各区の相談センターは名古屋市ホームページ「暮らしの情報」をご確認ください。

院内感染対策委員会
作成：令和2年2月19日

ご来院の皆様へお願い

「新型コロナウイルス」肺炎の 感染対策にご協力ください

～以下に当てはまる方は、速やかに受付窓口へお申し出下さい～

★発熱(37.5℃以上)・咳・鼻水等のかぜ症状があり

1. 症状出現から2週間以内に中国湖北省を訪問された方
2. 中国湖北省の新型コロナウイルスの患者、またはその疑いがある患者と2m以内で接触された方

湖北省 地図(Map of Hubei Province, China), 地図サイズ:800x600ピクセル



院内感染対策委員会
作成：令和2年2月4日

当院では、常に新しい情報を発信し、院内感染対策に、
尽力しております。ご理解とご協力をお願い申し上げます。



院内行事開催記録

★腎臓病教室を開催しました★

10月8日(火)、11月13日(水)に当院2階講堂にて『第16回腎臓病教室』が開催されました。病気を正しく理解することで腎不全の悪化を予防することを目的としたものです。

今回は慢性腎臓病の患者さんに向けて腎臓の働き、腎臓病におけるお薬の使い方、減塩のコツ、家庭でできる自己管理の方法などについて講義を行いました。約80名の方にお集まりいただき、60歳以上の方が8割以上を占めていました。当院の医師、医療職、看護師それぞれの立場からの説明をじっくりと聞いていただけました。長丁場の中、ご参加いただきありがとうございました。



★医療安全週間～手洗い体験～★

11月27日(水)正面玄関にて、手洗い体験を行いました。

今回参加していただいた皆様には手に蛍光染料を塗っていただき、ブラックライトを使って洗う前と後の変化を見ていただきました。

ライトを当てると染料のついた部分が光るため、洗えていないところが一目瞭然です。爪の表面やしわの部分は要注意です。

感染管理認定看護師のアドバイスを踏まえ、日々の手洗いを少し意識するだけで、手洗いの効果はぐっと上がります！インフルエンザ等も流行するこの時期にぜひご自宅でも実践してみてください。



当院の理念

納得、安心、そして未来へ

当院の基本方針

- ・医療の質の向上と安全管理の徹底
- ・生命の尊厳の尊重と患者さん中心の医療
- ・人間性豊かな医療人の育成と倫理的医療の遂行
- ・地域社会との密な連携と信頼される病院の構築
- ・災害・救急医療への積極的な貢献と勤労者に相応しい高度医療の提供

～ 編集後記 ～

3月となり、今年度もあと少しです。

今回は、花粉症特集を組ませていただきました。症状や予防法について、耳鼻科と眼科のそれぞれの視点で、当院部長により解説がありました。

また、当院では患者さんに向けた、市民健康セミナーを年に2回開催しております。過去にはがんや認知症などの様々な病気、地域における当院の役割について講演がありました。医師や専門家による講演で、医療を身近に感じ、不安を解消する場となっておりますので、ご興味のある方はぜひご参加ください。(K・M)