

埼玉医科大学病院ニュース

CONTENTS

- ①リプロダクションセンターのご紹介 産婦人科 教授 梶原 健
- ②学会認定・臨床輸血看護師の活動 看護部
- ③知っていますか？おくすり手帳の活用術！！ 薬剤部
- ④検査一口メモ（新型コロナウイルスに対する当院の検査体制について）：中央検査部
- ⑤検査一口メモ（MRI 検査室からのお知らせ）：中央放射線部
- ⑥埼玉医科大学アスリートクラブ男子駅伝部
ニューイヤー駅伝出場決定：医務部
- ⑦冬はお鍋で野菜を食べよう：栄養部



11月3日に開催された東日本実業団駅伝にて、10位でゴールした埼玉医科大学 G チームの川田選手

—基本理念— 当院は、すべての病める人に、満足度の高い医療を行うよう努めます。

病院の基本方針

1. すべての病める人々にまごころをもって臨みます。
2. 安心で質の高い医療を実践します。
3. まわりの医療機関と協力し合います。
4. 高い技能を持つ心豊かな人材を育成します。
5. より幸せとなる医療を求めた研究を推進します。

患者さんの権利

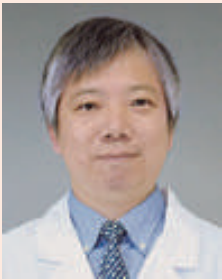
1. ひとりひとりが大切にされる権利
2. 安心で質の高い医療を受ける権利

3. ご自分の希望を述べる権利

4. 納得できるまで説明を聞く権利
5. 医療内容をご自分で決める権利
6. プライバシーが守られる権利

小児患者さんの権利

1. こどもが最善の治療を受けて生きる権利
2. こどもが暴力から守られる権利
3. こどもが能力を十分に伸ばせるような医療を受ける権利
4. こどもが自分の診療について自由に意見を述べる権利



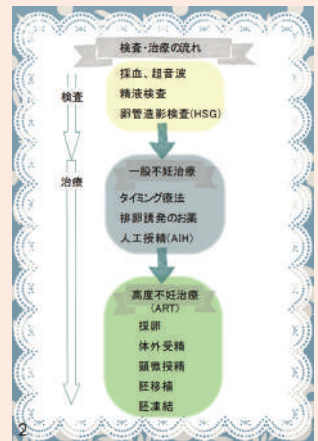
ルの皆様
の皆様の
診療は南館
4階の産婦
人科外来の
ブースを使

日本における生殖医療の状況

現在こどもを持ちたいと考えるカップルの約6組に1組が不妊であると言われています。最近では婚姻年齢が上昇していることから、さらにこの割合は上昇してくるものと思われます。1978年に世界で初めて体外受精（IVF/ET）による妊娠・出産が報告されて以来、生殖補助医療（ART）は発展普及し、現在では難治性不妊治療の中心的な役割を果たしています。我が国でも1983年に東北大学からIVF/ETによる出産例が報告され、2017年には日本で誕生した約94万人の子供の約16人に1人がARTで出生しています。また世界の統計によると、日本はARTの治療周期が最も多く、近年の晩婚化の影響もあり、諸外国と比較して40歳以上の女性の治療周期が非常に多い特殊な状況となっています。

リプロダクションセンターの開設

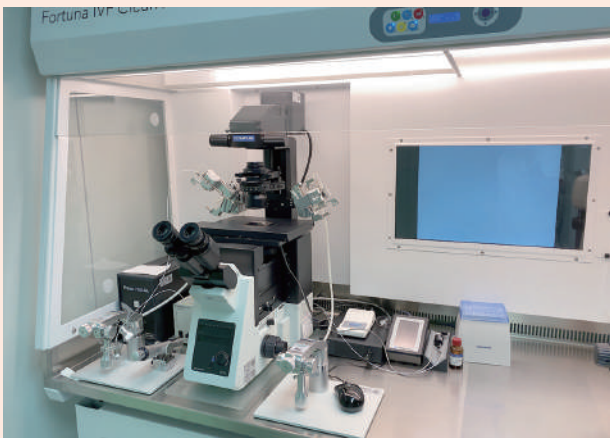
これまで、挙児希望のあるカップルの皆様への診療は南館4階の産婦人科外来のブースを使用してまいりました。い、不妊外来として毎週月曜日と木曜日に診療を行なってきました。これまでも私達も心理的な外傷、長期的に悩まれている挙児希望のあるカップルに対して様々な配慮をしたいと考えておりました。そこで本年4月から産婦人科外来から分離・独立し、東館2階でリプロダクションセンターを開設し、日曜祭日を除いた毎日、診療を行っております。当リプロダクションセンターでは、日本生殖医学会生殖専門医6名が中心に診療にあたり、さらに8月からは男性不妊の第一人者である前独協医科大学埼玉医療センター病院長の岡田弘先生をお招きして月一回（原則第4火曜日午前中 予約制）男性不妊に関する診療を開始しております。また、11月より毎週火曜日の午後（予約制）に子宮鏡外来として子宮内膜ポリープ、子宮内膜炎などの評価と治療を行っております。リプロダクションセンターでは一般の不妊治療からARTなどの高度医療さらには子宮鏡手術や腹腔鏡手術などの外科的な治療に至るまで幅広く対応し、患者カップルのさまざまなニーズに沿った治療を行なってまいります。



当リプロダクションセンターの特色

大学病院であることを生かした専門的な診療と、他科との綿密な連携が特色です。

- ① 同一施設内で産婦人科（生殖医療）・泌尿器科の専門医による最先端の医療を受けることができます。
- ② 不妊治療の際に例えば子宮筋腫、子宮内膜ポリープ、卵巣嚢腫に対する手術が必要になる時はできる限り速やかに対応します。
- ③ 患者カップルの背景や希望等を徹底的に相談し、それぞれのカップルに適したテーラーメイド医療を行って行きます。
- ④ 他科（ゲノム診療科、母性内科、歯科・口腔外科、東洋医学科）との緊密な連携により、合併症を持った方も安心して不妊治療、妊娠管理、出産を行っております。



連絡先…リプロダクションセンター
☎049(276) 1774

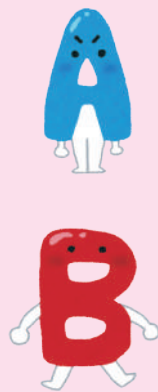
⑤ 妊娠年齢、出産年齢の上昇や生殖医療の多様化によるハイリスク妊娠の増加に対して、当院では出生前診断も含め、女性が安心して妊娠・出産できる高度な成育医療を実践しております。

⑥ 当院には不妊症看護認定看護師が常勤しておりますので不妊の治療方針等、医師の説明だけではなく、詳しい話を聞きたい方に対して不妊カウンセリング（予約制）を行っております。

「学会認定・臨床輸血看護師」という資格制度をご存じですか？

輸血投与の安全策として日本輸血・細胞治療学会では、臨床輸血に精通し安全な輸血に寄与することのできる看護師の育成をめざし、学会認定臨床輸血看護師制度が導入されています。

輸血療法は移植の一種と考えられているように、種々の副作用や合併症を伴い易く、治療を行なう際には深い知識と的確な判断力が要求されます。特に患者さんに最も近いところで輸血に関わる看護師には、輸血に関する正しい知識と的確な看護能力が求められます。



輸血のアレルギーが出やすい患者さんの中にはいますので、輸血開始前に抗アレルギー薬の投与を行ない、副作用対策に努めます。また呼吸困難などの副作用出現時には、酸素投与、レントゲン撮影、利尿剤投与等迅速な対応が必要となります。

この中で看護師が関わる場面は数多くあります。そこで私たち臨床輸血認定看護師の立場として、輸血の

過程での安全性を高めるとともに、多職種に関わる業務がスムーズに行えるように進めていく役割もあります。



さらに、具体的な活動として、病院内で行なわれている輸血治療が各部署において適切に行なわれているか、医師、臨床検査技師、看護師の多職種でチームを組み、院内監査を行っております。監査では、それぞれの職種に対し聞き取り調査を行ない、現状を把握すると共に不足な点や改善点がある場合には、各部署にフィードバックを行ないます。

また、安全な輸血投与を目標として各部署での勉強会を行っています。



今年度はコロナ禍で具体的な活動

は自粛傾向でありましたが、埼玉医科大学病院の安全な輸血療法の一助を担っていただくと考えております。

輸血の課題として、献血に依存している所があります。近年献血者が減少し輸血血液の確保が難しくなっているそうです。

救える命に血液を届けることができよう、献血にご協力下さい。



病院からのお願い

現在、当院では新型コロナウイルス感染症やインフルエンザ等の感染防止のため、来院時に

- ・マスク着用
 - ・体温測定
 - ・手指消毒
- をお願いしております。

また、「診療上不可欠な面会」を除く面会やお見舞いを禁止しております。

なお、病院出入口を一部閉鎖しております。ご不便をおかけいたしますが、感染防止対策にご理解、ご協力をお願い申し上げます。



● 薬剤部

お薬手帳とは？

皆さんはお薬手帳をお持ちでしょうか？薬局で薬を受け取る時に必ず「お薬手帳をお持ちですか？」と声をかけられると思います。お薬手帳は現在使用しているお薬や過去に使用していたお薬などの情報を記録しておくものですが、使い方はそれだけではありません。お薬手帳を有効に活用することで様々なメリットがあります。そこで今回はお薬手帳の活用術をお知らせします。

お薬手帳の活用術！

○医療機関にかかる時は必ず持って行きましょう

病院、クリニック、歯科医院など医療機関を受診する際には必ず持参しましょう。お薬の名前は多数あり、自分で使用している薬の名前や使用量を正確に覚え、伝えるのは大変です。医療機関が服用している薬剤を把握することで、同じような薬剤の重複や、併用に注意が必要な薬剤の処方回避することができます。また、現在使用しているお薬を伝える

ことは、その後の治療を行う上で重要なことです。特に入院時にお薬手帳を持参すると薬の管理がスムーズに行えます。

○アレルギー歴・副作用歴を記載しましょう

薬の情報だけでなく自身のアレルギー歴や副作用歴も記録しておきましょう。アレルギー反応や副作用がでた薬の処方を回避するとともに、新たなアレルギー反応や副作用にも迅速に対応することができます。また、病院で受けた血液検査の結果なども貼っておくと薬を処方してもらう際に役立つことがあります。血液検査の結果によっては飲まないほうがいい薬があるからです。また、検査結果から薬の副作用が判明することもあります。



○市販薬なども記入しましょう

薬の併用や飲み合わせは注意が必要です。病院で処方してもらった薬だけでなく、自分で購入している市販

薬も記入しましょう。またドラッグストアなどで市販薬や健康食品・サプリメントなどを購入する際もお薬手帳を薬剤師に見せることで、飲み合わせによる弊害を防ぐことができます。

○1冊にまとめて管理しましょう

複数の医療機関で薬を処方されている方はお薬手帳を分けず、必ず1冊で管理しましょう。手帳を1冊で管理することにより医療機関間の重複処方を防ぐことができます。

○お薬手帳は持ち歩きましょう

お薬手帳を常に持ち歩くことで、旅先で倒れた時、災害時に薬が服用できなくなり体調不良になった時にも、自分が使用している薬の名前や使用量を正しく伝えられるので役に立ちます。

○気になる事や体調変化を記入しましょう

薬についての疑問点や質問事項は手帳の余白部分に記録しておきましょう。聞き忘れや伝え忘れを防ぐことができます。また、体調についての気になることも記録し医師・薬剤師に伝えることで薬の効果判定や副作用の早期発見に役立ちます。

まとめ

これらの活用術を参考に、自身の使用している薬や体調を把握するだけでなく、お薬手帳から得られる情報を確認することで、医師や薬剤師もより適切な判断ができるようになります。さらに、2016年4月の診療報酬改定により、条件を満たせば（6カ月以内に同じ薬局（門前薬局以外）で薬を調剤してもらったとき）お薬手帳を薬局に持参することで医療費が安くなるようになります。また、最近ではスマートフォンアプリ機能でお薬手帳を管理することもできます。

このように様々なメリットあるお薬手帳を有効活用しましょう。

連絡先・薬剤部
☎049(276) 1111



新型コロナウイルスに対する当院の検査体制についてご紹介

現在、新型コロナウイルス感染症(COVID-19)の拡大により、日常生活は大きく変化し、生活様式も変わりました。しかも、更なる感染拡大が懸念されます。そのため、適切かつ迅速な検査の実施が非常に重要です。そこで、埼玉医科大学病院中央検査部における、新型コロナウイルスに対する検査体制についてご紹介いたします。

新型コロナウイルスとは

新型コロナウイルスは、SARS(重症呼吸器症候群)ウイルスの近縁種であり、SARSCoV-2と呼ばれております。新型コロナウイルスは1本鎖のRNAをもち、生存に必要な最低限度のパーツでウイルスが構成されており、非常にシンプルな構造をしております。

検査について

当院では医師がCOVID-19を疑った場合、速やかにPCR検査及び抗原検査が実施できる体制を維持しています。

① PCR検査

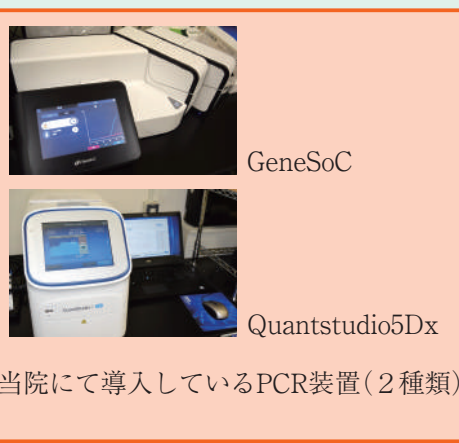
PCR検査は現在2種類の機器を用いて運用しています。いずれも、PCR検査に先立って、鼻腔ぬぐい液から、慎重にウイルスRNAを取り出す作業(RNA抽出)が必要です。



安全キャビネット内での作業風景 (検体からウイルスの抽出の準備)

この操作は、検査室内での感染防止のため、安全キャビネットといわれる箱の中で行います。厳重な検体取り扱いと、細心の注意が必要です。ウイルスRNAの抽出後はPCR

検査となります。試薬の調整後、PCR装置でウイルス遺伝子を増幅し、ウイルスが存在するかどうかを判定します。当院では短時間でPCR検査の結果が判明できる超高速PCR (GeneSoC) 検査と、通常のPCR装置を使用する検査を駆使しています。少しでも早く確実に診断へと繋がるよう努力しています。

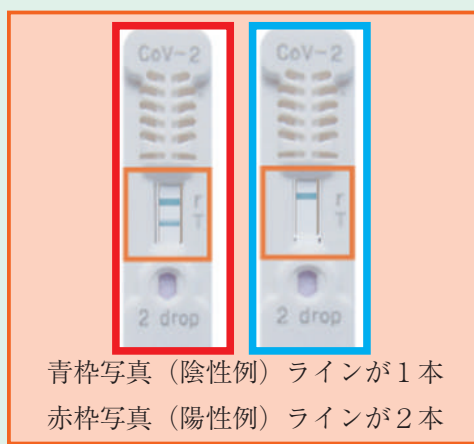


当院にて導入しているPCR装置(2種類)

② 抗原定性検査

新型コロナウイルス検査は、従来から一般の医療機関で広く実施されているインフルエンザ検査と同様の簡易検査です(イムノクロマト法)。複雑な機材を使用せず、すぐに検査を実施できるメリットがあります。しかしながら、この抗原検査では、診断

感度がPCR検査に劣るといってデータもあり(8月18日現在)、当院ではPCR検査が主に用いられています。なお、抗原検査の結果判定時間は約50分です。



青枠写真(陰性例) ラインが1本
赤枠写真(陽性例) ラインが2本

今後の検査体制について

新型コロナウイルスの検査はまさに日進月歩であり、次々に新たな検査法が開発されております。最近では、一度に多くの検査ができる新しい抗原定量検査が登場し、PCR検査と同等の診断能力があると報告されており、さらなる検査体制の強化が期待されます。

当院中央検査部では、引き続き新型コロナウイルスに対する検査体制の強化に努めてまいります。

検査一口メモ MRI 検査室からのお知らせ

中央放射線部

2019年7月よりMRI検査室がMR棟から本部棟地下2階に移転しました。この移転に伴い、最新鋭の3.0テスラMRI装置（フィリップス社製・Ingenia Elition 3.0T）を導入し運用しています。テスラとは磁場の強さを表しています。3.0テスラの高い磁場強度により、微小病変がより見やすくなります。これにより脳、脊椎、関節軟骨、血管、心臓などを含め全身のより高精細な検査を行うことができます。

今回はこのMRI装置の特長について紹介したいと思います。

《患者さんの快適性》

今回導入したMRI装置は、検査中に入るトンネル（開口径71cm）の大きさが広くとても開放的であり、圧迫感を減少させ、患者さんの不安を和らげます。また寝台テーブル上のマットレス（ComfortPlus Matless）は標準的なマットレスと比較して、より患者さんの快適性を追及したマットレスとなっています。



《最新技術》

・高速撮像法（Compressed SENSE）
今回導入されたMRI装置は新たな技術も搭載された装置となっております。高速撮像技術によりMRI検査全体の撮像時間を短縮することが可能です。この撮像法では画質劣化を抑え、撮像部位によっては従来よりも、約2倍の高速化が可能です。また息止めの回数や、息止めの時間を短縮することができ、患者さんの負担はより少なくなりました。これにより息止めの失敗が大幅に減少しています。



頸椎撮像
2分46秒



頸椎（高速撮像法）
1分40秒



非造影血管撮影画像

・非造影血管撮影（REACT）
造影剤を使用せず、5分程度の撮像時間で心臓のタイミングに合わせられる方法になっています。静脈も描出されますが、動脈と静脈の分離が可能です。
このような、優れた特長をもったMRI装置が本部棟地下2階に新しく設置されました。

埼玉医科大学アスリートクラブ男子駅伝部 ニューイヤー駅伝出場決定

● 医務部



埼玉医科大学アスリートクラブ男子駅伝部の皆さん

総合順位	タイム	チーム名
優勝	3:36:43	富士通
2位	3:37:09	GMO インターネットグループ
3位	3:38:00	Honda
4位	3:39:38	ヤクルト
5位	3:39:40	日立物流
6位	3:39:47	カネボウ
7位	3:40:49	JR 東日本
8位	3:41:22	コニカミノルタ
9位	3:42:17	サンベルクス
10位	3:43:20	埼玉医科大学 G
11位	3:43:56	ND ソフト
12位	3:44:00	コモディイイダ 以上全日本大会出場
13位	3:44:41	八千代工業
14位	3:45:09	プレス工業
15位	3:45:20	小森コーポレーション
16位	3:45:40	警視庁
17位	3:47:50	自衛隊体育学校
18位	3:49:02	ラフィネグループ
19位	3:52:57	新電元工業
20位	4:01:26	NTT 東京
21位	4:07:08	TRACK TOKYO
22位	4:17:59	JP 日本郵政グループ東京
途中棄権	-	SUBARU

区間	選手名	タイム	区間順位	通過順位
1区(13.4km)	三田 真司	39分34秒	17位	17位
2区(8.4km)	ワンプア タイタス	22分57秒	4位	9位
3区(16.8km)	内田 健太	49分28秒	14位	13位
4区(8.4km)	長山 瑞季	24分20秒	8位	12位
5区(8.4km)	島田 匠海	24分43秒	9位	10位
6区(8.4km)	山口 弘晃	25分01秒	14位	10位
7区(12.6km)	川田 裕也	37分17秒	10位	10位

埼玉医科大学アスリートクラブ男子駅伝部が東日本実業団駅伝で10位入賞しました。

11月3日(火・祝)熊谷スポーツ文化公園陸上競技場にて第61回東日本実業団対抗駅伝競走大会が行われました。

今年は新型コロナウイルスの感染防止として公道を使用せず、公園内

の特設コースでの開催となり、23チームが参加しました。(公園内周回コース7区間・76・4km)

この大会は来年元日の第65回全日本実業団対抗駅伝競走大会(ニューイヤー駅伝・群馬県)の予選を兼ねており、上位12チームまでが出場できます。

埼玉医科大学アスリートクラブ男子駅伝部は創部4年目、3回目の挑

戦で過去最高の総合10位に入賞し、ニューイヤー駅伝の出場を決めました。

当院の医務部には6名が在籍しており、普段は受付や会計業務を行いながら練習に励んでおります。今年度は新型コロナウイルスの影響で業務が多忙になったことや、練習も思い通りにできないなかでの快挙となりました。

皆様からのたくさんの方の応援をいただき誠にありがとうございます。引き続きニューイヤー駅伝へのご声援を宜しく願いたします。

ニューイヤー駅伝は令和3年1月1日(元旦)午前8時30分よりTBSテレビにて放送されます。

栄養一口メモ

栄養部

冬はお鍋で野菜を食べよう

《野菜の摂取足りていますか?》

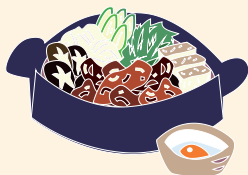
令和元年の国民健康栄養調査の概要から、10年前と比較し、有意な差はないですが野菜の摂取量はやや減少しているようです。

野菜にはビタミンやミネラルなど体調を整えるのに欠かせない栄養素が多く含まれ、低カロリー。野菜は毎日の食卓に取り入れたいものです。

野菜の摂取量は20代が一番少なく、70代以上が一番多い結果となっており、その差は約100gと、若い世代で野菜摂取が減少しています。

一人暮らしの人でもお料理が苦手な人でもお鍋なら手軽に野菜が食べられるのではないのでしょうか?

最近では、鍋の素の種類も増え、一人分ずつになっている物や味のバリエーションも豊富になっています。



※食塩の平均摂取量(20歳以上)
 平成21年 男性:11.6g 女性:9.9g
 令和元年 男性:10.9g 女性:9.3g
 目標量 男性:7.5g/日 女性:6.5g/日

※野菜の平均摂取量(20歳以上)
 平成21年 男性:303g 女性:288g
 令和元年 男性:288g 女性:273g
 目標摂取量 :350g/日

栄養成分表示の見方

平成27年より一般用加工食品、添加物には栄養成分表示が義務付けられています。

そのため、多くの食品には栄養成分表示があります。

パッケージの裏側や側面などに表示があるので、確認してみましょう。

表示形式は、100gあたり、1製品あたり、1個あたり等、様々な記載があるので、そちらも確認して商品を選びましょう。

エネルギー	21kcal	炭水化物	2.3g
たんぱく質	1.3g	食塩相当量	2.8g
脂質	0.7g		



塩分が多い時は白いご飯で食べて、雑炊は翌朝の朝ごはんに!!



《塩分のとり過ぎにはご用心!》

野菜はしっかりと食べたいのですが、味を濃くしてしまうと沢山食べる分、塩分も多く摂取してしまうこととなります。

食事摂取基準2020版では、食塩の目標量が引き下げられ、疾患のない健康な方の目標量が上記の数字となっています。高血圧や心疾患、糖尿病など減塩が必要な疾患がある場合の目標量は、1日6g未満です。鍋の素の場合、味の種類によって大きく塩分が異なるようです。栄養成分表示を活用して、上手に野菜を取り入れていきましょう。

栄養相談をご希望の方は、主治医にご相談下さい。個別相談承ります。