

# 「あじ」

BELIEVE

2004  
新緑号  
VOL.9

## 最新の医療機器を 導入しています

- シリーズ**情熱の白衣**  
ナースレポート
- 大阪赤十字病院  
95年のその時
- ふしぎ自然紀行  
「干潟の鳥たち」



●本年度の表紙絵は、昭和46年(1971)埼玉県生まれの清水慶武さんの作品を掲載します。清水さんは2001年より、嵐山四季の家 Up Don Donに所属し、絵画制作を開始され、制作年数は少ないものの優れた作品を制作されています。埼玉県比企郡嵐山町にある嵐山四季の家は、山や川、自然に恵まれた環境の中にあります。50名の障害のある人たちが暮らしをともにしています。施設でずっと畑作業を行っていた影響もあって、作品のすべては植物がモチーフになっています。1作品を30分～1時間くらいで描きあげてしまいます。

＜大阪赤十字病院は作品掲載を通じてバリアフリーを推進しています＞

## +

科目	曜日	月	火	水	木	金	備考
消化器科		津村 福山 大鶴 友野 那須 蜂谷 辻 友野 辻 福山 友野 友野 大崎 杉之下 圓尾					
		津村 福山 大鶴 辻 那須 大崎 杉之下 福山 大崎 杉之下 蜂谷					全て予約制
糖尿内科		隠岐 武呂 田中 隠岐 政次 政次					
		隠岐 武呂 田中 隠岐 政次 政次					全て予約制
内分泌内科 肥満		田中 隠岐 武呂 政次 武呂 田中 隠岐 武呂 政次 武呂					
		田中 隠岐 武呂 政次 武呂 田中 隠岐 武呂 政次 武呂					全て予約制
血液内科		通堂 渡邊 諫田 赤坂 有馬 赤坂 有馬 通堂 渡邊 諫田					
		赤坂 有馬 通堂 渡邊 諫田 赤坂 有馬 通堂 渡邊 諫田					全て予約制
肝臓内科		喜多 大崎 木村 国立 国立 喜多 大崎 木村 国立 国立					
		喜多 大崎 木村 国立 国立 喜多 大崎 木村 国立 国立					全て予約制
免疫・リウマチ 内科		竹内 竹内 竹内 竹内 竹内 竹内					
		竹内 竹内 竹内 竹内 竹内 竹内					全て予約制
腎臓内科		坂井 宮本 南方 南方 宮本 宮本 南方 坂井 宮本 南方					
		坂井 宮本 南方 坂井 宮本 南方 宮本 南方 坂井 宮本 南方					全て予約制
循環器科		伊藤 田中 伊藤 滝本 垣田 林 牧田 稲田 桂川 田中					
		伊藤 田中 伊藤 滝本 垣田 林 牧田 稲田 桂川 田中					全て予約制
心臓血管外科			南 南 南				
			南 南 南				全て予約制
小児科		新居 金岡 田中 新居 金岡 山本 住本 葭井 濱田 葭井 田中 濱田 山本 住本 田中					
		新居 金岡 田中 新居 金岡 山本 住本 葭井 濱田 葭井 田中 濱田 山本 住本 田中					
外科		端 亥埜 横井 三木 井ノ本 亥埜 東山中島 有本 浮草 鍛 山中 大久保 鍛井本 東山					
		端 亥埜 横井 三木 井ノ本 亥埜 東山中島 有本 浮草 鍛 山中 大久保 鍛井本 東山					
整形外科		吉田 大浦 富原 牛尾 浅野 富原 牛尾 大浦 富原 吉田					
		吉田 大浦 富原 牛尾 浅野 富原 牛尾 大浦 富原 吉田					
リハビリテーション科	担当医	担当医	担当医	担当医	担当医		
脳神経外科		担当医 岡本 担当医 岡本 伊藤 伊藤 岡田 新田 小室 再診は予約制 岡田 小室 橋本					
		担当医 岡本 担当医 岡本 伊藤 伊藤 岡田 新田 小室 再診は予約制 岡田 小室 橋本					

※異動等により変更になる場合があります。下記ホームページの各診療科のご案内をご覧くださいか、各科外来にお問い合わせ下さい。

### ■受付時間(月～金)〈診療開始は午前8時45分からです〉

- 初診の方……………月曜日～金曜日/午前8時30分～午前11時30分
- 再診の方……………月曜日～金曜日/午前8時45分～午前11時45分

### ■診察券は…

- 診察券は全科共通で永久に使用いたします。ご来院時には必ずお持ちください。

## 外来診療担当表

□午前診療 □午後診療

科目	曜日	月	火	水	木	金	備考	
神経内科		金田 鷺田 安井 鈴木 加藤 鷺田 安井 加藤 金田 鷺田 鈴木 加藤 金田 加藤 鈴木					全て初診のみ 全て再診のみ 全て再診のみ	
	呼吸器科		吉村 久保 網谷 西坂 若山 網谷 田原 若山 田原 吉村 西坂 網谷 久保 玉置 黄					
			吉村 久保 網谷 西坂 若山 網谷 田原 若山 田原 吉村 西坂 網谷 久保 玉置 黄					
呼吸器外科		弘野 渡辺 田中			中出			
産婦人科		松本 姫野 松本 関山 三瀬 木下 馬場 木下 木下 馬場 関山 関山 姫野 三瀬 松本					産科・助産師外来 婦人科外来 婦人科外来	
	泌尿器科		金子 西村 大森 西村 大森 寺田 寺田 北原 金子 北原				全て予約制 午後は予約制	
眼科		柏井 柏井 正井 柏井 田口 小松 担当医 旗・村 担当医 稲谷 木村 担当医 田口 担当医 正井 稲谷 小松						
	耳鼻咽喉科 気管食道科		森 堀江 岸本 森 箕山 岩永 箕山 岩永 岸本 森 柿木 堀江 堀江 柿木 柿木 堀江 担当医 堀江					
皮膚科			高瀬 堀口 堀口 荒木・高瀬 堀口 玉城 太田 玉城 玉城 荒木 荒木 高瀬 荒木 高瀬					
		堀口・玉城					全て予約制	
形成外科		心石 橋本 柴田 心石 柴田						
精神神経科		吉田 早川 麻生川 土戸 吉田 麻生川 土戸 吉田 早川 早川 担当医 担当医 担当医 麻生川 土戸						
	放射線科		小嶋 藤堂 清水 小嶋 藤堂 診断 石垣 石垣 石垣 石垣 石垣 治療 清水 (外科) 藤堂 (内科・福山) 石垣 検査(透視) 藤堂・清水 清水・小嶋 清水・小嶋 小嶋・藤堂 清水・小嶋 検査(CT) 小嶋 清水 小嶋 藤堂 藤堂 検査(MR) 小嶋 藤堂 (循環器科) 小嶋 清水 検査(RI) 清水 検査(血管造影)					
		清水・小嶋 藤堂・清水 清水・小嶋 小嶋・藤堂 藤堂・清水 検査(CT) 藤堂 石垣 清水 小嶋 検査(MR) 小嶋 藤堂 (循環器科) 小嶋 清水 検査(RI) 小嶋 清水 検査(血管造影)						
歯科 口腔外科			鹿野 杉立 蛭庭 担当医 蛭庭・鹿野 杉立 蛭庭 杉立 杉立 蛭庭 鹿野 鹿野					全て初診のみ 全て再診(予約制) 全て再診(予約制)
			鹿野 杉立 蛭庭 担当医 蛭庭・鹿野 杉立 蛭庭 杉立 杉立 蛭庭 鹿野 鹿野					

### ■保険証等は…

- 保険証、医療証等は月に1度窓口で確認させていただきます。また、変更・更新の際は必ずご提出ください。

お問い合わせ ☎06-6774-5111 (代表)

＜大阪赤十字病院に関すること＞ <http://www.osaka-med.jrc.or.jp/>  
＜赤十字全般に関すること＞ <http://www.jrc.or.jp/>

血液内科は、血液のガンと言われる白血病・悪性リンパ腫を代表とする血液やリンパ節の病気を治療しています。この分野は診断・治療の進歩が著しく、従来治療が難しいといわれていた白血病などの重い病気も造血幹細胞移植（いわゆる骨髄移植）などの治療法により、一定割合で治癒し社会復帰することが可能となつてきています。当院では骨髄移植時や化学療法後の白血球減少による感染症防止のために、完全無菌室2床、準無菌室14床を設置するなど、万全の体制をとって診療にあたっています。また、平成15年10月には臍帯血バンクの認定施設となり、11月には臍帯血移植が実施されました。

# ご存じです科? 6

各診療科のご案内  
血液内科

白血病を始めとする難治性血液疾患に対して、骨髄移植が行われているのはご存知のことと思います。テレビのCMやインターネットでは、骨髄バンク登録を呼びかけ、夏目雅子が繰り返し登場しています。その中で問題となるのは他人の造血細胞が自分の体になじむか

どうかを決定する遺伝子、HLAが致するドナーが見つからないことがある、という点。大阪赤十字病院にも、血縁骨髄バンクにドナー適合者がいないため移植をあきらめざるを得なかった方は今までたくさんいらっしゃいました。そのような中、最近、注目されているのが

臍帯血（さいたいけつ）移植です。臍帯血とは赤ちゃんの（そのお）の中にある血液のことです。この中に含まれている造血細胞は、骨髄の中の造血細胞よりも増殖能力が旺盛で細胞数が骨髄移植の1/10でも可能です。また赤ちゃんの細胞の方が、大人より柔軟性があり誰にでもなじみ易いと考えるのとわかりやすいと思えますが、骨髄移植と違い、HLAが完全には一致していても半分一致していれば移植が可能といわれています。その上、ドナーに負担がかりません。日本では、1997年2月に非血縁者間の臍帯血移植が初めて行われましたが、以降わずか7年の間に臍帯血移植の件数は増加が著しいもので、2000年には非血縁者間骨髄移植/699例、非血縁者間臍帯血移植/169例であったものが、現在2003年には骨髄移植数は変化していない一方臍帯血移植570例と骨髄移植数に到達しそうな勢いで増加しています。また大部分は成人に対する移植が占めています。

わが大阪赤十字病院も昨年10月16日臍帯血移植施設に認定され、11月13日、第1例目の臍帯血移植を行いました。今回は北海道臍帯血バンクに、その患者さまにとって一番良い臍帯血が保存されていたため、その臍帯血に決定しました。北海道臍帯血バンクに日帰りで行き、液体窒素の容器からわずか10cm×20cmほどの容器を取り出し、電気シャポットのような携帯用液体窒素の容器に移し替えてもらいました。そしてその臍帯血と一緒に飛行機に搭乗。あたかも本当の赤ちゃんのように、臍帯血用隣に座席を1個確保してもらい、仲良く一緒に大阪まで帰ってきました。

臍帯血輸注当日は、ほんの少しの臍帯血を大事に大事に点滴ルートより直接ゆつくり静注しました。わずか数分のこと

でしたが、臍帯血がこうして北海道から海を渡ってこられたと知り、そして患者さまの骨髄の中であらたに誕生するのだと思うと実に感慨深いものがありました。

移植を受けた患者さまは移植後も重篤な合併症はなく、移植後16日無事生着し、現在も元気にされています。臍帯血移植は先ほども述べたように、はじめて数年しかたつておらず、骨髄移植と比較してまだまだ未知の領域が残されています。しかし、血縁、骨髄バンクにドナー適合者がいない人にとつては福音ともいえるものです。お母さんとその赤ちゃんからの善意で分けたいいただいた臍帯血によって、一人でも多くの患者さまに治って頂けるように、私たちも全力で頑張りたいと思っています。



# 最新の医療機器を導入しています

新本館への移転に合わせ、いろいろな新しい医療機器が当院に導入され、診療の場で活躍しています。今回はそのうちの最新鋭の機器とその働きをみなさんにご紹介したいと思います。

当院の放射線機器 ■放射線科部長 藤堂義郎

## 短時間の撮影でわずかな病変も発見することができます。

CTとは?…CTは“Computed Tomography＝コンピューター断層撮影装置”の略で、人体に多方面からX線を放射し、体内の各組織のX線吸収値をコンピューターで計算処理して身体の輪切り(断層)画像を作成します。当院で使用しているCT装置は…当院では16チャンネルマルチスライスCT (GE社製)という最新鋭の装置を導入しています。この装置は従来のCTと比較して9倍以上の速さで撮影ができ、**広範囲の部位の撮影も短時間で終了**できます。胸腹部の撮影時の**息止め**、従来の装置で約30秒かかっていた撮影が、この装置では**4秒で撮影**することが可能となり、患者さまの検査中の負担を飛躍的に軽くすることができ、**X線被曝量も低減**しています。また、**短時間の撮影で立体画像**を作ることができ、非常に詳細な情報を得ることができるので**発見することの難しかった肺腫瘍などのわずかな病変も発見**することが可能になっています。

## MRI検査に抵抗のあった方にも、安心して受けていただけるMRI装置があります。

MRIとは?…MRIは“Magnetic Resonance Imaging＝磁気共鳴画像”の略で、強い磁場の中で人体に電磁波を当てると体内の水分や脂肪などから信号が出るという現象を利用し、得た信号をコンピューターで処理して体内を映像化したものを言います。<MRIの長所> MRI検査は**放射線を使わない**ので身体に影響がありません。また、患者さまに**移動いただくことなく、全身のあらゆる方向(縦、横、斜め)から体の断面の写真を撮影**することができる検査です。**脳の血管の撮影などは造影剤を使用せずに簡単に検査**ができ、**脳ドックでの撮影**などに利用されています。<MRIの短所> MRI検査は強い磁場を発生させるため、機器には磁石が使用されています。この磁石が身体に影響することはありませんが、心臓ペースメーカーを使用されている方は検査が受けられません。妊婦または妊娠の可能性のある方も同様です。また、従来のMRI装置は狭い筒の中に入っていき検査で、閉所恐怖症の方は検査を受けられない場合があります。当院で使用しているMRI装置は…  
●最先端の**画像診断装置** (フィリップス社製)を設置しています。従来の装置では場合によっては血管の撮影を行うために造影剤を使用することもありましたが、この装置では必ずしも使用しなくても検査できます。また従来の装置では非常に難しかった心臓検査など、可能な検査の種類が増えました。**検査時間も非常に短縮**することができるので、**撮影時の息止めなど患者さまの負担を大幅に軽減**しています。  
●**オープン型のMRI装置** (HITACHI社製)を設置しています。この装置は従来の筒型ではなく横の空間が広いので圧迫感がなく、**狭い所が苦手な方や小さなお子様、お年寄りの方でも安心して検査**を受けていただくことができます。小さなお子様のそばにお母様が付き添っていただくこともできます。

## より精密な病状が把握でき、確実な診断と治療が行えます。

アンギオとは?…アンギオは正式には“アンギオグラフィー”といい、血管造影装置のことをいいます。血管造影検査とは、カテーテルと呼ばれる細い管を足または腕の血管から挿入し、目的部位の血管まで挿入していきます。目的の部位までカテーテルを挿入したら、造影剤を注入して血管を撮影し、血管の状態をみる検査です。では、**血管造影検査で何を調べるのでしょ**う…頭部の検査では、**脳動脈瘤などの脳血管障害、脳腫瘍などの病気**がわかります。心臓の検査では、心臓の形や機能、心臓の血液の流れなどを見ることができ、**狭心症や心筋梗塞など心臓血管の診断・治療に効果**があります。腹部の検査では、腹部の血液の流れを見て、**肝臓・腎臓・脾臓などの疾患**の状況を調べます。また、“IVR＝インターベンショナル ラジオロジー”といって、検査と同時に、挿入したカテーテルを利用して薬剤を患部に直接注入したり、狭くなった血管を広げたり、体内の出血を止めるなどの治療行為を行うことができます。当院で使用している**アンギオ装置**は…当院ではIVR-CTアンギオシステムを採用しています。このシステムは、X線による影絵と、CTによる輪切り画像を一つの装置で撮影できるシステムで、**カテーテルやチューブを挿入したままの患者さまにCT室と血管造影室を移動**していただくことなく、より精密な病状を把握でき、**確実な診断と治療**が行えるようになっています。また“DSA (デジタル サブストラクション アンギオグラフィー)”と言ってコンピューターで画像処理することにより、**血管だけを観察**することができる機能も搭載し、従来よりも**安全に、そして患者さまの苦痛の軽減**をはかっています。



## 胃カメラが楽にできる極細径内視鏡

■消化器科医師 岡尾隆典

このたび極細径内視鏡を導入いたしましたのでご紹介いたします。

- ①**極細径内視鏡とは**  
フジノン東芝社が開発した直径5.9mmの非常に細い内視鏡のことです。従来の内視鏡の直径が11mmですから、半分近い細さです。
- ②**細いから飲み込みやすい**  
細くて飲み込みやすいので、鎮静剤注射しなくても楽に検査が受けられます。
- ③**鼻から入れるのもっと楽にできます**  
極細径のメリットを生かして鼻から入れることが可能です。鼻から入れると舌の付け根を押さえないで胃に入れるので、ゲーという嘔吐反射がでにくく検査がさらに楽になります。鼻の病気で鼻づまりの強い人では、鼻から挿入できない場合があります。
- ④**細いけれど必要な機能は装備されています**  
内視鏡で観察した際に生検といった、病変から組織をつまんで病理検査に出す場合があります。病気の正確な診断には欠かせない検査です。この生検もきちんとできます。
- ⑤**精密検査には不向き**  
細い分、光量が少なくやや暗いため、精密な検査には向きません。精密検査には従来の内視鏡を使用したほうがよいでしょう。

当院では内視鏡検査の際、鎮静剤を注射して楽に検査を受けていただけるよう努力してまいりました。お蔭様でたくさんの方々に喜んでいただき検査の件数も増加しております。今回、より楽な検査を目指していち早く新しい内視鏡を導入することにより、鎮静剤の使用できない患者さまにも楽に受けていただけるような体制になりました。極細径内視鏡を使った検査は従来の内視鏡検査のイメージを一新する画期的なものです。これまで内視鏡検査に抵抗のあった方にとくに勧めたい検査です。極細径内視鏡を使った検査は1日5～6人までとなっておりますので、検査予約の際にお申し付けくださいますようお願いいたします。

# 食習慣の改善 「高血圧」と食事



高血圧を改善するためには、生活習慣の修正が重要となります。主なものとして、①食塩制限、②標準体重、③アルコール制限、④コレステロールや飽和脂肪酸の摂取制限、⑤運動療法、⑥禁煙などが挙げられます。軽症高血圧であれば、これらの改善により、正常化する場合もあります。食事におけるポイントは、次のとおりです。

## ●高血圧における食事療法のポイント

**●食塩制限**  
高血圧の成因にナトリウム(食塩)の過剰摂取が関与していることは、今日までの疫学調査などにより明らかになっています。特に食塩感受性高血圧の場合、減塩によるナトリウムの摂取制限が第一に必要となります。平成9年の国民栄養調査では、食塩摂取量は1日13gを超えており、世界的にみてもトップクラスです。高血圧予防のためには1日10g以下、軽症で1日7g以下、中程度で1日5g以下、重症では5g以下とされています。食塩摂取量を控えるには次のようなことに注意しましょう。

### 食塩制限における注意点

- (1) 漬物、塩蔵類、汁物、加工品を控える  
塩分含有量が高いので控えるようにしましょう。また、汁物は1日1回を限度にし、具だくさんにしましょう。具だくさんにすることにより、栄養バランスもよくなり、具が多いために汁の量が減り、減塩効果につながります。
- (2) 調理の工夫で、無理なく減塩  
調味料のうち、塩・しょうゆ・ソース・みそ等は塩分を多く含むので、できるだけ少なくするようにしましょう。一般的に調理の際、味見をして「おいしい」と感じるようでは、塩分が多いと考えられます。「ちょっとすいかかな?」というくらいで丁度です。
- (3) 減塩といえどほどほどに  
減塩しょうゆ、減塩みそ、減塩〇〇といったものを、よく見かけるようになりました。減塩だからと安心して、摂取量が増えては意味がありません。減塩といえどほどほどにしましょう。

## ●摂取エネルギーの制限

肥満者に高血圧が合併しやすい。肥満の場合は、減量により血圧を低下させることができます。標準体重(身長(m)×22)をこえないように注意しましょう。過食、油物には注意しましょう。また、ゆづりよく噛んで食べることも重要です。

## ●食物繊維を十分に

食物繊維は、ナトリウムを体外に排泄する作用があります。食物繊維の観点から見て野菜は、1日100g、両手のひら二杯以上をゆづりましょう。また、果物や海藻に含まれる水溶性の食物繊維も効果が高く、果物は1日1回を目安として摂取しましょう。海藻はエネルギーがありません。しかし、塩分を含みますので注意しましょう。

## ●アルコールはほどほどに

アルコールを摂取した直後は、血管の拡張により血圧を下げますが、継続的に摂取すれば血圧を上昇しやすくなります。実際に、過飲酒者に高血圧は多く発症しています。一般的にはビールなら1日1本、日本酒では1合程度が適量です。また、週休2日の休肝日」を設けるようにしましょう。



MASAHIKO NII 新居正甫 副院長、小児科部長

**PROFILE**  
昭和16年1月1日、徳島県生まれ。昭和34年徳島県立城南高等学校卒業。昭和36年、ある医院に書生として住み込み。昭和40年京都大学医学部入学。昭和45年同大学医学部卒業。昭和48年5月大阪赤十字病院小児科勤務。昭和50年5月愛媛県市立市立病院小児科勤務。平成6年小児科部長に就任。平成16年4月に副院長に就任。現在に至る。

# 医師として患者さまを癒し、 遍路によって、安らぎを得る。

書 生を経て、自分独りの力で医大入学。小児科医に。

書生。現在ではほとんど聞かれなくなった言葉である。新居医師は4年間、書生として過ごした経験を持つ。



昭和36年、女手ついで育ててくれた母を病気で亡くした新居医師は、医学の道に進もうと思ったそうである。新聞の求人欄に「書生募集」の広告を見つければ、故郷の徳島市を離れて、奈良県内のある医院に住み込んだ。20歳の時のことである。内科・精神科のその医院で、朝6時から夜9時まで、さまざまな仕事をこなした。そして、夜は受験勉強に励んだという。

## ●遍路により、生きていくうちに涅槃に至ることが目標。

新居医師は、3年前、還暦を迎えたのを機に四国八十八カ所巡りの遍路を始めたそうである。これまでに足を運んだ社寺は38カ所。白衣、すげ笠、杖のいでたちで、野宿の支

ひとお。「うらいですよねえ」としみじみとした口調で語ってくれた。

「国立大学で一番、入学金・学費の安いのが京大だったんですよ」。書生時代に、学費はもちろん、在学中の生活費もある程度貯金してから医大生になったわけである。「誰も助けてくれないから仕方ない」と笑いながら話してくれたが、どれほどの苦労をしたことだろうか。小児科を選んだのは、「子どもが好きなから」。医師としてつらいのは、言うまでもなく患者さまが亡くなった時。内科と比べると、小児科の患者さまが亡くなることは少ないだけに、つらさは



遍路のいでたちの新居医師。(高知県梶野多郡大方町入野にて。)

度をした5〜7kgの荷物を背に1日16〜30kmくらい歩く。「歩いている時は、仕事のことも忘れて、何も考えていない。無心ですね。急に饑舌になり、「いくらでもしゃべれる」と笑う。

遍路中は、いろいろな人に会える。お互いに名乗らず、肩書きや身分に関係なく話ができるのも楽しい。しかし、それ以上に「安らぎを得られる」ことが、新居医師にとっての遍路の魅力だろう。医師の仕事は患者さまを癒すこと。生命にかかわるだけに、そのストレスは私たちの想像を絶するものがあるに違いない。「生きていくうちに涅槃に至る、つまり安らぎの境地に到達することが目標」と言う新居医師は、遍路に出ることで、医師として新たな活力を得ているのかも知れない。

最後に副院長としての今後の抱負を聞くと、「新しい病院に合う体制作りを協力していきたい」と答えてくれた。新居医師が目指すのは、患者さまにとっても、医師、看護師を始めとする職員全員にとっても快適な病院の仕組み作り。二日も早く実現されることを期待したい。

# 大阪赤十字病院95年のその時

## 献血運動と、血液センターの開設

現在、大阪府には3カ所の赤十字血液センターと9カ所の献血ルームがあり、これ以外に毎日18台の移動献血車が稼働しています。

血液センターの前身である大阪赤十字病院付属大阪輸血研究所が、当院内に誕生したのは昭和31年のこと。東京に、日本赤十字社東京血液銀行業務所が開業してから4年後で

した。当時、ほかにも血液銀行がありましたが、それらのほとんどは供血者から血液を買い入れ、保存血液として各病院に売られていたという現状だったのです。昭和37年、大阪輸血研究所は当院から独立し、大阪府赤十字血液銀行と改称。買血全盛の時代でし



たが、血液不足を招くのを覚悟のうえで、全国に先駆けて買血を中止し、献血(預血的運用を含む)へと一本化しました。その前年の「院友」(職員の会報誌)には、「ある入院患者さんから「私達輸血を受けた患者から預血、献血をPRしよう」という話を聞きました。早速院内には趣意書を配布しましたが、こうした処から徐々に現在の制度が改善されてゆかねばならないと思います」という一文が載っています。

昭和39年、大阪赤十字が従来の献血運動を展開。大阪府献血・預血推進月間の運動とあいまって大きな盛り上がりを見せ、同年8月に政府は献血の推進について閣議決定を行いました。献血受け入れを委託された日本赤十字社は、全国に血液センター規則を制定し、全国に血液センターの開設を進めたのです。そして、大阪府赤十字血液銀行も、現在の「大阪府赤十字血液センター」という名称に改められたというわけです。

## ナースレポート 心ゆれる日々

9

### 「看護の本質」を 学生たちに伝えていきたい

ふたぢわかこ 二川和可子



昭和49年1月29日、長崎県生まれ。平成4年3月長崎県立長崎高等学校卒業。平成7年3月大阪赤十字看護専門学校卒業。同年4月大阪赤十字病院9号病舎配属。平成10年東2階病舎に配置転換。平成12年日本赤十字看護専門学校修了。1年間研修。平成13年4月より大阪赤十字看護専門学校専任教師として配属。平成11年に結婚。

小学2年生の時に亡くなった父は、私に「医者か弁護士になつてほしい」と言っていました。でも、学力的に無理で(笑)、看護師を意識し始めたんです。やさしいイメージへの憧れもありました。それが看護師になるきっかけですね。

高校卒業後、大阪赤十字看護専門学校に入学しました。3年生の時の実習が外科病棟。患者さまが元気になられるのを見るのが楽しかったですね。それで、外科への配属を希望したんです。外科で5年勤めた後、東京の幹部看護婦研修所で1年間研修を受けました。私が選んだのは、教育コースです。グループワークを多く抱え、徹夜の連続でした。二つのテーマごとに6〜7人のグループで、論文をまとめるのですが、結論の出ない答えを探しているという感じでしたね。

研修期間を終え、平成13年から大阪赤十字看護専門学校の専任教師として、「成人看護学」の講義と実習を担当しています。教師になつてからは、とにかく試行錯誤の毎日。人を育てるのにはやりがいのあることですが、私自身抱えきれなくなることがあります。帰宅後や休日にも予習をしたり、学



愛犬「ナッツ」。2歳のキャバリア。

生レポートを読んだりするのに時間を費やす毎日ですね。そんな私のマイブームは、愛犬の「ナッツ」と戯れること。癒されます(笑)。

家事は同居している主人の母がしてくれるので、助かっています。主人の母には、本当に感謝の気持ちでいっぱいです。

## おくすりミニ知識

### 「ねむり」について悩んでいませんか?

「寝付きが悪い」「夜中に目が覚め、眠れなくなる」「いくら寝ても寝た気がしない」「朝早く目が覚めてしまう」いわゆる「睡眠障害」で辛い思いをされている方は、実に日本人の4〜5人に1人とされています。「24時間眠らない街」に身を置く私たちの睡眠時間は年々短くなる傾向にあり、「睡眠障害」は社会問題となっています。しかしながら立派な病気だとの認識がまだまだ低く、人知れずお悩みの方が多く現状があります。

「快適な睡眠」を得る為の第一の留意点は「起床時刻を決める」ことです。人は朝、光を浴びることにより1日の活動のスイッチが入る為、起床時刻が毎日しっかり決まっていると15〜16時間後には自然と眠くなるのです。

その他、生活習慣を改めて「ねむり」について解決しない場合、「おくすり」を飲まれた方がよい場合があります。以前「睡眠薬」は、くせになり怖いというイメージがりましたが、現在では「お医者さんに症状にあった睡眠薬を処方してもらい、指示通りきちんと飲めば安全」と言われており、医師と相談しながら徐々に飲む量を減らし、自然な眠りが可能になればスッパリやめることが大切です。

いずれにしても「ねむり」について悩んでいる方は、一度医師にご相談されることをお勧めいたします。

(薬理部副部長 川口幸雄)



# TOPICS BOX

トピックス&ニュース

## 窓口受付に新たなスタッフが加わりました

4月1日から外来受付窓口新たにニチイ学館からのスタッフが加わっています。これにより更なる窓口受付の充実を目指してまいります。どうぞよろしくお願い致します。



## 当館は全面禁煙です

当院では館内を全面禁煙とさせていただきます。ご理解とご協力をお願いします。

## 「むっちゃん健康」好評放送中!

毎週土曜日午前11時から11時30分までラジオ大阪(1314kHz)で放送中の番組「むっちゃん健康」。この番組のコーナー、「ワンポイント健康法」に当院職員が出演中です。ぜひお聴き下さい!

## 大手前整肢学園が移転

大阪府立大手前整肢学園は昭和42年4月に開設以来、中央区法円坂において運営を行っていましたが、平成16年3月29日に当院の東館1〜3階部分に移転しました。

大手前整肢学園は大阪府より日本赤十字社が委託を受け、大阪赤十字病院の附属施設として運営している施設で、心身に障害があるお子さまに専門的な医療サービスと療育サービスを提供しています。移転後は近年の入園者数の推移や、入園者の中には重度・重複障害をお持ちの方が相当数おられることから、3



床を重症心身障害児施設へ種別変更し、全病床数を82床として運営をしていきます。また、当院の高度総合医療機能

との連携により、診療の更なる充実強化を図ってまいりますので、どうぞよろしくお願い致します。



## ORC友の会のご紹介

ORC友の会とは、当院の患者さまを主体に、院内を拠点として活動をするIBD(クローン病・潰瘍性大腸炎)の患者会です。また「ORC」とは、OSAKA RED CROSS(大阪赤十字)の頭文字から称されています。主な活動内容は――

- 年二回(不定期)の医療講習会の開催  
内科的・外科的治療を中心に、各専門の講師による学習・指導及びQ&Aを主としています
- 年4回(3・6・9・12月頃)の交流会の開催  
テーマを何か一つ決めて、患者体験談やQ&Aなどで患者同士がごく身近で自然に話せるような交流を目指しています。
- その他ボーリング大会やお花見などのレクリエーションや、ホームページの開設なども行っています。今後の活動としては、栄養士を招いての料理教室も考えています。  
※ORC患者会に興味を持たれた方は、院内掲示板のポスターをご覧ください。ホームページをご覧ください。  
→ORC友の会ホームページアドレス <http://www.h7.dion.ne.jp/~orc/>

## 編集後記

ある本に、「の」の字の哲学ということが書いてありました。たとえば、夫が会社から帰ってきて「ああ、疲れた」と言う。すると妻が「私だって疲れているわよ」とこ言いかねない。ところが「の」の字の哲学とは、夫が「ああ、疲れた」と言ったときに、妻が「疲れたの」と言うということなのです。すると、夫の気持ちが一瞬と和らぐというのです。また、夫が「ああ、今日は暑かった」と言う。「夏は暑いのが当たり前でしょ」ではなく、それを「暑かったの」と言って受け止めてあげる。それが大切だということです。患者さんが「あ、痛い」と言う。「注射が痛いのは当たり前です」と言わないで、まず「痛いの」と受け止めてあげることなのです。その「の」というのは、相手が「痛い」と言ったら、「痛いの」、相手が「寂しい」と言ったら、まず「寂しいの」と受け止め、それから理由を聞いてあげる。相手が「痛い」と言ったら、「痛いの」と受け止めてあげてから、「この注射は特に痛いから、もうちょっとの我慢ですよ」というふうに乗ってあげる。その、「の」の字。相手の気持ちをそのまま受け止めてあげる。まず、受け止めてあげること。相手をすっぱり包んであげるような優しさこそ、今の時代に必要なのではないでしょうか。(NH)



## 大阪赤十字病院の基本理念

わたくたちは 人道・博愛の精神に基づき すべての人の尊厳をまもり 心のかような高度の医療をめざします  
**患者さまの権利**

1. だれもが、一人の人間として、人権がまもられる権利を尊重します
2. 良質かつ適切な医療が、公平に受けられる権利を尊重します
3. 医療についての情報や治療上の説明を受ける権利を尊重します
4. 自分自身の治療について、医療行為を選択する権利を尊重します
5. プライバシーがまもられる権利を尊重します

## ふしぎ自然紀行

鳥たちのかがく-9

# 「干潟の鳥たち」

武庫川女子大学附属中学校・高等学校教諭 平松山治



オオソリハシギ

冬を越していたカモたちの数がいつものまにか少なくなり、潮風の冷たさが心地よく感じられるようになる頃、南からシギやチドリ仲間が干潟にやって来ます。  
日本で繁殖するチドリ類については、この連載のVol.2で紹介しましたが、それ以外のシギ・チドリ類は、そのほとんどがオーストラリアや東南アジアなどで冬を越し、シベリアやカムチャッカなどで繁殖をします。日本にはその渡りの途中、春と秋に立ち寄るだけの旅鳥なのです。  
シギ・チドリ類は、大きいものはカラス大から小さいものはスズメ大まで色々

したくちばしを持つチユウシヤクシギ、スズメよりはもちろん長いのですが、短いくちばしのハマシギやトウネン、最近ではめつきり少なくなつたのですが、何とくちばしの先がへら状に横に広がったヘラシギまでいます。オオソリハシギは長いくちばしを干潟の泥の中に差し込んでゴカイや貝類などをチユウシヤクシギは曲がつた長いくちばしで器用に穴の中や石の下のカニなどを、短いくちばしのハマシギやトウネンなどは泥の表面の小さな甲殻類やゴカイなどを食べています。シギたちは、多くの種類が長い旅の途中、



チユウシヤクシギ



ハマシギ



キョウジョシギ

それも春と秋の短い期間に同時に、エネルギー補給のため日本の干潟を利用して見られる時間が限られています。どうもシギたちはこの渡り途中のエネルギー補給の場である干潟をそれぞれがうまく利用するために、体の大きさ・足の長さ・くちばしの形などを進化させたようです。  
大阪付近では海岸線のほとんどが埋め立てられ、かろうじて干潟が残っているのは甲子園浜や泉南の男里川河口、埋立地に人工的に造成された南港野鳥園程度です。かつては、ツルまでもが飛来したといわれる万葉時代の難波潟まで遡らなくても、昭和の中頃まで住吉浦と呼ばれた大和川の広大な干潟も今や昔……。これは大阪だけではなく、全国的にも全く同じ状況です。  
シギたちはこの長い旅の途中、どこで休めばいいのでしょうか……。

## 患者さまからの声

**Q** 以前、古い建物の時にはご意見箱が内科への廊下と2階に上がったところにありましたね。新館に移ってからはどこに設置してあるのでしょうか?

**A** ご意見箱に関心をお寄せいただき、ありがとうございます。

新館内のご意見箱は現在2階と3階に設置しています。今後の参考に致しますので、皆さまのご意見をお聞かせ下さい。



## 設置場所

- 2階 総合ホール 診察申込記入台横
- 3階 外来ホール 公衆電話横



2階 総合ホール 診察申込記入台横

## 講習会と相談会

当院では、診察とは別に様々な講習会・相談会を行っております。関心をもたれた方は、ぜひご参加下さい。

### 内科

- 糖尿病教室**(1コース4回実施)  
①毎週木曜日(第5週は除く) 13時30分～15時30分  
②内科外来 3、4診察室  
③糖尿病の患者さまとその家族(当院での受診の有無は問わず)
- 外来患者栄養相談**  
①月曜日から金曜日までの毎日午前中  
②2階 栄養指導室  
③当院外来診察において、主治医から相談指示を受けた患者さま
- 入院患者栄養相談**  
①月曜日から金曜日までの毎日  
②2階 栄養指導室  
③当院入院中で、主治医から指示を受けた患者さま(予約制)
- 大阪日赤みどり会**(日本糖尿病協会、大阪糖尿病協会加盟)  
③糖尿病で、大阪赤十字病院で医学的治療を受け、糖尿病教室を受講した方、

- 及び役員会で承認した方。
- ④患者会、医師、看護師、管理栄養士
- ⑤一泊研修やウォークラリーなどを通じて、健康管理や衛生指導及び会員同士の親睦を図ります。(内科外来にて、活動内容を掲示しています。) 入会費¥1,000、年会費¥2,000。  
2階 医療社会事業部にて入会受付を行っています。

### 小児科

- こどもアレルギー教室**  
①毎月第3金曜日 15時～16時 ※1月は第4週の23日に開催します。  
②5階 会議室3  
③当科通院中の患者さま(10名まで、予約制。希望者多数の場合は近日でに再度開催)
- ④小児科医師・住本

### 呼吸器科

- 喘息教室**  
①毎月第3木曜日 15時～16時

- ②呼吸器科外来前・外待合い
- ③当院受診の有無に関わらず、どなたでも参加可能。
- ④呼吸器科医師(偶数月)、薬剤師(奇数月)
- ⑤参加者には小冊子を配布、開催の案内は呼吸器科外来等でも掲示します。

### 外科

- のぞみの会**  
①毎月第3木曜日(8月、12月は除く) 14時30分～16時  
②外科外来前・外待合い  
③乳癌手術後の患者さま(当院受診の有無に関わらず、参加可能)
- ④外科医師、薬剤師 他

### 産婦人科

- 両親学級**(1コース2回実施)  
①毎月第1・2土曜日 10時～12時30分  
②4階 講堂  
③当院で受診の妊婦の方と、夫の方  
④産婦人科外来看護師、助産師、管理

- 栄養士
- ⑤受講費¥1,500(事前に支払)

### 耳鼻咽喉科

- 道声会**(どうせいかい)  
①毎週月・水曜日 13時～14時  
②看護専門学校会議室  
③喉頭摘出手術を受けた患者さま(当院受診の有無に関わらず、参加可能)
- ④喉頭摘出した会員が、ボランティアとして発声練習の指導にあたります。
- ⑤パイプ式人工喉頭、電動式人工喉頭、食道発声の3種類の代用音声の指導を実施。入会費¥2,000、年会費¥3,000。会員同士の親睦会等も、実施しています。

### 薬剤部

- おくすり相談**  
①月曜日から金曜日 9時30分～15時  
②2階薬剤部医薬品情報室(おくすり相談コーナーへお申し出下さい)  
③当院受診の有無に関わらず、相談可能
- ④薬剤師