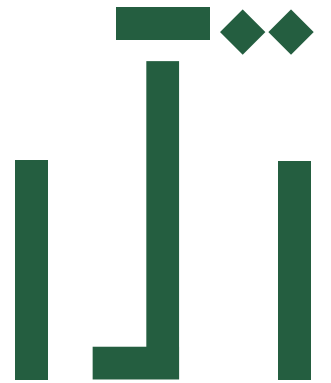




BELIEVE



2007
秋号
VOL.22



がん診療連携拠点病院

当院の取り組み／『がん相談室』『がんサポートチーム』って何？



大阪赤十字病院の基本理念

わたくしたちは人道・博愛の
赤十字精神に基づき
すべての人の尊厳をまもり
心のかよう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

「いものツルのいもの絵」1998年の作品

山野将志(たんぼぼの家・アートセンターHANA)

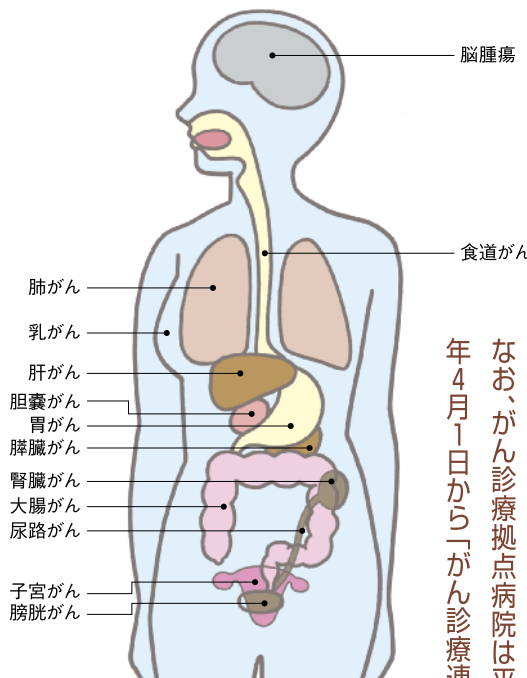
このころ森林ボランティア活動に参加していた山野将志さん。大好きな森のなかで、遊歩道の整備をしたり、間伐材を使ってシイタケの菌のコマ打ちをしたり、いろいろな体験をしました。森と一緒に汗をかき働くなかで、たくさんの知り合いができました。あるとき、「畑でさつまいもの収穫をしないか」と誘われ、その体験をもとに描いたのがこの作品です。「掘ってきたさつまいもとはっぱをみて描いたよ。ちっちゃいのと大きいのとあった。こ～んなに大きかった!」と、両手を広げ、満足そうに微笑みながら答えます。さつまいもが下から上に順番に並んでいるのは、きっと山のように積まれたたくさんのさつまいもの印象なのでしょう。

たんぼぼの家・アートセンターHANAホームページ <http://popo.or.jp/>
山野さんの制作の様子はこちら <http://yoe.miauen.com/daily6.html>

がん診療連携拠点病院

「がん診療連携拠点病院」とは、平成16年度から開始された「第3次対がん10か年総合戦略」に基づき、全国各地でも質の高いがん医療を受けることができるよう、がん医療の「均てん化」の実現に向け、各都道府県において2次医療圏に1カ所程度整備することとして指定されたものです。

なお、がん診療拠点病院は平成13年から始まっていますが、さらに機能強化を目標に平成18年4月1日から「がん診療連携拠点病院」へと変更となりました。



人が亡くなってから50年以上試験管の中で行き続けて今も分裂を繰り返している細胞もあります。

では、なぜ遺伝子がこわれるのか。それは紫外線や放射線、食物などの身体の外からの影響や、

▼そもそもがんっていったい何？

人間のからだの細胞は分裂して増えるのですが、これは細胞の中にある、遺伝子というものがその命令を出し、自分と同じものを2個作るからです。しかし、長く生きている過程でこの遺伝子がこわれる場合があります、こわれたまま分裂すると秩序なく分裂していきます。これががんです。しかも、正常の細胞は分裂できる回数が決まっています(だから人間も無限には生きられない)が、がん細胞は無制限に分裂します。世界中で研究に使用されているがん細胞で、そのがんにかかっていた本

物の内部の影響(分裂するとき正確に複製できなかったなど)があります。遺伝子は実は頻繁にこわれています。しかし自分を修復する機能もあり、たいていの故障は自分で

修復しています。修復し切れなかったものががんとなるわけです。従ってがんとは遺伝子の病気であり、ばい菌によって人から人へうつる病気ではありません。

▼当院の取り組み

当院は、平成14年12月のがん診療拠点病院の指定に引き続き、平成18年4月1日「がん診療連携拠点病院」に厚生労働大臣から指定を受けました。

この指定は、わが国に多い肺がん、胃がん、肝がん、大腸がん、乳がん等

について地域の医療機関と緊密な連携を図り、継続的に全人的な質の高いがん医療を提供することとなっております。

主な役割としましては、以下のとおりです。

① 地域の医療機関と緊密な連携の下、がんの専門的医療の提供

地域の医療機関との連携を密にしており、当院への紹介患者さまは、平成16年度には6,055件であったのが、平成18年度には、12,638件(※)と年々増加しています。

がん診療連携拠点病院として、がん患者さまの前方支援である紹介受入れと、急性期後の後方支援を円滑に遂行するため、今後も地域の医療機関との連携を密にまいります。

※紹介件数は当院医療連携課を介したものと

② 府で定める統一的ながん登録方法に準ずる院内がん登録を整備

わが国に多い、5大がん(肺がん、胃がん、大腸がん、肝臓がん、乳がん)等のがんについて、統一的ながん登録に基づき院内がん登録を行い、治療成績(5年生存率)を作成する整備事業に協力しています。

③ 院内がん登録情報を一般に公開、大阪府に情報提供しがん診療連携拠点病院事業に協力

拠点病院の指定を受けてから、今までの登録件数は以下のとおりです。



平成14年	1,137
平成15年	509
平成16年	467
平成17年	620
平成18年	1,159

④ がん診療に従事する医師等に対する研修の機会を提供
平成18年度における研修実績

日時	研修テーマ	講師	参加者数
平成18年5月11日	悪性胸膜中皮腫の早期発見に向けて	呼吸器科部副部長・西坂泰夫	107人(84人)
平成18年10月28日	肝癌切除後に急速な再発を認めた50歳代男性例	第一消化器科部医師・池田敦之	39人(29人)
平成18年11月11日	アスベストと呼吸器疾患	呼吸器科部副部長・西坂泰夫	50人(40人)
平成19年1月20日	消化器がん治療～内科VS外科	第一消化器科部長・大嶋往夫 他	139人(129)
平成19年3月24日	心窩部は痛みの十字路口	第一消化器科部副部長兼救急部副部長・圓尾隆典	78人(62人)
	手術すべきかせざるべきか	外科部医師・端 裕之	78人(62人)
	泌尿器科関連の腹痛	泌尿器科部副部長・光森健二	78人(62人)

()内は、院外からの参加者数

当院の【対応取り扱いがん種】

胃がん
大腸がん
食道がん
肝がん
胆嚢・胆管がん
膵臓がん
肺がん
乳がん
子宮がん
卵巣がん
血液腫瘍(白血病・リンパ腫)
前立腺がん
腎がん
膀胱がん
精巣がん
尿路がん
脳腫瘍
眼腫瘍
骨軟部腫瘍
皮膚腫瘍
頭頸部腫瘍
小児がん
(うち小児血液腫瘍)

以上、がん診療連携拠点病院として、患者さまに分かりやすいがん診療実績の公開や、治療そのものの水準の向上に努力していきます。

公開講座の内容を小冊子にまとめております

希望者は、医療相談窓口でお尋ねください。

- ①肺がんについて そろが知りたい
- ②乳がんについて 知りたい
- ③大腸がんについて そろが知りたい



⑤ 住民に對しがんの予防やがん医療を受けるために有用な情報の提供・啓発普及
平成16年から、毎年、地域のみなさんを対象に市民公開講座を開催しています。

日時	テーマ	演者	参加人数
平成16年10月16日	1回「肺がんについて そろが知りたい」	呼吸器外科部長・中出雅治	92人
平成17年10月22日	2回「乳がんについて 知りたい」	一般外科副部長・井ノ本琢也	84人
平成18年10月21日	3回「大腸がんについて 米国より多いことを知っていますか?」	第一消化器科副部長・圓尾隆典	83人

※第4回公開講座については下記のとおりです。

医療・福祉相談支援センター

がんサポートチームメンバーが対応いたします。

がん相談室

TEL:06-6774-5192 (医療社会事業課)

FAX:06-6774-5126

syakaika@osaka-med.jrc.or.jp

- 対応時間/毎火、金曜午後2時～4時(予約制)
- 予約受付窓口/外来2階・8番窓口
- 利用対象者/通院中の患者家族(入院中はがんサポート)、地域の住民、地域の医療施設
- 利用料金/無料
- 相談時間/30分～1時間

平成19年10月27日(土)開催
第4回公開講座にお気軽にお越しください。

- 日程/平成19年10月27日(土) 午後1時30分から
- 場所/看護専門学校合同教室(当院敷地内)
- 講座テーマ/「肝臓がんにならないために、なってしまった時には」
- 演者/第一消化器科部長 大崎往夫
- 入場無料(申込み不要)

『がん相談室』『がんサポートチーム』って何?

がんサポートチーム室長 11階A病棟 看護師長 甲斐登志子



ミーティング風景

●『がん相談室』が開設されました

ホームページにも掲載しておりますが、今年の4月から『がん相談室』が開設され、相談員は本院の『がんサポートチーム』のメンバーが担当しております。そこで、「がん相談室? がんサポートチーム?」と思っておられる皆様にぜひとも知っていただき、私たちをうまく活用してもらおうと今回登場いたしました。

がんサポートチームは昨年12月に発足しました。このチームは、2年前から月1回開催している『緩和ケア研修会』が土台になっております。この会は、緩和の知識を深め、技術を身に付ける為の勉強会で、がんサポートチームのメンバーは、この会の主要メンバーでもあります。

メンバーは、医師・薬剤師・看護師・心理療法士・ソーシャルワーカー等、多種多様な職種で構成されています。それぞれの

職種の専門性を生かし、身体面・精神面・社会面での問題に対応ができるようにしています。今年、2人だった認定看護師が、

がん化学療法(2人)・緩和ケア・がん性疼痛と4

人になり、直接患者様に接する看護師達にとっては、心強い味方になっています。

●主な活動とは

まず、毎週火曜日の夕刻、医師や看護師から依頼があった病棟にチームが出向き、入院患者さまの身体面や精神面の苦痛を和らげる治療やケアについて、病棟スタッフと検討しています。また、解決に向けてチームが毎週出向いています。

次に、『がん相談室』の相談員としてチームのメンバーが担当しています。

相談は、毎火・金の午後2時～4時の予約制です。

受付窓口は2階の8番で、電話の申し込みも受けています。(連絡先など詳しくは、本院のホームページをご覧ください)

相談員は、4人の認定看護師と薬剤師、退院支援課看護師の8人が、日替わりで担当しています。専門分野についてはもちろんですが、病気や治療の身体面だけでなく、精神面での不安や悩みについてお手伝い

ができる者ばかりです。プライバシーの厳守は基本です。ちなみに、がん相談室の相談員を各分野の認定看護師が担当している施設は、他にあまりないそうです。

●誰でも利用できます

「がん患者の家族としてどう接したら良いのか分からない」「この薬はどんな効果がある?」「外来で忙しいのかしら。でも誰かに聞いて欲しい。」の声をよく耳にします。ならば、迷わずがん相談室へ予約してください。

この相談室は、地域の方ならどなたでもご利用できます。本院に通院されている患者様・家族の方だけでなく、他院に通院されている方でも構いません。

その他、がんサポートチームでは、他院の緩和ケアチームと連携をとり、まずは大阪府内の緩和医療の向上を目指し、セミナー等を行なっています。まだまだ未熟ですが、こうした活動を通し、大阪赤十字病院の理念にある心のかような医療を目指していきます。

これで、『がん相談室』『がんサポートチーム』への「?」は解決されましたでしょうか。ご質問があれば、ぜひがん相談室を尋ねてみてください。



2階総合ホール

インドネシア保健医療支援事業報告

新生児・未熟児科部 医師 杉峰啓憲

平成19年5月19日から7月13日までの8週間、インドネシア保健医療支援事業に行つて参りました。活動の拠点は、ジャカルタの南約60kmのボゴール市にある、ボゴール・インドネシア赤十字病院(以下、ボゴール病院と略す)で、現地の医療関係者と一緒に臨床現場を通じ、地域特有の疾患を経験するとともに、ボゴール病院の医療サービスの向上をどのように進めるかというディスカッションをするのが主な目的です。

現地では、一部に現代的なインフラがあるものの、貧富の差が拡大していて、保険制度も整っていません。そんな中で、ボゴール病院は、人道という赤十字の基本理念のもと、できる限りの医療サービスの提供をしています。

小児は、特に弱い存在で、下痢をはじめとした感染症に罹患しやすく、受診したとしても重症化していたり、満足な薬や医療資材のない中で、日本なら予防や治療ができる疾患で命を落としていく現実がありました。そして、デング熱や



杉峰医師と子どもたち



薬の無料配布

この事業は、インドネシア赤十字と日本赤十字社との二国間事業の最新版で、大阪府支部も以前から参加しています。このような由緒ある事業に参加させてもらい、現地のスタッフから感謝の言葉をかけてもらったことは、今後、国際赤十字の仕事に取り組むための励みになると思えます。派遣期間中、一度だけ高熱と下痢が半日ずつ出現した辛い日もありました。が、現地スタッフが面倒をみてくれました。同じアジア人として、忘れかけていたものを思い出させてくれた温かい人々のことを私は忘れません。



幼児の体重測定と保健指導を実施

腸チフスという熱帯特有の疾患がはびこっています。

ボゴール病院には、皆様からいただいたご寄付により、様々な医療資器材が導入され、特に新生児病棟では、当院で使われているものと同じメーカーの保育器が活躍しています。それらを現地の医療制度の中で、いかに有効に運用していくか、そして将来の方向性を明らかにし、地元の人々が維持できる体制にするにはどうすればいいかなど、現地スタッフと色々な話をしてきました。

新潟県中越沖地震の災害救護活動

救護班第1班(初動班) 医師 田原正夫



被害状況

平成19年7月16日に発生しました新潟県中越沖地震において救護初動班員として災害救護活動に参加しましたので報告いたします。発災時、大阪でも

揺れを感じたようですが通勤途中であったため気づかず、病院到着後に発災と救護班派遣の可能性を知りました。その後国際医療救護部から招集がかけられ、救護班第1班として医師田原、看護師長立花、看護師平澤、倉、主事相良、滝沢(敬称略)以上6人が病院に集合。装備、資器材の準備、積み込み後、同日午後2時半に当院を出発しました。



診療風景

救急車で9時間後に現地災害対策本部に到着し、活動拠点となる刈羽村へ移動しました。被災地の道路は寸断されており、移動にかなりの時間を要しました。刈羽村到着後に村民第2体育館にて資器材を搬入し、急ぎ診療の必要な方を診察後、仮眠をとり翌朝から本格的な救護所の設営と診療を開始しました。発災2日目午前にはケガを負った方が多く受診され、発災当日は避難に必死で翌朝になりケガに気づき受診した方が多くおられました。午後からは「高血圧で血圧が心配」、「持病の薬がなくなった」など相談に訪れる方が多くなり、3日目には不眠や風邪、頭痛など疲労と精神的なストレスによる症状を訴えて受診される方が増えました。幸いなことに初夏の新潟は気温、湿度とも高くなく、これが真夏や真冬での被災であれば体調を崩される方はさらに増えたのではと考えます。3日目に救護所を撤収し診療情報を含め村内の他県日赤救護班へ申し送り帰阪しました。医療資器材が限られた中、様々な疾患・問題に対処することは容易ではなかったのですが、救護班のチームワークも良く、臨機応変にできる限りの対応はさせていただけたのではと考えます。



被災地へ向けて出発する当院救護班員

崩される方はさらには増えるのではと考えます。3日目に救護所を撤収し診療情報を含め村内の他県日赤救護班へ申し送り帰阪しました。医療資器材が限られた中、様々な疾患・

点となる刈羽村へ移動しました。被災地の道路は寸断されており、移動にかなりの時間を要しました。刈羽村到着後に村民第2体育館にて資器材を搬入し、急ぎ診療の必要な方を診察後、仮眠をとり翌朝から本格的な救護所の設営と診療を開始しました。発災2日目午前にはケガを負った方が多く受診され、発災当日は避難に必死で翌朝になりケガに気づき受診した方が多くおられました。午後からは「高血圧で血圧が心配」、「持病の薬がなくなった」など相談に訪れる方が多くなり、3日目には不眠や風邪、頭痛など疲労と精神的なストレスによる症状を訴えて受診される方が増えました。幸いなことに初夏の新潟は気温、湿度とも高くなく、これが真夏や真冬での被災であれば体調を



シリーズ 情熱の白衣
医師の素顔②

●成長の喜びがつくる笑顔●



いんです。大人なら「明日また来てください」と言えるような病状でも、子どもの場合は今すぐに処置できるかどうか、スピードが必要ですよ。大人だと数時間で済む点滴も新生児なら、1時間に1〜5cc、しかもそれを通常3つくらいいのルートに分けて点滴するなど細かな技術を適切に処置していく。時間と

未来が生まれる、育っていく。子どもの成長を手助けするその喜びは何ものにも代えられません。

目標は、ただ助けるだけじゃなく元気に成長してくれること。

元気なときには笑う、どこか痛いときには泣く。一生懸命生きようと生まれたばかりの赤ちゃんを見守り、サポートする小児科(新生児・未熟児科)。小児科医として30年のキャリアを持つ金岡医師は医師になる前から子どもが大好き。「病気がよくなるとときに見せてくれる笑顔は本当にかわいいし、うれしくなりますね。だから痛いときの顔を見るのは辛いですね」。

小さい体だからこそ、ちょっとした変化も見逃せない。何を思っているのかな、と言葉で伝えられないものを感じ取ることが大事なことです。「未熟児や新生児は、何か病気にかかるとその進行が早

わゆる予防注射などで泣く子どもの気をそらすアイテム。「休みの日には、おもちゃ屋さんをハシゴしています。子どもを診るときに、何が好きか、人気なのか、子どもとの話題づくりになるんです」。

そして金岡医師の趣味のひとつであるのが「パソコンづくり」。デスクトップの部品を準備して、今では1時間で1台完成するほどの腕前。「パソコンが普及しはじめたころに、どんな部品でつくられているのだろう?と興味があつて。一度仕組みがわかると簡単にできて、50台ぐらいいつづけているかな」。

新生児・未熟児科部長 金岡裕夫

の戦いでもあるその現場を大人の病棟のスタッフには想像を絶する世界と金岡医師は言う。

「明日にしようではなく今すぐにやる。どこまでやってもきりが無い仕事です。ですが、子どもたち、未来のために手伝いできることが、何よりもうれしい。とにかく忙しかった」という思い出として話してくれたのは、新年早々に三つ子ちゃんが4組も誕生したという驚きのエピソード。未来を元気に成長していく子どもたちの姿が、金岡医師の大きな喜びとなっている。

家でも、散歩でも。愛犬との時間に癒されます。

金岡医師の白衣を見るとアンパンマンとドラえもんキーホルダー。い



また家で飼っている愛犬との散歩では、歩いていると知らない間に数時間経っていたりと、いつも一緒に過ごすのだとか。「写真はありませんか」と質問すると、携帯電話で撮った写真が。「かわいいですよ」という笑顔は、仕事場でふれあう子どものことを話しているときと同じように、やさしさが溢れていた。



PROFILE KANAOKA HIROO
11月17日、京都府生まれ。京都大学医学部卒業。京都大学医学部小児科へ入局後、大阪赤十字病院小児科に勤務。現在新生児・未熟児科部長として多忙な日々を送っている。

看護師レポート
心ゆるる日々

22

日常では出会えない喜びを患者さまが元気を与えてくれます



三浦 摂子

PROFILE
12月16日、兵庫県生まれ。清恵会医療専門学校第一看護学科卒業。医療法人清恵会病院勤務。平成5年に大阪赤十字病院へ。現在看護係長。

尊敬する先輩がいて、認めてくれる仲間や患者さまと出会って、支えてくれる家族がいるからこそ、結婚し、子育てしながら今の仕事についている。私の仕事の原動力はこれに尽きます。「手に職を」との祖母の言葉がきっかけで看護師となり、現在は主に脳外科の看護を担当。5歳になる子ども(娘)がいますが、出産後の仕事と育児の両立は本当に大変です。遠方で両親が暮らしているため保育所に預かってもらい、夫も家事に協力してくれながら、日々努力を積み重ねてなんとかやっています。成せば成るという言葉がありますが、努力をすればなんとかなるって気持ちを持つて、子どもの成長を見守りたいこうと思っています。



ディズニーシーで。娘も私も日常を忘れて楽しんでいます。

りません。食事をする、思いを伝える、手術後のリハビリなどの生活など、コミュニケーションをとるのが難しく、何がほしいか、どこが痛いかをまず私たちが察知してあげることが必要。そこが難しいところなのですが、ふとしたときに顔を向けてくれたり、ごはんが食べられるようになったり、笑ってくれたり。それまでの大変だった看護の分だけ、少しでも患者さまが良くなつていく変化に立ち会えることがうれしくて、一つひとつの些細なことでも喜んでくれることは、日常生活では感じられない喜びです。

家族で大事にしていることは、休日は子どもと遊ぶこと。普段、一緒に過ごす時間が少ない分、公園に行ったり、プールに行ったりと思いっきりふれあっています。年に2回はディズニーランドやディズニーシーへ遊びに行くのが定着してきて、出かける一カ月前には子どもも「いつ行くの?」と楽しみにしているようです。行くと私の方が楽しんでいたりします。

私の職場である脳外科の患者さまは、看護師のサポートなしに入院生活を過ごせる方は多くあ

仕事でも、家庭でも気をつけていることは、心を忘れてしまうこと。忙しいのは当たり前前の仕事や生活だからバタバタとするのではなく、忙しい時ほど気持ちにゆとりを持って仕事をしたいし、家族との時間を過ごせるようにしたい。職場では患者さまや仕事仲間と、家では夫と子どもと、心温まる日々をこれからも送っていきたいです。



「抗生物質」

「あの～、抗生物質は出てないんですか?」「熱がある、くしゃみ・鼻水が止まらない、咳が出る、頭や喉が痛い…どう考えても風邪を引いているのに、解熱鎮痛剤や咳止めだけしか出ていない。どうして抗生物質を出してくれないの?」救急を受診した後、薬を取りに来られた時にこのような質問を受けることがあります。

●なぜ、風邪のときに抗生物質は処方されないのでしょうか?

いわゆる「風邪」の原因は、ほとんどが種々のウイルスです。インフルエンザウイルスやヘルペスウイルスなど一部のウイルスを除いて、ウイルスに対して有効な薬はありません。もちろん、抗生物質も無効です。そのため、治療としては、熱を下げる、咳や鼻水を抑える、痛みを取るなどの対症療法が基本となります。

●抗生物質はどのようなときに処方されるのでしょうか?

抗生物質は、細菌感染が疑われる場合や明らかに細菌に感染したために治療を必要とする場合などに使用されます。

抗生物質は細菌にのみ有効です。ウイルスや真菌(カビ)には効果がないのです。患者さまの症状や検査結果などから原因を予測し、細菌には抗生物質を、ウイルスには抗ウイルス剤を、真菌には抗真菌剤を、といった具合に効果のある薬を処方します。

●抗生物質が処方されたときに気をつけていただきたいこと

薬は副作用を起こすことがありますし、他の薬と相互作用を持つものもあります。過去に抗生物質やその他の薬によりアレルギー症状などの副作用を起こしたことがある場合や他の疾患で薬を飲んでいる場合は、必ず医師に伝えてください。

また、効果の発現には3日ほど必要ですので、症状が取れても自己判断で中止せず、処方された薬を医師の指示に従って最後まで飲んでください。

※薬を服用中、気になる症状が現れた場合は、医師や薬剤師に相談しましょう。

(薬剤部薬剤師 平井三保子)

おくすり
三三知識

魚

旬のウマイ魚を食べよう

栄養管理課 管理栄養士 谷口留美

暑い夏が過ぎ、食欲の秋がやってきました。旬の魚は美味いだけでなく、値段もお手頃です。さっそくお店に行き、美味しい魚を探してみましょ。

秋刀魚

秋の味覚を代表する秋刀魚ですが、秋刀魚にはDHAとEPAが多く含まれており、脂の多い秋刀魚の消化をサポートしてくれるので相性がよいです。

大根にはジアスターゼという酵素があり、脂の多い秋刀魚の消化をサポートしてくれるので相性がよいです。

口先が黄色くなっているのは脂ののりがいい証拠です。また背の色が青々として、胸の太ったものを選びましょ。

鰈

『左ヒラメに右カレイ』といわれるように、カレイの目は、一部の種類をのぞいて体の右側にあります。エンガフや骨に含まれている「コラーゲン」は、美肌効果があります。

水に溶ける成分なので、煮物の場合は煮汁ごといただきます。選ぶときは、一尾のものは裏側もみて、白くて透明感のあるものを選びましょ。また、切り身の場合は、切り口に透明感のあるものを選びましょ。

鯖

「秋サバは、嫁に食わずな」という言葉がありますが、日本人の生活に古くから親しまれてきた大衆魚です。DHAやEPAを多く含む青背の魚のなかでも、含有量はトップクラスです。しかし、生の切り身80gで160キロカロリーとエネルギーもしっかりあるので、くれぐれも食べすぎには注意しましょ。

なるべく、さば特有のしまがはつきりと浮きでて、腹部が銀色でつやつやしているものを選びましょ。目が充血しているものや、体が黄みがかったものは鮮度が落ちているので避けるようしましょ。

鮭

川で生まれて、海で成長し、産卵のために沿岸や河川などに戻ってきたものを秋鮭といわれます。鮭の赤い身の成分であるアスタキサンチンには、抗酸化作用があるといわれています。DHAやEPAのほか、たんぱく質や脂質の代謝を助けるビタミンB6も多く含まれています。塩鮭が辛すぎる場合は、水で洗い流さずに、切れにつき大きじ一杯の酒をかけて15分ほどなじませるとよいしましょ。

なるべく、目が透き通っているものを選びましょ。切り身の場合は、皮に銀色の艶があつて、身の赤色が鮮やかなものを選びましょ。

認定看護師の役割って?

認定看護師(Certified Nurse)とは…日本看護協会認定看護師認定審査に合格し、ある特定の看護分野において、熟練した看護技術と知識を用いて水準の高い看護実践ができる者をいいます。認定看護師は看護現場において実践・指導・相談の3つの役割を果たすことにより、看護ケアの広がりや質の向上を図ることに貢献します。現在特定されている認定看護分野は17分野あり、当院では、皮膚・排泄ケア2人、がん化学療法看護2人、感染管理1人、救急看護2人、手術看護1人、緩和ケア1人、がん性疼痛看護1人、計10人の認定看護師が活動しております。今後も他分野の認定看護師が誕生する予定です。



がん性疼痛看護認定看護師の場合 ●●●10階A病棟 津本友美

私が看護師となってから約14年、今までに多くのがん患者さんと接してきました。その中で私は、がんの痛みや症状に苦しみながら、がんと闘っている方々の姿を見て、もっと穏やかに笑顔で過ごしてもらいたいと思っていました。がんを思い、痛みや苦しみの中で最期を迎えるのではなく、穏やかに過ごすための方法を知りたいと思い、日本看護協会のがん性疼痛看護認定看護師を目指しました。そして研修を終え『治療に専念し生活に支障なく過ごすには、痛みや苦しみをできる限り取り除くことが重要』と再認識しました。

昔からがんの痛みは死をイメージすることが多く、モルヒネなど麻薬を使うのは最期の手段という考えが一般の方だけでなく、医療者にも根強く残っています。しかし現在は痛みがある場合、診断の初期から治療と同時に鎮痛剤を使用することが薦められています。そしてそのための「オピオイド」と呼ばれる医療用麻薬の種類も増え、中毒になるなどの誤解も少しずつ解消しつつあります。

がんの痛みには、がんが周辺の組織を巻きこむことで起こる痛みや、骨な

どへの転移の痛み、がんや転移が神経を圧迫したり巻きこんだりする痛みなどがあります。その痛みをとるためにはまず、どれくらい痛いか、どのような痛みなのかを医療者に伝えることが大事になります。同じ病気でも痛みの程度、感じ方は人それぞれ違い、感じている本人にしか本当の所はわからないと言われていました。医療者はそのような痛みを伝えてもらうことで、その痛みにあった薬を選ぶことができるのです。

これまでは痛みを我慢することが美德とされてきましたが、今は我慢せずに痛みを伝え、できるだけ苦痛なく生活ができるように医療者と相談することや、一緒に治療に参加することが必要になっています。すべての痛みや苦しみが完全になくせるわけではありませんが、痛みを軽くすることはできるようになっています。

また、がんの痛みは身体の痛みだけではなく、不安などの精神的ストレスやその人を取り囲む人や環境など社会的な背景が大きな影響を与えます。また、がんにかかれた人と同様に、ご家族もまたストレスを感じられます。そのような時には一人で抱え込むのではなく、誰かに話をすることも必要です。

私は現在、がんサポートチームの一員として週1回の各病棟へのラウンドと、がん相談室での月1回の相談担当を行っています。そこでがんとともに生きる方やご家族がどのように過ごされるかを考えるお手伝いをしたいと思っています。些細なことでもかまいませんので、今ある身体の痛み、心の痛みの解決に相談室をご利用ください。

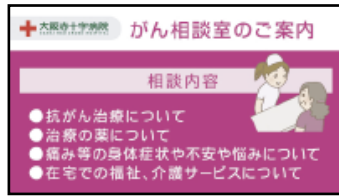
TOPICS BOX

トピックス&ニュース

病院案内情報システムを導入しました

6月11日から、2階総合ホールや外来ブロックの待合いに設置しているディスプレイを利用して、病院案内情報を放映するシステムを導入しました。

このシステムは当院の受診案内や各種医療情報、ニュースや娯楽情報などを約15秒毎に移り変わるパネルで放映するものです。患者さまが当院を受診される上で必要とされる情報などを提供できるように努めてまいりますのでどうかご理解いただけますようお願いいたします。内容を充実させていくためにも、皆様からの積極的なご意見ご要望もいただきたいと思っておりますのでよろしくお願いいたします。



ようこそ! GAP第3期生が活動開始

大学入学資格を得た若者が、休学して経験を積むGAPボランティアの受入を当院は行っています。9月から新たに第3期生のクレイグとサミュエルがやってきました。日本語を勉強しながら病棟や外来で患者さまの介助などのボランティアに励む彼らの活動を、温かくお見守りくださいますようお願いいたします。



こんにちは! クレイグ・シドニー・ウオーカー・ダインズです。カナダのプリティッシュ・コロンビア州にある、自然に囲まれたバンクーバー島から来ました。泳いだり、山を登ったり、森を歩くのが大好きです。また、音楽も好きなので、日本にもギターを持ってきました。読書やアートも大好きです。日本は素晴らしいところです。みんなフレンドリーで礼儀正しいし、とても歓迎されているんだ、と感じます。カナダがとても恋しいですが、今では日本のことを愛しています。大阪赤十字病院で働くことを楽しみにしています!



サミュエル・レーヴィングです。僕はイギリスのリーズから来ました。将来は医者になりたいと思っています。国際的な経験を積むために故郷を離れたのですが、大阪赤十字病院のボランティアになれて幸運だと思っています。イギリスでは1年間地域の病院で事務をしたことがありますが、こちらでも違う視点から経験を積めることを楽しみにしています。趣味はテニスと音楽です。特に映画やゲームの音楽をキーボードに移して演奏することが好きで、自分で作曲することもあります。楽器を持ってこれなかったことは残念だけど、キーボードは手に入れたいと思っています!

11月1日(木) 本院にて災害訓練が行われます

●当日初診受付は午前10時までとなりますのでご注意ください
来る11月1日(木)午後1時から、災害拠点病院である本院では上町断層直下型地震発生という想定で、今年も災害訓練を行います。本訓練は実際の状況と同じ設定をする関係上、当日初診は午前10時までとし、午後の外来は休診といたします。ご理解とご協力をお願いいたします。

編集後記

厳しい残暑もようやく終わり、涼さが駆け足気味にやってきました。そういえば暦の上では秋だったんだなあ、と思ひ出します。「秋」からみなさんは何を思い浮かべますか? 「秋」のことばの由来にはいろいろな説があり、秋空がきらか(清明)だからというものや、収穫があ(飽)き満ちるからというもの、草花の葉があか(紅)くなるからというものがあるそうです。快適なこの季節、スポーツ・食欲・行楽…いろいろな秋を楽しみたいですね。

(H.K)

認定看護師3人増加で10人に!!!

高度化・専門化が進む医療現場における看護の広がり、看護の質向上を目的に看護の資格認定制度(専門看護師・認定看護師・認定看護管理者)が発足し、1997年に日本看護協会認定看護師がはじめて誕生しました。本院では認定看護師のトップをきって皮膚・排泄ケア(WOC)認定看護師が2003年から活動をはじめました。この度、新しい領域のがん性疼痛看護(1人)が加わり現在、皮膚・排泄ケア(2人)、感染(1人)、がん化学(2人)、救急(2人)、手術(1人)、緩和ケア(1人)領域の10人の認定看護師が所属しています。

活動としては、各病棟での回診や外来での患者相談、また医師・看護師からの相談に応じたり、院内外の看護師対象に講演・実技研修の実施、日ごろの実績をもとにした研究発表をするなど、それぞれ特定の看護分野において質の高いケアを実践するとともに、専門領域における指導・相談という役割を積極的に果たしております。

個々の認定看護師の活動の実際は引き続き本紙で紹介いたします。

※なお今年7月1日より、WOC看護→皮膚・排泄ケア、ホスピスケア→緩和ケアに名称が変わりました。

世界陸上選手権大阪大会の「縁の下の力持ち」

当院は、高槻赤十字病院とともに8月25日から9月2日の9日間、長居第1陸上競技場に救護班を派遣し活動しました。当院から参加した職員は24チーム、のべ96人(医師24人、看護師48人、主事24人)です。

実際の救護活動は、競技時間の関係で早朝から深夜におよびましたが、「縁の下の力持ち」として大会を支えることができました。とにかく酷暑の中での活動でしたが、救護所で待つだけではなく定期的に観客席なども巡回しました。

9日間で、のべ276人の方が救護所に来られましたが、ご存じの暑さのため熱中症の方の割合が高くなりました。また毎日、血圧測定を希望する海外から来られた方、靴擦れで処置に来られるスタッフの方、作業中に自分の指に傷を作ってしまったボランティアの方、そしてプライベートな空間が無いため、授乳する場所として救護所を利用される方などの、多くのニーズに対応しました。

これからも赤十字は、各赤十字施設で連携し、社会や地域とつながる活動を行ってまいりますのでイベント会場などで赤十字の救護服を見かけたら気軽に声をかけください。



ORC友の会をご存知ですか?!

ORC(大阪日赤IBD)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――
- <3~4月>総会&IBD関連セミナー
セミナーではIBDに関するテーマを取り上げ様々な情報・知識を得て頂きます。
- <6~7月>夏季レクリエーション
野外活動を通じて、多くの仲間との出会いや患者並びに家族間の交流を目指します。
- <9~10月>医療講習会
本院の医師が主に講師となり、内容の充実した学習指導を行います。
- <11~12月>料理講習会
毎回、管理栄養士による独自のレシピでIBD患者向けの食事療法をバックアップします。
上記の4回、ORC(大阪日赤IBD)友の会はIBD患者が中心となり各行事を開催しています。奮ってご参加ください!
- ※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://blog.zaq.ne.jp/orcibd/>

Table with columns: 科目, 曜日, 月, 火, 水, 木, 金, 備考. Rows include 消化器科, 糖尿病科, 内分泌科, 血液内科, 免疫科, 腎臓内科, 循環器科, 心臓血管外科, 小児科, 小児外科, 外科, 整形外科, リハビリテーション科, 脳神経外科.

Table with columns: 科目, 曜日, 月, 火, 水, 木, 金, 備考. Rows include 神経内科, 呼吸器科, 呼吸器外科, 産婦人科, 泌尿器科, 眼科, 耳鼻咽喉科, 皮膚科, 形成外科, 精神神経科, 放射線科, 歯科.

■当館は全面禁煙です
No smoking sign with text: 当館では館内を全面禁煙とさせていただきます...

※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。
●お問い合わせ
☎06-6774-5111(代表)
受付時間(月～金) <診療開始は午前8:45からです>
●初診の方/月曜日～金曜日 8:30～11:30 ●再診の方/月曜日～金曜日 8:00～11:45

■受付時間(月～金) <診療開始は午前8:45からです>
●初診の方/月曜日～金曜日 8:30～11:30 ●再診の方/月曜日～金曜日 8:00～11:45
■休診日 ●土曜日・日曜日・祝日・5月1日(本社創立記念日)・12月29日～1月3日
■診察券 ●診察券は全科共通で使用いたしますので、ご来院時には必ずお持ちください。
■入院のご案内 ●平日/14:00～19:00 休診日/10:00～12:00, 14:00～19:00 ●小児病棟(平日・休日とも)/14:00～19:00
■保険証等 ●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。

