

2021

新春号

JR札幌病院広報誌

No.54

HOT NET

ほっとネット

Contents

p1 巻頭言

新年のご挨拶

院長 四十防 典晴

p2 特集

新型コロナウイルス感染症(COVID-19)とインフルエンザ感染症

呼吸器内科(内科診療部長・医療技術部長) 伊藤 峰幸

p3 診療科発

外耳道真珠腫について

耳鼻咽喉科 科長 長島 勉

p4 部門紹介

NST[Nutrition Support Team(栄養サポートチーム)]の紹介

栄養管理室 主任 谷口 香奈子

p5 地域発

医療法人 明雪会 環状通東整形外科

理事長・院長 堀田 知伸先生

p6 あなたは、治療を受けながらの生活をイメージできますか?

緩和ケアチーム 緩和ケア認定看護師 佐藤 奈緒美

p6 新しい時代を迎える準備をしてみませんか?

リハビリ室 主任 成田 葉月

JR札幌病院 間違い探しゲーム

ほっとネット53号当選者発表



新人フォローアップ研修①



新人フォローアップ研修②



新人フォローアップ研修③

JR札幌病院 基本理念

心の通う医療

信頼される医療

地域社会に貢献する医療

基本方針

1. 社会のニーズに合った専門的な医療を提供するよう、医療技術の向上に努めます。
2. 患者様の権利を尊重し、プライバシーを守ります。
3. 地域の各機関との連携を重視し、地域医療に貢献します。
4. JR北海道の職域病院として、社員・家族の健康増進に寄与します。



H29.10.6 日本医療機能評価機構より
3rdG : Ver.1.1の認定を受けました。

JR JR札幌病院
JR北海道 JR SAPPORO HOSPITAL

JR札幌病院
ホームページ
QRコード





新年のご挨拶

年頭に当たり謹んで新春のお慶びを申し上げます。旧年中は格別のご厚情を賜り、誠にありがとうございました。

昨年は令和1年12月に発生した新型コロナウイルス感染症が全世界で大流行し、札幌では2月に武漢からの観光客がもたらした流行、ゴールデンウィーク前後での病院、老健施設でのクラスター発生が多発し、大変な状態が続きました。同時に感染対策の一環として、交通機関を利用した移動の制限、デパート、飲食店が長期休業となり、経済的にも大打撃となりました。さらに、札幌で10月下旬から新型コロナウイルス感染症の流行が再拡大し、ステージ2となり、さらに11月7日からステージ3になっています。札幌の状況はさらに悪化し、ステージ4になっております。病院、老健施設でクラスターが発生し、その対応に追われ、感染拡大が深刻な状況となりました。年末には北海道は減少傾向になっておりますが、全国的には感染拡大が深刻な状態です。令和3年になり、感染拡大がどう経過するか見当もつ

きません。しかしながら、当院においてはできる限りの感染防止をし、クラスター対策を講じながら、新型コロナウイルス感染症の患者様の治療も行う社会貢献しながら、明るい未来になることを期待し、診療を継続したいと考えております。

コロナ禍においても、当院は以前から掲げている目標である地域に根ざしたより良い医療の提供と信頼される人間医療をめざしており、多くの専門の診療科を有する総合病院として、できる限りの双方向性の病診連携、病病連携を深めていくことに努力して参ります。

コロナ禍に打ち勝ち、明るい未来になっている希望の意味も込め、また、安心して旅行ができる日が早く来ることを期待して、世界の写真を載せたいと思います。

末筆ながら、諸先生がご健勝で活躍されることを御祈念申し上げます。



院長
四十防 典晴



写真1 ウィーンのペスト記念塔(三位一体塔)



写真2 ペルーのマチュピチュ



写真3 ドバイのブルジュ・ハリファ

特集

新型コロナウイルス感染症 (COVID-19) とインフルエンザ感染症

2019年12月に中華人民共和国の河北省武漢市で肺炎患者の集団発生が報告され、武漢市の封鎖など強力な対策にもかかわらず感染患者数は拡大していきました。原因病原体はSARS-CoV-2、新型コロナウイルス感染症として、その後急速に世界に拡大することになりました。

日本国内では、2020年1月16日に武漢市からの帰国者に初めてSARS-CoV-2が検出され、4月下旬以降のゴールデンウィークをピークとする第1波が発生しました。その間、横浜港大黒埠頭で停泊したダイヤモンドプリンセス号内でのクラスターも発生しています。

北海道内では、さっぽろ雪祭り後に感染者が増加し、全国に先駆けて2月28日に鈴木直道知事が法的規制のない緊急事態宣言、夜間外出規制などを行いましたが、3月後半の3連休が引き金となり、医療施設・介護施設を中心に、入居者・医療従事者にクラスターが発生し、高齢者では多くの死者を出すことになりました。札幌における第2波以降は、飲食店、カラオケ、ライブハウスなどでクラスターが発生しましたが、第1波とは異なり高齢者の外出自粛などにより、多くは若年者の感染が目立つようになりしました。若年者は比較的軽症例が多く、自宅・ホテルでの療養により、医療機関が逼迫することなく経過しました。しかし、10月中旬以降は徐々に新規感染者が増加し、11月2日発表の新規感染者は北海道が全国最多の96人で、札幌市は83人と発表されました。クラスターの多くは、3密(換気の悪い密閉空間、多数が集まる密集場所、身近で会話や発声をする密接場面)環境での発生でした。幸いにも以前と比べて死亡者は減少してきているものの、新規感染者が急速に増えてきていることと、ウイルスの死滅しにくい気温・湿度の低下する冬に向かうことを考慮すると、感染対策に関しては十分注意する必要があり、不要不急の会合などは避けるべきと考えます。

例年秋以降に発熱患者さんが受診した際は、インフルエンザ感染症に注意をはらっていましたが、今年からは新型コロナウイルス感染症にも警戒が必要です。このため、外来ではインフ

ルエンザ抗原検査とSARS-CoV-2 PCR検査が必要になると思われます。

今年は国内において夏季のインフルエンザ感染が報告されていません。また、日本の夏に流行期だった南半球でも散発的な発生あるいは、ほとんど報告されていません。この理由として、新型コロナウイルスの感染拡大を防ぐため、3密(密閉、密集、密接)を避ける行動に加えて、マスク着用や手指消毒・手洗いの励行、さらに日常生活でのソーシャルディスタンス確保などの対策が推し進められてきていました。これが、インフルエンザの流行防止にも効いているとの見方とされます。こうした現状を見ると、今期は、感染対策に関する意識が高まっていることと合わせて、インフルエンザ感染症は小規模ですむのではないかという楽観論が出てきそうです。しかしながら、中国、韓国などからの入国や水際対策が緩和されれば、インフルエンザの持ち込み例が出る可能性は否定できません。

いずれにしろ、今後種々の感染症を避けるためには、感染予防と3密を避けることが重要ということになります。

追記

11月上旬以降に感染拡大した新型コロナウイルス感染症は、道内では11月20日に1日304名となりました。その後、減少傾向に転じていますが、年末年始の外出、さらなる気温低下により、油断のできない日々が続いていきます。早く終息することを祈っております。



呼吸器内科
(内科診療部長・医療技術部長)

伊藤 峰幸



体力づくりで健康増進
(新型コロナウイルス感染拡大前)

診療科発

外耳道真珠腫について

耳鼻咽喉科
科長

長島 勉

みなさんは「真珠腫」といった病気をご存知でしょうか？恐らく初めて耳にする方も多いと思います。その本体は平たく言うと耳垢のことになりますが、耳垢が皮下や鼓膜の奥に入り込み簡単には取れなくなったものを白い真珠のような塊に見えるため「真珠腫」と呼んでいます。そもそも耳垢は外耳道や鼓膜表面の古い皮膚が角化し脱落して溜まったものですが、通常は皮膚の自浄作用により外耳道入口まで移動してきて自然に排出されます。しかし、さまざまな要因でこの自浄作用が失われてしまうと、外耳道内に耳垢が貯留し固まってしまい簡単には取れなくなってしまいます。さらには、固まった耳垢が周囲の皮膚の血流を悪くし、皮膚の壊死を引き起こし、その奥の外耳道骨まで炎症が波及してしまいます。このようにして、耳垢が外耳道の深部まで入り込み炎症を起こしているものを「外耳道真珠腫」(図1)、また鼓膜表面から中耳に入り込み炎症を起こすものを「中耳真珠腫」と呼びます。

外耳道真珠腫を引き起こす原因として皮膚や骨組織の脆弱化や血流の低下、易感染性が指摘されており、加齢や骨粗鬆症、糖尿病、関節リウマチ等の膠原病、心疾患、肺疾患、長期ステロイド使用、ヘビースモーカー、人

工透析、放射線治療後などの要因が指摘されています。高齢になるにつれてこれらの要因が起こりやすくな

るため、近年高齢化社会に伴って外耳道真珠腫の症例が増加してきております(図2)。

治療としては、炎症による痛みがなく軽度であれば外来で定期的に外耳道真珠腫を取り除き、清掃することで外耳道皮膚の上皮化・治癒を促します。炎症が外耳道の骨まで及んでいる場合は、外来処置時の痛みが強くなかなか処置が困難になるため手術(外耳道形成術)が必要になります。手術では炎症が波及して腐骨化した部分の外耳道骨を除去し、骨の凹凸を滑らかに削って、欠損した外耳道皮膚を側頭骨膜で形成し血流の良い組織で覆い、自浄作用を伴う健全な外耳道に戻します。

あまり自覚症状が無いこともありますので、耳垢が取れないことや耳痛、耳漏、出血等ありましたら早めに耳鼻咽喉科受診をおすすめします。



図1 左外耳道真珠腫(前・下壁)

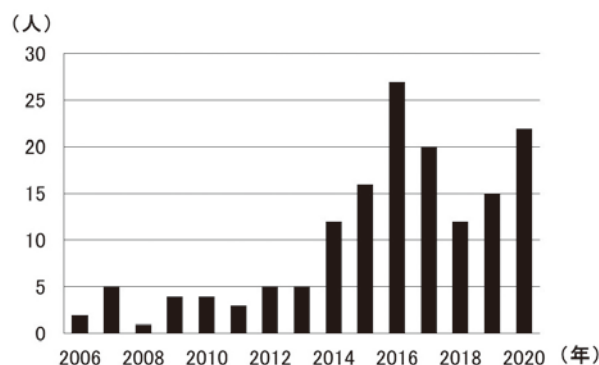
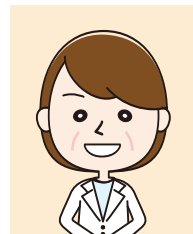


図2 当院の外耳道真珠腫症例数

部門紹介

NST「Nutrition Support Team
(栄養サポートチーム)」の紹介栄養管理室
主任

谷口 香奈子

健康志向が高まっている昨今、栄養に気を付けられている方が多いと思いますが、病気になるとさらに栄養は大きな問題になり、栄養状態をよくすることで病気や手術の回復、リハビリ効果の増大にも繋がります。その重要な栄養を支えるため、当院にはNSTという栄養サポートチームがあります。NSTとは「Nutrition Support Team(栄養サポートチーム)」の略で、多職種で構成された、患者さんへ適切な栄養管理を支援する集団のことです。

毎週NSTメンバーが集まって対象患者さんのカンファレンスを行い、チーム全体でどのようにして栄養状態を良くしていけばよいかを検討します。病棟看護師から示された情報をもとに、病気のために口から十分に栄養がとれない場合には、食事内容を工夫するだけでなく、点滴(静脈栄養)や栄養剤(経腸栄養)を検討したり、薬剤が適切か、採血・細菌

検査から何か問題はないかなど検討したり、各職種の立場から発言し、最適と思われる栄養療法を検討します。その後、チームで病棟回診を行い、個々の患者さんのベッドサイドで、患者さんの訴えや状態の観察を行い、検討した栄養療法の具体的な提案を行います。また、歯科医師による口腔内評価も実施することで、適切な口腔内問題の解決・口腔ケアにつなげています。個々の治療経過や栄養状態の評価は主治医に提案し、引き続き次週のカンファレンスへフィードバックされ、繰り返し検討します。また褥瘡は、栄養状態と密接に関連しており、褥瘡チームとの連携もすすめています。患者さんの栄養状態の改善、治療効果の向上、合併症予防そして「生きる喜び」へ繋がられるよう、チーム医療の輪を広げて活動していきたいと思っています。



写真1 NSTカンファレンスの様子



写真2 NSTスタッフ

【当院NSTの歴史】

- 2006年** NST発足 医師、看護師、管理栄養士、薬剤師、臨床検査技師で活動
- 2019年4月** より専門性を発揮するため顧問・平田先生(チームリーダー医師)のもと加算算定に向け活動
* 各メンバー必須研修の履修
チームリーダー医師、看護師、管理栄養士、薬剤師、臨床検査技師、言語聴覚士で活動
- 2019年10月** 日本静脈経腸栄養学会(JSPEN)のNST稼働施設として認定更新
NST加算算定に向け準備開始
- 2020年4月** チームリーダー医師、歯科医師、看護師、管理栄養士、薬剤師、臨床検査技師、言語聴覚士、理学療法士で活動
* 副院長・安達先生(NSTチームリーダー医師)のもと、チーム共同を目指し顧問・染川先生(摂食・嚥下対策チームリーダー)、北川先生(歯科医師)とともに活動開始。
- 2020年10月** **「栄養サポート委員会」発足**
* 「NST」、「摂食・嚥下対策チーム」、「褥瘡対策チーム」が栄養サポート委員会の下部組織として共同に迅速に活動できるような組織が院内で発足。
- 2020年12月** NST加算算定開始

地域発

医療法人 明雪会 環状通東整形外科

理事長・院長 堀田 知伸 先生



当院は2006年3月に東区の地下鉄「環状通東駅」の近くに開院いたしました。整形外科単科でベッド数17床の、有床診療所です。

私、堀田は1991年に札幌医大を卒業し、関連病院を回ったあと、阪神淡路大震災があった1995年から肩関節鏡手術の権威である大阪厚生年金病院(当時)の米田稔先生のもとで1年間研鑽を積み、以来、主に肩関節疾患を中心に診療してきました。その後、「肘関節」にも関節鏡の技術を導入し、テニス肘、変形性肘関節症などにも専門範囲を広げてきました。現在は同じく肩、肘関節を専門とする木村重治医師、膝関節を専門とする松村忠紀医師とともに上・下肢のスポーツ障害にも力を入れております。

また、手・手関節の疾患に対しては、JR札幌病院の金谷耕平先生に、股関節の患者さんは同じく佐々木幹人先生に助けていただいております。

ほとんどの疾患は、リハビリテーションや生活指導、投薬等で改善されます。当院もリハビリテーション部門を充実させ、理学療法士と共に毎日300人近くの患者さんの治療にあたっております。

ただ、リハビリテーション等でどうしても治らない疾患もあり、そのときには関節鏡を含めた外科的治療で完治を目指します。

昨年一年間の当院の全身麻酔下の手術件数は約600例で、そのうち肩の関節鏡手術は365例、肘の関節鏡手術は80例でした。

当院の肩と肘の関節鏡技術は日本の最先端レベルと自負しております。

いつもJR札幌病院さんには、大変お世話になっております。札幌医大卒の同期である腎臓内科の吉田英昭先生、呼吸器科の西野雅彦先生をはじめ、たくさんの先生方に当院の患者さんがお世話になっており、この場を借りてお礼を申し上げます。ありがとうございます。

今後もますます治療が細分化し、合併症の多い高齢者をはじめ、助けていただかなければならない症例がたくさん増えるかと存じますが、何卒よろしくお願い申し上げます。

現在はコロナが蔓延して外出する人が少なくなったせいか、

四肢の痛みを訴える人が少なくなったようにも思われますが、やがてコロナが落ち着き、人々が活発に活動し、患者さんが増えた時にはまた、JR札幌病院さんと連携して市民のためにがんばりたいと思っております。



手術の様子



外観・南面

医療法人 明雪会 環状通東整形外科

〒065-0015 札幌市東区北15条東18丁目

TEL 011-780-8080

理事長・院長 堀田 知伸

診療科目 整形外科、リハビリテーション

診療時間 平日診療 午前/9:00~11:30 午後/14:00~17:30

土曜日診療 午前/9:00~11:30

休診日 第1・3土曜日、日曜、祝祭日

あなたは、治療を受けながらの生活をイメージできますか？

どんな病気にも不安はあります。突然の病気の診断から治療を受け生活を維持しなければならない患者さんや家族の相談は様々です。

現在の緩和医療は手術・化学療法・放射線療法と並び第4の治療といわれていますが、いまだに緩和ケアは終末期医療と誤解されています。

糖尿病や肝硬変、心不全や腎不全、呼吸不全というがん以外の慢性疾患も、生活スタイルの見直し治療につながるため、継続したセルフケアが病状に大きく関わります。

アドバンス・ケア・プランニング(人生会議 ACP)という意味決定支援を当院でも実施しています。それは、患者さんが今後の生活を視野に入れ家族や信頼する知人に『希望』や『してほしくないこと』を伝えることで、具合の悪い時に医療者へ代弁してもらうことを目的に話し合いをすることです。

人生会議の内容を、これからの治療と生活を両立する場面で役立てるために、医師・看護師・医療チームに伝えて、あなたらしい生活に近づけるお手伝いができるように繰り返し話し合いをしましょう。

あなたらしい人生とは何か？それは、今までの生活を振り返り工夫できることを探することが重要です。当院ではがん相談支援や

緩和ケア外来で対話を行います。会話が苦手な方は、挨拶を繰り返し無理のない範囲で思いを聴いています。

患者会『虹色カフェ』は現在、中止していますが、お問い合わせは『緩和ケアを受けたい』と、職員へ伝えてください。



緩和ケアチーム
緩和ケア認定看護師
佐藤 奈緒美



緩和ケアチームカンファレンスの風景

新しい時代を迎える準備をしてみませんか？

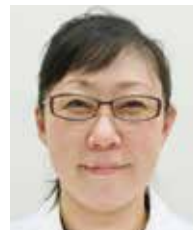
昨冬から続くコロナ禍、加えて厳冬期を迎え、路面状況や天候不良のための外出自粛がみられる、そんな季節となりました。いずれコロナ禍は終焉を迎え新しい時代を迎える時に、外出自粛中の体力や筋力の衰えが起こっていると…活動的な日々は取り戻せない、かもしれません。

新型コロナウイルスやインフルエンザといった感染症予防のための外出自粛は大切ですが、身体活動量の低下につながり、コロナ疲れ・うつといったストレスも加わることで心身の健康に影響を及ぼします。生活習慣病の発症や悪化、うつ病や認知機能低下のリスクなどにつながることも考えられます。人間は1日寝たきりだと1-3%、1週間寝たきり状態になると10-15%の筋力が低下し、3~5週間で約50%もの筋力が落ちるといわれています。

手軽にできるものでは、NHKで放送されているラジオ体操やみんなの体操が、おススメです。毎日定時に、体を動かす運動習慣となります。体操後に筋力訓練を行うことで、筋力維持向上が期待できます。筋力や体力が衰えると、転倒の恐れがあります。運動によって、転倒による骨折を防ぐことも期待できます。また、骨に

荷重をかけることで、骨粗鬆症の予防にもなります。運動に制限がある方は、医師の指示を仰いでください。

まずは、無理のない範囲で運動を続け、コロナ禍の終焉の際は、笑顔で思う存分新しい時代を楽しみたいですね。



リハビリ室
主任
成田 葉月



クイズに答えて
景品を当てよう!!

JR札幌病院 間違い探しゲーム

2つの写真から、**6**つの間違いを探そう!
正解者には、抽選でクオカードがもらえるヨ
息抜き、暇つぶし、頭の体操にやってみよう～



応募要項

応募期間: 令和3年2月1日～2月28日

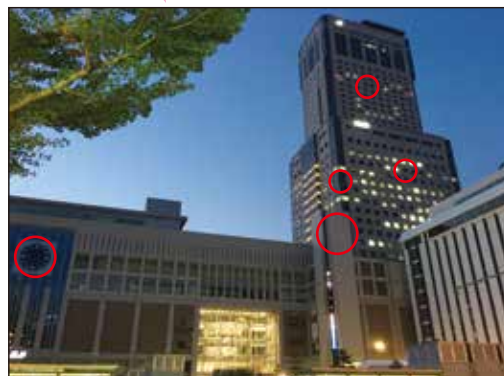
応募方法: 応募用紙の写真の間違い箇所には○を入れ、地域医療連携センター前に設置の応募箱へご投函、又は、紙面上の写真を切り取って(コピーも可)○を記入し、住所・氏名を記載の上郵送でご応募ください。

応募先: 〒060-0033 札幌市中央区北3条東1丁目 JR札幌病院 地域医療連携センター
※氏名の公表を希望されない場合はペンネームを掲載いたします。

発表方法: 広報誌『ほっとネット』紙面上にて発表いたします。

ほっとネット53号当選者発表

5つのまちがいは



応募総数 **21人**

抽選の結果、次の5名の方にクオカードをお送りいたします。

せつ 様、たっぺちゃん 様、ふくの母 様
まいまいまいちゃん 様、りゅうママ 様

編集後記

今年は丑年です。「牛」は古くから人々を助けてくれる存在として重要な生き物でした。大変な農業を地道に手伝ってくれる様子から、丑年は「我慢(耐える)」や「発展の前振れ(芽が出る)」を表す年になると言われています。新型コロナウイルスの蔓延で、もう少し耐え忍ぶ年になるかもしれませんが、地道に突き進み新たな発展へと繋げる年にしていきたいですね。(I&O)

発行日/2021年1月31日

編集長/長谷川 徹

編集者/安藤 和馬・石澤 睦彦・大村 早代・小原健太郎・河野 通晴
寺田 基・中澤 英之・松本 道明

発行所/札幌市中央区北3条東1丁目

JR札幌病院 広報誌企画編集委員会

<https://hospital.jrhokkaido.co.jp/>