

はまかせ

風が運ぶお知らせ便り♪

ワンランク上の病院をめざして

私たちは、患者さんの意思を尊重し、高度で良質な医療を提供することによって、地域社会に貢献します。



Message 無菌室について

Information

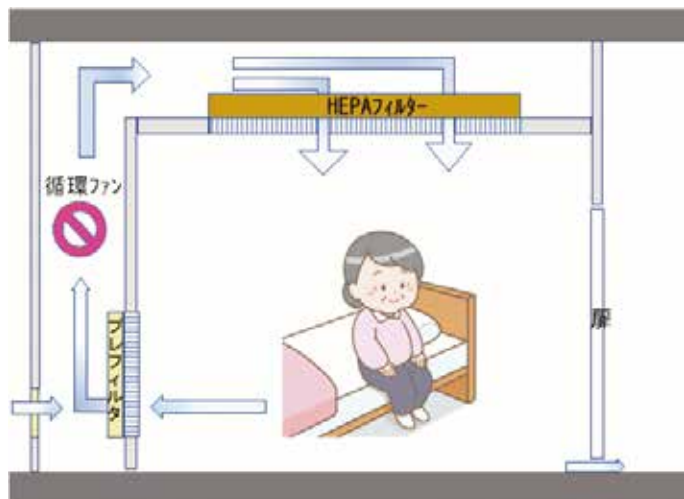
- EBISU♥キッチン
～焼き魚のお手軽アレンジ編～ 南蛮漬け
- にしびょう Topics
病診連携学術集談会が開催されました。
- 院長エッセイ「四季雑感」
院長就任 1 年を振り返って
- ～ふらっと西宮～ vol.2
西宮市紹介

無菌室について

Pick Up. 029



血液内科部長：上田 周二



血

液内科病棟では、血液の癌である白血病、悪性リンパ腫、骨髄腫に対して化学療法（抗がん剤の治療）を行っています。急性白血病は、抗がん剤の治療がよく効くことが知られていますが、他の疾患と比べて投与する抗がん剤の量が多く、治療中に白血球数が極度に減少することにより、感染が起こりやすい状態となります。感染が起こりやすい期間には無菌室に入っただいて過ごしていただくことになります。

無

菌室というと、たいそうな部屋を想像してしまいがちですが、実際には高性能フィルターを通して空気を浄化して循環させているだけのお部屋です。この高性能フィルターというのは、HEPA フィルターといって実は家庭用の空気清浄機につかわれているフィルターと基本的には変わりません。巨大な空気清浄機を稼働させていると考えていただくとわかりやすいです。このフィルターのおかげで空気中のカビの胞子はほとんどない状態が維持できますので、カビによる肺炎の発症率を抑えてくれる効果があります。部屋の中は、外とくらべて空気の圧力を高くしており、（陽圧）、扉の開け閉めでは外の空気があまり入らないようになっております。

最

近の無菌室は、ぱっとみただけでは通常の個室とかわらないように見え、昔と比べるとストレスは軽減されています。通常の個室の天井と側壁にパネルを設置することで無菌室を整備することができます。写真は当院ですこし前に整備した無菌個室ですが、天井に HEPA フィルターを設置し天井から HEPA フィルターを通過し浄化された空気をだし、部屋の側壁下方に設置した吸い込み口から空気を回収しファンを使って循環させています（HEPA フィルターの性能を保つため吸い込み口にはプレフィルターを設置し空気中のほこりなどの比較的大きな粒子はプレフィルターで回収しており、この点も家庭用空気清浄機と同じです）。室内を陽圧にするために噴き出す空気と吸い込む空気の流量が調節されています（勘のいい方は循環システム中に外気の取り込みも必要となることわかるかと思います）。

急

性白血病、特に若年の急性白血病は無菌管理も必要で強力な抗がん剤が必要になりますが、抗がん剤がよく効き治療率も高い疾患です。当院では治療中の精神的サポートにも力を入れて治療にあたっています。

令和2年2月22日(土)

第20回神戸市東灘区医師会 病診連携学術集談会が開催されました。

内視鏡センター長 小森 真人先生が「当院におけるAI内視鏡への取り組み」について発表され、栄えある優秀発表賞に選ばれ表彰されました。

最新のAI内視鏡を導入することで、高い診断精度により診断のサポートが得られます。

今後も、高機能な医療技術が提供でき、患者様が安心して治療を受けられるよう取り組んでいきます。

今後ともよろしくお願ひ致します。



EBISUキッチン

～焼き魚のお手軽アレンジ編～

BY. 栄養管理部

魚を食べていますか？ 魚には良質のたんぱく質や脂質、ビタミンなど私たちの体に必要な栄養素が豊富に含まれています。毎回同じ味付けになりがちな焼き魚のアレンジレシピを紹介します。簡単にいつもと違う一品になるので、ぜひ作って食べてみてください！



料理のポイント

調理のポイント

- ◇野菜はしっかりと水にさらすことで辛みがとれ、シャッキリとします
- ◇魚は熱いうちに合わせ酢に漬けておくと、よく味が染み込みます

香味野菜でアレンジ♪

セロリ、三つ葉、かいわれなどの野菜に置き変えても美味しくできあがります！



(調理師:近藤 明)

揚げずに焼くことでヘルシーに

「南蛮漬け」と聞くと揚げ魚を使用することが一般的ですが、焼き魚でも美味しく出来上がります。焼き魚を使用することで調理も簡単に、さらにエネルギーも抑えられるので一石二鳥です!!

(管理栄養士:家本 綾)



南蛮漬け

●材料 (4人分)

白身魚	4切(240g)	
塩	少々	
玉ねぎ	1/2玉	
ピーマン	1個	
人参	1/4本	
酢	大さじ2	1/2
砂糖	大さじ3	
しょうゆ	小さじ2	1/2

	エネルギー	154kcal
1人当たり	たんぱく質	12.5g
栄養価	脂質	5.9g
	炭水化物	11.4g
	塩分	0.9g

●作り方

- ①魚に塩を振り、15分ほどおいておく。
- ②玉ねぎ、ピーマン、人参を千切りにし、水にさらす。
- ③酢、砂糖、しょうゆで合わせ酢を作る。
- ④①を焼き、熱いうちに合わせ酢に漬ける。
- ⑤②を④に漬ける。



管理栄養士による栄養・食事相談を月～金に予約制で行っています。
ご希望の場合は、主治医又は看護師、管理栄養士までお申し出ください



昨年、4月に兵庫県立西宮病院の院長に就任し、早くも1年が経過しました。長らく大学に勤務しておりましたので、地方自治体病院の運営には多少不案内なところもあり、就任当初は戸惑う場面も多々ありましたが、執行部のメンバー、および、その他の多くの職員の協力を得て何とか1年を乗り切ることができました。本院は、開設以来84年の長きに渡り地域の中核病院としての任を担い住民からの信頼も厚い病院であることをこの1年間で実感しました。毎日、多くの患者さんが来院されます。狭い外来スペースで大変ご迷惑をお掛けしておりますが、殆どの患者さんは規則を遵守され秩序正しく診療を受けていらっしゃいます。その光景を目の当たりにする度に地域の病院は、病院職員のみならず円滑な診療にご協力下さる患者さんによっても支えられているものであることを痛感しています。さて、2020年度の本院の最も重要な課題の一つは、県立西宮病院と西宮市立中央病院の統合病院の基本計画の策定でありました。昨年4月より多くの方々のご支援を得て基本計画の策定を開始し、ほぼ予定通りのスケジュールで策定を終了することができました。既に基本計画は、パブリックコメント等で公表されておりますが、統合病院は阪急今津線阪神国道駅前の元アサヒビール工場跡地に整備されます。統合病院の病床規模は、552床であり高度専門医療・救急医療を提供する災害にも強い地域の中核病院を目指しています。また、阪神南圏域は、高機能な民間病院が多数存在する地域でもありますので、統合病院の運営に当たっては民間病院との連携も重要であると考えています。開院は2025年度の予定です。医

療従事者の働き方改革も十分念頭に入れ、「患者さんが掛かりたくなる」と同時に「医療従事者が働きたくなる」病院を目指して統合病院の整備計画を進めて参りたいと思っています。今後も引き続き皆さま方のご支援を宜しく申し上げます。

今年は、子年で十二支の最初の年です。逸話によると、元日の朝1番早く神様のもとに来たのがネズミであったので、十二支の最初がネズミになったと云うことですが、ネズミが一番になるために、ネコを騙し、ウシの背中にこっそりと乗って最後に飛び降りてゴールしたということです。道徳教育上は、あまり褒められた行為ではないように思いますが、当時の神様はそれを評価したということになります。「どんな手段を使っても良いから一番にさえなればよい。」との教えでしょうか。さすが、神様には先見の明があると感心します。ネズミはきっと21世紀の新自由主義の象徴なのでしょう。

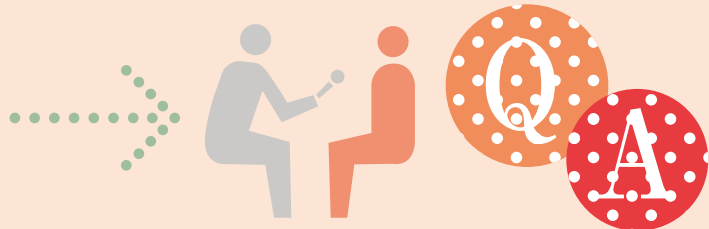


筆まめ 2020 より引用

兵庫県立西宮病院長
野口 眞三郎



INTER VIEW



Q 化学療法（抗がん剤による治療）と同種造血幹細胞移植（いわゆる骨髄移植）はどう使い分けられるのですか？

A 抗がん剤治療は文字どおり、抗がん剤を投与して癌細胞に死んでもらう治療です。一方、同種造血幹細胞移植は血縁者などの他の人の血液と自分の血液を入れ替えることで、入れ替わった血液細胞に癌細胞を攻撃してもらう“免疫療法”で抗がん剤とは違った治療法です。この2つの治療は組み合わせて行う治療です。抗がん剤治療だけで治癒するのが理想ですが、抗がん剤治療の効果が不十分であった場合に、わずか残った癌細胞を同種造血幹細胞移植で入れ替えた血液細胞に攻撃してもらうという形です。抗がん剤がまったく効いていない状態で同種造血幹細胞移植を施行しても残念ながら効果は乏しく、癌細胞の勢いを抑えることはなかなかできない現実があります。



血液内科部長：上田 周二

Q 髪の毛が抜けてきました、どうすればいいですか？

A 治療開始後3週間ほどで、脱毛が目立ってきます。抗がん剤治療を終了し、3か月程度で、再び生え始めてきます。脱毛に対するアドバイスです。

1. 脱毛が始まる前に…

好きな帽子やウィッグを準備されることをお勧めします。当院の理髪店ではウィッグの見本、売店には帽子もあります。病棟にもパンフレットを置いています。

2. 脱毛が始まってからは…

タオル帽子やバンダナは髪の毛が飛び散らず、清掃が出来ます。抜けた髪は、ガムテープやコロコロクリーナーを使われると便利です。寝ている間も、ネットやナイトキャップなども使用されると良いです。



11階病棟看護師長：藤原 啓子

～ふらっと西宮～vol.2 丸山貯水池

<http://nishihosp.nishinomiya.hyogo.jp/>



北部地域の水がめとして昭和52年（1977）に完成し、地元では金仙寺湖と呼ばれています。船坂川をせき止めた湖畔にはあずま屋も設けられ、春の桜、秋の紅葉などが楽しめます。湖面には野鳥も多く、四季折々の自然を満喫できる場所です。

はまかぜ編集委員

編集後記

編集室



いつもはまかぜをご愛読していただきありがとうございます。

日差しが暖かく感じる季節となってまいりました。

今回の特集として白血病等に関する無菌室の情報を発信しました。

はまかぜでは最新の医療情報はもちろん西宮病院での施設情報等も発信していきますので今後ともよろしくお願ひします。

はまかぜ編集委員

HAMAKAZE

2020
Vol.29

兵庫県立西宮病院

〒662-0918 兵庫県西宮市六湛寺町13番9号
TEL:0798-34-5151(代表) FAX:0798-23-4594
地域医療連携センター FAX:0798-34-4436
E-mail:chiiki-kn@hp.pref.hyogo.jp

nishihosp.nishinomiya.hyogo.jp

2020.4 発行