

奈良県西和医療センター情報誌

# ファミリー

～みむる～

第21号

令和3年  
8月



院長ご挨拶

新任医師紹介

病気の話 (現在のがん診療の概要について)

病気の話 (変形性膝関節症とは?)

診療科案内 (小児科)・病気の話 (失神とは?)

各部門からの情報:

中央放射線部・医療安全推進室・臨床工学技術部

薬剤部・栄養管理部

ファミリー特集 病院で働こう!!

西和医療センター便り:

新型コロナワクチン接種について

三郷町へのワクチン接種の医師派遣について

お知らせ



地方独立行政法人 奈良県立病院機構

奈良県西和医療センター

Nara Prefecture Seiwa Medical Center

# 院長ご挨拶



地方独立行政法人 奈良県立病院機構  
奈良県西和医療センター院長  
土肥直文

梅雨の終わり、各地で大雨による災害が起こっており、犠牲になられた方には心からご冥福をお祈り致します。また、被災された皆さまには心からお見舞いを申し上げ、一日も早い復興を祈るばかりです。令和3年7月、関西では新型コロナウイルス感染症の新規感染者数は比較的低調になっており、オリンピック後に予想される第5波に備えて、院内の準備をしているところでございます。当院は、昨年以來（令和3年6月まで）473名の新型コロナウイルス感染症患者さんを受け入れて入院治療をして参りました。一方、第2駐車場に急遽建設した「発熱外来クリニック」等におきまして、これまで4,300名を超える新型コロナ疑い患者さんの外来診療も行って参りました。県内の新型コロナ重点医療機関のなかでも、大きく病院機能をコロナ診療にシフトした運営となりました。この間、コロナ以外の一般の患者の皆さまには、大変なご不便とご不安をおかけしましたことを、この場をお借りしてお詫び申し上げます。コロナの専用病棟を確保するにあたり、小児科は外来ブースおよび病棟が移転、外科系診療科におきましては、病棟縮小となりました。昭和54年竣工の病院建築ですので、老朽化は否めず、水道や空調に不具合がでることも多く、この7月からコロナ以外の病棟（北5階、北4階）におきまして、感染対策目的で空調および水道周りの工事が必要になっています。ご不便をおかけしておりますことを重ねてお詫び申し上げます。皆さまから、病院の構造上の問題について時に厳しいご意見を頂戴しておりますが、現在JR王寺駅周辺への移転・新築について県および周辺の自治体の皆さまにもご議論頂いている状況でございます。それまでの間も診療を継続する必要があるため、患者の皆さまの療養環境をできるだけ整備してゆきたいと考えております。これからも忌憚のないご意見をいただきたいと思っております。

さて、西和医療センター情報誌「ファミリーユ」の8月号をお届けします。新任の中村孝人副院長が、「がん」の話、新任の吉澤弘行小児科部長が「小児医療」の話、新任の整形外科膝関節外科の山崎剛司医長が「変形性膝関節症」の話を執筆してくれました。その他、院内のスタッフがいろいろな情報を書いてくれています。ご自宅に持ち帰ってゆっくりお読みいただければ幸いです。

これから暑い日が続きますが、オリンピックを自宅のテレビで観戦することが多くなることで、外での感染の機会も減るかもしれません。またワクチンの接種も順調に進んでいます。第5波が大きなものにならないよう祈りながら、それでも感染拡大に備えて準備をして参ります。

令和3年7月吉日

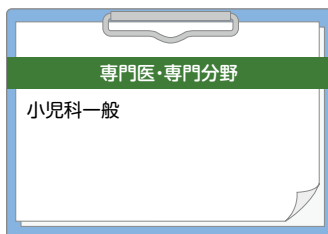
# 新任医師紹介

令和3年4月1日付

小児科 専攻医



くぼ 久保  
こうじ 昂司

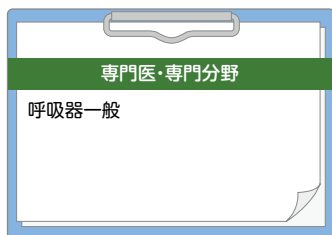


令和3年7月1日付

呼吸器内科 医員



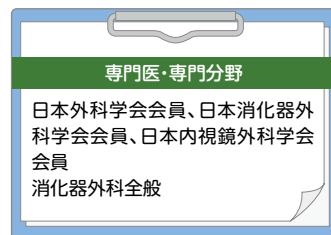
ひらおか 平岡  
じゅんや 惇弥



消化器外科 医員



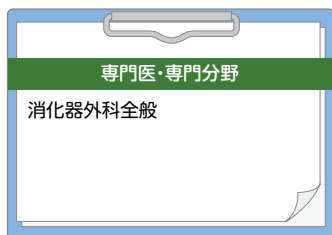
たむら 田村  
たかし 昂



消化器外科 専攻医



えしり 江尻  
ごうき 剛気

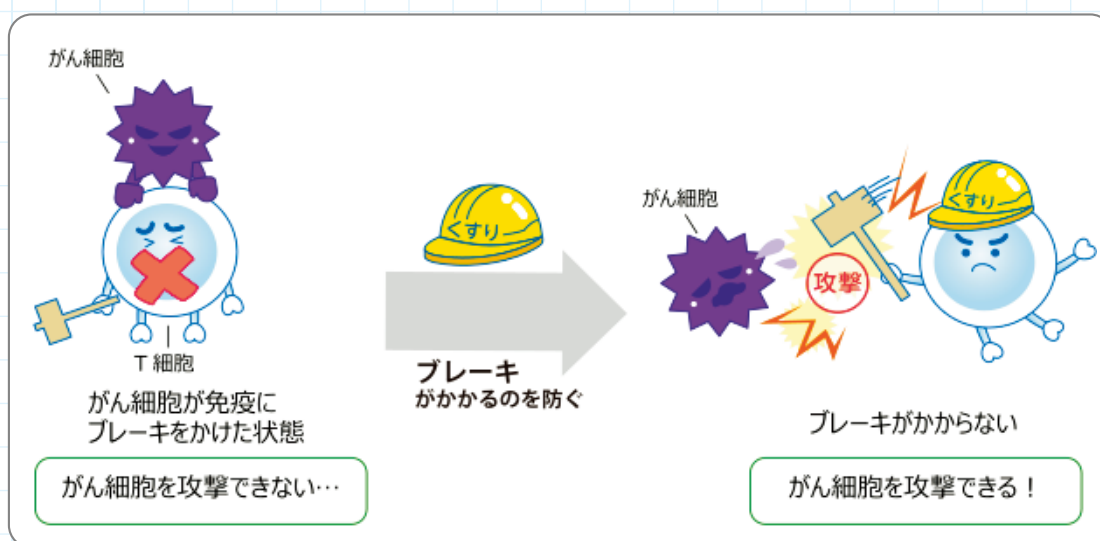


今も昔も早期がんの場合には、手術によって、治癒を目指すことが重要な治療であることは変わりません。ただし、薬物療法（抗がん剤治療）においては、この20年間でがん診療は大きく、劇的な変化と進化がありました。

がん遺伝子の状態に合わせ、薬剤を選択するという方法の先導役となったのが、イレッサ®（ゲフェチニブ）という薬剤です。上皮成長因子受容体 遺伝子という部分に特定の変化（変異といいます）を持っている肺癌患者様の場合、高い確率で、著しい腫瘍縮小効果を示すことが2000年代に報告されました。

劇的な効果がある一方で、薬剤性肺障害によって、大きな有害事象が生じたこともご存知の方もおられると思います。貴重な経験を経て、現在、どのような患者様にイレッサ®を使用するのがよいか判明しました。以降、肺がん領域だけでなく、他のがんでも遺伝子の状況に合わせ治療方法の選択をするようになりつつあります。

2018年 京都大の本庶佑先生がノーベル医学生理学賞を受賞されたことは皆様ご存知のことだと思います。本庶佑先生の研究から、免疫チェックポイント阻害剤の開発がすすみ、実際の臨床現場でも使用されています。簡単に言うと、免疫チェックポイント阻害薬は、免疫ががん細胞を攻撃する力を保つ薬です。



国立がん研究センター がん情報サービス 一般の方向けサイトから抜粋

ただし、免疫チェックポイント阻害剤にも、従来の抗がん剤とは違った有害事象があります。がんに対する免疫が高まる一方、正常な組織にも過剰となった免疫が影響を与える場合があります。薬剤性肺障害だけでなく、消化管、神経、内分泌系に関する有害事象を認めることがあり、当然ですが適正な使用が必須です。

私が研修医の頃1990年代では、従来の殺細胞性抗がん剤しかなく、倦怠感や吐気や嘔吐などの副作用に患者様と共に、悩まされました。現在では、抗がん剤の種類だけでなく、副作用対策に用いる薬剤も進化を遂げ、長期に生活を維持できる方も多く経験してきました。

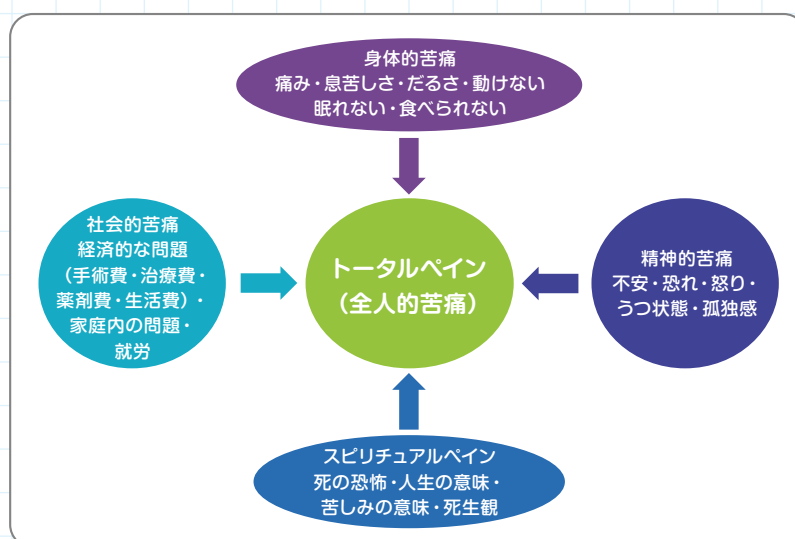
また、がんがあると、血液が固まりやすい状態になります。以前からがんと血栓症という視点で研究が行われてきましたが、近年、日本腫瘍循環器学会が設立されました。昨年9月には、奈良県で第3回日本腫瘍循環器学会学術集会（web開催）が開催されました。

今回は詳細には述べませんが、放射線治療、がんリハビリテーションやがん緩和療法も重要な治療です。がん診療は、担当医、担当チームが患者様の意思決定を支援しながら、様々な専門科、部門と連携して診療にあたること（チーム医療）が大切です。

ここからは話が少し変わります。

がん診療は劇的な発展を遂げましたが、がんは、心理社会的に大きな影響を与えます。がんの疑いがある、あるいは がんと診断されたとき、多くの患者さんやご家族は、大きな衝撃を受け、気持ちが動揺し、つらさを感じられます。今までの生活が一変し、がんを常に意識しながら、色々な心配や不安に悩まされるかもしれません。

がん診療（だけではないですが）に際して、留意しなければならない4つの痛みを統合したトータルペインという概念があります。4つの痛みとは・身体的痛み・精神的痛み・社会的痛み・スピリチュアルペインです。



国立がん研究センター がん情報サービスから抜粋作成

身体的痛みとは、腫瘍に関連して生じる疼痛のこと、精神的痛みとは、心配、恐れ、怒り、うつ、孤独感など精神的痛み、社会的痛みとは社会的地位・立場に関する諸問題、あるいは経済的な問題など、spiritual painとは自分の存在の意義や意味とは?など、誰にも答えられない人生の意義や運命への問いに悩み苦しむこととされています。

いきなり、トータルペインである“4つの痛み”に直面し、気持ちが動揺し、そのために逆に医療機関への受診を遠ざけてしまう方々もおられたことを経験したことがあります。

最初は、辛くて何も手を付けることが出来なかったとしても、時間が少し経過するにつれて、自分に生じた状態について、客観的にとらえ、今の状況と対峙しようという心の動きも持ち合わせていると思います。

がんの疑いがある、あるいはがんと診断された方にとって、大切なのは、医師の指示のもとで必要な診療を受けることだと思います。がんといっても、その種類や進行度によって状態はさまざまです。一番適した治療法や療養生活のことについて、話し合って決めていく必要があります。まずは、担当医とよく話し、自分の状態を正確に把握することが大切です。

その上で、病気のこと、検査や治療法、療養生活などについて、もっと詳しいことを知りたいと思ったときは、自分でも調べてみてもいいかもしれません。情報を得ることで、知らなかったことに対する漠然とした不安が軽減することもあります。また、納得のいく決定をするにあたって、その情報が判断材料となることがあります。“情報はあなたの力”になります。

ただし情報の質については注意が必要です。情報と言ってもインターネットで検索すると、あふれんばかりの情報を獲得できて、その質は玉石混合です。その中でどのような情報にアクセスしたらいいのか分からないと思います。

最初にアクセスするのであれば国立がん研究センター がん情報サービスのホームページがいいかと思えます。この情報誌が少しでもお役に立てれば幸いです。

**HOME: [国立がん研究センター がん情報サービス 一般の方へ] ([ganjoho.jp](http://ganjoho.jp))**

変形性膝関節症とは、膝を使うことの積み重ねで年齢とともに膝関節内の軟骨がすり減り、膝の痛みや関節の変形が生じる病気です。変形性膝関節症は進行性の病気です。初期の症状を放置していると、中期、末期へと進行し、症状も悪化していきます。

## 【症 状】

男女比は1:4で女性に多くみられ、高齢者になるほど罹患率は高くなります。主な症状は膝の痛みと水がたまることです。初期では立ち上がり、歩きはじめなど動作の開始時のみに痛み、休めば痛みがとれますが、正座や階段の昇降が困難となり（中期）、末期になると、安静時にも痛みがとれず、変形が目立ち、膝がピンと伸びず歩行が困難になります。

## 【診 断】



問診や診察、時に触診で膝内側の圧痛の有無、関節の動きの範囲、腫れやO脚変形などの有無を調べ、X線（レントゲン）検査で診断します。必要によりMRI検査などをします。

## 【治 療】

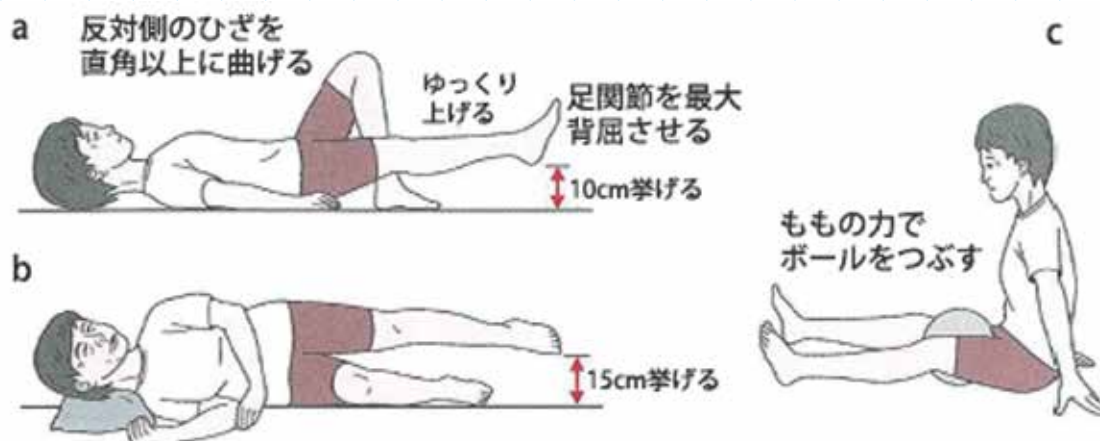
変形性膝関節症の治療には、(1)手術以外の方法(保存療法)と、(2)手術による治療(手術療法)、に分けることができます。

### (1) 保存加療

#### (1) ①運動療法

関節に痛みがあると、かばって力を加えなくなり、その結果筋力が低下して膝は不安定となり、軟骨の摩滅が進み、さらに痛みが増強するといった悪循環が多くみられます。この悪循環を解消するため、痛くない方法で行える運動療法がもっとも重要であり、痛みを軽減させる効果も確かめられています。

運動療法には脚上げ体操、横上げ体操など痛み無くご家庭で簡単に行える体操があり、外来でお教えし、パンフレットも差し上げます。



## ②薬による治療

変形性膝関節症の治療薬としては、日本国内では消炎鎮痛剤（内服薬と貼布剤）とヒアルロン酸関節内注射が、最も頻度が高く用いられています。これらの薬はいずれも、厚生労働省から使用許可を得るために行った試験（治験といいます）における有効性は確認されています。

## (2) 手術療法

### ■手術のタイミング

保存療法では十分な効果が認められず、痛みなどによる歩行障害によって日常生活に支障をきたすようになった場合には、手術を行うことを検討します。

### ■手術法

**関節鏡手術**は主に初期～中期の方が対象となります。関節鏡によって関節の中をよく洗い、ケバ立った軟骨や傷んだ半月板を切除することによって痛みの軽減を図ります。利点は入院が1～2泊で済むことや、傷が小さいことですが、症状の軽減効果が必ずしも長続きしないことが欠点であり、近年は減少傾向があります。

**高位脛骨骨切り術**は、脛の骨（脛骨）の膝に近いところで、骨を内側から外側に向かって切つてくさび型に広げその状態で固定する方法です。これで、下肢のO脚変形を修正します。膝の内側の関節軟骨が損傷してしまい痛みが強い場合でも、スポーツなど活動性を維持したいために行う、関節を置換せず温存する方法です。主に40歳代から60歳代程度の方が多くこの手術を選択されています。



**人工膝関節置換術**には大きく2種類あります。金属と失われた軟骨の代わりとなる特殊可能のプラスチックにより膝関節を全体的に置換する方法（人工膝関節全置換術）と、損傷が膝の内側に限局されているケースに限定となりますが、膝の内側のみを置換する方法（人工膝関節単顆置換術）があります。



関節鏡手術

高位脛骨骨切り術

人工膝関節単顆置換術

人工膝関節全置換術

#### ■人工膝関節置換術の方法と概略

人工膝関節全置換術では、膝の前面を15cmほど切開し、関節を露出します。傷んだ関節軟骨や骨を削って上の骨（大腿骨）、下の骨（脛骨）にチタン合金製の人工関節をそれぞれはめ込みます。手術時間は約1時間半です。

この手術の最大の利点は膝の痛みが術前に比べてかなり軽減すること、O脚などの変形が治る事です。なおこの手術は術後に骨から出血するため、輸血が必要になる場合があります。このように手術前から輸血の可能性がある場合、術前に自分の血液を貯えておき（＝貯血）、これを術後に戻しています（＝自己血輸血といいます）。

人工膝関節単顆置換術では、切開は膝の内側に7～10cmくらいと人工膝関節全置換術と比較して傷は小さく、自己血輸血の準備は不要です。

当院は300床の総合病院です。変形性膝関節症に対する手術をお受けになる患者さまはご高齢の方が多く、高血圧、糖尿病などの生活習慣病だけでなく、心臓病や他の病気を併せ持っていることも少なくありません。術後に他の病気が増悪した場合は、整形外科だけでなく内科や外科と協力して治療にあたることも必要です。そういう点からも当院のような整形外科・人工関節センターでは、さまざまな診療科が連携することで、患者さまが安心して手術を受けることができるような体制を築いています。膝の痛みでお悩みの患者様はぜひ当科のほうへ受診してください。

## 小児科とは

西和医療センター 小児科 吉澤 弘行

### 【診療の内容】

小児科はこどもを総合的に診る「**こどもの総合診療科**」であります。発熱、頭痛、足が動かない、落ち着きがない、ふらつくなど、こどもが病気になった場合、どこの診療科に受診したらいいか悩まれたことはないでしょうか。例えば、こどもが腹痛を訴えた場合、胃腸炎、腸重積、IgA血管炎、虫垂炎など多くの病気が考えられ、内科から外科疾患まで様々あり、こども特有の病気も多くあります。小児科医はこどもを診る専門の医療者であります。



小児科医は外傷の診断・治療や、専門性の高い特殊な治療がすべてできるわけではありません。専門性が必要な疾患に対しては、適切な専門科への紹介を提供させていただくことも小児科医の役割であり、その専門分野の知識を広く知っておく必要があります。当院小児科は定期的に小児科医・看護師とカンファレンスを行っています。診断・治療が難しい患者さんの症例を検討することで、患者さんによりよい医療を提供することに努め、私たち小児科医のスキルアップの向上につながります。

こどもがしんどくなったが、どこにいけばいいか迷われたら、まずは小児科を受診することが近道です。奈良県西和医療センター小児科は、こどもとその家族の気持ちに寄り添い、診療・治療に責任をもち、こどもと家族が笑顔になるようにサポートさせていただいております。

### 【奈良県西和医療センター 小児科の特徴】

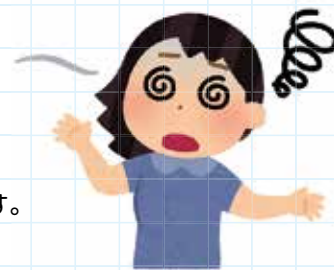
小児科はこどもの総合診療科ではありますが、多種多様なこどもの病気に対して、総合的に診ることに加え、医療の進歩に伴い、専門性も必要となってきました。当院小児科は小児循環器、小児心身症・発達を専門に行っており、さらに小児アレルギー（食物アレルギー アトピー性皮膚炎 喘息）、小児内分泌（低身長 思春期早発症）、小児神経（てんかん）の分野に力をいれております。

小児循環器は先天性心疾患、不整脈、川崎病を扱い、心臓超音波検査、心電図で精査します。乳児・学校検診による心電図異常・心雑音と胸痛・体重増加不良などが紹介される主な理由です。小児心身症・発達は自閉スペクトラム症、注意欠如多動症、限局性学習症、不登校などを扱い、臨床心理士と協力しながら治療を行っています。

小児循環器・小児心身症の専門診療ができることは大きな特徴で、どちらも専門とする小児科医が少ないためです。病気の原因が小児循環器、小児心身症と複数分類される疾患に対し、当院は専門診療を行い、かつ診療連携がスムーズに行える環境であります。その代表的疾患として「失神」があり、次の病気の話で説明させていただきます。

# 病気の話 失神とは？

意識消失が一過性にあり、自然に意識が回復するものです。  
意識消失の期間は短く、病気にもよりますが、数秒から数分です。



## 【原因】

失神の原因として心原生（心臓が原因）、起立性低血圧、反射性失神があります。  
失神と似た病気にてんかん、心因性偽失神があります。

## 【診断】

### (1) 心原生 心臓が病気の場合

- ① 不整脈……心臓は電気信号で動き、その電気信号が異常な場合を不整脈といいます。頻脈（脈が速すぎる）、徐脈（脈が遅すぎる）の2つがあり、心電図、ホルター心電図（1日つける心電図）の検査を行います。
- ② 構造異常……先天性心疾患（心臓の形がおかしい）、心筋症（心筋がおかしい）、冠動脈起始異常（心臓に栄養を与える冠動脈の位置がおかしい）。心臓超音波検査の検査を行います。

### (2) 起立性低血圧

急に立ち上がった時に、顔色不良、意識消失する疾患です。簡易な起立試験で診断が可能です。

### (3) 反射性失神

長時間同じ姿勢でいた時に、顔色不良、意識消失する疾患です。長時間立っていた時に、貧血で倒れたというエピソードを聞きますが、貧血ではなく、反射性失神という病名があります。

(2)・(3)の原因は自律神経の調整不良が原因です。自律神経が不安定な思春期の頃に発症しやすく、精神的ストレスで、体の調子が悪くなる心身症を合併することが多いです。心身症は、倦怠感（しんどい）、過敏性腸症候群（腹痛・下痢・便秘を繰り返す）などを認める疾患です。

(2)・(3)には簡易な起立試験で診断が可能です。詳細な診断が必要な場合があり、チルト試験を行います。



(チルト試験)

### (4) 失神と類似した意識障害

- ・てんかん 脳が一時的に過剰に興奮することで、意識消失やけいれんなどを引き起こします。
- ・心因性偽失神 心因性が原因で、失神と似た意識障害を認めます。

心電図と血圧をモニターし、チルト台に横に寝た後、60度に傾けた状態で20～30分間観察します。

## 【治療】

失神の原因を診断し、疾患ごとに治療法は異なります。

失神の原因として、最も多い起立性低血圧・反射性失神は、生活習慣を見直すことで（水分をしっかり飲む、夜更かしをしない）、症状が改善することが多いです。心身症を合併することも多いので、循環と心身症の両面で治療にあたるのが大切です。

# 中央放射線部

## ～ 膝関節症 ～

関節裂隙の狭小化  
(骨と骨の間)

骨硬化  
(骨が硬くなる)

骨棘 (棘状の骨)  
骨のう胞 (骨の空洞)

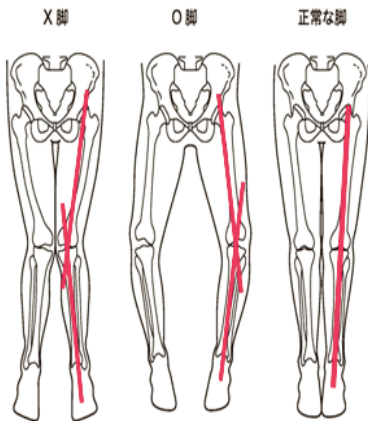


- ・レントゲン撮影では、骨に突出や欠損などの異変がないか確認します。
- ・変形性膝関節症の膝関節は、軟骨がすり減り、骨と骨の間がなくなってきます。それに伴い、関節の骨が硬くなったり、尖った骨の棘ができることがあります。

～下肢長尺撮影～

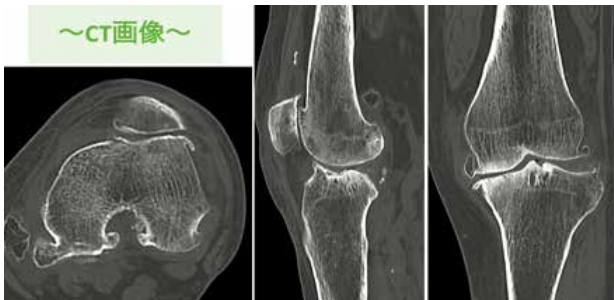


X脚 O脚



- ・下肢長尺撮影では、脚全体の撮影を行い、O脚やX脚のような変形がないか確認します。
- ・正常な脚は、股関節・膝関節・足関節を結んだ線がほぼ一直線になります。変形など異常があると、この骨の直線が歪んで見えます。
- ・この撮影では、足に体重がかかるように立った状態で撮影し脚の軸のズレを計測します。

～CT画像～

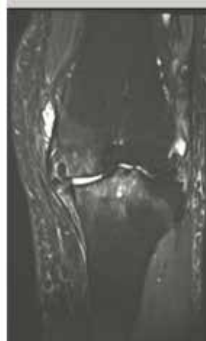


- ・CT検査では、骨だけでなく、周りの軟部組織の観察もでき、1回の撮影で色々な方向から見た画像を作ることができます。
- ・レントゲン撮影とは違い立体的な画像(3D画像)を作ることができ、手術の計画に必要な撮影が行われます。

～CT 3D画像～



～MRI画像～



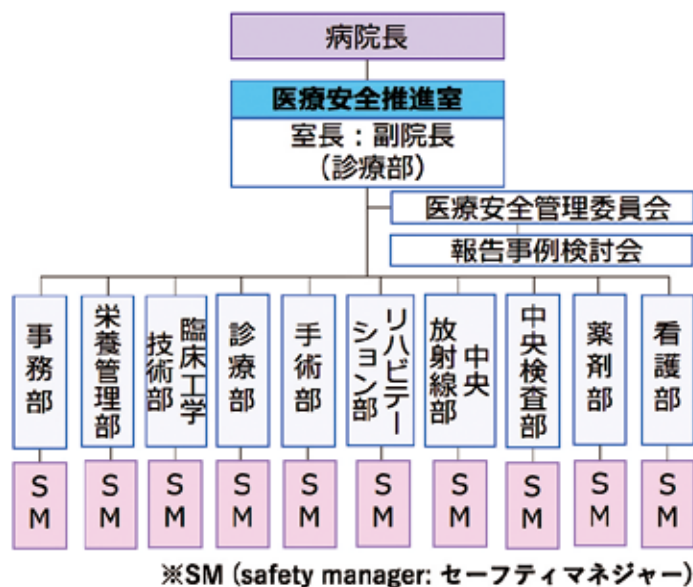
- ・MRIでは、磁場を用いて撮像を行います。
- ・レントゲン撮影だけでは隠れた痛みの原因がわからない時があります。そのため、MRI検査を行い軟骨のすり減りの評価や半月板、靭帯など関節内の主な構造物の傷み具合を調べます。骨に関しても炎症や壊死といった内部の状態までわかります。

# 医療安全推進室

## 医療安全推進室のご紹介

医療安全推進室は、医療安全管理委員会と連携し、当センターの医療安全に係る状況を把握し、その分析に基づいて医療安全推進のための業務改善等を継続的に実施しています。

## 奈良県西和医療センターの 医療安全管理体制



### 医療安全推進室メンバー

医療安全推進室室長(診療部副院長)  
 医療安全推進室副室長(看護副部長)  
 中央臨床検査部副技師長  
 中央放射線部副技師長  
 薬剤部次長  
 臨床工学部係長  
 医事課主任主事

### 医療安全推進室の業務

- ① 医療事故、ヒヤリハット事例の情報収集・分析に基づき予防策の提案、医療安全確保のための業務改善・マニュアル遵守状況の評価・指導を行う
- ② 医療安全に係る教育研修の企画・運営
- ③ 医療安全に関する最新情報の把握と職員への周知
- ④ 医療安全に関して職員への啓発・広報
- ⑤ 医療安全管理に関する連絡調整

## 主 な 取 り 組 み

### 医療安全ラウンド

「患者確認」「患者さんにやさしい案内・掲示」など、医療安全対策の遵守等問題があると思われる事項について、各部署へのラウンドを行い遵守率向上を推進しています。



### 報告事例の分析と改善

毎月第2週目の火曜日に、前月の医療事故等の報告事例の内、患者さん等への影響度の高い事例を取り上げて要因分析と対策検討を行っています。



報告事例検討会議のメンバー

### SMCC(seiwa mortality case conference : 西和死亡症例検討会)

よりよい医療を提供するために、毎週月曜日、亡くなられた患者さんの診療経過を振り返り、診療上の改善点等の検討会を開催しています。



# 臨床工学技術部



## 体成分分析装置 InBody

2021年3月に体成分分析装置InBody s10を導入しました。  
 透析患者さんの目標体重を決める手段として胸部レントゲン、採血などがあります。それに加え、InBodyを使用することで、より適正な目標体重の設定が可能となります。また、筋肉量や栄養状態の評価もすることができ、その検査結果により患者さんに運動をすすめたり、栄養状態の改善をすすめたりしています。  
 しっかり食べて元気に透析を受けて頂けるようサポートしています。



体成分分析装置で分かること

### 検査結果

#### ① 体成分分析

体の4大構成成分

- ①水分量
  - ②タンパク質
  - ③ミネラル量
  - ④体脂肪量
- の量や状態がわかります。



#### 体成分分析 Body Composition Analysis

項目	単位	測定値	標準範囲
細胞内水分量	L	21.6	20.9~25.5
細胞外水分量	L	12.7	12.8~15.6
タンパク質+ミネラル量	kg	12.2	12.1~14.8
体脂肪量	kg	5.5	7.2~14.4

#### ② 筋肉・脂肪量

体の筋肉量と脂肪量が測定でき、体重に対して適切かどうかわかります。



#### 筋肉・脂肪 Soft Lean-Fat Analysis

項目	単位	測定値	標準範囲
体重	kg	52.0	50.9~68.9
筋肉量	kg	44.1	43.3~52.9
体脂肪量	kg	5.5	7.2~14.4

#### ③ 体水分均衡

正常の場合、体は一定の水分均衡を維持しており、老化や低栄養により体細胞量の減少、または疾患や怪我などによる体液の増加によって体内の水分量のバランスが崩れることがあります。体水分均衡を測定することで体の浮腫（むくみ）がわかります。



#### 部位別水分量 Segmental Water Analysis

測定部位	単位	測定値	標準範囲
右腕	L	1.85	1.90~2.56
左腕	L	1.87	1.90~2.56
体幹	L	16.0	16.0~19.6
右脚	L	6.21	5.59~6.83
左脚	L	5.99	5.59~6.83

当センターは、「患者さんを家族のように愛する。いい医療をより多くの患者さんへ」という理念を基に透析室では医師・看護師・臨床工学技士など多職種が連携して、質の高い医療の提供を目指しています。

薬 剤 部



## 変形性膝関節症のおくすり

変形性膝関節症で用いられるお薬は、病気そのものを治すためのものではありません。  
対症療法として現在の症状を和らげるために使用します。

**内用薬**：炎症を抑える効果のある非ステロイド系の消炎鎮痛剤 (NSAID) が使われます。  
お薬は医師の指示に従って正しく飲むようにしましょう。自己判断で飲む量を増やしたり勝手にやめたりせず主治医と相談することが大切です。

**代表的な薬剤** ロキソプロフェンナトリウム(ロキソニン)、ジクロフェナクナトリウム(ボルタレン)  
メロキシカム(モービック)、セレコキシブ(セレコックス)、等

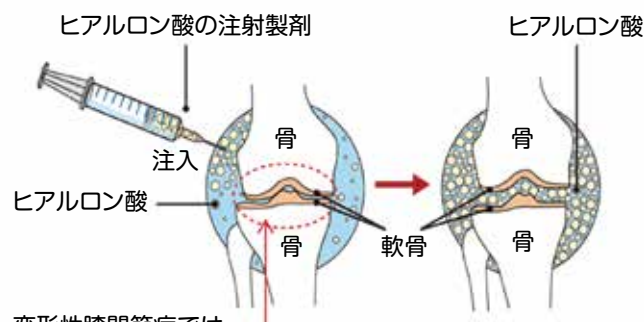
**外用薬**：「塗り薬」や「貼り薬」(テープ剤、パップ剤) があります。  
皮膚から薬の成分が吸収されて膝関節に作用します。テープ剤は粘着力が強いので1日1回貼るだけで良く、関節などのよく動かす部分に適しています。パップ剤はテープより粘着力が弱いため、皮膚のかぶれやすい人に適しています。

**代表的な薬剤** インドメタシン (インテバン)、ケトプロフェン (モーラス)  
ジクロフェナクナトリウム (ボルタレン)、フェルビナク (ナパゲルン)、等

**注射薬**：「局所注射」と「関節内注射」があります。  
局所注射は、膝関節周囲の腱や靭帯など、痛みのある場所に麻酔剤やステロイド剤などを注入し、痛みや炎症を抑えます。関節内注射は、膝関節内にヒアルロン酸製剤やステロイド剤などを注入し、痛みや炎症を抑えます。

**代表的な薬剤** 精製ヒアルロン酸ナトリウム(スベニール、アルツ)、  
デキサメタゾン(デカドロン)、トリアムシノロンアセトニド(ケナコルト-A)、等

### 変形性膝関節症におけるヒアルロン酸注射による治療イメージ(イメージ図)



変形性膝関節症では、  
骨と軟骨とがこすれ合うようになるため  
炎症が起こり、膝に痛みが生じます。

(中外製薬 よくわかる ほねとひざ .com 引用)

## 栄養管理部

### .....夏バテ予防レシピ.....

夏バテを防ぐには、疲労回復効果のあるクエン酸やビタミンB1のほか、基礎代謝を上げて体力UPできるタンパク質をしっかりと摂取することが大切です。

このほか、ビタミンCを含む野菜や果物、エネルギーの元となる炭水化物もしっかり摂りましょう。栄養バランスが整った食生活を送ることで、夏バテしない身体をつくることができます。

#### 夏バテ予防に効果的な5大栄養素とおすすめの食べ物

クエン酸 (疲労回復)	酢・梅干し
ビタミンB1 (疲労防止)	まぐろ・うなぎ・豚肉・たまご
タンパク質 (基礎代謝UP)	豚肉・カツオ・枝豆
アリシン (ビタミンB1の吸収率UP)	にんにく・ネギ・ニラ
ムチン (消化促進)	納豆・オクラ・長いも

### 長いもの豚肉巻き

#### 材料(2人分)

- ・豚薄切り肉 ……………8枚
- ・塩・胡椒 ……………少々
- ・長いも ……………80g
- ・青じそ ……………8枚
- ・小麦粉 ……………大さじ1
- ・サラダ油 ……………適量
- ☆調味料
- ・醤油 ……………大さじ1
- ・みりん ……………大さじ1

小分けにして、冷凍保存しておくと、お弁当のおかずにも便利です。

#### 作り方

- ①長いもは0.5cm角の棒状に切る。
- ②豚肉は1枚ずつ広げ、塩胡椒を振り、青じそと長いも2～3本をのせて巻く。
- ③巻いた豚肉に小麦粉をまぶす。
- ④フライパンにサラダ油を中火で熱し、③の巻き終わりを下にして焼く。
- ⑤焦げ目がついたら、☆を加えて、からめれば完成。





# ファミリー特集 病院で働こう!!

## 第6回 メディカルセクレタリー (医師事務作業補助)

病院の職種は  
こんなのも  
あります

主に外来の進行をスムーズにするために、医師の事務作業を補助する仕事です。

皆様が外来で診察を受けられる際、医師の隣でパソコンに向かって予約を取るなどの作業をしている白衣を着た職員が、メディカルセクレタリーです。

外来に必要な書類を取り寄せたり、日々の手術や処置の件数を報告し、患者さんの手術や処置のスケジュールを提案したり、医師が必要とする情報を事前に用意したりします。それは事前に用意できるものもあれば、外来でとっさに求められるものもあります。

また、皆さんが受付で申し込みされる診断書や証明書の代行作成も行います。最終的には医師が確認するのですが、過去カルテを取り寄せるなど作成に必要な情報収集と、文面の構成などはセクレタリーが行っています。

### ●メディカルセクレタリーとは

2008年の診療報酬改訂により、医師の負担軽減や役割分担を進める目的から、医師の指示の下に、医療文書作成代行などの事務的作業を行う要員として『医師事務作業補助者』という職種が新たに誕生しました。



当院では入職してから、医療事務系会社の医師事務作業補助者研修を履修します。実務については主にOJT（現地指導）で先輩に3ヶ月程度着いていき業務を覚えます。また病院で定期的に行われるAEDの使い方の研修や医療安全研修、感染管理研修等、医療従事者として医師や看護師と同じ研修も履修します。

メディカルセクレタリー経験者です。

以前に勤めていた病院では、医師=怖いという印象が強かったのですが、西和医療センターでは医師、看護師ともに優しく、患者さんからの信頼が厚い理由がとても実感できました。



メディカルセクレタリー歴 6年目

以前よりメディカルセクレタリーに興味があり、前職での医療事務の経験も活かせると思い志望しました。一番大変に感じたことは、医師が何をするかをある程度予測し、対応することでした。

そのためには、大まかな診療の流れを知っておく必要があるのですが、先輩方が丁寧に指導してくださったので、乗り越えることが出来ました。

これからもスムーズな診療をサポート出来るよう、取り組んでいきたいと思っています。

セクレタリー歴 3年目

メディカルセクレタリーの仕事の大きなやりがいは、「人の役に立てること」だと思います。医師だけでなく看護師、検査技師、事務スタッフと連携を取り、医療の質を向上させることができる仕事はとてもやりがいを感じられます。新型コロナウイルスにより発熱クリニック、陽性患者入院治療など医師の負担はこれまで以上に大きくなっています。私たちの頑張りが医師の負担軽減に繋がると信じています。

メディカルセクレタリー内科、外科、小児科 チーム一同

## 新型コロナワクチン接種について

新型コロナワクチンは発症を予防し、重症者や死亡者をできる限り減らすことを目的としています。ワクチンを受ける際には、感染症予防の効果と副反応のリスクの双方について、正しい知識を持っていただいた上で、ご本人の意思に基づいて接種を判断しましょう。

・接種を受けるための手続きは以下の方法で行いましょう


- ① 接種の時期より前に、市町村から「接種券」と「新型コロナワクチン接種のお知らせ」が届く
- ② ご自身が接種可能な時期が来たことを確認する。
- ③ ワクチンを受けることができる医療機関や接種会場を探す。
- ④ 電話やインターネットで予約する。
- ⑤ ワクチンを受ける際には、市町村より郵送される「接種券」と「本人確認書類（マイナンバーカード、運転免許証、健康保険証など）」を必ず持って行く。



このあたりに接種します

・2回目の接種の手続きは 1回目を受けた医療機関や市町村の案内を確認しましょう

### 新型コロナワクチン ファイザーとモデルナの違い

コミナティー筋注（ファイザー）	ワクチンの種類	COVID-19ワクチンモデルナ筋注
2回 3週間	接種回数 間隔	2回 4週間
12歳以上	対象	12歳以上
0.3ml	接種量	0.5ml
上腕の中央よりやや上部（三角筋）	接種部位	上腕の中央よりやや上部（三角筋）
2回目接種から7日程度	十分な免疫ができるのは	2回目接種から14日程度
95%	有効性	94%
注射部位の痛み 頭痛 関節や筋肉の痛み 疲労 寒気 発熱 ショック アナフィラキシー  (新型コロナワクチンの詳しい情報については、厚生労働省のホームページをご覧ください。)	副反応  	注射部位の痛み※ 頭痛 関節や筋肉の痛み 疲労 寒気 発熱 ショック アナフィラキシー ※接種直後より翌日に痛みを感じる人が多い、接種後1週間たって痛みや腫れなどが起きることがある

ワクチンを受けた後の発熱や痛みがある時 市販の解熱鎮痛薬（※）で対応することも考えられますが、下記のような場合は、主治医や薬剤師にご相談ください。

○他のお薬を内服している ○妊娠中、授乳中、ご高齢、胃・十二指腸潰瘍や腎機能低下など病気治療中 ○痛みや高熱など症状が重い、症状が長く続いている ○薬などによりアレルギー症状やぜんそくを起こしたことがある

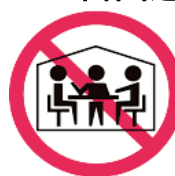
副反応に対する相談は奈良県新型コロナワクチン副反応センターが24時間対応しています（0120-919-003）

※解熱鎮痛薬  
アセトアミノフェン 非ステロイド性抗炎症薬（イブプロフェンやロキソプロフェン）

### ワクチンを受けた後も感染対策を続けましょう！

ワクチンを受けた方は新型コロナウイルス感染症の発症を予防できると期待されていますが、他の方への感染をどの程度予防できるかはわかっていません。また、ワクチン接種を受けていない方も一緒に社会生活を営んでいくこととなりますので感染対策を続けましょう。

マスク着用 手洗い アルコールでの手指消毒 三密回避（密閉 密集 密接）



## 三郷町へのワクチン接種の医師派遣について

三郷町のワクチン接種への接種応援として当センター医師、研修医が参加しています。

### ● 6月10日(木) 14:00 ワクチン接種シュミレーションを実施



ワクチン接種シュミレーション



副反応が出た場合のシュミレーション

### ● 6月14日(月) 9:00 集団ワクチン接種開始(三郷町文化ホール)



接種前のブリーフィング



接種後の待機場所設置



薬剤師によるワクチンの準備



ワクチン接種開始

※初日は540名の町民が接種を受けました。(9:00~16:30)

## ● お知らせ ●

### 地域住民対象の公開講座

新型コロナウイルス感染拡大の影響により、公開講座が当面の間、中止となっております。今後は、再開の日程が決まり次第、改めてお知らせいたします。ご理解の程よろしくお願いたします。



### 医療職対象の講座

#### 第76回地域医療連携講座

●令和3年9月16日(木)

放射線科部長 武輪 恵

「医療被ばくについて」

中央放射線部技師長 大園 一幸

「放射線検査の注意事項と

地域医療連携サービス」

Zoomを利用したオンラインによる講座となります。

\*変更の可能性もあります。

詳細はお問い合わせ下さい。



## ● 職員のゴーグル着用について ●

患者・ご家族の皆様に対し、新型コロナウイルス感染症対策の一環として、診察や検査等を行う際に職員がゴーグルを着用させていただく場合があります。

患者・ご家族の皆様におかれましては、少し戸惑う思いがあるかと思いますが、当センターとして、感染対策に万全を期したいとの思いから行っておりますので、ご理解とご協力よろしくお願いたします。



「ファミリー」は年に4回の発刊を予定しています。地域の皆様の健康に役立ち、親しまれ愛される紙面作りをめざしていきます。

住民の皆様に関心情報・当院との連携についてなど、地域の登録医の先生方の投稿をお待ちしています。詳細は地域医療連携室へお問い合わせください。

発行・編集

奈良県西和医療センター情報誌

発行日 令和3年8月1日

編集者 地方独立行政法人奈良県立病院機構

奈良県西和医療センター 広報委員会

〒636-0802 生駒郡三郷町三室1-14-16

TEL:0745-32-0505(代表) FAX:0745-31-1354

