

広
報

天使びょういん

秋

2021
OCT
vol.62

T E N S H I - H O S P I T A L



タイトル:「生まれ故郷を目指して」 撮影:珍部 正嗣さん



INDEX

- p2-3 Scope「感染管理チーム」
- p4 Inside hospital「消化器内科」
- p5 天使病院臨床研修プログラムについて
- p6 エッセイ「わたしの〇〇」(第7回)
- p7 健康レシピ
「秋に向けて肌トラブルケアレシピ」
- p8 お知らせ



感染管理チーム ～ ICT:Infection Control Team ～

新型コロナウイルス感染症で自粛生活が続き、“感染予防”という言葉が身近で当たり前の世の中になりました。病院では、感染予防はコロナ以前から当たり前で重要な活動として位置づけられており、感染管理チーム（ICT：Infection Control Team）という専門チームが中心となり感染予防に取り組んでいます。感染から患者さんやそのご家族、職員の安全を守るために第一線で活動しているチームの中心メンバーに集まってもらい日々の活動について話を聞きました。

S：感染管理チーム（以下ICT）の活動について教えてください

- O：新型コロナウイルス感染症が社会問題になる前から組織されているチームで、病院内の全ての感染について管理する専門チームになります。主な活動としてまずは、院内で実施した感染症検査の情報を共有して感染が拡大しないように予防対策を行うことです。さらに週に一回、各部署や病棟を視察する“環境ラウンド”を行い、問題点を発見、改善を促します。また、手術部位感染や、カテーテルが入っている患者の血液に細菌がないかなどを全国のデータと比較して当院の感染予防レベルの確認（サーベイランス）を行っています。問題があれば、原因を追究し改善策を考えます。
- I：患者さんに直接関わる活動ではなく、感染という目に見えないものを管理しています。

SI：メンバーの役割を教えてください

- I：外科、循環器内科、小児科、麻酔科など複数の

医師がメンバーです。当院のNICUは全国に比べて感染が少ないので、NICUの医師にも入ってもらっています。こうして様々な視点で感染管理の知識を集約しているところが天使病院の特徴です。

- M：週に一回、各診療科に入院している患者さんを対象に、薬剤が適正使用されているか、また病態について、看護師、検査技師、薬剤師とディスカッションしています。

O：私は看護師なので病棟での感染対策の指導を行い、それがリンクナース（病院の中でICTと病棟で働く看護師をつなぐ役割の看護師）を通して全体に周知され実施されるように関わっています。

Oz：薬剤師は、抗菌薬に関する問い合わせへの回答、使用に関する相談・介入をしています。患者さんへの抗菌薬（細菌を壊したり、増えるのを抑えたりする薬）や抗真菌薬（ウイルスや真菌を殺菌する薬）の使い方や、NICU・GCUなどの特殊集団の感染症発症患者さんに対して抗菌薬が適正に使われているかのチェックなどです。また、消毒薬やワクチンの適正使用と管理も行っています。

K：検体検査室では血液、便、尿を検査して感染を調べています。細菌を見つけたところからチームは動き出します。そこから菌の状況を判断し、治療方針をチームで検討していきます。

S：NICUに感染が少ないのはどうしてでしょうか？

M：もちろん病院全体が感染対策に取り組んでいますが、NICUには生まれたばかりの赤ちゃんが入院しているので、特にスタンダードプリコーション（標準予防策）を徹底しているからだと思います。これは、血液・体液、





O: 岡村
(感染管理看護師)



I: 石川
(ICTリーダー・
麻酔科医)



M: 森岡
(NICU 科医師)



K: 小林
(生理検査技師)



Oz: 小澤
(薬剤師)



インタビュー
S: 齊藤(薬剤師)



インタビュー
SI: 塩見(看護師)

汗を除く分泌物、排泄物、傷のある皮膚・粘膜を感染原因となる可能性があるものとして対応することで感染の危険を少なくする予防策のことで、感染が疑われる、または確定しているに関わらず、全ての患者さんに対して実施します。具体的には手指衛生(手洗い、手指消毒)、个人防护具(手袋、マスク、ガウン、ゴーグルなど)の使用、その他にも周辺環境の整備や、シーツや病衣類の取り扱い、使用した機材や器具、機器の取り扱いや安全な手技が含まれます。NICUではこれを徹底していることが結果につながっていると思います。スタッフの衛生意識が高く、そのための工夫があることも要因だと思います。

O: 毎月の手指衛生について目標を設定していますが、NICUは常に目標をクリアしていますね。



SI: 改善や対策の展開方法は？

O: 定期的に各部署のリンクナースと会議をして情報を共有します。ただし、新型コロナウイルスに関連することは、都度、医師と相談して対応しています。また、日常的には各部署からの感染管理に関する相談に応じています。また診療報酬に関わる仕組みとして、病院同士で感染予防対策の院内視察と合同会議を年に4回行っていることも改善に役

立っています。これは他の病院での取り組みを知る貴重な機会でもあります。本来なら当院を含む東区の4病院で互いの病院をチェックし、感染対策を確認し合うのですが、残念ながら今は、新型コロナウイルスのため実施できません。また、コロナ前には東区の医療従事者を対象に講習会も開催していました。

S: 天使病院の感染対策に特色はありますか

I: 対象の患者さんが赤ちゃんからお年寄りまで幅広いことでしょうか。

K: 検体検査は外部機関に委託している病院が多いですが、天使病院では検体検査のうち、細菌検査に関しては委託せず培養室を整備し、院内で行っています。そのため、迅速に結果が出せていると思います。

SI: 読者の皆さんにメッセージをお願いします

O: 看護専門外来には出ていませんが、感染症看護専門看護師として一般の患者さんの自宅での感染対策についてご相談に応じます。気になることがありましたら、病棟看護師や外来看護師を通してご相談ください。



No. 23

消化器内科 科長

中原 生哉先生 (Seiya Nakahara)



2021年7月1日をもって、札幌市内同東区にあります札幌禎心会病院より、天使病院へ赴任となりました。札幌市内の病院を転々とし、市内では、5回目の移動となります。古く伝統のあるこの病院で今後、仕事をさせて頂くことは、大変に光栄であり、地域住民の皆様これまで以上により良い医療を提供出来ましたら幸いと考えております。今後につきまして、どうぞ宜しく、お願い申し上げます。

消化器内科について

消化器疾患とは、食事にかかわる臓器であります食道、胃、十二指腸、小腸、大腸、肝臓、胆のう、胆管、膵臓と多数の腹部の臓器に渡る疾患を扱っております。

その臓器、各々に起きます急性期疾患、慢性期疾患、腫瘍を扱っておりますことから、多種多様な疾患の数であり、多数の臓器に渡る疾患となり、複雑な病状を扱わせて頂いております。

検査としましては、胃・大腸造影検査、上部消化管内視鏡検査、下部消化管内視鏡検査、超音波検査、CT検査、MRI検査、超音波内視鏡検査、内視鏡的逆行性膵胆管造影検査、血管造影などがあり、それに伴う関連処置として、内視鏡的ポリプ切除術、肝生検、胆管結石除去術、胆のう・胆管ドレナージ、各臓器のステント留置術、血管造影を用いた治療などがあります。

腫瘍に対しては化学療法（抗がん剤）、分子標的治療薬の投与、ラジオ波焼灼術、カテーテル治療、当院外科への手術的加療の依頼などがあります。

慢性期疾患としましては、慢性胃炎への投薬、ヘリコバクターピロリ菌の除菌、便秘症への投薬、ウイルス性肝炎への投薬などを行っております。

消化器症状、腹部症状、腫瘍に対する検査・治療につきまして、どうぞお気軽にご相談ください。

プロフィール

■**経歴**: 1994年札幌医科大学医学部を卒業。札幌医科大学医学部附属病院、1996年から4年間天使病院、北海道事業協会小樽病院、北海道立紋別病院、国立病院機構西札幌病院（現国立病院機構北海道医療センター）、JR札幌病院、札幌禎心会病院を経て、2021年7月より天使病院消化器内科、9月より消化器内科科長。

■**資格**: 日本内科学会 総合内科専門医、日本消化器病学会 専門医、日本肝臓学会 専門医、日本消化器内視鏡学会 専門医、日本がん治療認定医機構 がん治療認定医、日本消化管学会 胃腸科専門医

■専門分野について

消化器内科全般に渡り、これまで診察・診療を行って参りました。急性期疾患である消化管出血、急性胆のう炎・胆管炎、急性膵炎、急性肝炎など 慢性疾患であります胃炎・胃潰瘍、便秘症、慢性肝炎、各種がん診療などに対し、内視鏡を用いた処置、化学療法（抗がん剤）などを行って参りました。

■中原先生ってこんな人♪（西6病棟 三浦課長より）

回診時は患者さんとたくさんの会話をされています。患者さんやご家族に細やかに説明をされコミュニケーションを取っています。わからないことを質問すると丁寧に答えていただき、患者さんにとっても、私たち看護師にとっても頼りになる先生です。

いつも颯爽と歩いています
コーラがお好きなようです



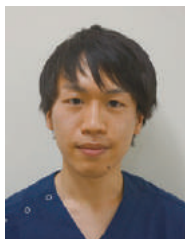


第12回

天使病院臨床研修プログラムについて

～2021年度新研修医紹介～

今回は今年度入職した5名の研修医に、コロナ禍での研修の奮闘や、半年たってみての天使病院臨床研修プログラムについて色々お話をして頂きました。



土井上 光彦(どいがみ みつひこ)

私がこの病院で研修生活を送ろうと思った理由は、この病院は小児外科が有名であり、全道から患者さんがこの病院を頼りに来られるからです。この半年、外科、産婦人科、小児科、麻酔科を回らせて頂いておりますが、様々な手術に参加する機会があり、その後元気になって帰っていく患者さんをたくさん見る事ができました。新生児の手術などでは、様々な科が連携し手術が行われますが、その一員としてその場所に関わっていることは喜ばしいことです。初期研修は、あと一年半ほどありますが、今後も様々な経験を通じて、学んでいきたいと思っています。



堂坂 実里(どうさか みさと)

周りの方々に支えられてなんとか半年やってこられたという感じです。特に外科は長くお世話になりましたが、外科系は苦手だと思っていた私にも先生方が親身に教えてくれ、実際に手術を執刀させてもらうことまでできました。手術以外の手技も、自信がなかった私も先輩や同期にどんどん引っ張られて経験を積むことができました。初めは大変でしたが、今では1人でできることも増え自信を持つことができたので、沢山経験を積みませようとしてくれる良い環境に恵まれ、良かったと思います。



中野 佑香(なかの ゆか)

時がたつのは早いもので、研修生活も約半年が過ぎようとしています。振り返ってみると、小児のルート確保、CV、PICC、胸水穿刺、骨髄穿刺、気管支内視鏡、上部消化管内視鏡など、様々な手技を勉強し、実践する機会がありました。また、患者さんの治療を考えたり、上級医の先生と入院中の管理を行ったりする中で、自分も少しずつ医者らしくなっているなぁと実感しています。医師の道を志した日の気持ちを忘れずに、日々精進していきたいです。



吉田 あゆ(よしだ あゆ)

早いもので入職してから半年が経とうとしています。これまでは内科を中心に研修しました。学生時代は疾患のことを中心に学びますが、患者さんのこれからの生活のことを見据えながら治療していく過程を経験させて頂いています。また採血やルートの取り方、CVカテーテルなどの手技や当直、検査の結果などなど日々わからないことがたくさんですが病院のスタッフ全員に教えて頂きながら勉強させて頂いています。



原林 亘(はらばやし わたる)

半年の研修を経て、自分のペースでじっくり学ぶことが可能な病院という印象を受けました。朝早くから活動する生活スタイルや初期研修医向けの業務の多さに大変さを感じる時もあります。しかし、日々のイベントを完了させた暁には力が身についたことを実感できます。初期研修中に基盤を固めて専門の科に進みたい人にはおすすめです。



上記の他、2年目の先輩研修医を含めた全9名で、天使病院の研修に励んでいます。まだまだ勉強不足ではありますが、一日も早く独り立ちできるように、精一杯努力しています。患者さん初め、地域の皆さんには温かい目で見守って頂ければと思います。

てんしびょういん エッセイリレー「わたしの〇〇」

第7回「私のおうちトレーニング」

外科小児外科 大場 豪



東京オリンピックが終わりました。急激に増加している新型コロナウイルス感染症に対してオリンピック開催はどうなのかと思いつつも、実際に開催されると白熱した試合に盛り上がりテレビにくぎ付けになっている自分がいました。個人的に盛り上がったのは男子柔道です。男子柔道の井上康生監督は2019年に開催された第32回日本内視鏡外科学会総会で特別講演されて、本気で全階級金メダルを目指していると仰っていました。その目標の完全達成とまではいきませんでしたが、5階級で金メダルは本当にすごいと思います。講演の最中も感じましたが、とにかく選手が中心という考えに熱意を感じました。オリンピックの映像でも、随所に選手にも慕われている様子が伝わり、素晴らしいと感じました。柔道の他にも、野球、サッカー、卓球など、大いに盛り上げてくれたと思います。

そんなわけで、スポーツです。運動です。私はコロナ以前、ジムに通うことが数少ない趣味の一つでしたが、コロナ禍で泣く泣く退会しました。筋肉隆々のたくましい体を目指していたわけではなく、あくまで健康的な体づくりの一環として通っていましたが、疲れやストレスを発散するのに非常にいい気分転換となっていました。

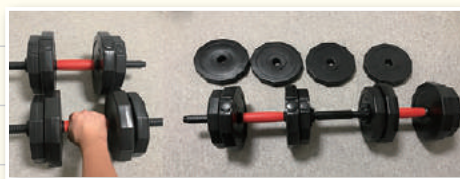
ジムを退会してからは、おうちでyou tubeでトレーニングをしたり、腹筋や腕立て伏せをしたりしていましたがジムのマシンに比べると物足りなく、少しずつ器具をそろえることにしました。ちょっとずつ器具が充実し、今やプチジムと化しております。本日は私のおうちトレーニングをご紹介します。



最初にご紹介するのはルームランナーです。冬季期間や雨の日など、外を走れないときに大活躍します。時速16kmまで速度があげられるのですが、結構きついのでいつも時速10kmくらいに設定しています。iPad置きがあるので、映画をみながら走れることが強みです。



つづいてWonder Core2です。腹筋のほか、上肢のトレーニングもできます。テレビの前におけば、より楽しく腹筋可能です。ダンベルは10kgまでの可変式で、最低2.5kgからトレーニングできます。



なんと、左右のダンベルの連結が可能で、バーベルとしても機能してくれます。最重量はあわせて20kgまでですが、自宅でトレーニングするには十分です。

最後に、パワーボールです。手の中で回転させて、回転数の上昇に伴うジャイロ効果で負荷が発生します。握力を鍛えることができます。



以上、私のおうちトレーニングをご紹介します。

これにあわせて、おすすめのトレーニング器具などあれば是非教えていただければ幸いです。自粛自粛の世の中ですが、おうちトレーニングで体力を落とさないようにみなさん頑張りましょう！



秋に向けて肌トラブルケアレシピ

秋から冬は空気が乾燥し、肌やのどや鼻などの粘膜も乾燥しがちです。そんな身体にハリや弾力を与え、みずみずしく保つ働きをするのがコラーゲンです。コラーゲンを体内で生成するには、まずはたんぱく質をしっかり食べることです。また、各種ビタミンも“食べて保湿”をアシストしてくれます。レバーやうなぎ、卵、緑黄色野菜に多いビタミンAは、皮膚の粘膜の健康維持に働きます。魚類、卵、舞茸などに多いビタミンB2、B6は代謝促進、細胞の再生や皮膚の成長を助けます。ビタミンEは血行を促進して細胞の新陳代謝を活性化し、皮膚のカサつきを予防してくれます。ビタミンCはコラーゲンの生成を助けてくれます。いずれのビタミン類も野菜や果物に多く含まれていますので、バランス良くとってカサカサ対策をしましょう。

管理栄養士 梅津千恵子

保湿と生成アシストレシピ

さけとかぼちゃの 豆乳ごま味噌煮



【材料(2人分)】

・生さけ 2切れ(180g)	A
・塩・こしょう 少々	・みりん 大さじ1
・小麦粉・オリーブ油 適宜	・みそ 小さじ1
・かぼちゃ 1/8個(200g)	・酒 大さじ1/2
・豆乳 150cc	
・すりごま(白) 小さじ1	

【作り方】

- ①さけは1口大にし、塩・こしょうを振り、小麦粉をまぶしておく。
- ②かぼちゃは5mmの厚さの1口大に切り、耐熱皿に並べ軽くラップをし電子レンジで3分間加熱しておく。Aは混ぜ合わせておく。
- ③さけはフライパンにオリーブ油を中火で熱し、両面焼き色をつけるように焼く。
かぼちゃと豆乳を加え、豆乳が沸騰したら弱火で2分間煮込む。Aを加え、すりごまを混ぜひと煮立ちさせ器に盛る。

血行促進レシピ

れんこんの ガレット



【材料(2人分)】

・れんこん 100g	A
・ハム 2枚	・小麦粉 大さじ1/2
・バター 10g	・塩・こしょう 適宜
・ピザ用チーズ 20g	

【作り方】

- ①れんこんは1mmの厚さの半月切りにする。ハムは1cm幅に切る。
- ②ボウルにれんこんとAを入れてサッと混ぜ合わせる。
- ③フライパンにバターを中火で溶かし、②を並べ焼き色がつくように両面焼く。
- ④耐熱容器に③とハムとピザ用チーズを順に2〜3層に重ね、オーブントースターで3〜4分一番上のチーズがきつね色になるまで焼く。



れんこんの 豆知識



れんこんは疲労回復やかぜ予防に役立つビタミンCが非常に多く含まれています。でんぷんを多く含むれんこんのビタミンCは加熱しても壊れにくいのが特徴です。れんこんの切り口の変色早いのは、ポリフェノールの一種であるタンニンが含まれているからです。タンニンは抗酸化作用が期待でき、不溶性食物繊維、カリウムなどのミネラルも含まれています。



創立110周年を迎えました

2021年9月15日、天使病院は創立110周年を迎えました。

110年前、この地に病院を開設した7人のシスターの思いは、今も変わりません。日鋼記念病院(室蘭)も2021年1月15日にすでに110周年を迎えており、それぞれに地域医療を通じて、「医療人として組織として社会に貢献する」という使命を胸に、地域に寄り添い、この後も一步一步、歩みを進めて参ります。



表紙の写真紹介

生まれ故郷を目指して

食欲の秋、美しい紅葉の秋が到来しました。

さて、ここ北海道の川にはこの季節限定の美しい世界が垣間見られる事を皆様ご存じでしょうか？

今回の写真のテーマは、鮭の遡上です。

4年(2～6年)以上の大海原の航海を終えて故郷に錦を飾りに来た雄の鮭が今回の表紙の一枚です。

背景の光が鮭を美しく引き立ててくれています。フィアンセ捜しに没頭し、結ばれると、子孫を残し一生を終える運命です。

生と死が表裏一体となって感じられる聖域には、普段なかなか近づくことができませんが、神恵内村の古宇川*はそれを感じさせてくれる貴重な場所です。

*観察には特別な許可が必要です。

右上は雌の鮭です。雄と違って優しい表情だと思いますが全身が傷だらけで4年の航海の厳しさを改めて感じさせてくれます。

右下は神恵内村に美味しいお寿司屋さん(勝栄鮓)がありまして食欲の秋におすすめです。

写真を通して生命の物語を感じて頂ければと思います。



撮影者: 珍部正嗣(整形外科医師/愛用機種: Canon PowerShot G7 X)

広報誌 「天使びょういん」 第 62 号
発行日 令和3年10月15日
発行人 院長 西村光弘
編集 「天使びょういん」編集委員会

編集後記

緊急事態宣言が全面解除されました。年末年始には自由に帰省ができ、家族でお正月を迎えられることを願うばかりです。そのためにも、引き続き「三密」を避ける行動を続けていきましょう。天使病院が111年目を迎える時は、心置きなく人と会い、会話を楽しめる世の中になっていきますように。

