



ご案内

9月より、「病診連携室」改め「医療連携室」となりました。

contents

- 新任部長・科長のご紹介 P.1
- 病院医療相談部主催特別講演 P.2
- 診療科の紹介 糖尿病代謝・内分泌内科 P.3
- 「第3回四医師会大阪医科大学医療連携の会」開催報告 P.4
- 自動精算機設置のお知らせ P.4
- 編集後記 P.4

新任部長・科長のご紹介

このたび、5月1日付で中央検査部部長に田窪孝行が、
7月1日付で産科・内分泌科科長に亀谷英輝が就任いたしました。



中央検査部部長
田窪 孝行 (たくぼ たかゆき)

臨床検査は、現代の医療において必要不可欠なものになっています。技術の進歩はめざましく、わが国の臨床検査部に1970年以降コンピュータ(システム化)と自動分析装置(自動化)が導入されると共に臨床検査を専門の臨床検査技師が担当することで、信頼性の高い検査結果をreal timeに報告できるようになりました。さらに患者様がどの病院で検査を受けても同じ結果を得ることができるように検査の標準化を目指します。臨床では、白血病、悪性リンパ腫、骨髄腫などの造血器腫瘍の標準的の化学治療、分子標的治療および造血幹細胞移植を中心に、治癒を目指したチーム医療を考えております。今後とも何卒よろしくお願ひ申し上げます。

〈専門分野〉 臨床検査医学、臨床血液学

〈資格〉 日本臨床検査自動化学会・評議員、
日本臨床血液学会・評議員、
日本臨床検査医学会・評議員、
生物試料分析化学会・評議員、
日本検査血液学会・評議員、
日本総合健診医学会・評議員、
日本内科学会認定内科医、
日本血液学会指導医、
日本医師会認定産業医、
日本臨床検査専門医、
日本適合性認定協会・技術審査員

〈略歴〉 昭和48年3月大阪医科大学卒業
昭和48年5月大阪府立成人病センター内科
昭和58年4月大阪医科大学病態検査学助手
昭和61年4月大阪医科大学病態検査学講師
平成5年7月大阪市立大学医学部臨床検査医学講師
平成9年4月大阪市立大学医学部臨床検査医学助教授
平成18年5月大阪医科大学総合診断・治療学講座臨床検査医学教授

〈趣味〉 写真、読書



産科・内分泌科科長
亀谷 英輝 (かめが いひでき)

産科・内分泌科は女性の生涯サポートを行う産婦人科医療のなかで、妊娠・分娩に関するあらゆる疾患を扱う周産期分野と、不妊症に代表される生殖機能と思春期から更年期まで女性ホルモンに関わる疾患を扱う生殖内分泌分野を担当します。

分娩は正常経過が突然急変し、母と子の二つの命が危険にさらされるという特殊性を持っています。そのために、NICUスタッフと連携をたもちながら、日頃から訓練されたチームワーク医療を行っております。日本では少子高齢化が進み問題視されていますが、それ以上に産科医の減少が急速に進み分娩施設の閉鎖など劣悪な周産期医療環境が社会問題となっています。当科ではスタッフを常に充実させ、患者様へ質の高い医療を提供させて頂くとともに、緊急搬送の24時間受け入れ体制により地域の先生方にも安心した周産期医療環境を提供することが私どもの使命であると考えております。生殖内分泌分野において、当科では早くから体外受精に取り組み、関西で最初の妊娠成功を得ていますが、実績に甘んずることなく医療の水準を維持するとともに、不妊患者の幸福と利益を守りながら、生殖医療を正しい方向に発展させる公的使命を果たす覚悟でございます。

どうか今後ともご支援を宜しくお願ひ申し上げます。

〈専門分野〉 周産期医学、胎児・新生児学、女性骨盤底医学

〈資格〉 日本産科婦人科学会認定医、母体保護法指定医、
日本周産期・新生児学会施設指導医、厚労省臨床研修指導医

〈略歴〉 昭和58年3月近畿大学医学部を卒業
昭和59年6月大阪医科大学産婦人科学教室に入局
昭和62年4月大阪医科大学助手(周産期センター)
平成6年7月公立甲賀病院産婦人科医長
平成10年4月大阪医科大学内講師(産婦人科学担当)
平成13年4月大阪医科大学講師(産婦人科学担当)

〈趣味〉 楽器演奏、バイクツーリング

病院医療相談部主催特別講演(6月3日 本学講堂にて)



ストレスを解消する3つの方法

— 食品・香り・ぬり絵の効能 —

杏林大学医学部精神神経科
教授 古賀 良彦 先生

私たちは日常生活の中でさまざまなストレスを受けています。それが少しずつ積み重なって、身体や心に歪みをもたらします。

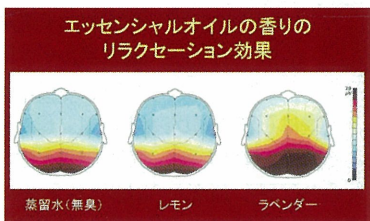
ストレスを解消するには、**Rest**(休み=良い睡眠)、**Relaxation**(癒し=気持ちを寛げる)、**Recreation**(活性化=積極的に元気にする工夫をする)という「**3つのR**」が有効と言われています。その手段として、食品、香り、ぬり絵などを上手に利用して解消する方法を検証しました。

香りでよい睡眠(Rest)を

多くの人が夜、洗髪をします。睡眠ポリグラフを利用して、ハーブの香りのシャンプーの効果を測定しました。結果、ハーブの香りのシャンプーを使った方が、眠りに入るまでの時間が短いことがわかりました。また目覚めの気分もハーブ入りのほうが良いとの自覚的評価が得られました。よく寝付けると、朝の気分も良いわけですから、一つの工夫として行ってみる価値があると考えられます。

香りで癒し(Relaxation)を

最近、アロマセラピーが流行していますが、エッセンシャルオイルで香りの効果を調べました。脳波を測定し、α波が分泌されている状況を画像で表現しています。α波はリラックスすると増え、イライラしたり緊張すると減ります。レモンの香りはリラックスするにはあまり効果がありません。逆にラベンダーは非常に効果があります。香りによって癒されたい時はラベンダーの香りがかぐと、間違いなくα波を増やしてくれるといえます(図1)。

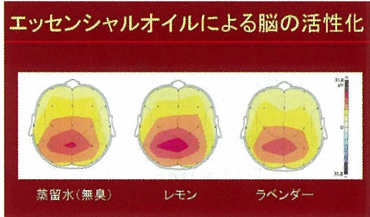


(図1) 赤から黒っぽい部分がα波の発生部位

香りで脳の活性化(Recreation)を

P300という脳波は、記憶している情報と、今脳に入ってきた情報が同じかどうかを照合、判断する時などに出現します。この脳波の大きさが増すほど、脳が活発に活動していることを意味します。

レモンの匂いをかぐとP300が大きくなり、脳が元気になっていることがわかります。逆にラベンダーでは元気になる効果がありません(図2)。



(図2) 赤っぽい部分がP300の発生した部位

食品で脳の活性化を

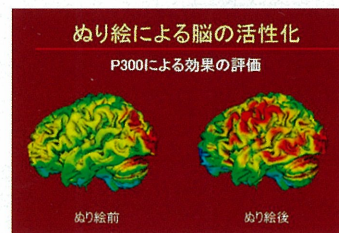
アラキドン酸という不飽和脂肪酸があります。これは疲れている脳を活性化することに役立つといわれていますが、残念ながら年齢を重ねると減っていきます。

高齢者に対して1か月ずつ、アラキドン酸のサプリメントを摂取した場合と、プラセボを摂取した場合を調べてみました。結果、アラキドン酸を摂取した場合は、頭の回転が良くなったことがわかりましたが、プラセボを摂取した場合は効果が見られませんでした。自己評価ではうつつのスコアが下がった人が増えていました。つまり頭の回転が速くなり、気持ちが元気になる効果があったといえます。アラキドン酸は肉や卵に多く含まれている成分ですから、食事制限のある人は注意して摂取してください。

ぬり絵でストレス解消を

最近大人のぬり絵が注目されています。ぬり絵の利点は、すぐに始められ、片付けも簡単なこと。しかし簡単な中にも工夫する楽しみがあります。名画と深く接してストレスを取り、脳全体を活性化させる効果もあります。

実際に脳波を調べてみると、P300が広い範囲に分布したことがわかります(図3)。良い絵を見て気持ちが和み、また脳が元気になります。ストレスの解消には大変効果が高いことがわかりました。認知症の方にも有効な手段です。



(図3) 赤い部分が活性化された部位

まとめ

香りや食品、そしてぬり絵のストレスに対する効果を脳の機能という次元で明らかにすることができました。目的に応じて、香り・食品・ぬり絵を上手に利用すれば、ブレインヘルス、すなわち脳の健康を維持向上することができ、認知症予防にも役立ちます。ブレインヘルスを積極的に心がければ、ストレスを解消し、認知症を予防することもできます。

ストレスで体調を崩す前に、生活の中にあるいろいろな工夫をしてみたいかがででしょうか。

1時間半にわたって、さまざまな実験のデータ等を具体的にを見せていただきながら、身近なものを使ってストレスを解消する方法を教えていただきました。これだけの紙面ですべてをお伝えすることができませんが、古賀先生の著書には、「脳をリフレッシュする大人のぬり絵」(きこ書房出版)など、今回の講演に関係の深いものがありますので、興味のある方は本屋さんで手にしてみてください。

診療科の紹介



糖尿病代謝・内分泌内科

～ クリニカルパスを利用した糖尿病3日間短期入院のご紹介～

糖尿病代謝・内分泌内科
科長 花房 俊昭 先生

糖尿病代謝・内分泌内科では今年の春から、クリニカルパスを利用した糖尿病3日間入院を始めました。クリニカルパスとは、各患者様の治療指針に沿って「誰が」、「いつ」、「何を」行うのかを標準化したスケジュール表に基づき、その計画通りに治療を進めることを言います。糖尿病教育入院で3日間というのはとても短いと思われるかも知れませんが、特に最近、仕事、家庭、経済的な理由などで2～3週間の入院が出来ない、さらに1週間の入院でさえ難しいというケースが増えてきています。そこで当科では従来から行われていた糖尿病半日コースをこのパスに組み込み、3日間短期入院としての試みを始めると致しました。

対象例として、①初めて糖尿病を指摘された方に対する初期教育、②通院加療中であるが食事療法などがなかなかうまくいかず血糖コントロールに難渋している例(再教育)、③インスリン自己注射を導入する場合などを想定しています。特に初期教育の到達目標として「日常生活の問題点に気付く」、「糖尿病という病気を理解する」、「治療の必要性がわかる」という点を挙げています。「鉄は熱いうちに打て」と言われますように、早期から糖尿病に対する正しい知識をしっかりと身に付け、自己管理を行うことの大切さを認識することが目的です。このような動機付けは、今後の患者様の治療経過において極めて意義深いものになるでしょう。



ミニ食事教室

糖尿病の教育入院には様々な職種のスタッフ関わっており、パス入院の概要は下記の表の通りです。木曜午後から行われる糖尿病半日コースを受講していただくことがこのパスのひとつの特徴で、「糖尿病と向き合う」(臨床心理士)、「よく知ろう、糖尿病」(医師)、「食事療法のコツ」(栄養士)、フットケアを中心とした「日常生活の注意点」(看護師)などの講義とQ&Aが行われ、最後に場所をリハビリセンターに移して理学療法士による「運動療法の実際」が行われます。また78病棟(糖尿病センター)の行事として、毎週火曜と金曜にミニ糖尿病教室が開かれています。例えば、昼食時間は患者様が同じテーブルを囲んで個々の治療食を目の前にしながら、栄養士による食事指導を受けることができます。それ以外にも臨床心理士による心理的なサポートや、薬剤師によるインスリン療法の実際についての講義が行われています。入院中、患者様はこれら自ら学んだ内容を糖尿病日記に記載し自己管理を実践する体験をして頂きます。

3日間という短期間ではありますが、患者様の行動変容のきっかけになる貴重な体験の場になるものと思っております。日常の糖尿病診療の一環として、地域の先生方に積極的にご利用頂ければ幸いです。



食べながら覚えよう！ 糖尿病の食事療法 ミニ相談会

食事をしながら、疑問を感じたことはありませんか？
秤を用いて食品を計量していただいたり、栄養士が食事に献立したミニ相談を行います。皆様の疑問に答え、話を聞くだけではわからない、糖尿病の食事療法のコツをお伝えします。

パントリーの前にお集まりください！

6月の実施予定日

2日(金) 6日(火) 9日(金) 13日(火) 16日(金)

20日(火) 23日(金) 27日(火) 30日(金)

時間・・・12時00分～(昼食時)

場所・・・糖尿病センター(78病棟)パントリー前

対象・・・糖尿病食を食べている患者さま(希望者)

持ち物・・・お茶・お箸など

ミニ相談会
この日のテーマ
“大豆製品について”

糖尿病3日間パス入院の概要

- 主な血液検査、合併症評価は予め外来で行う
- 生活アンケートにより日常生活を把握
- 糖尿病チェックリストによる 自己評価
- 糖尿病半日教育コース(集団指導)に参加
- 糖尿病センター・週間イベントに参加
- 糖尿病日記による、自己管理の実践
- 個別栄養指導と集団栄養指導 ～外来での継続
- 外来主治医、紹介医へのフィードバック

「第3回四医師会大阪医科大学医療連携の会」開催報告

平成18年7月29日(土)に「第3回四医師会大阪医科大学医療連携の会」がホテル日航茨木大阪で開催され、高槻市・茨木市・摂津市・大阪医科大学の各医師会、総勢102名の先生方にご参加いただきました。

特別講演では本院竹中洋病院長から「大阪医科大学附属病院について」をテーマに、本院の現状と今後の展望についての話があり、引き続き本院の診療科紹介、質疑応答が行われ、貴重なご意見をいただきました。



また、懇親会では和やかに意見交換が行われました。他地区の医師会の先生方とは、顔をあわせてゆっくり話をされる機会も少ないと思いますので、交流を深める良い機会にさせていただけたのではないのでしょうか。

今後とも、尚一層のご支援を賜りますよう、何卒よろしく願い申し上げます。

自動精算機設置のお知らせ

7月1日より患者様に外来・入院診療費のお支払いをよりスムーズにさせていただくために自動精算機を導入いたしました。

従来の外来料金収納コーナーに5台設置し、現金はもちろん、クレジットカード・デビットカードがより簡単にご利用いただけるようになりました。

ご利用時間

- 平日／午前9時～午後4時
- 土曜日／午前9時～午後1時



編集後記

朝夕日毎に涼しくなり、猛暑の疲れが取れつつある時期だと思います。

病院医療相談部が現在の場所に引っ越してきて半年が経ち、

ようやく病院内外の方々に認知されてきました。

一階の一等地に引っ越した当初は、部員全員の肩に力が入っていましたが、

最近ではやっと慣れることができ、通常の業務を遂行しています。

本院全体においても、大幅な18年度診療報酬改定への対応もようやく軌道にのり、

各部署とも静寂を取り戻したようです。

病院医療相談部でも、今回の改定の中に織り込まれた多数の地域連携に関する課題に対し、

今後結果を残せるような取組みを考えているところです。

地域における医療連携の範となり、

患者様から信頼される病院医療相談部になるために今後も努力を続けていきます。

(T.S)