

# ひだまり

HIDAMARI

夏号

Summer

2015

vol.176

不妊治療のエキスパートです



Team ART(不妊治療サポートスタッフ)

## 目次

02-03 今月の特集

「足の血管検査の話」

04 Hospital Now!!

「Team ART ～高度生殖補助医療～」

05 看護師は見た! 『戴帽式の意味』

レシピ de 元気! 『五日そうめん』

06 外来診療日一覧表 (7月1日現在)

07 焼津市立総合病院からのお知らせ  
ご意見箱

08 ひだまり写真館

# 特集

Topix

## 「足の血管検査の話」

中央検査科生理検査係長 ないとう あきら 内藤 章

「健康で長寿」は誰もの願いであり、メタボリックシンドロームやロコモティブシンドロームなど健康寿命を阻害する因子からご自分の身を守る予防のために、運動が推奨されています。

手軽で一番身近な運動としてウォーキングをしている方も多くいらっしゃると思います。

健康な足の状態を保つことはとても重要です。今回は健康の基本、「歩く」ことに関連して、当院で実施している「足の血管検査」のお話をさせていただきます。

### こんな症状ありませんか？

- 「5分くらい歩くと、足が痛くなる。少し休むとよくなるが再び歩き始めると、また足が痛くなる」
- 「足がいつも冷たく感じる」
- 「足に膿がたまってしまって治りが非常に悪い」
- 「糖尿病になって長い」
- 「透析をしている」

かんかく しょうがい  
**感覚障害**  
足がしびれる。  
足が冷たい。

軽症

かんけつせいはいこう  
**間歇性跛行**  
一定の距離を歩くと足が痛くなり歩けなくなるが、少し休むと再び歩けるようになる。

あんせいじとうつう  
**安静時疼痛**  
安静時でも刺すような痛みや、ジーンとした痛みがあり、夜もよく眠れない。

かいよう えそ  
**潰瘍・壊疽**  
足の皮膚がただれたり(潰瘍)、更に進行すると足先が腐って黒くなる。(壊疽)

重症

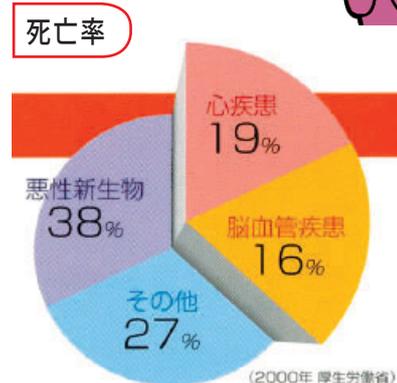
これらの症状は、最初のうちは痛みも強くなく少し休むと治まるので、一時的なものだろうと脚にシップをしたり、マッサージをしたりする人も多いようですが、もしなかなか治らない場合は、足の血液の流れが悪くなっている＝動脈硬化が進んでいるかもしれません。

症状の原因が動脈硬化であった場合、下肢の症状だけでなく、心筋梗塞や脳卒中、腎障害等の重大な疾患の予備軍になっているかもしれません。

### 動脈硬化を放置すると…

- ・ 下肢虚血（下肢、足の壊死）
- ・ 脳出血，脳梗塞
- ・ 狭心症，心筋梗塞
- ・ 腎障害

など、いずれも命に関わる病気になる可能性が高まります。



このような重篤な症状になる前に、早めに検査を受けていただきたいと思います。そこで、当院で実施している足の血管検査について説明をさせていただきます。

## 足の血管検査の説明

### (1)ABI/PWV 検査（足関節上腕血圧比 / 脈波伝搬速度）

#### 【対象者】

歩くと足が痛くなる、足がいつも冷たく感じる、足・足の指の色が暗紫色になったままなどの症状がある方。

#### 【検査の説明】

足の動脈が細くなっていないか、全身の血管年齢が高くないかを調べます。手と足の血圧の比較や脈波の伝わり方を調べることで、動脈硬化の程度を数値として表せます。この検査を行うことにより動脈硬化（血管の老化など）の度合や、早期血管障害を検出することができます。

#### 1-① ABI（足関節上腕血圧比）

#### 【検査の内容】

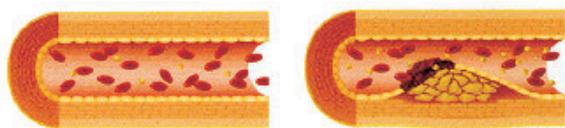
足首と上腕の血圧比を調べます。

#### 【ABI 検査からわかること】

動脈の内膜にコレステロールを主成分とする脂質が沈着して内膜が厚くなり、ジョクジョクコウ粥状硬化ができて血管の内腔が狭くなる「アテローム動脈硬化」の進行程度、血管の狭窄や閉塞などを推定できます。



すごく簡単に言うと！ アテローム動脈硬化とは・・・



●正常時

●異常時

血管の壁が長年の使用により狭くなり、最後は詰まってしまうという血管の病気です。これは血液中の脂質の数値により左右され、食事・運動・煙草・飲酒などの個人の生活習慣により良くも悪くもなります。

#### 1-② PWV 検査（脈波伝播速度）

#### 【検査の内容】

心臓の拍動（脈波）が動脈を通じて手や足にまで届く速度を調べます。

#### 【PWV 検査からわかること】

動脈壁が厚くなったり、硬くなったりすると、動脈壁の弾力性がなくなり、脈波が伝わる速度が速くなります。これが血管年齢を算定するものです。

（病院で年 1 回開催される「けんこうフェア」で毎年大人気の「血管年齢測定」と同じ検査です。）

### (2) SPP（皮膚組織灌流圧）

#### 【対象者】

糖尿病の治療を長年続けている方、透析を長くやっている方、足の傷や膿の治り方が非常に悪い方。

レーザーを用いて毛細血管レベルの血流を測定します。

#### 【検査の内容】

皮膚の微小循環の灌流量を検出します。簡単に言いますと、皮膚へ栄養を送る微細な血管に詰まりがないかを調べるものです。

#### 【SPP 検査からわかること】

足の傷・膿が治りにくい方の原因の特定や糖尿病患者さん、透析患者さんの足裏の血流評価（重症度の評価）に有用です。



足の潰瘍例

※毛細血管レベルでの血流を評価する器械であり、大きな総合病院のみで行える検査です。



SPP（皮膚組織灌流圧）機器

## 検査のご依頼方法

症状のある方はどの診療科にかかられましても、検査をご依頼頂けます。まずは主治医にご相談下さい。



## 「Team ART ～高度生殖補助医療～」

産婦人科科長 成高和稔

現在の日本は高齢化社会が進み、結婚そして不妊治療患者の年齢も顕著に高齢化してきています。これに伴い一般の不妊治療に加え、更に高度な体外受精や顕微授精、卵子・精子・受精卵の凍結保存などをハンドリングする（取り扱う）生殖補助医療（ART）がますます必要不可欠になってきています。

当院の“Team ART”とはそんな不妊治療における高度生殖補助医療を担うチームです。主に産婦人科医師2名、胚培養士（臨床エンブリオロジスト）2名、不妊症看護認定看護師1名、医療コーディネーター1名を中心としたチームで、産婦人科外来や病棟の看護師、他の産婦人科医師や泌尿器科医師たちとの協力のもと不妊治療に携わっています。

それではチームARTのそれぞれの役割や業務内容について少し具体的に紹介させていただきます。

### 【産婦人科医師】

外来にて一般不妊治療に携わり、人工授精(AIH)以外に体外受精(IVF-ET)や顕微授精(ICSI)などの適応や必要性を診断し、患者にその治療スケジュール排卵誘発などの立案と説明をします。また経膈超音波下で卵子を体外に取り出す採卵時は3～4名の産婦人科医師や病棟看護師、胚培養士らの協力のもと行います。また新鮮胚や凍結受精卵の胚移植も産婦人科医師が行います。

### 【胚培養士（臨床エンブリオロジスト）】

当院では、日本臨床エンブリオロジスト学会認定臨床エンブリオロジスト、及び日本卵子学会認定生殖補助医療胚培養士の資格を同時に有する胚培養士2名が生殖補助医療に従事しています。

外来では人工授精に供する精子所見の検査と洗滌遠心分離などの調整を行っています。体外受精などの採卵時は顕微鏡下で卵子を確認し、至適条件下で精子の調整と卵子の前培養した後に受精を施します。男性不妊や高齢の卵子の場合、必要に応じ顕微授精も行っています。さらに培養液の交換や受精卵の成長を数日間観察後、主に胚盤胞になった受精卵を凍結保存します。また凍結した受精卵の融解後、胚を包む透明帯を顕微鏡下で一部カットし、孵化の補助を促進させる繊細かつ高度なテクニックを必要とする作業も胚培養士が行っています。

これら以外に特殊なケースとして無精子症など重症男性不妊の場合、当院泌尿器科医師が精巣生検などで取り出した未熟な精子の凍結と顕微授精(TESE)も胚培養士が中心になって行っています。また男性がん患者で化学療法を行う前に精子凍結保存を希望され行う場合もあります。

胚培養士は「赤ちゃんが欲しい」と願う患者様の切実な思いを叶えるため、休日も日夜問わず、卵子と精子の一瞬の出会いを微力ながらお手伝いし、見守り続けています。また卵子や受精卵にストレスをなるべく与えないように、培養条件をすこしでもお母さんの体内環境に近づけるとともに、細心の注意と倫理観を持って業務に従事しています。

### 【不妊症看護認定看護師】

日本看護協会より不妊症看護認定資格を有する看護師で、

不妊など生殖にまつわる問題を抱えている方やそのご家族に対し必要な情報提供や相談等を行い、治療に対する不安を少しでも和らげながらご夫婦の自己決定を支援していきます。例えば、“不妊治療はどんなことをするのだろうか”“どの治療を選択したらいいのかわからない”“私の気持ちを聞いて欲しい”など患者さんの不安や思いを伺いながら、情報を整理し、納得して治療を受けられるよう援助していきます。また、不妊治療の処置等直接看護ケアも提供させていただいています。



相談の対象は現在不妊に悩んでいる患者さんだけでなく、不育症（流産、死産を繰り返す方）、或いは他の病気の治療を受けている方で将来不妊症になる可能性のある場合（例えばがん治療中や現在主治医より妊娠の許可が下りていない方）などの相談にも応じます。

### 【医療コーディネーター】

当院は、特定不妊治療の指定医療機関および日本産婦人科学会のART登録施設です。医療コーディネーターは、患者様に対し特定不妊治療費助成制度の説明・証明書の発行、治療費に関する説明を行っています。また、生殖医療の統計・日本産婦人科学会への個別調査票の登録も行っています。

なお、特定不妊治療費助成制度は県と各市町にそれぞれあり、各市町毎に対象条件・助成金額が異なりますので、申請される前に一度ご確認と説明をさせていただいています。説明以降も疑問に思われることなどがあれば、産婦人科外来にてご遠慮なくお声を掛けて下さい。

### 受診方法

不妊外来への受診は、電話でのご予約をお願いいたします。

電話 054-623-3111（代表）産婦人科外来  
14:00～16:30（土・日曜日、祝日、年末年始を除く）

看護師は見たっ!!



戴帽式の意味

5B 病棟 おだ ちづこ 小田 千津子

5月に入りあちこちの看護学校で戴帽式が行われました。私も、娘の戴帽式に参加してきました。看護師になって20年以上経ちますが、自分の時のことを思い出し、見ているだけで自然に涙が流れてきました。ロウソクに灯をともし、薄明かりの中戴帽した後、聖火の継承に続いてこれからの看護に携わる者としての自覚と決意が読み上げられました。私たちの時代は、ナイチンゲール誓詞を唱和したものです。時代は少しずつ移り変わって戴帽式も進化していました。

式に参加していた保護者から「最近、看護師さんもナースキャップしないよね。誰が師長なのかよく分からないね。昔は、すぐにわかったのに。」と話声が聞こえてきました。そういえば昔は、ナースキャップに線が入っていて誰が師長なのかすぐに分かったものです。そういう看護師として当たり前だった風習も時代と共に変化してきました。現場で忙しく働いている私も、忘れていた記憶を思い出すきっかけになりました。そんな式の最中の生徒に向けた校長先生の言葉が印象に残りました。

「一時期、現場でのナースキャップの廃止から戴帽式は廃止傾向だった。最近また式が見直されあちこちでやり始めている。なぜかわかるかな？」

と学生に問いかけました。そして静かに「戴帽式は、ただナースキャップをもらうという意味だけではないことが見直されてきたからだよ。例えば長い文章を読んだとき、句読点がなかったら読みにくいだろう。句読点は、なんとなくそこに存在するけどすごく大事な役割があるんだよ。戴帽式も同じ。これからの君たちの長い人生、何も考えず何もなければそのまま過ぎてしまうけど、戴帽式という式は看護の役割を考えさせてくれる句読点と同じなんだよ。君たちは、いま看護師として看護の扉の入口に立っていて、これからいろんな苦悩や困難に悩むだろう。辛いことや悲しい事などで悩んだ時、この戴帽式の感動と決意を思い出して乗り越える事ができる看護師が多い。戴帽式が復活してきた理由は、今だけでなく長く看護に携わる者としての自覚と決意を節目節目で思い出す意味もあるんだよ。」と。

そして、「人生は長いから挫折したときは、休みなさい。看護の道を長く続けたければ疲れたら休みなさい。そうしてまた歩き出せば良い。」

この学生に向けた言葉が、なぜか長く看護を続けてきた自分に突き刺さり、自分の人生を振り返る良い機会になりました。



※戴帽式イメージ写真



五目そうめん



熱量378kcal、蛋白質22.0g、脂質3.7g、塩分1.1g (つゆ用塩分+2.2g)

問合先 栄養科 054-623-3111(代)

材料 4人分	冷麦 4束	400g	鶏ササミ	4本	椎茸煮 (生椎茸 4枚、 醤油小さじ1)
	ムキエビ	120g	ほうれん草	1把 200g	
つゆ	だし巻き卵 2ヶ	120g	きざみのり	適宜	
	醤油	大さじ4	砂糖	大さじ1と1/3	みりん 大さじ1/2
	けずり節	20g	水	500cc	

- ① 水を火にかけ、沸騰直前に削り節を加え中火にして2~3分程度煮出し、火を止めてしばらくそのまま置く。削り節が下に沈んだら漉す。この出来た出汁に醤油・砂糖・みりんを加え一煮立ちし、冷ましておく。
- ② ムキエビは茹でる。出し巻き卵を焼き、冷めたら厚切りにし、真ん中を斜めに2等分する。ササミは酒(分量外)少々を振りかけ、茹でた後、細かく裂いておく。ほうれん草は茹でて食べやすく切り揃える。椎茸は石づきを取り、調味料で煮しておく。
- ③ 大きめの鍋にたっぷりの湯を沸かして、表示の茹で時間で冷麦を茹でる。茹で上げたら直ぐにザルにあげ、冷水にとりよく冷ます。十分に冷めたら水切りし、皿に食べやすい量毎に盛り付ける。
- ④ ②の具を彩り良く盛り合わせる。きざみのりを適宜かける。

☆つゆは出汁を濃くすることで塩分が少なくても風味良く、又つゆを残す事で減塩できます。更に夏場の食欲低下の時も具がたっぷりのつゆがあるのでバランス良く召し上がれます。冬場は、つゆを温め、温麺にしても食べやすい一品です。

# 外来診療日一覧表

平成27年7月1日現在

初…初診のみ 再…再来のみ 院…院内依頼 検…検査

診療科	午前				
	月	火	水	木	金
総合診療内科 (予約制)	○	○	○	○	○
腎臓内科 (紹介状必要・予約制)	○	○	○	○	○
呼吸器内科		院			院
消化器内科 (紹介状必要・予約制)	○	○	○	○	○
循環器内科 (紹介状必要・予約制)		○	○	○	○
神経内科 (紹介状必要・予約制)	○	○	○		○
神経・精神科 (予約制)	○	○	○	○	○
小児科	○	○	○	○	○
外科	○	○	○	○	○
整形外科 (紹介状必要・予約制)	○	○	○	○	○
形成外科	○		○		○
脳神経外科	○	○	○	○	○
皮膚科	○	○	○		○
泌尿器科	○	○	○		○
透析	○	○	○	○	○
産婦人科 (予約制)	○	○	○	○	○
眼科	○	○		○	○
耳鼻咽喉科 (紹介状必要・予約制)	○	○	○	○	○
放射線科 (予約制)	○				○
歯科口腔外科	○		○		○

診療科	午後(予約制)				
	月	火	水	木	金
消化器内科 (紹介状必要)		○	○	○	○
代謝・内分泌内科 (紹介状必要)		○		○	○
神経内科 (紹介状必要)	月1回	○	○		○
神経・精神科	○	○		○	○
小児科	○	○	○	○	○
皮膚科	検	検	検		検
産婦人科	検		検	検	
泌尿器科			検		検
透析	○	○	○	○	○
耳鼻咽喉科	○		○	○	
歯科口腔外科	○		○		○

特殊外来 完全予約制 △午前 □午後 一部毎週開催していない外来もあります。詳しくはお問い合わせください。

特殊外来(完全予約制)	月	火	水	木	金
消化器内科 肝臓内科	△				
腎臓内科	膠原病・リウマチ			□	
	糖尿病性腎症		△	△	
循環器内科 ペースメーカー	□				
代謝・内分泌内科 フットケア		□		□	
小児科	喘息				□
	心臓				□
	エコー			□	□
	神経				□
	成長			□	
	すこやか			□	
	療育支援			□	
	川崎病				□
	乳児検診 4ヶ月児 10ヶ月児		1ヶ月児		
予防接種				□	
外科	緩和ケア		□		
	スキンケア				△□
	乳腺・甲状腺	□		第2・4 □	
	胆石		△		
	血管外科				第2・4 △
	呼吸器外科			△□	
整形外科	スポーツ・膝 (予約必要無し)	□	□		
	リウマチ				□
形成外科	レーザー	□			□
脳神経外科	脳卒中		□		
泌尿器科	男性更年期			△	
産婦人科	不妊治療	△	△	△	△
	助産師	△□	△□	△□	△□
	妊婦外来	□	□	□	□
	フォローアップ外来		□		□
その他	禁煙		△		
	リンパ浮腫			□	
	アロマ		□		

◆受付時間

- ・午前 8時00分～11時00分 (再来受診) 8時00分～11時30分
- ・午後 12時30分～15時00分

◆予約受付

054-623-3111(代表) ※受診科をお知らせください。  
※午後の診察はすべて予約制です。ご注意ください。

◆外来担当医表

外来担当医表については、毎月1日付でホームページを更新していますのでご覧ください。また、病院受付窓口でも毎月1日から配布しています。なお、都合により担当医や担当日が変更になることがあります。

◆各種相談(予約制)

- ・女性のための健康相談 毎週木曜日 14時00分～16時00分
  - ・緩和ケア・がんよろず相談 月～金曜日(休診日を除く)9時00分～16時00分
  - ・退院後の療養、介護に関する相談 月～金曜日(休診日を除く)9時00分～12時15分、13時00分～16時00分
- 予約受付 054-623-3111(代表)内線:2090 地域医療連携室医療相談担当

◆他院に通院中の方

紹介状不要の診療科であっても、すでに他院に通院中の方は紹介状が必要な場合があります。詳しくは問い合わせてください。



# “病院シンポジウム”開催

入場無料・定員300名  
申込不要

## 「脳卒中になったら」～急性期・回復期・維持期～

♣日時 平成27年7月9日(木)  
18:30～20:30(開場:18:00)

♣会場 焼津文化会館小ホール  
(焼津市三ヶ名1550)

第1部 「救急医療から見た焼津市立総合病院」

焼津市立総合病院 太田 信隆 病院事業管理者

第2部 講演《急性期》「脳卒中になったら ー急性期にはー」

焼津市立総合病院脳神経外科 竹原 誠也 科長

講演《回復期》「回復期病棟における脳卒中リハビリテーションについて」

コミュニティホスピタル 甲賀病院 甲賀 啓介 副院長

講演《維持期》①「脳卒中患者の維持期における開業医の役割」

さわい医院 澤井 輝行 院長

②「することがない、これでゴール。と言われた時に」

岡本石井病院 大石 敦宣 副病院長

第3部 パネルディスカッション

テーマ「脳卒中になったら」ー安心して過ごせるようにー

国民病である脳卒中に対する、現在の医療、介護の取り組みなどについて、市内医療機関の先生方と共に、急性期、回復期、維持期それぞれの立場から分かりやすくお話しします。



お問い合わせ先

焼津市立総合病院 病院総務課



「ひだまり」ご意見箱より、  
皆様からのご質問、  
ご不満な点にお答えします。



### Q 職種がわかるようにしてほしい

こちらの病院で出産した者です。とてもよくしてもらって、助かりました。しかし、だれが助産師なのかかわからず、残念でした。助産師のケアを受けたいと思っている人も、私以外にいると思うので、ぜひ助産師がわかるようにしてください。名札などでわかると助かります。よろしくお願いします。

A 貴重なご意見ありがとうございます。産婦人科病棟には、助産師・看護師が勤務しております。残念ですが、確かに名札を見ても職種が明示されていませんので、確認出来なかったと思います。ご不便をおかけいたしました。4月1日より、職員の名札に職種がわかるように変更しましたので、お気軽にお声をおかけください。今後も、専門性の高いケアを提供出来るよう、取り組んでいきたいと思っております。

### Q 売店の変更について

3月いっぱいまで売店・食堂が変更になると聞きました。現在の業者さんになった時、質・サービス・味が大変向上し、うれしく思っていたのですが、変更となってしまい残念に思います。売店には、コンビニエンスストアが入る様ですが、これまで通り医療用のテープ類等の用品を置いてもらえるのでしょうか？近所のドラッグストア等では、取り扱いの無い用品もあるので、ぜひ取り扱いをお願いしたいです。

A ご意見ありがとうございます。5月29日に新しくファミリーマートがオープンしました。今まで通り医療、衛生材料も販売していきます。ぜひご利用ください。

## 5/8 地下水利用システム稼働



災害に強い病院づくりのため、地下水利用システムを設置しました。これにより、災害時に水道が使用出来ない場合も、地下水のみで水を賄うことが可能になります。

## 5/13 看護の日イベントを開催



「看護の日」に因んで地域の皆さんに看護について知っていただこうと、イベントを開催しました。血圧測定やアロママッサージを体験していただきました。

## 5/15 ふれあい看護体験実施



ふれあい看護体験に応募された方が参加し、病棟にて患者さんの手や足浴の介助、病院見学や患者食の試食などを体験していただきました。

## 6/4 合唱団 Marumo コンサート



焼津市の女性合唱団「Marumo」の皆さんによるコンサートが行われ、初夏の風のような爽やかな歌声に、観客の皆さんも癒やされたひとときでした。

## 6/4 みんなの健康講座を開催



「生活習慣が遺伝か〜肺がん予防のために知っておきたいこと」をテーマに、胸部外科長北雄介医師が市民の皆さんにわかりやすく解説しました。

## 看護師・助産師 臨時看護補助者 募集中！

平成 28 年度採用の正規看護師・助産師、または臨時看護補助者（随時）を募集しています。詳しくはホームページをご覧ください。電話 (054) 623-3111 (代表) 病院総務課職員担当

