

# IkiIki

大阪府済生会中津病院 広報マガジン『いきいきなかつ』

## Nakatsu

Vol. 111 TAKE FREE



教えて先生  
医療にまつわる **数字アレコレ**

特集 P.1 - P.4  
産婦人科 部長インタビュー

### 休診日のお知らせ

#### 休診日カレンダー

2022年

## 4月～6月

●赤丸は休診日です

### 4月 April

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
		●						●	●							●						●	●					●	

### 5月 May

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火
●		●	●	●			●						●	●							●							●	●	

### 6月 June

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木
				●						●	●							●						●	●				

#### 【診療日・休診日のお知らせ】

済生会中津病院は、休日となる月曜日は通常通り診療を行います。  
そのための振替休日が原則として同じ月の第1土曜日となります。

※詳しくは各診療科にお問い合わせください。



社会福祉法人 恩賜財団 済生会支部  
大阪府済生会中津病院

WEBサイトをご覧ください

<http://www.nakatsu.saiseikai.or.jp/>  
携帯・スマホの方はこちらよりアクセス▶



〒530-0012 大阪市北区芝田2丁目10番39号 TEL:06-6372-0333(代表)

○初診の方・再診で予約のない方 8:30~11:30(再診受付機8:00~) ○再診で予約のある方 ※ご予約の診療時間までに受付をお済ませください。

○休診日 第2・第4土曜、日曜、祝日、12/31~1/3

令和4年4月22日発行 第111号 発行元:大阪府済生会中津病院 広報課 お問い合わせ 06-6372-0333



産婦人科

部長 森山 明宏

子宮悪性腫瘍手術を腹腔鏡で行える施設認定の取得に必要な年間症例数

**低侵襲な手術で患者さんのより良い予後をサポートするために。**

**正しい理解によって発症を避けられる、子宮頸がん。**

**自覚症状が薄い子宮体がん。少しでも気になることがあれば、迷わずに受診を。**

近年、婦人科がんの領域でも低侵襲な腹腔鏡手術が増えてきています。子宮がんの手術を腹腔鏡で行うためには、子宮悪性腫瘍手術を年間20例以上行なっていることという決まりがあり、それに満たない場合は認定が剥奪され開腹手術しか行えません。子宮悪性腫瘍とは、子宮頸がんと子宮体がんのことです。卵巣がんは含まれません。当診療科では、体への負担が少ないと言われる腹腔鏡手術も、治療選択の1つとして患者さんに提案できるよ

子宮頸がんとは、子宮の頸部(入り口)にできたがんのことです。40代後半から50代での発症が一般的です。最近では若い女性の罹患も多く、性交渉の際に出血があるなどの症状が気になって受診され、がん発見につながる方もいます。子宮頸がんは、性交渉などによるヒトパピローマウイルス(HPV)に感染することが原因で発症しますが、感染を予防するHPVワクチンは市区町村が主体となって実施されています。性交渉経験のない女性にワクチンを打つことで、子宮頸がんを減らそうというのが現在の世界的な動きですが、日本ではマスキミの影響もあつてか副反応に注目が集まってしまい、ワクチン接

種が敬遠されがちです。HPVワクチンは日本産婦人科学会が推奨しており、私個人の考えとしても接種をおすすめします。ぜひ、このワクチンについて正しく関心を持つてほしいと思います。

かった場合、基本的にはまず腹腔鏡手術が可能かどうか画像診断を行い、術前カンファレンスにて術式を決定します。進行がんの場合は従来の開腹手術となります。

う、この「20」という数字にこだわっています。



現在、子宮頸がんは減少傾向にあります。逆には、逆に食事の欧米化に伴って増えているのが子宮体がんです。子宮体がんは閉経後の不正出血で見つかることが多く、閉経した半年後にまた生理が始まった、生理がいつもより長いなど気になることがあれば、迷わず受診してください。子宮体がんが見つ



※広報誌撮影のため、スタッフはマスク・白衣を着用していませんが、通常の業務では着用しています。



## 早期発見と治療のために 定期的な検診と 早め早めの受診を。

婦人科がんで最も恐ろしいのが卵巣がんです。こちらにも自覚症状が少なく、何らかの症状が出て見つかるとはステージがかなり進んでいることが多いです。ステージ3で見つかった場合、手術で可能な限りの組織を摘出した後、抗がん剤で治療を続けるのですが、5年生存率は4割を切ります。年齢的にもちようど子育てが一段落した方が多く、ようやく自分のための時間が持てるようになったときに、



卵巣がんになるのは本当に残念です。婦人科がんのいずれにも言えることですが、早期発見のためにはやはり定期的検診が重要です。国は2年に1度の割合で子宮頸がん検診を推奨していますが、残念ながら日本の検診率は非常に低いのが現実です。ただ、この子宮頸がん検診が入り口となつて、子宮体がんや卵巣がんをはじめ、いろいろな病気が見つかることが多いので、必ず検診を受けてほしいです。産婦人科外来は羞恥心もあり、どうしても受診へのハードルが高くなる傾向がありますが、検診・受診してもらいやすい環境を整えていくことも私たちの責務だと思っております。

今後も、  
医師としての腕を磨き  
医療の進化に  
合わせて手術の精度を  
より高めていきたい。

当診療科で力を入れていきたいことの1つに、2021年に婦人科でも保険収載が認められたダヴィンチ手術があります。ダヴィンチとは手術支援ロボットのこと、ダヴィンチを使うことで腹腔鏡手術のメリットを活かしつつ、より精度の高い手術を、より安全かつ低侵襲に行うことができるようになります。ダヴィンチ手術は、まだ頻繁に行われているわけではありませんが、近い将来、当たり前になるでしょう。

がんの治療には婦人科手術以外に、放射線治療が主体となることもあり、集学的治療ができるのも中津病院の強みです。今後も患者さんにより良い治療と手術を提供できるよう腕を磨き、医療の進化に合わせて新たな治療法にも積極的に取り組んでいきたいと考えています。

## 産婦人科

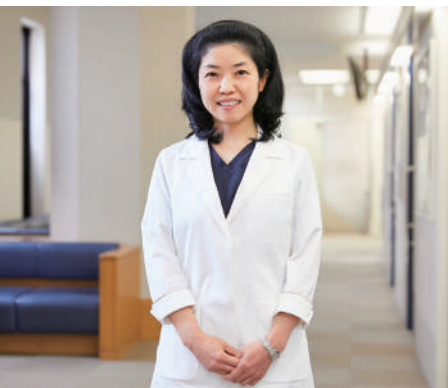
4月から常勤医8人体制。  
患者さん一人ひとりに  
応じて、良い意味で  
接し方を変えています。

患者さんの性格や環境を感じ取りながら接し方を変えています。その人に合った説明をすることで、患者さんの理解、納得、安心につながります。さまざまな治療法を提案してもご自身で決められない場合は、患者さんをリードすることもあります。また、少子化の中ですが、産科病棟と連携して年500を超える出産に立ち会えてうれしい限りです。産科と婦人科の2つをバランス良く対応できる診療科でありたいと思います。4月からは常勤医が3人増え、8人体制(1人産休)で真摯に患者さんと接していきます。

## STAFF紹介

富家 真理先生 (紹介者: 森山先生)

非常に真面目な性格の先生です。外来で80〜90人の患者さんを診療する中、細やかなこともよく覚えていて、よく気が付かれます。また、誠実で、患者さんの話を丁寧に聞く力を持っています。時間が許せば、ずっと患者さんの話を聞いてくれる感じですね。患者さんの気持ちに寄り添うという点では、男の医者では到底及ばない部分があるのは間違いないでしょう。スタッフにとっても、患者さんにとっても、安心できる存在です。

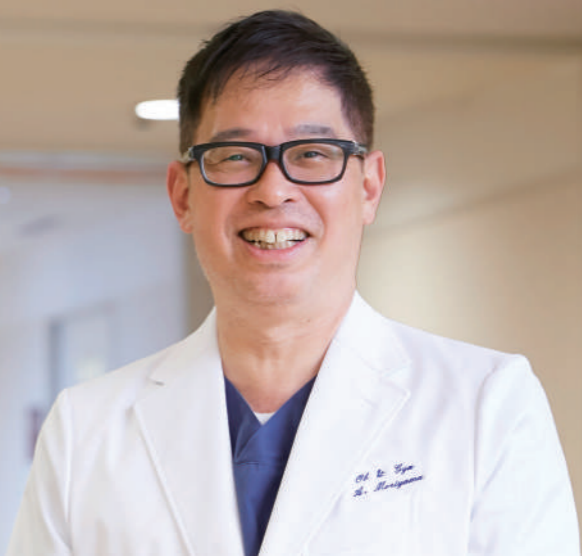


## FOCUS

産婦人科 部長 森山 明宏

最近ハマっているもの

「ゴルフ」  
後進が育って余裕が出てきたこともあり、3年程前から妻と本格的に始めました。夫婦共々ハマっていて、シングルを目指して頑張っています! (現在の平均スコア85)



## 新任医師紹介 部長



### 歯科口腔外科 部長

おはら けんしん  
**小原 研心**

1974年生まれ、大阪府寝屋川市出身  
2008年神奈川歯科大学卒業  
帝京大学医学部附属病院 歯科口腔外科、放射線科、麻酔科、高度救命救急センターで研修後、同大学形成口腔学顔面外科学講座に入局  
2017年医学博士取得  
2019年口腔外科専門医取得  
2021年大阪大学大学院歯学研究科顎口腔病態制御学講座に入局  
今年度より済生会中津病院歯科口腔外科に赴任

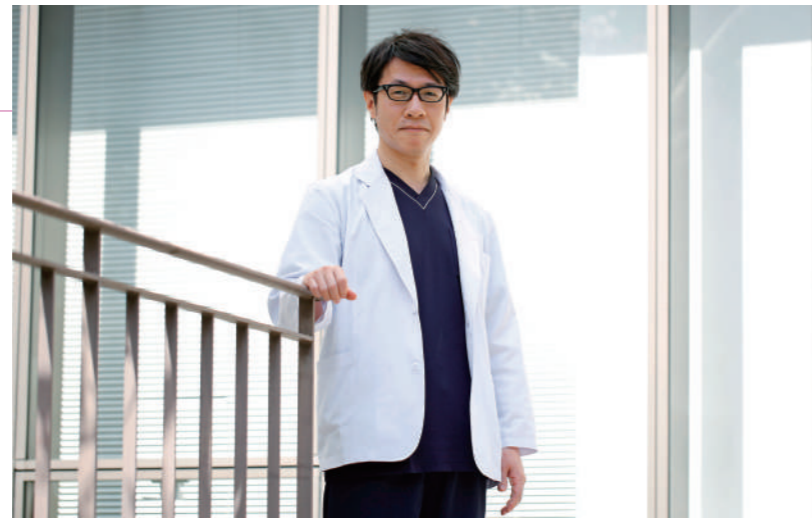


この度、大阪府済生会中津病院歯科口腔外科部長として着任しました。歯科口腔外科で取り扱う領域は消化器の入口であり、衣食住の食を扱う重要な部位です。扱う疾患は、かかりつけ歯科では扱えない親知らずの抜歯から、口腔がんや炎症、顎骨骨折などの外傷、腫瘍・嚢胞性病変まで幅広く治療しています。また、術前後の周術期口腔機能管理や摂食嚥下障害などの診療も行います。困難症例は、大阪大学歯学部附属病院 第二口腔外科と連携を図り、治療に取り組んでいきます。スタッフと共に、精一杯頑張りますのでよろしくお願い致します。

### 外科 部長

しんげき まこと  
**新関 亮**

1969年生まれ、広島県広島市出身  
大阪医科大学(現大阪医科薬科大学)卒業、神戸大学大学院医学系研究科卒業、神戸大学第一外科に入局し、兵庫・東京の関連施設で修練  
2006年から神戸大学肝胆膵外科、2014年より済生会中津病院外科に勤務、専門は膵臓・肝臓・胆道疾患の治療で、肝胆膵外科高度技能専門医



大阪府済生会中津病院に着任して8年が過ぎ、この度、外科部長を拝命しました。専門は膵臓、肝臓、胆道疾患の治療です。どの疾患でも病気を治すことはもちろんですが、手術を“安全に”そして“楽に”受けていただくことが大切です。当院では多くの手術では傷が小さく、体の負担の少ない腹腔鏡手術やロボット手術を行い、順調に回復、退院していただけるように努めています。病気になっても治療の選択肢は時代とともに広がっており、手術はあくまで治療の一部です。患者さんに最適な治療と一緒に探していきたいと思っております。よろしくお願い致します。

## Self Check

# やってみよう！ セルフチェック

## ✓ 「乳がん」ってどんな病気？

日本人の乳がんは、戦後の生活様式の欧米化に伴い増加しています。全国がん登録罹患データによると、2018年女性のがん罹患数は乳がんが1位で人口10万人に144.6人、生涯9人に1人が乳がんを発症し、2019年の1年間の乳がん死亡者は18,232人と報告されています。乳がん罹患率は年々増加しており、20代後半より乳がんは罹患しはじめ40～50歳代に高い罹患率を認めています。その一方で、医学の進歩により乳がんの持ついくつかの遺伝子異常によりグループ分けが可能となり(サブグループ)、それに応じた治療法が選択されて乳がんは命を取られないがんになりつつあります。

国立がん研究センターが昨年公表した全院内がん登録による5年生存率・10年生存率は、ステージ0(乳管内のみに認められる乳がん)でそれぞれ100%・100%、ステージIで99.8%・99%、ステージIIで95.5%・90.7%、ステージIIIで80.7%・68.6%、ステージIVで38.7%・19.4%と報告されています。すなわち腫瘍の小さいうちに、脇のリンパ節転移が無い、あっても3個までなら生存確率は10年生存率90%以上で、早期に見つければ恐れることのないがんであることが示されています。

### 早期に乳がんを発見するために、自己検診

✓  
チェックして  
みましょう

1. 乳房を鏡で見て、左右差、皮膚の引き連れ、くぼみなどを観察したのち、片方の腕を上げる。
2. 手の3～4本の指の腹で腕を上げた乳房を触ります。
3. しこりや腫瘍を感じ取れるように、ゆっくりと優しく乳房全体を注意深く調べましょう。
4. さらに脇の下や乳房と脇の下の間にも、しこりなどが無い確認しましょう。
5. 触り終えたら乳頭を軽くつまんで分泌物が出ないかどうかを確認します。
6. 片側の乳房を終えたら、同じ方法で対側の乳房を行います。

### ポイント

セルフチェックを行うタイミングは、月経がある場合は月経が終わった約3日後に、閉経後の場合は月に1度決まったタイミングで行います。セルフチェックを行い、乳房にしこりや腫瘍などの違和感がないか、分泌物がないかを確認した結果、気になる箇所があれば放置せずに乳がん外来の受診を検討しましょう。

### 定期的 検診が重要

セルフチェックでは触れない早期の乳がんを見つけるためには、乳がん検診が重要です。国の指針によりますと、40歳以上の女性の方を対象に2年に1回の乳がん検診の受診を推奨しています。問診、乳房X線検査(マンモグラフィ)が基本になっています。マンモグラフィは乳腺の密度が高い(高濃度乳腺)40歳代の乳がん発見は困難で、マンモグラフィ検査に超音波検査を組み合わせた、単独で用いたりする方法を採用しているところもあります。40歳代のみならず全ての女性に超音波検査を行うことで、乳がん発見精度は高まりますのでお勧めします。検診で異常があれば精密検査が必要となります。精密検査では病変の細胞・組織を採取し、がんであるかどうかの検査を行い(細胞診・組織診)、確定診断のためには組織診が行われます。

## Advice 先生からのアドバイス!

乳がん外来 顧問  
日本乳がん学会名誉会員 河野 範男  
乳がん外来 吉村 慶子・坂口 五月

乳がんは日本人女性の国民病になりつつあり、どなたでも罹患する可能性のあるがんです。乳がんはいくつかのタイプに(サブタイプ)に分類され、それに応じた全身治療が確立されており、完治の可能性の高いがんです。全身療法(薬)の進歩に伴い、手術は多くの症例で乳房の形を極力損なうことのない乳房温存術(乳房部分切除+残存乳房へ放射線治療)が主流となっています。命を守るため、定期的な検診をお願いします。

# 新任医師紹介

## New Face

これから宜しくお願いします！



脳神経内科 常勤嘱託(医員)

なるみや ゆうじ  
**成宮 悠爾**

4カ月という短い期間ですが、  
何卒よろしくお願ひします。



呼吸器外科 医員

おかもと たけし  
**岡本 武士**

明るく、親しみやすい診療を  
心掛けます。



消化器内科 医員

ふみばら だいき  
**文原 大貴**

患者さんのお役に立てるよう  
頑張ります。



皮膚科 医員

なかの ゆり  
**仲野 祐里**

患者さんおひとりおひとりに  
最適な医療を提供できるよう  
頑張ります。



外科 医員

ふくおか えいじ  
**福岡 英志**

より良い医療を提供できるよう  
日々精進いたします。



乳腺外科 医員

みづもと さちこ  
**水本 紗千子**

地域の乳がん診療に貢献できるよう  
精進いたします。



消化器内科 医員

しちやま けいこ  
**下山 慶子**

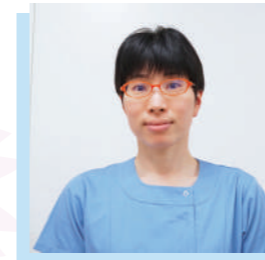
丁寧な診療を心掛けています。  
よろしくお願ひします。



整形外科 医員

はしむら つよし  
**橋村 剛**

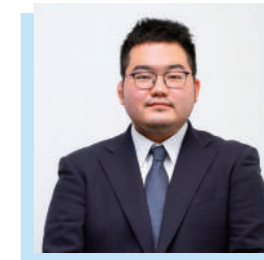
患者さんに寄り添った医療を  
提供できるように努めてまいりますので  
よろしくお願ひします。



産婦人科 医員

たかおか さち  
**高岡 幸**

主に周産期(産科)・生殖(不妊治療)  
領域で働いてきました。ご心配ごとや  
気になる点があればご相談ください。



膠原病内科 医員

いわくら のぶあき  
**岩倉 伸昂**

未熟な〇で、なかなか呑気ですが  
よろしくお願ひします。



脳神経内科 医員

いまなか しょうへい  
**今中 翔平**

分からないことがあれば  
悩まず気軽に聞いてください。



整形外科 医員

しまたに あきよし  
**嶋谷 彰芳**

一般整形外科 骨軟部腫瘍担当の  
嶋谷です。「できもの」のお悩みは  
ぜひご相談ください。



産婦人科 医員

まつやま たつや  
**松山 達也**

尽力いたします。



眼科 医員

つつみ りょうた  
**堤 亮太**

患者さんに寄り添った診療を  
心掛けて頑張ります。



脳神経内科 医員

まなべ たつお  
**眞部 建郎**

みなさまのお役に立てるよう  
精一杯頑張りたいと思います。



循環器内科 医員

さかい じゅん  
**坂井 淳**

丁寧かつ適切な医療を心掛けます。



耳鼻咽喉科/頭頸部外科 医員

すずき えいすけ  
**鈴木 英佑**

まだまだ若輩者ですが  
一緒に病気と向き合ひましょう。  
精進いたします。

一生懸命  
がんばります！

消化器内科  
内科専攻医2年目  
ふじい みさと  
**藤井 美聡**

- |  |   |  |   |   |   |  |   |   |  |  |  |
|--|---|--|---|---|---|--|---|---|--|--|--|
| 消化器内科<br>内科専攻医2年目<br>ふじもと はるか<br><b>藤本 悠</b> | 消化器内科<br>内科専攻医3年目<br>ましもと ひろき<br><b>岸本 弘基</b> | 消化器内科<br>内科専攻医2年目<br>いけだ てつや<br><b>池田 哲也</b> | 消化器内科<br>内科専攻医1年目<br>やまなか たいき<br><b>山中 大樹</b> | 脳神経内科<br>内科専攻医1年目<br>たけしま りゅうさく<br><b>竹島 隆朔</b> | 整形外科<br>3年目専攻医<br>たちばな たくや<br><b>橋 拓也</b>   | 整形外科<br>1年目専攻医<br>とよしま そういちろう<br><b>豊島 宗一郎</b> | 血液内科<br>内科専攻医1年目<br>たなか せいだい<br><b>田中 静大</b>  | 循環器内科<br>内科専攻医2年目<br>やまもとの のぶあき<br><b>山本 将彰</b> | 循環器内科<br>内科専攻医1年目<br>ましま あきら<br><b>間島 映</b>      | 呼吸器外科<br>1年目専攻医<br>こが かのるこ<br><b>古賀 薫子</b>       | 泌尿器科<br>2年目専攻医<br>さくらい だいすけ<br><b>櫻井 太佑</b>  |
| 外科<br>専攻医2年目<br>やまだ ゆうと<br><b>山田 悠人</b>      | 外科<br>専攻医1年目<br>にしい ちりと<br><b>西井 盛人</b>       | 産婦人科<br>専攻医2年目<br>もりもと ゆみこ<br><b>森本 裕美子</b>  | 脳神経外科<br>1年目専攻医<br>あかもと りがこ<br><b>岡本 理香子</b>  | 整形外科<br>1年目専攻医<br>きたむら ともや<br><b>北村 知也</b>      | 循環器内科<br>内科専攻医3年目<br>そん うひょう<br><b>宋 優亨</b> | 循環器内科<br>内科専攻医1年目<br>にしむら なおき<br><b>西村 直緒己</b> | 消化器内科<br>内科専攻医1年目<br>かひりく よしき<br><b>海陸 吉貴</b> | 膠原病内科<br>内科専攻医1年目<br>やすば はるか<br><b>安場 遥香</b>    | 糖尿病内分泌内科<br>内科専攻医3年目<br>たかす ゆういち<br><b>高須 悠一</b> | 糖尿病内分泌内科<br>内科専攻医1年目<br>やま しょうだい<br><b>矢間 翔大</b> | 呼吸器内科<br>内科専攻医1年目<br>ながさき みか<br><b>長崎 美華</b> |

# これって？ なあに？

No.7

## 「クリニカルパス」

今回は「クリニカルパス」についてお話させていただきます。

「クリニカルパス」といわれてもあまりぴんとこないと思いますが、患者の皆さんが特別意識しないところで使われている、非常に重要なツールです。簡単にいえば、医療（主として入院の医療）の工程を時系列に表し、目標を明示し、各職種がすべき仕事を整理して表にした標準診療計画書です。

標準診療  
計画書



### ！ クリニカルパスとは？

例えば皆さんが飛行機を使って旅行するとき、手続きをして搭乗すると飛行機は離陸して目的地まで飛んで着陸します。この安全を担保するのは優秀なパイロットだけでしょうか？ 実際には細かい運行方針、チェック項目、運用方法などが定められていて、全てシステム化されていることが想像

できると思います。

医療のプロセスも同じです。たくさん医療職が関わって皆さんの入院の医療が行われています。それぞれがその場の思いつきで行なっているわけではありません。予定手術のように病気が分かっている、どんな手術をするかが決まっていれば、無事



手術を行い合併症なく退院できるように

するために、各職種がいつ何をすべきか、どうすれば一番いいかが決まっています。それをあらかじめ準備しておいたものが、「クリニカルパス」になります。

クリニカルパスにはいろいろな側面があります。まず、入院される患者さんにとっては、いつどういう検査や処置、手術をするのか、したらどうなるのか、いつごろ退院できるのかなど、ある程度の予定を計画書として手にすることが出来ます。もちろん、病気によってどこまで決まっているかはさまざまです。入院してまず受ける検査が決まっている、何日目に手術して、何日目に退院できるかまで決まっている病気もあります。退院できるのをごだいたい何日目としかいえない病気もあります。内科系の病気では、治療して何日目に治るかとか予測できる病気のほうが少ないので、大雑把なことしか言えませんが、それでも、それぞれの病気についての診療計画を知ることができるのは患者さんにとって有用と考えます。なお、病気によってはクリニカルパスを用いない場合もあります。入院して調べてみないと何の病気が分からない場合とか、重症の病気で先の予測が立てにくい場合などです。当院の場合、入院

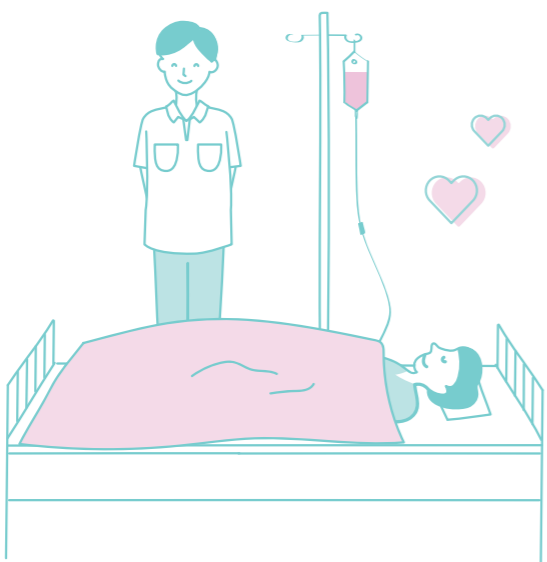
患者さんの半数以上でクリニカルパスを用いています。厳密にクリニカルパスを用いない場合でも、それに準じた医療が行われています。

また、クリニカルパスには、「医療の標準化・統一化」という側面もあります。ちなみに、「標準」とは、その時点で最適と考えられる医療のことです。同じ病気の場合、同じ標準的医療が行われなければいけません。主治医によってまちまちの医療、特殊な医療が行われては、それに対応する他の職種が困ってしまいます。ミスにもつながりかねません。クリニカルパスとして標準的医療を構築しておけば、常に標準的医療が担保されます。やるべきことを統一化しておけば、ミスも起きにくくなるし、いろいろなことに気付き、もっといい医療に改良していくことも容易になります。「医療の質向上」につながるやすいツールです。また、「医療の標準化」をしておけば、標準とは違う、それぞれの患者さん特有の問題もみえてきて、「個

別化医療」の側面もはつきりします。

結局のところ、クリニカルパスを用いることで、患者さんに標準的な医療を行うことができ、医療の質や安全性が担保され、さらにはそれが改善されていくこととなります。その思想は、クリニカルパスを使わない患者さんの医療にもつながっていく、病院全体の医療の質向上に寄与していきます。

クリニカルパスにはいろいろな側面があります。まず、入院される患者さんにとっては、いつどういう検査や処置、手術をするのか、したらどうなるのか、いつごろ退院できるのかなど、ある程度の予定を計画書として手にすることが出来ます。もちろん、病気によってどこまで決まっているかはさまざまです。入院してまず受ける検査が決まっている、何日目に手術して、何日目に退院できるかまで決まっている病気もあります。退院できるのをごだいたい何日目としかいえない病気もあります。内科系の病気では、治療して何日目に治るかとか予測できる病気のほうが少ないので、大雑把なことしか言えませんが、それでも、それぞれの病気についての診療計画を知ることができるのは患者さんにとって有用と考えます。なお、病気によってはクリニカルパスを用いない場合もあります。入院して調べてみないと何の病気が分からない場合とか、重症の病気で先の予測が立てにくい場合などです。当院の場合、入院



クリニカルパス委員会 委員長  
呼吸器内科 上田 哲也

野菜不足が  
気になる方への  
おすすめレシピ

## 包丁不使用!! キャベツのアレンジレシピ

(お浸し、おなか和え、辛子マヨ和え)

調理時間:各5分 / エネルギー:約20kcal

Good!



### ヘルシー POINT



- 野菜に含まれる食物繊維は、急激な血糖値の上昇を抑える働きがあります。
- 野菜に含まれるカリウムは、ナトリウムの排泄を促進することで、高血圧の予防効果があります。
- 野菜料理は、低カロリーで食事のボリュームアップが期待できます。

※写真は「おなか和え」です。

血圧や血糖値が気になるけれど、「野菜って準備するのが大変」、「包丁なんて使ったことが無い」と思って

野菜料理が食べられていない方に、簡単レシピのご提案です。味付けを変えれば、アレンジも簡単です。

管理栄養士 松本 裕一郎

### 作り方

#### 基本の調理

- 1 キャベツ1玉から分量のキャベツを剥がして、流水で洗う。(コンビニやスーパーで購入できるカットキャベツを使用すると時間短縮になります)
- 2 ①をキッチンばさみで細かくカットする(目安は2mm)
- 3 ②のキャベツをお皿に入れ、ラップをかけ、電子レンジで1分30秒加熱する。
- 4 ③の粗熱を取る。

#### アレンジ調理

- 1 お浸し:基本の調理をしたキャベツに、醤油5ml(小さじ1)を和える。
- 2 おなか和え:基本の調理をしたキャベツに、醤油3ml(小さじ1/2)と鰹節1g(ひとつまみ)を和える。
- 3 辛子マヨ和え:基本の調理をしたキャベツに、醤油3ml(小さじ1/2)とマヨネーズ5g(小さじ1)、チューブ辛子1g(2cm程度)を和える。



#### 材料(1人前)

##### 基本の調理

キャベツ……………100g(キャベツ2-3枚)

##### アレンジ調理

〈お浸し〉濃口醤油……………5ml(小さじ1)

〈おなか和え〉

濃口醤油……………3ml(小さじ1/2)

鰹節……………1g(ひとつまみ)

〈辛子マヨ和え〉

濃口醤油……………3ml(小さじ1/2)

マヨネーズ……………5g(小さじ1)

チューブ辛子……………1g(2cm程度)

≡ 気をつけよう! ≡

コロナだけじゃない、呼吸器感染症

## 感染症対策



感染管理室 室長  
安井 良則

### RS ウイルス

昨年、RSウイルス感染症は4月以降、九州地方から患者報告数が増え始め、全国的な流行となりました。RSウイルス感染症は例年、冬期に流行がみられる感染症ですが、ここ数年は夏期に患者報告数の増加がみられています。昨年は、7月頃に流行のピークを迎えました。新型コロナウイルス感染症の流行の影響から今年は患者報告数はかなり減少していますが、5月以降再び流行していく可能性があるため、引き続き発生動向を注視していきたいところです。

#### 主な症状



RSウイルス感染症は、病原体であるRSウイルスによって起こる呼吸器感染症です。潜伏期間は2~8日、一般的には4~6日で発症します。発熱、鼻汁などの上気道炎症状が数日間続き、初感染の小児の20~30%では、その後、下気道症状が現れると言われています。感染が下気道、とくに細気管支に及んだ場合には特徴的な病型である細気管支炎となります。多くの場合は軽い症状で済みますが、重い場合には咳がひどくなり、呼吸が苦しくなるなどの症状が出る場合があります。RSウイルス感染症は乳幼児に注意してほしい感染症で、特に1歳未満の乳児が感染すると重症化しやすいです。

#### 感染経路

RSウイルスに感染している人の咳やくしゃみ、または会話した際に飛び散るしぶきを浴びて吸い込むことにより、飛沫感染します。感染している人との直接の濃厚接触や、ウイルスがついている手指や物(ドアノブ、手すり、スイッチ、机、椅子、おもちゃ、コップなど)を触ったりまたはなめたりすることによる、間接的な接触感染でも感染します。

#### 予防方法

RSウイルス感染症には特效薬はなく、治療は症状を和らげる対症療法になります。RSウイルス感染症のワクチンはまだ実用化されていません。予防方法としては手洗い、うがい、咳エチケットなどが有効です。咳などの呼吸器症状がある場合は、飛沫感染の対策としてマスクを着用して子どもに接することが大切です。接触感染の対策としては、子どもたちが日常的に触れるおもちゃ、手すりなどはこまめにアルコールや塩素系の消毒剤などで消毒し、流水・石けんによる手洗いかまたはアルコール製剤による手指衛生の徹底が重要です。

### POINT



RSウイルス感染症と新型コロナウイルス感染症は「発熱」「咳」「鼻水」といった症状が似ており、見分けが付きにくいですが、乳幼児はRSウイルス感染症にかかる方が、重症化しやすい可能性があります。新型コロナウイルス感染症とRSウイルス感染症が同時に流行している地域では、お子さんの発熱や咳といった症状が続くときはためらわずに、かかりつけ医に相談し、受診することが大切です。

#### 速やかにかかりつけ医に相談する症状

- 息がゼイゼイと呼吸が苦しようになる。
- 咳で何回も夜中に起きる。
- 熱が下がっても症状が改善されない。
- 咳込んで嘔吐してしまう。
- 生後1カ月未満でも感染する可能性があり、無呼吸の原因になることがある。

※悪化するときには、発熱はあまり関係ありません。

## 濟生会中津病院からの

2

### レストラン「なでしこ」 4月4日 リニューアルオープン!!



はじめまして!4月4日より東棟4階レストラン「なでしこ」の運営を行います株式会社LEOC(レオック)です! ミシュラン2つ星を獲得している銀座おのでらをグループに持つ会社です。

このノウハウを生かし、洗練されたお食事をお届けします。

ご満足いただけるよう、従業員一同努めていきますので、ご来店を心よりお待ちしております!



濃厚デミのビーフハンバーグ

濃厚担々麺

野菜の旨味スパイスカレー

市場直送 日替わり鮮魚定食

3

### 大阪乳児院 里親支援機関「おむすび」 公式アカウント

子どもたちの健やかな育ちのために「施設」から「家庭の暮らし」へ。大阪府にある里親支援機関「おむすび」です。社会福祉法人恩賜財団済生会大阪府済生会支部 大阪乳児院が運営しています。



公式Facebookページ <https://www.facebook.com/omusubi.satooya/>

公式Instagram [https://www.instagram.com/omusubi\\_satooya/](https://www.instagram.com/omusubi_satooya/)

公式Twitter [https://twitter.com/omusubi\\_satooya](https://twitter.com/omusubi_satooya)

# お知らせ

1

### 総合健診センター・PETセンターのWEBサイトも リニューアルしました!



昨年12月に済生会中津病院のWEBサイトを全面リニューアルしましたが、総合健診センター・PETセンター各部署のWEBサイトも一新しました。

受診される皆さん、また受診をご検討の皆さんが、より検査の流れやポイントをイメージしていただきやすいように、ページ構成やデザインを工夫しています。安心安全に検査を受診いただけるよう皆さんをお迎えしたいというスタッフ一同のおもてなしの気持ちを込めて作成しており、具体的には、フロアや検査機器、受診の際のスタッフ対応イメージなどの写真を多く掲載するとともに、落ち着いた色調や丸みを帯びたデザインで安心感のある雰囲気をお心掛けています。

総合健診センターのWEBサイトでは、人間ドックや脳ドック、PET検診、乳がん検査といった済生会中津病院ならではの専門的な健診コースの詳細を紹介しており、人間ドックの予約空き枠状況が確認できるカレンダーも掲載しています。

PETセンターのWEBサイトでは、SIEMENS社製のPET/CT画像撮影装置での検査の様子をトップに大きく掲載し、どのような機器で検査を受けられるのかをひと目でイメージしていただきやすいようにしました。また、PET検査の仕組み、ご予約から検査までの流れ、検査前に飲んではいけない飲み物例の写真、インスリン等の糖尿病の方にご確認いただきたいお薬についての注意事項などの説明も掲載しました。

総合健診センター・PETセンターそれぞれに、いつでも送信いただけるお問い合わせフォームがございます。また、受診の皆さんからよくお問い合わせいただく質問も、「よくあるご質問」のページにて説明させていただいています。受診をご検討の際は、ぜひ、WEBサイトをご利用ください。