

医療センター ニュース

第28号

平成21年10月発行

三重県立総合医療センター

〒510-8561

四日市市大字日永5450-132

TEL (059) 345-2321 (代表)

<http://www.pref.mie.jp/SOGOHOS/HP/>

E-mail:sogohos@pref.mie.jp

編集:三重県立総合医療センター広報紙編集委員会



中庭・花壇の手入れを、ボランティア（若葉の会）の皆様にもお願いしています。



もくじ

新型インフルエンザについて、季節性との違い……………2	「がんサポート室」をご利用下さい……………5
抗インフルエンザ薬について……………3	食事で元気になる……………6
新型インフルエンザワクチン接種について……………3	外来診療医師担当表……………7
救命救急センターの紹介……………4	交通のご案内……………8

新型インフルエンザについて、季節性との違い

呼吸器科 医師 中原 博紀



中原医師

現在流行している新型インフルエンザは、ブタ由来インフルエンザA (H1N1)による感染症で、季節性インフルエンザと抗原性が大きく異なり、一般に免疫を獲得していないため、急速な蔓延により健康に重大な影響を与えるおそれがあります。

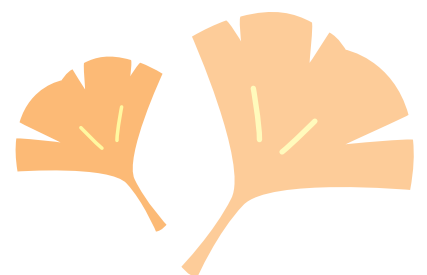
2009年4月にメキシコで発生が確認され、以降、全世界に伝播、我が国においても関西地区を中心とする局地的な流行から全国に拡大し、流行の第一波が始まっています。8月以降は基礎疾患を有する方の死亡例が見られ始め、若年層にも被害が出ています。

新型インフルエンザの症状は急性に発症する発熱に始まり、呼吸器症状(鼻汁・鼻つまり、のどいた、咳)を認め、通常季節性インフルエンザに少ない下痢や嘔吐もみられることがあります。症状からは季節性インフルエンザと区別はできません。ほとんどの方が軽症で回復していますが、発病当初は軽症であってもウィルス性肺炎、インフルエンザ脳症を併発し、急激に重症化することがあり注意が必要です。

治療は季節性インフルエンザと同様に抗インフルエンザ薬(タミフル、リレンザ)が有効です。新型インフルエンザに対して抗インフルエンザ薬の果たす役割は季節性インフルエンザで周知されている発熱期間の短縮ではなく、重症化を防ぎ入院や死亡を減らすことにあると考えられています。

従来の季節性インフルエンザは高齢者を中心として0.1%前後の致死率であるのに対して、新型インフルエンザは若年者が中心でありながら1%近い致死率を示しています。被害の大きい国では患者の多くが発症後1週間前後に初めて医療機関を受診しており、その前には治療を全く受けていないこと、重症例や死亡例の多くが発症後4~5日目に呼吸不全を呈していること、など診断と治療開始の遅れが見られます。一方、我が国ではほとんどが2~3日以内に医療機関を受診し、ほぼ全例で直ちに抗インフルエンザ薬による効果的な治療が行われており、患者数が増加しても致死率は極めて低いレベルにあります。つまり、早期受診、早期診断、早期治療開始が重要と考えられますので、インフルエンザ様症状を認めるときは、早期に医療機関を受診されることをお勧めします。

今後、新型および季節性インフルエンザの更なる蔓延が予想されますので、まずはインフルエンザにかからないように十分な休養、手洗い、うがい、外出時のマスク着用、ワクチン接種を行っていただき、不幸にもかかってしまった場合には早めに治療を受け、周りの人へうつさないようにすることも大切です。みなさま体調には十分注意してください。



抗インフルエンザ薬について

薬剤部

現在日本で使われている抗インフルエンザ薬には、タミフルとリレンザの2種類があります。タミフルはカプセルとドライシロップがあり、水またはぬるま湯と一緒に飲む薬ですが、リレンザは吸入薬で、専用の吸入器を用いて口腔内へ吸入します。



この2剤は両方とも、インフルエンザウイルスの増殖を抑えることによってインフルエンザの症状を軽くします。そのため症状が出てから48時間以内に投与を始めないと効果が少ないと言われています（体の中に入ったインフルエンザウイルスは、症状が出てから48～72時間後に最も数が多くなると言われています）。逆に言うとウイルスの数が少ないほど効果が大きくなりますから、お薬が出た時はできるだけ早く一回分を服用（使用）してください。

また、両剤とも異常行動などの精神神経症状があらわれるおそれがあるので、特に小児・未成年者については自宅で療養する場合、少なくとも服用後2日間は一人にならないよう注意をはらう必要があります。

最後にどんなお薬でもそうですが、医師の指示なしに自分の判断で服用（使用）するのを止めないで、気になる症状があれば処方された医師に相談してください。

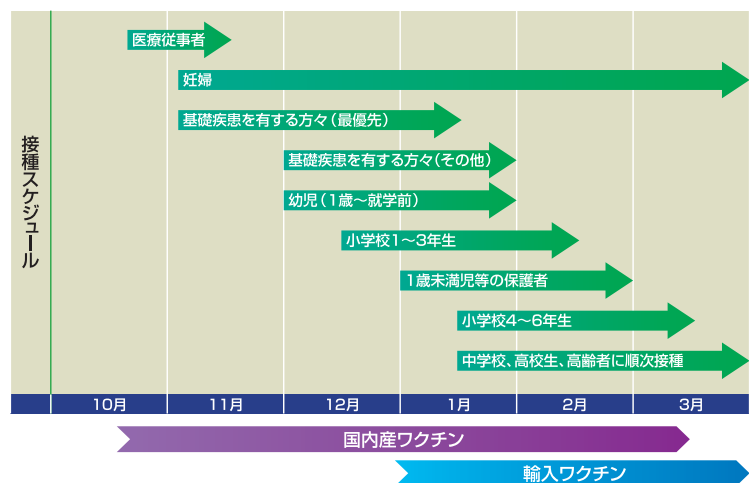
新型インフルエンザワクチン接種について

新型インフルエンザワクチンは、重症化等の防止に一定の効果が期待でき、特に基礎疾患がある人や妊婦さんは重症化する可能性が高いため優先的に接種できるようになっています。

当院での接種は、優先接種対象の基礎疾患がある方及び妊婦さんで**現在、当院において定期的に通院し治療を受けている方に限っています。**従いまして、**接種を希望される基礎疾患のないお子様や高齢者の方等につきましては、かかりつけの医療機関等でご相談願います。**

ワクチン接種できる医療機関や接種スケジュール等不明な点につきましては、保健所にお問い合わせください。

なお、ワクチンは万能薬ではなく、接種したからといってかからないわけではありません。また、接種後、腫れたり、熱が出るなどの症状がでるケースがありますが、あらかじめご理解をいただくようお願いします。季節性インフルエンザワクチンでは、通常2～3日で消失しますが、気になる症状や長引く場合は医師の診察を受けてください。



- ★上記以外の方々への接種については、上記の方々への接種状況をふまえ、対応していきます。
- ★「基礎疾患を有する方々（最優先）」とは、1歳から小学校3年生の方々と特に重症化のリスクが高い方々として、一定の基準に該当すると医師が判断した方々です。

●受診にあたってのお願い

当院では、二次・三次救急病院として、重症化し救急搬送される患者さんや入院治療が必要な方を優先して治療することになっています。それ以外の方につきましては、まずはお近くの診療所等を受診いただくようお願いいたします。

救命救急センターの紹介

救命救急センター 師長 松田 緑

救命救急センターは、救急外来と救命センターから構成される部門であり、3次救命施設として、救急患者への安全で質の高い救急医療を提供することを目的に設置されています。

救命センターの職員配置は、センター長1名、センター次長1名、看護師46名（師長1名・副師長3名含む）、介助士2名、クラーク1名が勤務し、ICU（集中強化治療室）4床・CCU（冠動脈疾



患集中強化治療室）3床、HCU（高度治療室）20床、隔離室1床、クリーンルーム（無菌室）2床を有し、重篤救急患者の救命医療を行うために各科の協力により、集中的かつ全身的な治療・看護を行っています。

救命センターに入院される患者さんは、入院期間も1～7日間という短期間で一般病棟へ移動となる場合がほとんどですが、患者さんが一日でも早く元気に回復されることを願い、みんなで一生懸命に治療・看護ケアに取り組んでいます。また、限られた面会時間の中で、ご家族が安心して患者さんへ関わられるよう配慮し、よりよい信頼関係が得られるよう努力しています。回復された患者さんが、一般病棟へ移動できることは、スタッフにとっても喜びであり、元気に退院されることはとても嬉しいことです。



救急外来は、24時間365日2次・3次救急患者の受け入れ体制をとっており、年間の救急車受入れ台数は約3



500台、救急入院患者数は約2400人になります。救急隊との連携を図りながら救急受入れ体制のシステム強化や、チーム医療の充実を目指した救急スタッフの育成に努めています。

これからも、救命救急センターは患者・家族、職員、地域から信頼される安全で質の高い救急医療・看護を提供できるように頑張ります。

当院では、患者さんご家族が気軽に立ち寄り、集うことのできる「がんサポート室」を開設しております。「〇〇がんについて調べたいな」「腫瘍マーカーって何だろう?」「医療者と上手にコミュニケーションをとるには?」「家族としてどう関わればいいだろう?」など、がんをめぐるさまざまな気がかり、疑問、不安が生まれることは当然のことです。がんサポート室では、患者さんご家族に情報を有効に活用していただき、よりよい療養生活を過ごしていただきたいと考えています。がんサポート室の情報コーナーでは、がんに関する各種パンフレットを用意し、図書の閲覧やインターネットによる検索も可能です。個別のがん相談をご希望の場合はがん相談窓口へおつなぎします。その他、患者さんやご家族が日頃困っていること、悩んでいることを話し合い、がんと上手に付き合いながら生活するためのおしゃべり会(患者サロン)を開催しています。週2回緩和ケア外来の診療(完全予約制)も行っております。当院における緩和ケア外来の取り組みはテレビで放映されました(写真)。院内の方々にご利用いただけますので、どうぞお気軽にお立ち寄り下さい。



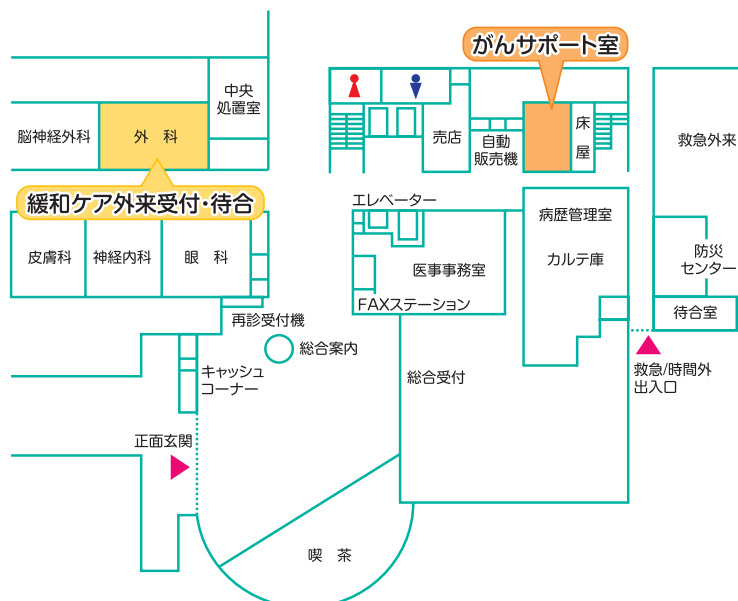
《がんサポート室の利用について》

利用時間 平日の9時～17時(月・木曜日午後の緩和ケア外来の診療時間を除く)

場 所 1階緩和ケア外来室(自動販売機コーナー横)

問い合わせ 外来看護師 牧野

なお、緊急の都合によりご利用いただけない場合もありますのでご了承下さい。



食事で元気になる 27

～ビタミンB₂～

栄養グループ

【体内での働き】

●糖質・脂質・たんぱく質の代謝をサポート

ビタミンB₂は糖質、脂質、たんぱく質の代謝に関わります。とくに脂質がエネルギーに変わるときに重要な役割を果たしています。食物から吸収した脂質は、活動に必要な分だけ燃焼し、余ると脂肪として細胞に蓄えられます。ビタミンB₂が不足すると脂質が燃焼しにくく、蓄積されやすくなるので太りやすくなります。

●体の成長をサポート

たんぱく質の合成に関与し、皮膚や髪など体の成長をサポートしています。そのため「発育のビタミン」とも呼ばれています。

●過酸化脂質を消去する

体内で脂肪が酸化されてできる過酸化脂質は、動脈硬化を進めたり、老化を進めたりする有害な物質です。ビタミンB₂は、できた過酸化脂質を分解して消します。

【不足すると】

口内炎や口角炎などの症状がみられたり、肌荒れや髪の毛のトラブル、眼精疲労などの目の症状が現れることがあります。また、成長期の子どもの場合、慢性的な不足によって成長障害を起こすことがあります。

【とりすぎると】

必要を上回る量を摂取すれば排泄されるため、過剰の心配はありません。

【1日にどのくらいとればいいのか?】

	18～49歳	50～69歳	70歳以上
男性	1.6mg	1.4mg	1.1mg
女性	1.2mg	1.2mg	0.9mg

※「日本人の食事摂取基準2005年版」より抜粋

【ビタミンB₂の多い食べ物】

●豚レバー	1食分 (50g)	1.80mg
●牛レバー	1食分 (50g)	1.50mg
●ウナギ蒲焼き	1串 (100g)	0.74mg
●さわら	1切れ (80g)	0.28mg
●カレイ	1切れ (100g)	0.35mg
●牛乳	1本 (210g)	0.32mg
●納豆	1パック (50g)	0.28mg
●卵	1個 (60g)	0.26mg

<当院自慢の一品>

さわらのもと焼き



エネルギー	246kcal
たんぱく質	15g
脂質	20g
炭水化物	1g
ビタミンB ₂	0.27mg

【作り方】

材料(一人分)

さわら	70g	
塩	0.5g	
A	卵黄	2g
	サラダ油	10g
	塩	0.1g
にんじん	5g	
しいたけ	5g	
ピーマン	5g	
サラダ油	2g	
塩	0.1g	

- ① さわらは骨を取り、塩を振り、30分くらいおいておく。
- ② Aでもとを作る。ボールに卵黄を入れて泡だて器で混ぜ、サラダ油を少しずつ加えながらもったりするまで混ぜ、塩を加える。
- ③ にんじん、しいたけ、ピーマンはそれぞれみじん切りにし、油で炒め、塩で調味し、冷ます。
- ④ ①魚は水気をふき、上火の魚焼きで皮側から焼き、裏返して焼き上げる。

⑤ ②に③を入れて混ぜ、④の魚に塗り、薄く焦げ目がつく程度に焼く。

●栄養グループでは、予約制で月曜～金曜日まで外来栄養相談を行っています。

外来診療医師担当表

- ★皮膚科は、平成21年9月1日から平成22年3月31日まで休診です。
- ★都合により変更することがありますので、最新の担当表をホームページかお電話でご確認下さい。

平成21年10月30日(金)現在

		月		火		水		木		金		
一般内科	初診	1診	都丸			1診	藤原(研)	1診	爲田	1診	前田	
消化器科	再診	2診	伊藤(圭)	2診	高瀬	2診	野尻	2診	伊藤(圭)	2診	大矢	
消化器科	初診	3診	森谷/大矢	3診	伊藤(圭)	3診	大矢	3診	高瀬	3診	森谷	
消化器科	再診			5診	森谷	5診	伊藤(信)					
呼吸器科	再診							5診	藤原			
呼吸器科	初診	6診	吉田	6診	担当医	6診	油田	6診	中原	6診	大西	
呼吸器科	再診	7診	中原			7診	大西	7診	吉田	7診	油田	
循環器科	初診	8診	熊谷	8診	山中	8診	牧野	8診	櫻井	8診	森木	
循環器科	再診	9診	櫻井	9診	熊谷	9診	森木	9診	牧野	9診	山中	
※月曜日3診は1, 3, 5週が森谷、2, 4週が山口 ※火曜日6診は大西→中原→油田が輪番で担当												
外科	1診	登内		1診	木下	1診	池田	1診	登内	1診	小西	
	14:00~16:00 予約診	緩和外来						午後予約診	緩和外来			
	2診	伊藤				2診	尾嶋	2診	小西	2診	渡部	
	3診	木下				3診	重盛	3診	重盛			
	14:00~ 予約診	乳腺外来	14:00~ 予約診	乳腺 化学療法	14:00~ 予約診	乳腺外来						
心臓血管外科/呼吸器外科				1診	天白	1診	近藤			1診	井上	
脳神経外科	1診	岡田	1診	岡田	1診	岡田	1診	岡田	1診	岡田	1診	亀井
	2診	亀井	2診	藤本							午後 予約制	脊椎 髄外来
神経内科	初診 午前のみ	鈴木	予約診	鈴木	9:00~ 12:00 予約制	ものわずれ 外来	予約診	鈴木	予約診	鈴木	予約診	古田
			初診	古田				初診	古田	初診	鈴木	
小児科	1診	杉山	1診	西森	予約	太田	1診	太田	1診	杉山		
	2診	山城	2診	内園	予約	杉山	2診	足立	2診	小川		
	紹介/予約	小川	紹介/予約	太田	紹介/予約	足立/小川	紹介/予約	杉山	紹介/予約	西森		
産婦人科	1診	谷口	1診	田中	1診	吉田	1診	朝倉	1診	小林		
	2診	吉田	2診	小林	2診	谷口	2診	担当医	2診	朝倉		
	3診	午後 担当医	3診	朝倉	3診	田中			3診	谷口		
				たんぼぼ								
整形外科	紹介診	松本	膝関節外来 再診予約のみ (午前)	北尾	紹介診	北尾	紹介診	森本	紹介診	松本		
	2診	岡村	2診	岡村	2診	加藤	2診	加藤	2診	森本		
	予約診	森本	予約診	担当医	予約診	岡村	予約診	担当医	予約診	担当医		
泌尿器科	1診	金井			1診	松浦	1診	栃木	1診	松浦		
	予約診	松浦			予約診	金井	予約診	金井	予約診	金井		
耳鼻いんこう科	1診	有馬			1診	有馬	1診	有馬	1診	有馬		
精神科	1診	山下	1診	山下	1診	山下	1診	山下	1診	山下		
放射線科	1診	豊田					1診	豊田				

交通のご案内

三重交通バス

近鉄四日市駅より 約25分

近鉄塩浜駅より 約20分

近鉄内部線

泊駅より 徒歩15分



総合医療センター

バス時刻表

医療センター発

平日		6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
行き先	経由														
近鉄四日市	泊 山		0	35	35	35	35	35	35	35	35	35	35	35	30
磯 津	塩浜駅前				6	6	6	6		6	6	6	6	17	
塩浜駅前			56												
高花平					3	55		55		55		55			

土・日・祝日		6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
行き先	経由														
近鉄四日市	泊 山		43	35	35	35	35	35	35	35	35	35	35	35	30
磯 津	塩浜駅前				6	6	6	6		6	6	6	6		
高花平					3	55		55		55		55			

塩浜駅前発

平日		6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
行き先	経由														
医療センター				0	42		42				42		42		
高花平	医療センター			50		42		42		42		42			

土・日・祝日		6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
行き先	経由														
医療センター					42		42				42				
高花平	医療センター			50		42		42		42		42			

近鉄四日市発

平日		6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
行き先	経由														
医療センター・泊山	白髭神社			15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
医療センター			35												

土・日・祝日		6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
行き先	経由														
医療センター・泊山	白髭神社			15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15

●基本理念●

- 救命救急、高度、特殊医療等を提供することにより、県の医療水準の向上に貢献します。
- 安全・安心で互いにささえあう社会の実現に向けて医療面から貢献します。

●基本方針●

- 1 患者の皆様の権利を尊重し、信頼と満足の得られるチーム医療を提供します。
- 2 県の基幹病院として医療水準の向上に努め、安全で質の高い医療を提供します。
- 3 県内医療機関との連携を強化し、地域医療の充実に努めます。
- 4 職場環境を改善し、職員のモチベーションの向上に努めます。
- 5 公共性と経済性に配慮した健全な経営を行います。

外来診療及び面会のご案内

診療受付時間 午前8時30分～午前11時30分
 休診日 土・日曜日祝祭日 及び
 年末年始(12/29～1/3)
 面会時間 午前6時～午後9時(通年)
 状況によりお断りする場合があります。