

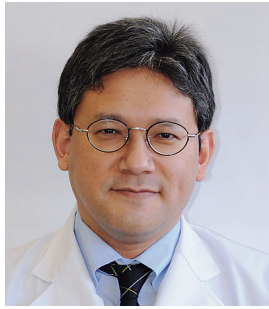


# 福島医大病院ニュースレター

編集・発行/附属病院患者サービス向上委員会

〒960-1295 福島市光が丘1番地 / TEL (024) 547-1111 ホームページ <http://www.fmu.ac.jp/byoin/index.php>

## リウマチ・膠原病内科のご紹介



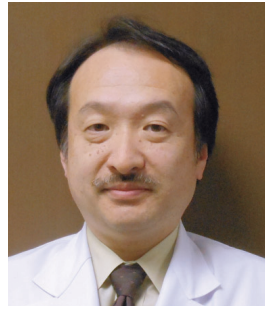
リウマチ・膠原病内科部長

渡辺 浩志

リウマチ・膠原病内科では、関節リウマチをはじめとする膠原病疾患を専門としており、主な対象疾患として、関節リウマチ・全身性エリテマトーデス・強皮症・多発性筋炎/皮膚筋炎・

血管炎症候群・ベーチェット病などがあります。一般的に、膠原病という病気は、あまり耳慣れない方が多いと思います。それでは、膠原病とはどのような病気なのでしょう？ 人体は、免疫というシステムにより、病原体から守られています。本来は病原体に対しておこる免疫反応が、自己に対しておこることにより発症する疾患を、自己免疫疾患といいます。その中でも、全身の種々の臓器に病変がおこるのが膠原病です。膠原病の多くは、関節リウマチをはじめとして、関節・筋に関連した症状を起こすことが多く、リウマチ性疾患とも呼ばれます。リウマチ性疾患は、複数の臓器に病変を起こすことが多く、臓器別ではなく総合的な診療を行う必要があります。私たちは、関連する科と協力しながら、最新の知見に基づいた診療を行っています。

## 耳鼻咽喉科・頭頸部外科



部長

大森 孝一

みなさんは耳鼻咽喉科がどのような医療を行っているかご存知でしょうか。一般的には耳や鼻をみるというイメージをお持ちの方が多くいます。

ところが実際、私たちの病院の耳鼻咽喉科・頭頸部外科では、耳、鼻、口、のど、くび、顔面など、くびから上で脳と目以外の幅広い領域（頭頸部といいます）の病気を扱っており、手術を中心に高度な医療を提供しています。耳や鼻の病気の外科治療、高度難聴への人工内耳、のどやくびなど頭頸部がんの集学的治療、声の障害や飲み込み（嚥下）の障害の外科治療とリハビリテーション、気道狭窄症の外科治療に力を入れています。

研究面では、気道の再生医学研究を進めており、その成果はアメリカ気管食道科学会・アメリカ喉頭科学会の学会賞を受けました。また、小児難聴スクリーニングや先天性サイトメガロウイルス感染による聴覚障害の研究も精力的に行っています。

聴覚、嗅覚、味覚など感覚器の機能、発声や嚥下の機能は、人間が良質な生活を送るために必須のものです。高齢化社会を迎えるにあたり、感覚器障害や頭頸部がんが増加するものと予想されます。きこえが悪くなった、においがわからない、声がかすれる、飲み込みにくい、くびにできものができた、などの症状があれば、一度、当科を受診してください。各領域の専門家がいますので、お困りのことをご相談ください。

第16号のなかみ

- 2ページ……○「パンダハウス」チャリティーバザー開催  
○肝疾患相談センター・エイズ専門カウンセリングについて  
○病気のみめ知識
- 3ページ……○「さくらカウンター」の設置について  
○リレー通信「震災と医大」  
○禁煙のご協力について
- 4ページ……○共同待合室のご案内  
○栄養士からのアドバイス

### 病衣・付添寝具

清潔と快適をクリエイトする。

# DOJINSHA

【ご利用・お問合わせ先】

株式会社 同仁社  
医大リネン室

電話 024-547-1111  
内線 3081

マチのほっとステーション

# LAWSON

ローソン福島県立医科大学附属病院店（エレベーターホール隣）  
ローソン福島県立医科大学店（福利厚生棟内）

## 「パンダハウス」チャリティーバザーが開催されました

12月6日・7日の2日間、病院玄関ホールにおいて「NPO法人パンダハウスを育てる会」によるチャリティーバザーが開催されました。バッグや小物、アクセサリなど会員による手作りの品々が展示されました。おかげさまで、たくさんの方にご来場いただき、大変盛況のうちに終了いたしました。

「パンダハウス」は医大病院の小児科に入院中の患者さんとその



ご家族に“もうひとつのわが家”としてご利用いただけるようにと福島市蓬萊町に設立された宿泊施設です。現在では小児科に限らず、医大病院に入院・通院中の患者さんとそのご家族に外泊や休息のため広くご利用いただいております。

「パンダハウス」は会員会費、今回実施されたバザー収益、一般の方からの募金、ボランティア・スタッフによるサポートにより運営されております。今後とも、パンダハウスへのご理解をいただきますようお願いいたします。

(なお、次回のチャリティーバザーは平成24年8月頃を予定していますので、是非お立ち寄りください。)

NPO法人パンダハウスを育てる会事務局 548-3711

## 肝疾患相談センター・エイズ専門カウンセリングについて

当院は9月5日より肝疾患相談センターを消化器内科外来内に開設しました。

肝炎の治療法としては、インターフェロンや核酸アナログ製剤などの抗ウイルス療法があり、多くの患者さんがウイルス性肝炎を克服されております。

しかし、肝臓病では病初期に自覚症状が現れにくいためか、進行がんや肝不全の状態ですべて初めて医療機関を受診される患者さんも少なくありません。

また、テレビ、ラジオ、インターネット等からの肝疾患に関する情報はたくさん発信されておりますが、情報を整理しきれず不安や悩みを持っておられる患者さんも多いと思われます。

肝疾患でお悩みの方々に肝疾患相談センターが少しでもお役に立てる事を期待しております。

### 福島県肝疾患相談センター

福島医大消化器内科外来内

相談方法：電話（専用ダイヤル）、面談（要事前予約）による相談

受付時間：週2回（月・水曜日）14時～17時

専用ダイヤル：024-547-1414（相談員：保健師）

また、当院は9月5日からエイズ専門カウンセリングを開始しました。

HIV感染症は発見当初、治療法がない不治の病でしたが、抗HIV薬による多剤併用療法の登場で、現在では早期に発見すればエイズを発症することなく普通の社会生活ができるようになりました。

それに伴い患者さんに対する精神的なケアがより一層重要になってきました。そこで当院では、専門の臨床心理士をカウンセラーとして配したエイズ専門カウンセリングを開始しました。

希望者はまず電話でカウンセリングの必要性についての簡単なチェックを受けていただいた上で、カウンセラーと面談によるカウンセリングが行われます。詳しくは当院のホームページでご確認下さい。

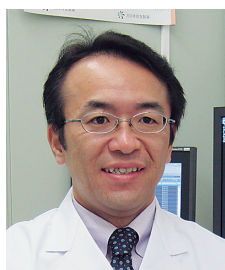
エイズカウンセリング受付ダイヤル

024-547-1215（平日9時～17時）

<http://www.fmu.ac.jp/byoin/30aids/index.html>

### 病気のまめ知識

## 乳がん検診について正しく知ろう



乳腺内分泌甲状腺外科

副部長 大竹 徹

乳がんは乳房の中でがんが大きくなりしこりをつくる病気です。毎年5万人以上の女性が乳がんになり、1万人以上の女性が乳がんによって亡くなっています。乳がんの罹患（りかん）率は30歳代半ばから急激に増え始め、働き盛りの50歳前後にピークになるのが日本の特徴です。

日本では2000年にがん検診指針が改正され、2004年には40歳以上すべての女性に対してマンモグラフィ検診が行われるようになりました。マンモグラフィは、しこりになった乳がんはもちろん、しこりになる前の小さな乳がんを見つけることができる有効な検査法です。マンモグラフィ検診の先進国である欧米では1980年代後半より20～30%の乳

がん死亡率低下がみられていますが、依然として日本の乳がん死亡率は増加の一途をたどっています。マンモグラフィ検診の普及の遅れなどから早期乳がんの頻度が低いことが原因と考えられますが、住民検診を含めた各種乳がん検診の受診率は20～30%と推定され、有効な乳がん検診普及への道のりはまだ遠いようです。

女性に多い乳がんには負けないためには以下の3つのことが重要です。①自己検診をしましょう（乳がんは自分で発見できる可能性のあるがんです）。②40歳を越えたらマンモグラフィと触診の乳がん検診を受けましょう（受診率の向上が重要です）。③ごく初期の乳がんも正確に診断できる乳腺の専門医を受診しましょう（乳がんは早期発見で治せる病気です）。

乳がん検診を知らないひとは乳がんになってもわからないひと。だから乳がん検診を受けることから始めましょう。



## 「さくらカウンター」の設置について

当院では、平成23年5月より総合案内に「さくらカウンター」を設置し、何科を受診してよいかわからない患者さんに、プライバシーに配慮しながら受診相談を行っています。予約を取らずに来院された場合に、看護師が患者さんの症状からどの診療科が適切かを判断し、患者さんに総合受付で受診予約をしていただいております。

なお、当院は高度かつ専門的な医療を行う特定機能病院の使命として、外来診療は、地域の診療所、病院からのご紹介による事前予約を原則としており、患者さんの待ち時間対策として事前予約制を導入している診療科につきましては、看護師が外来へ予約状況を確認して患者さんの受診予約をしております。

しかしながら、予約状況により当日の予約枠がないこともあり、受診が翌日以降となってしまうことがあります。

希望日に確実に受診していただくため、かかりつけ

の診療所または病院より当院に紹介をいただき、地域連携担当（電話024-547-1074）に連絡して、予め診察日時の予約をお取りいただくようお願いします。

詳しくは、総合受付または医療連携・相談室にお気軽にお尋ねください。



## リレー通信

### 震災と医大



#### けやきの会 五十嵐 徹

初めまして。3月11日当時、浪江町に住んでいました。原発事故で避難を余儀なくされ、川俣町南小学校の体育館、次に2次避難で川俣町小島ふるさと交流館の体育館に移動し7月下旬まで生活していました。

その間、医大で神経に生きる腫瘍（神経しゃしゅ）がみつかり、最終的に医大ではなく、須賀川にある公立岩瀬病院に入院し腫瘍摘出手術を行いました。良性だったこともあり10日間あまりで退院できました。それがきっかけで「けやきの会」を知り、現在お世話になっています。避難所の体育館で生活しているよりも外に出てボランティアに参加し、活動できたことがとてもよかったと思っています。

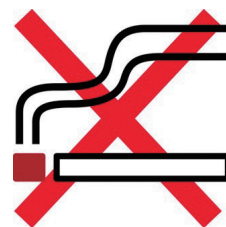
現在は、福島市の借り上げアパートで家族とともに暮らしています。また、仕事も飯野町のNPO法人青いそらが運営する「ヘルパーステーションおはよう」でパートのヘルパーとして働かせていただいております。

震災の大津波により友人を亡くしました。今後、いつどこで何が起こるかわかりませんが、一日一日を大切に感謝して生きていきたいと思っています。

一期一会、人間万事塞翁之馬、ありがとうございます。

## 禁煙のご協力について ～禁煙デー始めました～

福島医大附属病院では、平成17年5月から敷地内全面禁煙を実施しております。



喫煙は喫煙者本人ばかりでなく、喫煙者の周りの人々にも受動喫煙により、健康に対して悪影響を及ぼします。患者さんをはじめ、付き添いの方々、面会に来られた方々など病院にお越しの皆様健康を守るため、病院敷地内及び病院建物内の禁煙にご協力いただきますようお願い申し上げます。

また、毎月5の付く日（5日、15日、25日）を禁煙デーとし、病院敷地外も含めて喫煙を禁止することといたしました。すべての皆様健康を守る取り組みとして、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

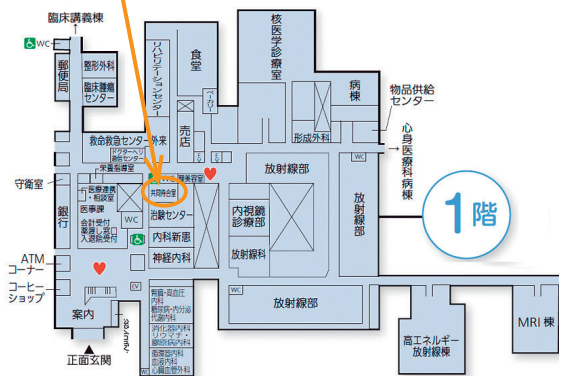
## 共同待合室のご案内

1階の共同待合室には、テレビやソファー、リクライニングチェア、無料のマッサージチェアをご用意しております。また、授乳室がありますので、お気軽にご利用ください。

なお、1階にはその他コンビニエンスストアやコーヒーショップ、食堂などございますので、どうぞご利用ください。



共同待合室は、24時間利用できます。



### ●その他施設のご案内 (H23.11.1 現在)

- ローソン(売店) 24時間営業
- ローソンパーカリー 平日 8:00~18:30  
土日祝 9:30~16:30
- スターバックスコーヒー 平日 7:00~20:00  
土日祝 9:00~19:00
- 食堂 平日 8:00~9:30、11:00~20:00  
土日祝 8:30~9:30、11:00~14:00、  
15:00~18:00

## 免疫力アップで風邪予防

医事課栄養管理係 **齊藤 由佳**

寒い冬、風邪やインフルエンザが流行する季節となりました。風邪をひきにくい体を作るためにも、毎日の食事で十分な栄養をとって免疫力を高めましょう。

そのために大事なポイントは、いろいろな素材をまんべんなく取り入れること、温かいものを食べて体を冷やさないようにすること、水分をたくさん取ることです。

そこで、メニューの一品に具だくさんの汁物をプラスするのはいかがでしょうか。

具材には、ウイルスから体を守ってくれるビタミンが豊富な野菜。たんぱく質を含む肉や魚介、大豆製品。食物繊維が豊富ないも類やきのこ類。にんにくやしょうがは体を温めてくれます。ぜひお試しください。

### 【具だくさん簡単トマトスープ(2人分)】

- 【材 料】 ソーセージ…3本、じゃがいも…1個、玉ねぎ…1/2個、しめじ…1パック、にんにく…1/2かけ、生姜…1/2かけ、オリーブ油…大さじ1/2、塩・こしょう…少々  
(スープ) 水…1/2カップ、トマトジュース(有塩)…200cc、固形コンソメ…1/2個

### 【作り方】

- ①しめじは石づきを切り落としほぐす。玉ねぎは縦に切り薄切り。じゃがいもは皮をむき1cm角、ソーセージは2cm幅に切る。にんにく、しょうがはみじん切り。
- ②鍋にオリーブ油、にんにくを入れて弱火で炒める。香りがたったら、玉ねぎ、しょうがを加えて1分くらい炒める。
- ③じゃがいも、ソーセージ、しめじを加えて2分くらい炒める。
- ④スープの材料を加えて、煮立ったら弱火にしてアクを取り6分ほど煮る。塩、こしょうを加えて味を調える。



すべてを地域のために  
**東邦銀行**

ご利用・お問い合わせは **福島医大病院支店**

窓口営業時間：平日午前9時から午後3時

電話 024-548-5331 (受付時間:平日午前9時から午後5時)

### スターバックスコーヒー福島県立医科大学附属病院店

営業時間 平日 7時~20時  
土日祝 9時~19時

アメリカ シアトル生まれのスペシャルティコーヒーストア。高品質のアラビカ種コーヒー豆から抽出したエスプレッソがベースのバラエティ豊かなエスプレッソドリンクやペストリー、サンドイッチをお楽しみいただけます。

