

きずな

基本理念

「信頼」と「貢献」

思いやりを持った医療を行い、皆様から信頼される病院を目指すことで地域社会に貢献することを基本理念といたします。

基本方針

- 患者中心の医療
患者様の権利を尊重し、患者様の視点に立った、患者様に優しい病院となるように努めます。
- 自治体病院としての役割
地域の中核病院として地域医療の確保と地域医療水準の向上を図り、質の高い医療の提供に努めます。
- 病院機能の充実・強化
医療設備の充実や療養環境などの改善により、病院機能の充実・強化を図り、適切な医療サービスの提供に努めます。
- 地域連携
地域の医療者・施設と連携を図り、地域住民の医療・保健・福祉・介護に貢献します。
- 職員の資質の向上
職員一同が相互に協力・連携を図り、医療の安全性と医療水準の向上に積極的に取り組み、日々研鑽に努めます。
- 働きやすい職場環境
病院職員が誇りをもち、やりがいをもって働き続けられる職場づくりに努めます。
- 健全経営
効率的な経営管理を行い、自立した健全経営に努めます。

写真は潜在看護師再就職講習会での
シュミレーターを使用しての静脈注射の練習

CONTENTS Aug 2014

02 スギ花粉症の 舌下免疫療法について

診療技術部

04 夏バテ予防する食事

看護部

05 潜在看護師再就業講習会／褥瘡勉強会の開催について 高齢者におけるフットケアの重要性－院内糖尿病外来を通して－

06 ワクチンで防げる病気(VPD)をご存知ですか？

08 新任医師紹介／土曜日におけるCT・MRI検査の受け入れ開始 ボランティア活動へのお礼

Vol.

20

スギ花粉症の 舌下免疫療法について

耳鼻咽喉科 船井 恒嘉

スギ花粉症はスギ花粉のアレルゲンによつて引き起こされます。アレルゲン免疫療法の効果発現メカニズムは十分に解明されていませんが、アレルゲンを少量から投与を開始し、少しずつ増やしていく、繰り返し投与を行うことにより、アレルギーが起きないように体を慣らすことで、アレルギー症状の発現が抑制される根本的な改善が期待される治療方法です。従来から行われてきた皮下免疫療法は、治療効果は高いのですが、頻回な通院が必要であり、さらに頻度が少ないながら重篤な副作用が発生するので、実施件数は減少していました。

今年に開始されるスギ花粉症の舌下免疫療法は、スギ花粉エキスを1日1回、舌下に滴下し、2分間保持した後、飲み込むという簡便な治療法です。皮下免疫療法に比べて、重篤な副作用の発現頻度が少なく、医師の指導の下に自宅での投与ができることから、今後広く普及するものと予想されています。そこで今回は、この治療法を受けようとして検討されている患者さんが参考にできるように、日本鼻科学会および日本アレルギー学会から発表された「スギ花粉症の舌下免疫療法の指針」とスギ花粉舌下液の薬剤添付文書を引用して解説します。

【適応】

(1) 12歳以上。(2) 皮膚反応テストまたは特異的IgE抗体検査(こちらが一般的です)により、スギ花粉症の診断が確定されている必要があります。スギ花粉の飛散期にアレルギー症状があるということだけでは診断の確定にはなりません。

【禁忌】

(1) 本剤の投与によりショックを起こしたことがある患者。(2) 重症の気管支喘息患者(本剤の投与により喘息発作を誘発するおそれがあります)。(3) 悪性腫瘍、または免疫系に影響を及ぼす全身性疾患(例えば自己免疫疾患、免疫複合体疾患、または免疫不全症等)。(免疫系に異常がある場合、本剤の有効性、安全性に影響を与えるおそれがあります。また本剤の投与によりこれらの疾患に影響を与えるおそれがあります)。

【重要な基本的注意】

(1) 本剤の投与により、アレルギー反応に基づく副作用、特にアナフィラキシー等の発現のおそれがあります。

(注) 薬剤性のアナフィラキシー反応とは、医薬品に対する急性の過敏反応により、医薬品投与後通常5〜30分以内で、死に至りうる全身の過敏反応で、特徴的徴候として、急速に悪化する致命的な気道、呼吸、循環の異常があり、通常は皮膚と粘膜変化を伴うものとされています。じん麻疹などの皮膚症状、消化器症状、呼吸困難などの呼吸器症状が、同時または引き続いて複数臓器に現れます。さらに、血圧低下が急激に起こり意識障害等を呈することをアナフィラキシーショックと呼び、危険な状態です。

(2) 本剤服用後30分、投与開始初期、スギ花粉飛散時期はアナフィラキシー等の発現に特に注意する必要があります。特に初回投与時は医師の監督のもと、投与後少なくとも30分間は安静を保たなければなりません。もし、アナフィラキシーが出現した時には、救急処置が必要になります。

(3) 本剤を服用する前後2時間程度は、激しい運動、アルコール摂取、入浴等を避けなければなりません(循環動態の亢進により、本剤の吸収が促進され、副作用が発現する

おそれがあるからです」。

(4) アナフィラキシー等が発現した場合の対処等を考慮し、家族のいる場所や日中の服用が望まれます。

(5) 気管支喘息患者には慎重に投与されなければなりません「本剤の投与により喘息発作を誘発するおそれがあるからです。医師と相談してください」。

(6) 急性感染症罹患時や体調が悪い場合は、本剤服用の可否について医師に相談してください「体調が悪いときには本剤の服用により副作用の発現のおそれがあります。特に喘息症状を発現するおそれがあります」。

(7) 本剤の投与開始初期(およそ1ヵ月)に副作用(主に口腔内の症状)が多く出現しますので、注意が必要です。

(8) 抜歯後等口腔内の術後または口腔内に傷や炎症等がある場合は、医師が口腔内の状態を観察して、本剤投与の可否を判断します「本剤の吸収に影響が出ることがあります。また傷や炎症部位へ刺激が与えられることもあります」。

(9) 症状の改善を認めても、直ちに本剤による治療を中止すると症状が再発する可能性があるため、本療

法の中止にあたっては、医師の判断が必要です。

(10) 非選択的β遮断薬服用の患者への注意

本剤が投与されたときに、本剤によるアレルギー反応が強くあらわれることがあります。また、本剤によるアレルギー反応の処置のためにアドレナリンを投与したとき、アドレナリンの効果が通常の用量では十分発現しないことがあります。

(11) 三環系抗うつ薬及びモノアミンオキシダーゼ阻害薬服用の患者への注意
本剤によるアレルギー反応の処置のためにアドレナリンを投与したとき、アドレナリンの効果が増強されることがあります。

(12) 全身性ステロイド薬投与の患者への注意

全身性ステロイド薬の投与により、免疫系が抑制されて本剤の効果が得られない可能性があります。

(13) 重症の心疾患、肺疾患及び高血圧症の患者への注意

本剤によるアレルギー反応の処置のためにアドレナリンを投与したとき、アドレナリンにより症状を悪化させるおそれがあります。

(14) 投与開始後、初回の花粉飛散時期

(第1シーズン目)終了時点で本剤投与による治療効果が得られなかった場合は、それ以降の本剤投与の継続を医師が判断します。

【注意事項】

● 高齢者への投与：一般に高齢者では免疫機能及びその他生理機能が低下しているため、本剤による十分な治療効果が得られない可能性や、副作用がより重篤となるおそれがあることから、65歳以上の高齢者に対する投与の可否は慎重に判断されます。

● 妊婦、産婦、授乳婦等への投与：妊娠中の投与に関する安全性は確立していませんので、妊婦または妊娠している可能性のある婦人には、治療上の有益性が危険性を上回ると判断される場合にのみ投与されます。授乳中の投与に関する安全性は確立していませんので、投与しないことが望ましいが、やむを得ず投与する場合には授乳を避けてください。

● 小児等への投与：12歳未満の小児等に対する安全性は確立していません。● 過量投与時：アナフィラキシーを起こすおそれがありますので、早期に認識しうる症状に注意し、適切な処置が必要になることがあります。

【湖西病院の方針について】

国内で行われた臨床試験の結果、舌下免疫療法では致死的な副作用の報告はなく、皮下免疫療法と比較すると、舌下免疫療法は安全性が高いと評価されました。投与37,493回中169回(0.04%)に全身反応が出現し、重症全身反応は投与11,610回中14回(0.014%)に出現しました。一方、局所反応の頻度は1,000回に0.6%の割合(0.6%)と報告されました。しかしながら、限られた条件下で実施された臨床試験から収集された情報は、実際の医療現場とは異なり、製造販売後に広範な患者に起こりえる副作用を予知するための情報として必ずしも十分とはいえません。従って市販後調査により、安全性の評価が確認されることが望まれます。湖西病院耳鼻咽喉科では、販売開始から2年間は、副作用の発現状況を把握するために、使用しないことになりました。その後、本剤の採用の可否を検討させていただくことになりました。



夏バテを予防する食事



最近の夏バテの特徴—自律神経失調型

冷房のなかった頃は、猛暑による体力の低下、食欲不振、また睡眠不足といったことが原因となって夏バテが起こっていましたが、最近の夏バテは今までの原因に加えて冷房の効いた室内と暑い室外を行き来することでその温度差にカラダがうまく対応しきれずカラダが混乱し、自律神経のバランスが崩れてしまいます。

自律神経のバランスの崩れは胃腸の機能を低下させ食欲低下を招きます。その結果、カラダに必要なエネルギーやビタミンの不足が起こりやすくなります。

疲労回復のクエン酸

- ビタミン、ミネラルが不足すると乳酸がたまります。乳酸はだるさ、疲れの元になります。
- 酢酸、クエン酸、リンゴ酸などが乳酸を分解してくれます。
- クエン酸を多く含む食品
梅干し、レモン、酢 など



利尿効果のある野菜

- 体内の余分な水分や熱をとります。
- 利尿効果のある野菜 きゅうり、トマト、苦瓜（ゴーヤ）など



エネルギー代謝をよくするビタミンB群

- ビタミンB群が不足すると体内に摂取された栄養をエネルギーに変えることができなくなります。（乳酸がたまる原因となる）
 - 砂糖のとり過ぎは糖質をエネルギーに変えるために必要なビタミンB1をたくさん消耗します。清涼飲料水やアイスクリームなど甘いもののとり過ぎでビタミンB1の無駄づかいをしないようにしましょう。
 - ビタミンB1を多く含む食品 豚肉、うなぎ、にら、ごま、枝豆、玄米 など
 - ビタミンB6を多く含む食品 レバー、赤身の魚、玄米 など
 - ビタミンB12を多く含む食品 レバー、貝類（あさり、かき、しじみ）、魚 など
- ※アリシン（ニンニク、にら、ねぎ、玉ねぎ）を含む食品と一緒に食べるとビタミンB1の吸収がよくなります。



自律神経を整える・ストレスをやわらげる。

- パントテン酸が自律神経を整えます。また、ビタミンCがストレスをやわらげてくれます。
- パントテン酸を多く含む食品 豚レバー、かつお、まぐろ、鶏肉 など
- ビタミンCを多く含む食品 トマト、枝豆、かぼちゃ、苦瓜（ゴーヤ）、モロヘイヤ など



最後に夏バテを予防する食事は少量でも良質のたんぱく質、ビタミン、ミネラルをバランスよく摂るのが大事です。

水分はコップ1杯のどが渴く前に少しずつ摂るようにしましょう。

食欲がない時は香辛料（生姜、わさび、こしょうなど）、香辛野菜（しそ、みょうが、ねぎなど）を食事に摂りいれると食欲増進効果があります。上手に利用しましょう。

潜在看護師再就業講習会

高齢患者の増加、医療の高度化に伴い、看護師不足がますます叫ばれるようになっていきます。資格を持ちながらも結婚・出産・子育てなど様々な理由で看護職を離れている「潜在看護師」が、全国に55万～65万人いると言われています。そのうち約8割の人は復帰の希望があるものの、休職している間に医療技術は進歩し、知識・技術についていけないなど、復職に大きな不安を持っています。当院では毎年「潜在看護師再就業講習会」を実施し、平成26年度は6月18日～20日の3日間で、8名が参加されました。

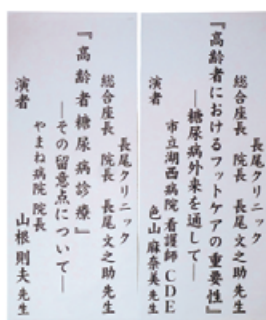
医療・看護の動向、教育、医療安全などの講義をはじめ、採血・点滴や移動などの実技演習、輸液ポンプ・人工呼吸器などの最新の医療機器の説明などを行いました。

また、病棟体験では患者様への血圧測定や昼食の配膳、院内デイクアでは七夕飾りを患者様と一緒に作りながら笑顔あふれる楽しいひと時を過ごしていただきました。

参加された方からは、「久しぶりの体験で初めて見る器械も多く、講習内容に触れ、思い出したこと、初めて知ったことなどありドキドキだったが充実した3日間でした」という感想がありました。今後も看護師の育成に努め、復職の手助けを行い、質の高い看護の提供を心がけていきます。



高齢者におけるフットケアの重要性 —院内糖尿病外来を通して—



6月14日、浜松市西区にあるホテルにおいて当院の日本糖尿病療養指導士 色山麻奈美看護師により「高齢者におけるフットケアの重要性—院内糖尿病外来を通じて—」という演目で、高齢者の糖尿病治療についての課題や留意点を踏まえ、足のトラブルのリスクについて常に清潔に保つようにしたり、怪我を防ぐために靴下を履くなど常に足を保護するなど、どのように気をつけていくべきかの講演を行いました。

じょく そう 褥瘡予防対策勉強会の開催について

地域連携を目的として地域で従事されている保健師、看護師を対象に勉強会を6月から実施しており、今後の開催日をお知らせいたします。ご参加いただける方は電話またはFAXにてお申し込みください。

時 間 ● 17時45分～18時45分

場 所 ● 市立湖西病院 講堂

対 象 ● 湖西市内の保健師・看護師

その他 ● 院内駐車場利用可

連絡先 ● 市立湖西病院 看護部

電話 053-576-1231 / FAX 053-576-1119

日 程	内 容
9月17日(水)	褥瘡治療法の選択
10月15日(水)	褥瘡ケアの進め方
11月12日(水)	症例画像でみる褥瘡ケア計画と実際
12月17日(水)	褥瘡と栄養管理
1月14日(水)	ポジショニングと体位変換の実際
2月18日(水)	事例を用いた褥瘡カンファレンス
3月18日(水)	地域連携ですすめる褥瘡対策

ご存知ですか？

ワクチンの安全性

ワクチンを接種した時に起こる副反応と、ワクチンを接種しないでその病気にかかった時の危険性をくらべると、ワクチンを接種しないで病気になった時の方が重症になり、ずっとこわいといえます。

【例】おたふくかぜのワクチン接種を受けると、数千人に1人(0.05%程度)、無菌性髄膜炎が起きるケースがあります。しかし接種を受けずに自然にかかった場合は、100人に2人(約2%)の患者に無菌性髄膜炎が起きると言われていて、ワクチンを接種した方が、発生する割合ははるかに少ないです。また、ワクチンで起こる無菌性髄膜炎は、ふつうはひどくならず、短期間の入院か外来治療で済みます。

ワクチン接種は、国連のWHO(世界保健機関)を中心に、世界中で推進されています。世界中でこれほど多くの人に使用されている薬剤(ワクチンも薬の一種です)はありません。そのうえ、ワクチンほど接種した後の調査が行き届いているものはありません。予防接種を安心して受けられるよう、万が一の健康被害に対して補償する制度もあります。

同時接種について

日本の赤ちゃんが1歳前に接種する主なワクチンは6~7種類で、何回か接種するワクチンもあり、接種回数は15回以上にもなります。そこで有効なのが同時接種になります。同時接種とは2種類以上のワクチンを1回の通院で接種することです。効果や安全性は単独で接種したときと変わりません。また、組み合わせや本数にも制限はありません。同時接種は必要な免疫をできるだけ早くつけて子どもを守り、保護者の通院回数を減らすだけでなく、予防接種スケジュールが簡単になり、接種忘れなどがなくなり、予防という本来の目的を果たす意味で非常に重要です。

先天性風疹症候群について

2013年風疹が大流行して、ワクチンの供給が追いつかなくなることがありました。妊娠初期の女性が風疹にかかると、胎児が風疹ウイルスに感染し、難聴、心疾患、白内障、そして精神や身体の発達の遅れ等の障がいをもった赤ちゃんが生まれる可能性があります。これらの障がいを先天性風疹症候群といいます。

予防するには風疹ワクチン、またはMR(風疹・麻疹)ワクチンを接種しましょう。成人女性が風疹ワクチンを受けるときの注意点として、妊娠していない時期(生理中またはその直後がより確実)にワクチン接種を行うことと、ワクチン接種後2ヶ月間の避妊が必要になります。

すでに妊娠していて、風疹抗体価(-)の妊婦さんの「先天性風疹症候群」を予防するには、妊婦さんが風疹にかからないように周りの家族が風疹にならないことが大切です。予防に必要な抗体がなければ、ワクチン接種をしましょう。(図3)

1人はみんなのために、みんなは1人のために

ワクチンを接種できる人たちが、きちんとワクチンを受けることにより、地域社会でVPDの流行を防ぐことができます。VPDが流行しなければ、免疫力の弱い人(ワクチンを受ける年齢になっていない赤ちゃん、お腹に赤ちゃんのいる妊婦さん、病気のためにワクチンを受けたくても受けられない人、体力の低下した高齢者、ワクチンは受けたいけれど実際には免疫が充分についていない人など)も、VPDから守られます。また、生まれたらすぐに全てのワクチンを受けられるわけではありません。多くの方が、受けられる年齢までその病気にかからないで済むのは、多くの「先輩」達がワクチンを受けていて、大流行を抑えてくれたからです。ワクチンを受ける時にこれらの人たちに感謝することも忘れないで下さい。

〔参考〕「KNOW☆VPD!」NPO法人 VPDを知って子どもを守ろうの会HPより

風疹抗体価 検査方法と判断基準の目安

院内感染対策としてのワクチンガイドライン 2009日本環境感染学会

検査方法	十分な免疫なし		十分な免疫あり
	(-)	(-)~(+)	(+)
HI法	8倍未満	8倍未満	32倍以上
EIA法-1gG	2.0未満	2.0~7.9	8.0以上

風疹抗体価(-)の妊婦の周りの家族は、ここまで抗体があればOK!

妊娠希望の女性、医療者はここまで抗体が欲しい!

●図3

平成26年度 第1回 市民健康講座 ワクチンで防げる病気(VPD)を

保健師 大森 優子

VPDとは?

Vaccine=ワクチン、Preventable=防げる、Diseases=病気の略です。
つまり、「ワクチンで防げる病気」のことをVPDと呼びます。

ワクチンで防げる病気(図1)

世界中には、とてもたくさんの感染症が存在します。中には、マラリヤやデング熱のように、ワクチンがないために有効な予防ができず、年間何十万、何百万という人の命を奪っている感染症も少なくありません。

そんな中で、予防のためのワクチンが開発されているVPDは、たいへん少数です。せっかくワクチンがあっても、接種しなければ予防はできません。防ぐ方法のある病気なのに、防がないのは、もったいないことですね。

ワクチンの目的

- ①自分がかからないために
- ②もしかかっても症状が軽くすむために
- ③まわりの人にうつさないために

ワクチンのしくみ(図2)

ワクチンは自然感染よりはるかに安全に免疫をつくります。コントロールされた安全な状態で免疫を作り出すため、接種後に症状が出ず、たとえ症状が出て大変軽いのが特徴です。他の人へうつさせない点も、ワクチンの利点です。しかし、自然感染に比べて生み出される免疫力は弱いので、1回の接種では充分ではなく、何回かに分けての追加接種が必要になることがあります。

ワクチンの副反応

よく見られる副反応は、接種箇所の反応(発赤、腫れ、しこり、痛み)、発熱、小さいお子さんであれば、ごきげんが悪くなったり、ものを食べなくなったりなどがあります。ほとんどは様子見で症状が軽快してきますが、ひじを超えて腫れが広がったり、38.5℃以上の熱がでたり、いつもと違いぐったりしているなどあれば、医師に診てもらいましょう。

きわめてまれにアナフィラキシー(アレルギー症状が短時間で生じる状態)、けいれん、血小板減少性紫斑病などの重い病気にかかることもあるとも言われています。

ワクチン接種前・後の注意

【接種前注意】

- 体調はよいか、熱(37.5℃)があったり、普段と変わったところはないか確認しましょう。
- 心配なことがあるときは、医師に相談しましょう。
- 母子健康手帳は必ず持って行きましょう。(小児)

【接種後注意】

- 接種直後、30分は急な身体の変化がおこることがあるので、すぐ対応してもらえるように、医療機関の中で様子をみましょう。
- 当日は、はげしく身体を動かすことは避けましょう。
- お風呂に入っても構いませんが、接種箇所はこすらないようにしましょう。

ワクチンで防げる主な病気		
● B型肝炎	● ポリオ	● インフルエンザ
● ロタウイルス感染症(胃腸炎)	● 結核	● ヒトパピローマウイルス感染症
● ヒブ感染症	● 麻疹(はしか)	● A型肝炎
● 肺炎球菌感染症	● 風しん	● 黄熱病
● ジフテリア	● おたふくかぜ	● 狂犬病
● 破傷風(はしやふう)	● みずぼうそう	● 髄膜炎菌感染症
● 百日せき	● 日本脳炎	

● 日本で子どもがワクチンを接種できる病気

● 図1



● 図2

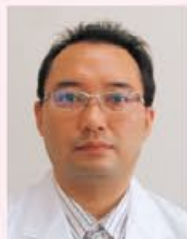
新任医師紹介



①診療科(専門分野または得意分野) ②出身地 ③当院の第一印象
④趣味 ⑤ひとこと(抱負、最近思うこと等)

あか ばね しん いち

赤羽 伸一 先生



- ①泌尿器科
- ②東京都
- ③病院スタッフが皆明るい印象
- ④家庭菜園
- ⑤この地域の方とはやく馴染んで、皆様のお役に立てるよう頑張ります。よろしくお願いします。

土曜日に診療をされている施設の患者様を対象にCT・MRI検査の受け入れ開始

市立湖西病院では、土曜日に診療をされている施設の患者様を対象として、毎週土曜日にCT・MRI検査をお受けいたします。平日に検査を受けるのが難しい患者様は、是非ご利用ください。

週末の検査を希望される方は**かかりつけの医師**にご相談ください。
※造影剤を使用した検査など一部の検査でご希望に添えない場合がございます。

※当院診療科の検査は行っておりませんのでご注意ください。



ボランティア活動へのお礼

去る5月17日、公益社団法人湖西市シルバー人材センターのご厚意により、病院の除草作業が行われました。当日は晴天に恵まれ、55人の会員の皆様にご奉仕いただきました。

当院花壇の維持管理については、日頃から「遊友花の会」の皆様にご奉仕いたっており、同日、花の植え替えを行っていただきました。

皆様の手際の良い作業により、素晴らしい施設環境を保つことができました。厚くお礼申し上げます。



シルバー人材センター



遊友花の会