

皆様と共に  
質の高い医療  
を目指します

1. 質の高い安全な専門医療を提供するため、努力します
2. 利用する皆様の権利を尊重し、安全な医療を提供します
3. 職員が誇れる地域に根ざした病院づくりを目指します



～病院と地域を繋ぐコミュニケーションペーパー～

<http://www.zenshukai.com>

発行 善衆会病院【広報委員会】 〒379-2117 群馬県前橋市二之宮町1381 TEL/027-268-3321(代表) FAX/027-268-3911(連携室) E-mail/mail@zenshukai.com

季節の花  
2月



蠟梅 ロウバイ

寒い冬に甘い香りと鮮やかな黄色の花が魅力の蠟梅は中国原産。漢方では蕾を乾燥させたものを『蠟梅花』と呼び鎮咳や解熱に用います。欧米では香水やアロマテラピーに活用されています。花言葉は「ゆかしさ」「慈愛心」等。

# 外来担当医表

平成26年2月1日

◎ 急な変更がございますので、お問合せください。

			月	火	水	木	金	土
整形外科	午前	一般	関 隆致 伊東美栄子	恩田 啓 山口蔵人	関 隆致 近藤尚行	山口蔵人 野仲聡志	関 隆致 生越敦子	山口(蔵) 野仲 [第1] 関 近藤 [第2] 吉田 中川 [第3] 関 生越 [第4] 近藤 鈴木 [第5]
		専門			門田 聡 【足関節】			
	午後	一般	山口 蔵人	吉田 勝浩	鈴木啓司	中川智之	近藤尚行	
		専門			恩田 啓 ※【脊椎】		恩田 啓 【脊椎】	
スポーツ整形外科	午前	一般	木村雅史 ※【予約制】 生越敦子	木村雅史 ※【予約制】 鈴木啓司	吉田 勝浩 中川智之	木村雅史 ※【予約制】 吉田勝浩	伊東美栄子 野仲 聡志	吉田 中川 [第1] 生越 鈴木 [第2] 山口(蔵) 野仲 [第3] 近藤 鈴木 [第4] 生越 山口(蔵) [第5]
		専門						設楽 仁【肩】 [第1] 高岸憲二【肩】 [第3]
	午後	専門			近藤尚行 ※【ESWT】		木村雅史 [第1,3]14:00~16:00 ※【統合医療】	
泌尿器科	午前	一般	真下 透 西井昌弘	篠崎忠利 斉藤浩樹	岡村桂吾 宮澤慶行	真下 透 岡村桂吾	上原尚夫	真下 透 西井昌弘(10:00~)
	午後	一般	岡村桂吾	上原尚夫	真下 透 宮澤慶行	西井昌弘	西井昌弘	
		専門	真下 透 【化学療法】				岡村桂吾 【特殊】	
内科	午前	一般	谷田部寛 林 潤一	生方幹夫 林 潤一	生方幹夫	谷田部寛 林 俊誠	谷田部寛 生方幹夫	林 潤一(9:30~) 櫻井則之[第1,3,5] 富澤健史[第2,4]
	午後	専門	中島 忠 【循環器】					
外科	午前	一般	福島晴夫	遠藤範之	福島晴夫 荻原 博	遠藤範之	福島晴夫	荻原 博
		専門			荻原 博 【NST】			小櫃由樹生 【血管外科】(10:00~)
麻酔科	午前	河野正和	人見振一郎	河野正和	人見振一郎	河野正和		
皮膚科	午後			太田美つ子 【第1,3,5】				

## 私達は、薬を待っている 患者さまのための治験を行っています

◇治験とは 将来の「くすりの候補」を患者さまに使用していただくことで、その効果や安全性を確認し、厚生労働省から医薬品としての承認を得るために行う試験のことをいいます。今、全国の病院や薬局で処方されている「くすり」は、すべてこの試験を行い、厚生労働省から承認を得ています。

治験に協力して下さる方がいない限り、世の中に「くすり」は生まれません。治験に参加いただくことは、将来的に病気で困っている人々の治療に役立つ「新しいくすり」を誕生させるという社会貢献になります。

また、慢性の病気などでこれまでに使っていた薬で十分な効果がみられなかった患者さまにとっては、治験に参加することで新たな治療が受けられる可能性もあります。



## 治験についてのご紹介

### ◇治験の流れ

- Step1 治験と薬についての説明**  
医師や治験コーディネーターが治験の説明を行います。治験の目的や方法、検査内容の他に、くすりの候補(治験薬)の予測される効果や副作用について、詳しく説明します。
- Step2 患者さまの同意**  
治験の内容をよく理解し参加に承諾される場合には、同意書に署名をいただきます。
- Step3 診察(参加条件の確認)・検査**  
治験の条件に合うかどうかの診察や検査を行います。
- Step4 治験参加**  
治験のスケジュールに沿って来院していただきます。参加中はスケジュールに沿って検査を行い、病気の回復具合や体調の変化を詳しく調べます。  
※検査、お薬にかかる代金などは、患者さまの自己負担はありません。

### ◇現在実施中の治験

現在、スポーツ整形外科・整形外科で下記の患者さまを対象とした治験を行っています。

- 上腕骨外側上顆炎 ■膝蓋腱炎
- アキレス腱付着部症 ■足底腱膜炎

これまでも、整形外科・スポーツ整形外科、泌尿器科での治験実績があります。

健康講座を開催します

## 救急・急変時の対応

～こんな時、どうするの？家庭での応急手当～

第24回 5くら健康講座

## メタボ対策その①

～ストレッチと筋力トレーニング編～

開催日時 平成26年2月26日 14:00-15:15  
開催場所 善衆会病院 理学療法士  
会場 城南公民館(前橋市二之宮町1320)

申込み先 善衆会病院 地域医療連携室  
TEL.027-268-3321  
(月～金/9:00～17:00 土/9:00～13:00)

開催日時 平成26年2月19日 11:00-12:00  
開催場所 善衆会病院 理学療法士  
会場 スマーク伊勢崎 2Fパークストリート  
定員30人 参加費無料

医療法人 社団 善衆会  
**善衆会病院**  
〒379-2117 群馬県前橋市二之宮町1381  
TEL/027-268-3321(代表) FAX/027-268-3911(連携室)  
<http://www.zenshukai.com>

※ 整形外科の脊椎外来と統合医療外来、リハビリテーション外来、ESWT外来は、完全予約制であり、初診は一般整形外科での診察となります。尚、統合医療外来は、保険外診療となります。

急な変更がございますので、お問合せください。

受付時間	午前	全診療科 8:30~12:00 (初診は、11:30まで)
	午後	泌尿器科 14:00~16:00 整形外科 15:00~17:00 (初診は、16:30まで)

# 病院で働く人々 第2回

## 患者さんの生活を支える「支援者」 看護師について

前回の「看護師について」では「看護とは？」「看護師になるには？」といった内容をご紹介しました。今回は、実際に看護師が院内でどのような場面で活躍しているのかを、具体的な仕事内容をご紹介しながら、紐解いて行きます。



### チーム医療の一員として

看護師のお仕事といっても診療科目や部署によって仕事の内容が大きく異なっています。

例えば「外来」の場合は、待合室や診療室でその日にやってきた患者さんのために仕事をしています。入院をしている患者さんのために働いているのが「病棟」の看護師。透析を行う患者さんのために働いている「透析室」の看護師。手術をする患者さんのために働いている「手術室」の看護師と、より専門的な立場でケアをするさまざまな看護師がいます。



### 内視鏡看護師のお仕事

内視鏡看護師のお仕事は、胃カメラや大腸カメラなどの検査の介助をします。検査前から絶食や下剤などの事前準備をしてもらう必要があるため、事前の説明も欠かせません。

また、検査中の患者さんの不安を取り除くため、笑顔で声掛けを行い、安心して検査が受けられるようにサポートするのも看護師の大切な役割です。



### NSTでの看護師の役割

NST(栄養サポートチーム)のお仕事は、医師を中心とし、看護師、栄養士、コメディカルなどがチームとして、当院における栄養管理を支援するチームです。栄養不良になると傷が治らず、免疫力も低下して感染症にかかりやすくなり、いろんな合併症がおきてしまいます。NSTは栄養不良の発生を予防するため、NST回診など積極的に活動に取り組んでいます。



こちらチームで褥瘡回診を行い、適切な寝具が提供できているか、出来てしまった場合は治癒促進のための処置も行っています。



### 患者様の足を守るために

糖尿病重症化予防のためのフットケアの研究を受講した看護師もいます。糖尿病などで動脈硬化が進むと足に血行不良が起こり、しびれや痛みが起きます。悪化すると足に潰瘍ができ、ついには壊疽で足の切断を余儀なくされます。世界中のどこかで糖尿病のために30秒ごとに足を1本切断されているそうです。日本での足の切断は年間3000人以上。そんなのトラブルを防ぐために、フットケアはまず自分の足に関心



を持ってもらうようにしています。足に気をとめ、注意を払っているか？清潔は？靴下は？爪切りは？など一緒にチェックしながら具体的な指導を行っています。



### 患者さんの笑顔のために

この他にもいろいろと専門的なお仕事はありますが、看護師には高度な知識と確かな技術が求められます。夜勤などの不規則な勤務、立ちっぱなしの作業、免許を取得してからも勉強は終わりという訳にもいかず、看護師の仕事は知識だけでなく体力も必要になります。肉体的にも精神的にもハードな仕事ですが、病気の人が回復して退院していく姿を見たり、患者さんから「ありがとう」と感謝の言葉をかけられたり、喜びとやりがいのあるお仕事です。

この時期、世間を賑わせるイベント「バレンタインデー」。日本では、この期間だけで1年間の約12%のチョコレートが販売されているのだとか。そこで今回は「チョコレート」のお話。

### 豆知識 チョコレートの語源は「苦い水」？

チョコレートの語源は「苦い水」という意味の「chocolatre(シヨコラトル)」。元々はインカ帝国の王様のための特別な飲み物で、スパイス等を入れて飲む飲み物でした。(固形化され食べやすくなったのは、20世紀になってからです。)

### チョコレートの効果とニキビとの関係



チョコレートには、実に様々な薬効成分が含まれています。カフェイン、テオブロミン、カカオ・ポリフェノールなど、わかっているだけでも数十種類あると言われており、近年は健康と美容効果に注目が集まっています。「チョコレートがニキビの原因なる」という噂が、間違いであったこともわかってきました。

ニキビは皮脂腺から出た皮脂が毛穴に詰まってしまい、そこに細菌が繁殖するためにできたり、体調が悪いときや皮膚を清潔に保っていない時にもみられ、チョコレートを食べるとは直接関係がないとされています。医学的にも、チョコレートを食べるとニキビの悪化は無関係であることが証明されていますし、アメリカ食品医薬品局(FDA)はニキビと食事を関連付ける科学的根拠はないとの見解を示しています。



## 食育コラム 栄養士のつばやき

### 原料であるカカオ豆とは？

カカオ豆はチョコレートやココアの主原料で、カカオの樹の果実の中にある種子のことです。「あおざり科テオブロマ属カカオ(Sterculiaceae Theobroma Cacao)」。テオブロマとは、「神様の食べ物」という意味で、メキシコ・アステカ族の神話に由来します。次の3種が栽培カカオの源流といわれています。

- クリオリ種 (CRIOLLO)** 有史以前から存在するカカオ豆の原生種。現在では希少種。
- フォラステロ種 (FORASTERO)** 産出量が多く安価。日本ではガーナ産が一般的。
- トリニタリオ種 (TRINITARIO)** 上記2種の交配させたハイブリッド種。栽培は容易で、良質な豆。

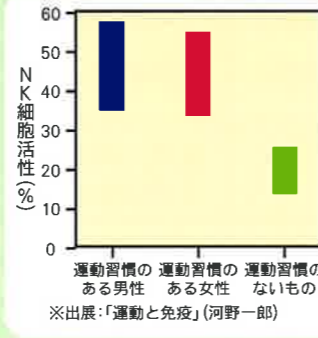


カカオ豆は品種だけでなく、産地や栽培された年によっても味が異なるので、各チョコレートメーカーでは、豆の特徴を見極めながら豆を厳選し、製品に合ったブレンドを試行錯誤しているそうです。

## リハビリ リレーコラム その2 理学療法士だより

すっかり寒くなりましたが、皆様いかがおすごでしょうか？  
この時期よく耳にするのがインフルエンザを始めとする風邪などの感染についてです。  
予防法として、良く知られている方法が手洗いなどですが、今回は少し角度を替え、体力と免疫力について考えてみます。

### 運動習慣とNK細胞活性



左のグラフでわかるように、運動習慣のある人は、そうでない人に比べ、NK細胞の動きが活発であることがわかります。しかし、激しい運動は逆に免疫力を低めてしまうこともあるので、ウォーキングやジョギングなど軽めの有酸素運動の継続が免疫力を高めるともいわれています。

このように、体力と免疫力の関係は、決して無関係でないことがわかります。体力を維持するためには適度な運動や適切な食事が欠かせません。また、笑うことも免疫力がアップに効果的です。笑うとNK細胞の活性化につながるからです。寒い冬はとかく運動不足になりがちですが、もう春はそこまで来ています。免疫力を意識して、日常的に楽しみながら体力をつけることをできればいいですね。皆様と一緒に元気に春を迎えられることを願っています。

### 「体力」と「免疫力」について

そもそも「体力」とはなんでしょう？  
「体力」という言葉には、行動力(体格や機能一筋力・瞬発力・持久力・調整力など)と抵抗力(外部の環境や外敵から身を守る力)が含まれており、人間の生活活動の基礎となる身体的能力であるといわれます。  
それでは次に、免疫について考えてみます。  
本来生まれながらにして人間が持っている「自分で自分を守る力」。これを免疫力といいます。  
免疫力には、体内に入った細菌やウイルスなどから身を守る役割があります。血液中の白血球に存在するナチュラルキラー細胞(NK細胞)やマクロファージなどは、体内に侵入した細菌やウイルスなどの異物を直接攻撃し、病原体の排除にとって重要な役割を果たしています。  
免疫力を高めるには適度な運動がとて効果的です。なぜなら、体内にウイルスが侵入してきたときに戦う免疫細胞(特にNK細胞)が、運動することによってより活発に働くようになるからです。

