AGIH
Brief Letter
AKIMOTO HOSPITAL
秋本病院ブリーフレター
2008 NOV vol.40

●ドクター Q&A …… p.1～2
インフルエンザ予防接種のススメ
「予防の基本は流行前のワクチン接種」
健診センター長　秋本 千賀子

●地域とのつながり …… p.3
第2回 秋本メディカルセミナーを実施しました

●緩和ケア病棟便り …… p.4
ホスピスボランティアの活動が始まっています

●ホスピスの日々 …… p.4
緩和ケアセンター長　永山 淳

●千一夜医話 …… p.5
「ノーベル賞」に思う
秋本病院院長　秋本 亮一

●ソーシャルワーカー〈日々雑感〉 …… p.6
企画室長・医療ソーシャルワーカー　内田 浩稔

●スタッフの横顔 …… p.6
看 護 師　大塚 千恵
医事課長　稲光 理絵

essay

生命のゆりかご

巻頭エッセイ

四方を海に囲まれた島国に暮らす私たちにとって、美しい海を守ることは環境保護の大きなテーマのひとつです。おりしも2008年は「国際サンゴ礁年」にあたり、サンゴ礁への理解を深めてもらうための普及啓発活動や保全活動が世界中で行われてきました。

サンゴのある海は地球上の全海域のわずか0.2%ですが、そこには世界の海洋生物の4分の1が生息しており、生物の宝庫となっています。サンゴが死滅すると、サンゴをすみかとする小魚が減り、その小魚を食料としている生物も減少し、生態系の連鎖がくずれていきます。「海の恵みはサンゴから」といわれるように、サンゴは海中の命を育むゆりかごのような存在なのです。また海岸を縁取るサンゴ礁には、島を波の侵食から守り、津波の被害を抑える「自然の防波堤」としての働きもあります。このように、海の生物にも人間にも大きな恩恵をもたらしてくれるサンゴ礁を守り育てることは、豊かな海を守ることにほかなりません。

サンゴは枝を増やしながら成長し、ついには豊かなサンゴ礁となります。同じように、私たち一人ひとりの意識が大きな波となれば、サンゴ礁と豊かな海を守ることができるでしょう。今年は国際サンゴ礁年でしたが、この活動は一年で終わるものではありません。生命のゆりかごを絶やさぬよう、「美しい海を守る」という強い気持ちをいつまでも持ち続けたいものです。

インフルエンザ予防接種を始めました

インフルエンザ予防接種のススメ

**毎冬猛威を奮うインフルエンザの季節が近づいて来ました。
インフルエンザは時に重症化し、命に関わることもある危険な伝染病です。
その特徴と予防策をおさらいし、冬の健康管理に役立ててください。**

秋本病院健診センター長
秋本 千賀子
あきもと　ちがこ

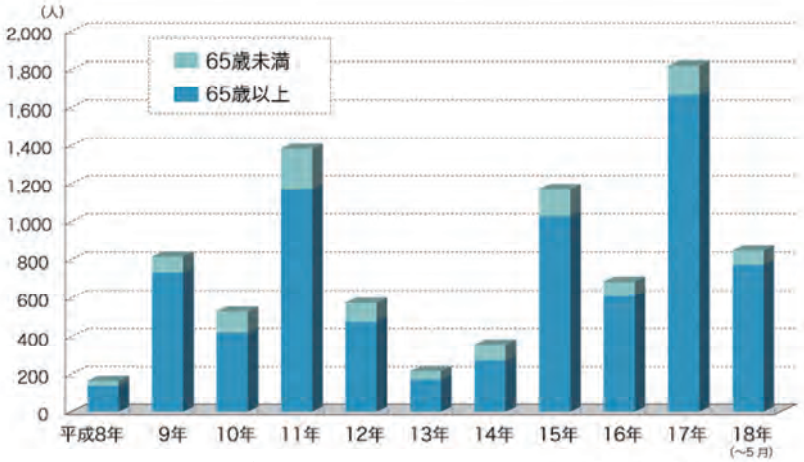
昭和52年、順天堂大学医学部卒業。平成17年、秋本病院健診センター長に就任。日本小児科学会専門医。日本禁煙学会認定指導医。

Q1 インフルエンザとは?

A 死に至ることもある危険な伝染病

混同している方も多いのですが、風邪とインフルエンザは違う病気です。風邪は鼻腔や咽頭など上気道の感染症で、のどの痛み、鼻水、くしゃみや咳などの局所症状が中心です。全身症状は少なく、発熱もさほど高くなく、重症化することはほとんどありません。

一方、インフルエンザは、38℃以上の急激な高熱、頭痛、関節や筋肉の痛みなどの全身症状が強く、あわせて、のどの痛みや鼻水、咳などふつうの風邪と同様の上気道の症状も見られます。感染力の強いウイルスのため、いったん流行りだすと短期間で多くの人々に伝染し、国や地域を越えるほどの規模で広がることもあります。日本では毎年11月下旬から12月上旬頃に発生し翌年の1～3月頃にピークを迎えることが多く、インフルエンザによる死亡者は例年、報告されているだけでも1000人を超えています。その多くは、肺炎や脳炎・脳症などの合併症を引き起こした高齢者と子どもで、インフルエンザの症状が出てから、脳炎・脳症の発症までの期間は平均1.5日と非常に短いため、あっという間に死にいたることも稀ではありません。



インフルエンザによる死亡者数　資料:厚生労働省「人口動態統計」

Q2 インフルエンザを予防するには?

A 予防の基本は流行前のワクチン接種

インフルエンザの予防には、ワクチン接種（予防接種）がもっとも効果的です。ワクチンの予防効果は接種から2週間で発揮されるため、11月からの流行期に合わせるには、10月末から予防接種を受けるとよいでしょう。

大人と比べて免疫力の低い13歳未満の子どもの場合、2回接種が基本です。当院では2回分のワクチンをセットでキープしていますので、ワクチン不足で2回目が受けられないという心配はありませんが、1回目から2回目の接種までに4週間の間隔が必要ですので、初回を早めに接種するよう心がけてください。

なお、インフルエンザの予防接種は通常1歳から受けることができます。母乳を介して子どもに影響を与えることもないため、授乳中の母親が接種しても支障はありません。合併症を引き起こし重症化しやすい乳幼児や高齢者のいる家庭では、家族からの感染を避けるためにも、ぜひ家族全員で予防接種を受けてほしいものです。

そのほかにも、ウイルス対策として、うがい・手洗いの励行、できるだけ人ごみに出ない、室内では加湿器を使うこともインフルエンザの予防に有効です。

当院2階ロビーには消毒剤を設置し、エチケットマスクも配布しています。ご利用ください。

Q3 それでもインフルエンザにかかったら?

A 早めの治療と休養 うつさない配慮も

すべての病気にいえることですが、早めの治療と十分な休養が大切です。具体的には、単なる風邪だと軽く考えず、早めに医療機関を受診して適切な治療を受けること。インフルエンザと診断されたら、暖かい部屋で安静にして十分な栄養と睡眠をとりましょう。のどをうるおし、脱水症を予防するためにも、水分はたっぷり補給してください。お茶やジュース、スープなど飲みたいもので結構です。

ちなみに、インフルエンザウイルスに感染して症状が改善しても、2日位はウイルスの排出期間です。たとえ熱が下がっても、この期間は他の人にうつす可能性が高いため、学校や会社は休むなどして外出を避けましょう。

10月20日より インフルエンザ予防接種 始めました

料金は1回あたり大人3700円、子ども2100円です。予約をいただくと、待ち時間が少なくてすみます。なお、お子さまの予防接種は、小児科専門医の秋本千賀子医師が3階の健診センターで行います。「予防接種外来」として独立したフロアで行いますので、病気のお子さまとの接触がありません。

秋本病院 乳幼児健診・小児の予防接種外来

◎担当医
秋本千賀子（小児科専門医）

◎受付時間
月曜～金曜
9時～11時、16時30分～17時
※原則として予約が必要です。

◎小児予防接種の種類
三種混合（ジフテリア・百日せき、破傷風）、二種混合（ジフテリア、破傷風）、麻しん（はしか）風しん混合、麻しん（はしか）、風しん、流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）、水痘（みずぼうそう）、インフルエンザ、Hib（細菌性髄膜炎）
※母子健康手帳、予防接種手帳をご持参ください。

当院では、医師、ソーシャルワーカーによる「育児・健康・福祉相談」も行っています。自らも豊富な育児経験をもつ、小児科専門医と福祉専門職のソーシャルワーカーが個別相談に応じます。育児の悩みからしつけなどについて気になること、不安に思っていることを気軽にお話しください。料金は3000円（30分）で予約制です。

ご予約☎092・771・6361

2008年10月18日（土）
第2回 秋本メディカルセミナーを開催しました。

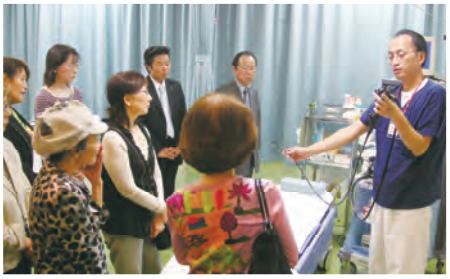
AKIMOTO HOSPITAL
第2回 秋本メディカルセミナー
MEDICAL SEMINER

禁煙やメタボリックシンドローム健診など身近な話題から健康管理の大切さを学んだ第1回に続く今回は、消化器の病気の診断や治療に使われる内視鏡がテーマ。消化器内視鏡センター長を務める秋本亮一院長が、検査も治療もできる内視鏡の優れた機能や、以前に比べて格段に楽になった消化器検査の実情、日本人に多い胃がんや大腸がんなどについて解説しました。実際に内視鏡で撮影した消化器内部の画像も紹介され、「苦手な方は目をつぶってくださいね」という声かけもありましたが、体について知りたいという気持ちの現われでしょうか、皆さん熱心に画面を見つめておられました。

講話のあとは、消化器内視鏡センターに移動して、実際の内視鏡検査システムを見学。直径6mmの細径スコープの細さとやわらかさ、指の指紋までクリアにとらえるカメラの解像度の高さに、驚きの声が上がっていました。しかし、どれだけテクノロジーが発達しても、検査や診断に100パーセントということはありえません。「医療従事者は、苦痛のない検査のために日々努力していますので、皆さんは、ご自分の健康を守るために年に一度の健康診断を心がけてください」という秋本院長の呼びかけに、多くの方が深くうなずかれる姿が印象的でした。

消化器内視鏡センター長も務める秋本亮一院長は、約8000例の内視鏡検査・治療経験を持つ日本消化器外科学界認定医、日本消化器内視鏡学界専門医です。

地元公民館への案内やポスターをみて、近くの主婦の方から当院の入院患者さんまで33名のご参加をいただきました。



秋本病院では直径6mmの細径スコープを採用。喉の麻酔と鎮静剤を注射することで、苦痛のない内視鏡検査を実現しています。

大腸がんに関するパンフレットなど、当日配布されたパンフレットを熟読する参加者の皆さん。

質問タイムでは、「主婦なので、健診の受け方がよくわかりません」とのお尋ねも。急きょ健診センターの西岡看護師(主任)から、福岡市の健診について説明が行われました。

「イエスが5つ以上の方はいらっしゃいませんか?」。チェックシートをもとに、自分の健康状態もチェックしました。

ご 案 内

秋本メディカルセミナーは、健康管理の必要性や病気について地域の皆さまと一緒に考え、秋本病院をよく知っていただきたいという思いから、秋本病院企画委員会が実施しています。第3回のテーマは「緩和ケア」です。日時や詳細が決まり次第、院内ポスター掲示やHPなどでお知らせして参ります。また、今後のセミナーで取り上げて欲しいテーマなどご希望がありましたら、お気軽にお聞かせください。

第3回 秋本メディカルセミナー 無料

■内容　緩和ケア（ホスピスケア）や看取りについて
　　専門医による講話、および施設見学など
■講師　緩和ケアセンター長　永山 淳
■日時　2009年3月14日(土)〈予定〉
■会場　秋本病院 緩和ケアセンター

お問い合わせ　秋本病院　☎092-771-6361（9時～17時）

緩和ケア病棟便り
ホスピスボランティア活動中

緩和ケアセンターで、ホスピスボランティアの活動が始まりました。「なんでもいいので、私にできることがあればやってみたくて」と参加の動機を語る曽根寄友子さん。9月には当院スタッフと一緒にティーサービスを行い、患者さまからは「こんなに香りのよいお茶は久しぶり」との声が聞かれました。10月には患者さまの要望に応じた活動をするなど、「ムリをせず、できることから」と自然体でボランティアに取り組んでおられる様子です。

ホスピスボランティアに興味がある、活動を見てみたい、などのご希望があれば、当院医療ソーシャルワーカーの内田までお気軽にご連絡ください。

看護師と一緒に当日の活動内容を確認中。「◎号室の☆☆さんから買い物の依頼がきています。それから……」

コンビニエンスストアでお目当ての商品を発見!

「こんなおつまみがあるんですね」「これ、うまいんですよ」

「外の空気を吸いたい」という患者さまの希望に応えて外へ。おのずと会話もはずみます。

ホスピスの日々
家族としてのペットのおはなし

緩和ケアセンター長
医師・医学博士
永山　淳
ながやま　じゅん

ある患者さまのお話です。

すでに、がんが肝臓や腹部に広がっており、残りの時間は約1ヵ月と予想されました。すぐに入院していただいてもよかったのですが、この方は身寄りのないお一人暮らしで、ペットのわんちゃんだけが心を許せる家族でした。最期は病院で、という意思はあったものの、できる限り自宅でわんちゃんと過ごしたいという希望に応えて、緩和ケア外来で症状を和らげるお手伝いを始めました。外来通院が困難になった後は、往診医や訪問看護師を手配して、自宅で暮らせるようサポートしました。しかし残念ながら病気が進み、お亡くなりになるまでの数日間は私たちの緩和ケアセンターで過ごされました。その間、わんちゃんは日中病室にお見舞いに来て、夜はペットホテルに戻る生活を送りました。とても利口な犬で、吠えたりうなり声をあげたりすることもなく、患者さまが息を引き取られる瞬間も足元に付き添いじっと見守ってくれました。その姿は人間の家族と何ら違いがないように見えました。

このように、私たちの緩和ケア病棟では、他のご家族と同じようにペットとの面会をできるだけ受け入れています。「病院に動物を連れてきていいですよ」というと皆さん驚かれますが、この方のようにご本人と家族同様に結びついているペットの場合、それが本人にとっても大きな喜びとなりますから何とか会って欲しいと思っています。もちろん4階の病棟では、他の病院と同じく動物の面会はできません。また他の患者さまの迷惑となる場合は（動物の嫌いな方もいらっしゃいますからね）、お断りすることもあります。しかし、限られた時間の中で最大の喜びや安らぎを感じていただくことが緩和ケアの努めであり、ペットとの面会もその一環と考えています。皆さんのご理解をいただければ幸いです。

千一夜医話

「ノーベル賞」に思う

院 長・医学博士
秋本 亮一
あきもと りょういち

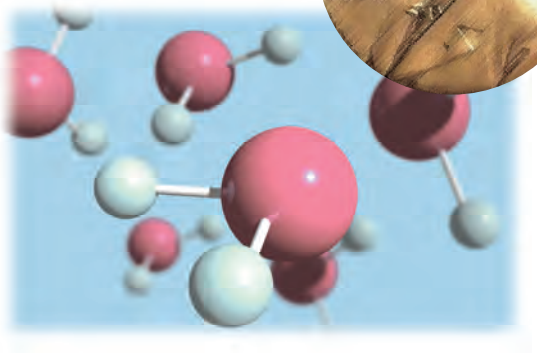
今年、4人の日本人にノーベル賞が授与されることになった。

物理学賞の南部陽一郎・小林誠・益川敏英、化学賞の下村修の4氏である。久々の快挙、しかも4名の大量受賞に金融恐慌のニュースを吹き飛ばす勢いだった。

◆ ◆ ◆

ノーベル賞は、ご存知のとおり、ダイナマイトの発明で有名なスウェーデンのアルフレッド・ノーベルの遺言で1901年より始まった世界的な賞である。物理学賞、化学賞、生理学・医学賞、文学賞・平和賞・経済学賞の6部門からなり、それぞれが世界的権威を持っている。特に自然科学分野においては最大級の栄誉とされている。

今年の生理学・医学賞の受賞者は、HIV(エイズ)ウイルスを発見したフランスのモンタニエ、バレシヌシの2氏だった。過去の受賞者を見てみると、医学の発展に貢献したおなじみの名前を見ることが出来る。コッホ(独)―結核の研究、フレミング(英)―ペニシリンの発見、ワトソン(米)・クリック(英)―DNAのらせん構造の発見、マーシャル(豪)・ウォーレン(豪)―ピロリ菌の発見、などの名前が目に付く。CTの開発や、MRIの開発でもノーベル賞が授与されている。



また、日本人ではただ一人1987年に利根川進が「抗体の多様性に関する遺伝的原理の発見」で受賞している。かつて、北里柴三郎や野口英世が候補に上がったそうだが、受賞できなかったのは残念である。生理学・医学賞ではないが、「国境なき医師団」が平和賞を受賞しているのも興味深い。

◆ ◆ ◆

臨床医学の発展には、基礎医学の充実・発達が非常に重要である。どんな分野でも基礎的研究はお金と時間がかかるが、すぐには結果がでないので、基礎的研究を支える国家的支援が今後の日本の課題であると思われる。

受賞者のインタビューを聞いていると、どの方も派手さはなく、こつこつと研究を続けてきた姿勢が良く分かり、好感が持てる。自然科学の研究はこうあるべきだ、と科学を追及する人のお手本のような方ばかりである。

ひとりの医師として今後、日本の医学者の中から利根川博士に続く受賞者が次々輩出し、日本の医学のレベルの高さを世界に示すことができるようになることを期待してやまない。

ソーシャルワーカー
日々雑感

チームプレイの価値

日本のスポーツ界では、近年若い世代の活躍がめざましく、しかも世界の舞台で通用するハイレベルな選手がたくさん出てきています。ゴルフ・フィギュアスケート・レスリング・体操・テニス・バドミントン・マラソン・卓球…などなど、日本のお家芸である柔道だけではありません。北京オリンピックでは女子ソフトボールが金メダルを、陸上男子４００メートルリレーで銅メダルを獲得し、日本で応援している私たちにも感動を与えてくれました。個人競技で金メダルを獲る人は世界で一人しかいないわけですから、それは測り知れない困難な道なのでしょうが、団体競技で勝ち続けることも、とても難しくまた時間のかかることでしょう。個人の力だけではないチームとしての成長が絶対必要条件となりますから、それだけに勝利の瞬間の喜びは増幅され何倍にもなるのでしょうね。

チームといえば、医療の世界にも「医療チーム」、あるいは「チーム医療」と呼ばれるものがあり、各分野の専門がチームを組んで治療やケアにあたります。それぞれの得意分野を活かして目標の達成をめざす姿勢はスポーツの世界と共通する部分も多く、個人の能力とチームとしてのバランスや方向性が鍵となります。

一人ひとりがレベルアップし、個性がぶつかり合いながらもより高いレベルで融合し、そして到底一人では成し得ないことができる。そうなればチームを組む価値が高まります。そのためには、自分自身の自己管理や自己研鑽がしっかりできることが前提となるのでしょう。個人でもチームでも、所詮は自分に甘い人はダメなのでしょうね。

さあ、今日も自分に負けずにがんばりましょう。

企画室長
医療ソーシャルワーカー
社会福祉士
精神保健福祉士
内田 浩稔
うちだ ひろとし

STAFF PROFILE スタッフの横顔

同僚や先輩、後輩が職員の素顔を紹介します。
今回の主役は、写真が苦手なテレ屋のふたり。
さて、どんな話が聞けるでしょうか。

頼れるエキスパート と思いきや、実は お茶目な一面も♪

医事課長
稲光 理絵
いなみつ りえ

おいしい料理とお酒が好きな彼女。おいしそうなお店を見つけては、「行こうよ」と誘ってくれます。旅行も好きで、ドライブにもよく出かけていますが、聞くところによるともっぱら運転手なのだとか。

これからのシーズンはスノボを楽しむなどアクティブで運動神経も良さそうですが、病院からの通り道、なぜか道路のでこぼこによくはまってしまうというお茶目（？）な一面も。しかし、仕事においてはすごく頼れる医事課長。そのギャップがかわいらしい稲光さんなのです。

紹介者：りこ

いつだって笑顔 健診を受けたら 癒されちゃうかも？

看護師
大塚 千恵
おおつか ちえ

3Fの健診センターにいくと、ほんわか笑顔の“癒しオーラ”あふれるナースがいます。それが今回ご紹介する大塚さんです。

つねに笑顔で、彼女が怒っている姿や焦っている姿を見たことのある人は、誰ひとりとしていません。趣味はスキューバダイビングだそうですが、近ごろはあまり行っていないそうです。というわけで近々、沖縄の海に“癒しパワー”の充電に行きたいと考え中だとか。健診センターがさらに和やかな空間になるためにも、ぜひぜひ南国の旅を実現してくださいね♪

紹介者：いちごっこ

Information of AKIMOTO

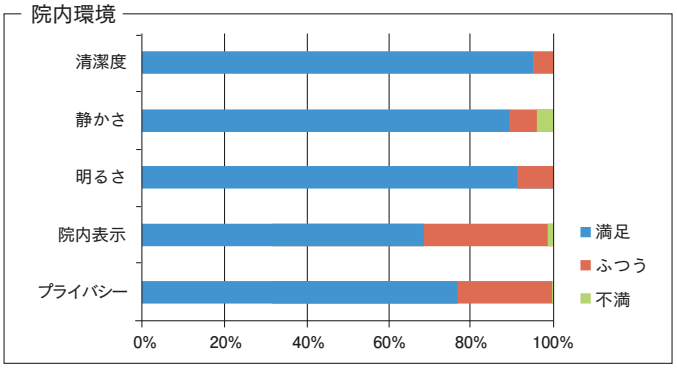
Activities of committee

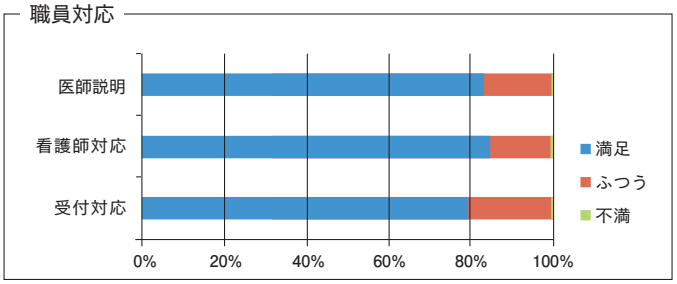
外来患者さまのご意見をもとに2Fの待合室を改善しました

当院スタッフが企画・運営を行っている「よりよい病院をつくる会」では、6月16日（月）から28日（土）までの2週間にわたって、外来患者さまを対象としたアンケートを実施しました。患者さまには、院内環境やスタッフの接遇面等について率直な回答をいただきました。ご協力ありがとうございました。アンケートの回答で、とくに患者さまからご要望の多かった点をもとに、「2F待合室の椅子を増やし、ソファーの配置を変更する」「閲覧用の雑誌や絵本を増やす」などの対応を行っております。今後もできる限り善処して参りますので、ご意見ご要望などございましたら、2F受付、またはロビーにおります病院コンシェルジュまでお寄せください。

外来患者さま満足度調査（一部抜粋）

■期　間：2008年6月16日～6月28日
■調査数：403名（外来患者さま731名のうちアンケート回収者数）





Cooperation with an area

「中学生の職場体験」受け入れ

9月17日（水）から19日（金）の3日間、福岡市立舞鶴中学生の生徒さん2名が、恒例の「職場体験学習」に来られました。各部署のスタッフの講義を受けたり、看護や介護を実際に体験したり、手術室に入ったり、患者さんの疑似体験をしたりと盛りだくさんのメニューにも終始笑顔のふたり。医療の仕事を理解するきっかけとなったようです。さまざまにご協力いただいた患者さまにも、この場を借りてお礼を申し上げます。

足浴に挑戦。患者さまの「気持ちいい」の言葉が励みになります。

ERでは看護師と患者役になり、手術室への搬送も体験しました。

救護班として警固校区の運動会に参加

10月12日（日）、警固小学校で警固校区の運動会が開催され、当院の看護師2名が救護班スタッフとして参加しました。幸い大きなケガもなく、さわやかな秋晴れのもと、心地よい汗を流す皆さまの姿に元気をいただいた一日となりました。参加者の皆さま、お疲れさまでした。

Topics

ホームページがリニューアルしました

11月より当院ホームページが完全リニューアルしました。以前よりも見やすく、使いやすいデザインと機能を備えたページになっています。ぜひご覧ください。

http://www.akimoto-hospital.jp

大相撲九州場所の医務室勤務スタート

当院は日本相撲協会の指定病院です。11月9日（日）から23日（日）まで福岡国際センターで開催される九州場所では、当院の看護師2名が交替で医務室のスタッフを務めます。そのほか、当院健診センターでは、新弟子検査も行われるなど、この時期の秋本病院は、いつにもまして張りのある日々となります。

編集後記

気がつけば、もう今年もあと2ヵ月を切ってしまいました。どうしてこう一年が経つのが早いのでしょう。これから、クリスマス、大晦日、お正月と季節の行事が目白押しです。楽しい時間だけ、ゆっくり時を刻む魔法があればいいのですが…。(内田)

秋本病院ブリーフレター　Vol.40　　2008年11月発行
発行者／秋本亮一　発行所／医療法人AGIH 秋本病院
〒810-0023　福岡市中央区警固1丁目8-3
TEL.092-771-6361 FAX.092-771-9984

医療法人 AGIH
秋本病院
日本医療機能評価機構認定病院
消化器内視鏡センター・健診センター
緩和ケアセンター
http://www.akimoto-hospital.jp