Hello Hospital July.1998

ハローホスピタル

地域の皆さまとともに

第28号

財団法人 東京都医療保健協会
練馬総合病院
〒176-8530 練馬区旭丘2-41-1
Tel. 03-3972-1001
Fax. 03-3972-1031
E-MAIL. info@nerima-hosp.or.jp

～地域の皆さまへ～

新たな出発をして

院長　飯田　修平

Ⅰ　５０周年記念式典・記念誌

前号では、「創立５０周年に当たり、また、２１世紀を間近に控え、心新たに、再出発いたします。」と申し上げました。

４月１１日（土）の記念式典と祝賀会とを区切りとして、次の課題に向けて活動を開始しました。記念式典には、地域の皆様、医師会、大学、病院会、元職員など多くの方々のご来駕をいただき、楽しく懇談しました。ありがとうございました。

５月初めには記念式典の様子も加えて、５０周年記念誌を出版しました。５０年の歴史を一冊に凝縮することは、練馬総合病院の理念の歴史をたどることでもありました。諸々の思いを込めて、企画しました。当院の理念に基づいた、独自の記念誌が出来たと考えております。ご協力いただいた皆様には感謝申し上げます。

祝賀会、記念誌に関して、各界から多くのお言葉を頂いております。職員の手作りの苦労が報われた思いがしました。外来および各病棟エレベータホールに記念誌を定置してあります。ご覧いただければ幸いです。

Ⅱ　病院機能評価で認定を受ける

医療の質、病院医療の質が問われております。最も重要な質の評価は患者さんの評価です。しかし、医療の専門家でなければ評価できないことも多くあります。日本医療機能評価機構では、第３者病院機能評価を昨年から開始しました。当院では、いち早く機能評価を受審し、認定を受けました。当院の種々の活動が高く評価されました。

全国の9000以上ある病院の中でもまだ約７０病院が認定を受けただけで、練馬区では当院だけです。

Ⅲ　一日看護体験と看護部人事

毎年、看護週間の一般の方、大泉学園高校学生、都からの依頼など、一日看護体験を受けております。７月７日の看護体験では、ＭＸテレビが取材にきます。

姫野看護副部長が５月に就任しました。主に教育を担当します。川畑看護部長と共にはりきって体制整備をしております。より一層の看護部の充実が期待されます。

Ⅳ　情報の開示

情報の開示が議論されております。説明や納得は、法律で決めることではなく、信頼の問題です。当院では、「医療における信頼の創造」をすすめております。

患者さんが希望すれば、病名の告知もしております。従来、医療従事者も、患者さんや家族も「死」を語ることを避けてきました。しかし、人間は誰でも、必ず、死を迎えます。寿命と言うものがあります。避けられない「死」どのように迎えるかが重要です。当院では、２年前から、患者さんの希望するような「死」を共に考えようと、リビングウィル（生前意思表明）を受けております。告知もリビングウィルも、患者さんが希望しなければ、従来のままの考え方でおこないます。ご心配なく、上手に活用してください。

診療録（カルテ）の開示に関しても、積極的に検討中です。

当院は、常に新しい考え方をとりいれる努力をしております。地域の皆様と共に考えたいと思います。ご意見をお寄せください。

今まで以上の、ご支援とご指導をいただきますようによろしくお願い申しあげます。

創立50周年記念式典開かれる

事務次長　小熊　茂

（財）東京都医療保健協会練馬総合病院の創立50周年記念祝賀会を、平成１０年４月１１日（土）午後２時より、新宿京王プラザホテル・エミネンスホールにおいて総勢500人の参会者を得て開催いたしました。開会までの15分間を利用して、病院紹介ビデオを上映しました。午後２時より記念式典が始まり上野理事長と飯田院長の挨拶が行われました。

上野理事長は、練馬総合病院の創立時の思い出に触れながら、今日の隆盛を喜ぶと共に、参会者に対して、盛大な記念式典が開催できたお礼を申し述べました。

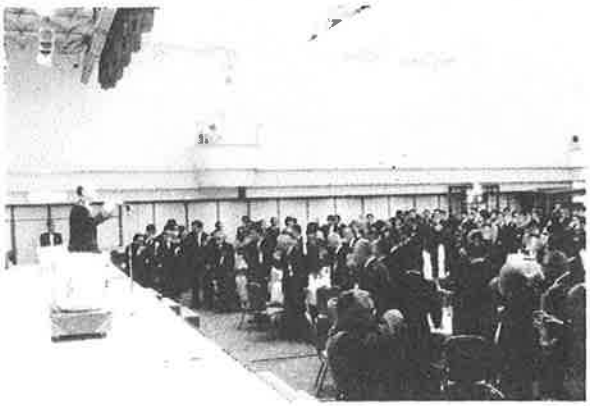
また、飯田院長は、故吉野清初代理事長夫人の吉野久米子氏が出席されていることを報告し、感謝の辞を述べました。また、病院の職員やＯＢだけでなく、練馬区、練馬区医師会、慶應義塾大学などはもとより、医薬品卸や金融機関などの関係者へのお礼を述べるなど、きめ細かい配慮の挨拶を行いました。

続いて近隣町会長を代表して山賀正道氏に理事長より感謝状の贈呈をいたしました。さらに、職員の永年勤続表彰、ＭＱＩ委員会、庶務課設備係の特別表彰を行いました。そして来賓の方々から温かい祝辞と励ましをいただきました。

岩波三郎練馬区長は、創立当時の思い出と、今後も急性期の医療を担う病院として期待し支援していきたいとのお話をいただきました。さらに辻時夫練馬区医師会長からも、練馬区の診療所と練馬総合病院、更に練馬区の病院と練馬総合病院の地域連携を期待する旨のお話をいただきました。

そして、秀島宏全日本病院協会会長より病院協会の会員職員に対する教育研修に尽力していただいているとの励ましのお言葉をいただき、また、竹内勤慶應義塾大学医学部長補佐からは、当院のＭＱＩ活動等の業務改善活動を参考にしたいとの身に余るご賛辞をいただき、更に今後とも慶應義塾大学として支援していくとの心強い励ましをいただきました。

荘進東京都病院協会会長からは、武蔵野病院が練馬総合病院と密接な関係にあったこと、病院会を通して様々な医療改革に取り組む飯田院長の活躍を評価いただきました。さらに吉田公一衆議院議員を初めとする衆議院議員、都議会議員、区議会議員の大勢のご来賓からご祝辞を受け、参加者の方々も地域の基幹病院としての練馬総合病院に寄せる期待の大きさを実感できたとのお言葉をいただきました。



鏡開きのあと、伊賀六一財団法人日本医療機能評価機構専務理事で慶應義塾大学医学部同窓会三四会会長の音頭で乾杯を行い、歓談となりました。にぎやかな会場で祝電披露が行われ、「みちのく兄弟」の歌と三味線で会場は更に盛り上がりました。

そして、当院自慢の技術力を活かして、最新のビデオプロジェクターとパソコンを使って、【練馬総合病院50年の歴史】の上映を企画情報室が担当し、創立当時の木造建ての写真や故吉野清初代理事長、上野徳次郎初代会長など、懐かしい写真に参加者から感嘆の声が聞かれました。

盛大に行われた式典も、あっという間に過ぎ、大石事務長より50周年記念に当たり、病院の先達方の努力に感謝する共にに今後一層の努力を誓って終了しました。

また、当院の50周年記念式典の模様は、練馬新聞、練馬経済新聞にも報道されました。

日本医療機能評価機構の
認定病院になりました

庶務課長　菊井　達也

平成１０年２月２７日に財団法人日本医療機能評価機構の訪問審査を受けました。病院創立50周年にあたり、その総括として機構の評価を受けて、医療の「質」とその「評価」を機能＝質の観点から再度見直し、「自己評価と他者評価を一致させ」て、練馬総合病院の新たな出発とするためです。

医療費抑制策に端を発した医療制度改革は今や奔流となり、かつて１万を超えた病院数が今や9千台を切ろうとしています。東京都２３区のような大都市の私的病院は、赤字続きの経営で、かろうじて存続しているものが数多いのが現状です。金融機関のビッグバンの中で今年度は相当数の病院閉鎖が予想されています。今や医療の質の向上と効率化は病院の生き残りをかけた至上命題であります。

財団法人日本医療機能評価機構は、医療施設の機能を学術的・中立的に評価するとともに、その結果明らかになった問題点の改善について助言し、相談に応じることを目的に設立されました。

事業内容は、

１．病院の機能評価
２．評価調査者（サーベイヤー）の養成事業
３．医療評価に関する研究・開発事業
４．医療評価に関する普及・啓発事業

です。

ともすると主観的で自己満足になりがちな医療界に対して、第三者による客観的な評価を通して、業務改善をすすめ、より良質な医療の提供をめざすこと目的として設立されました。

評価は、事前に評価機能調査票、施設基本表、経営調査票、部門別調査票の書類を提出し書面審査を受けます。

そして、その審査をもとに、評価調査者（サーベイヤー）が実際に病院を訪問して、職員に対する面接調査、院内の各部署の訪問、資料の確認が行われました。これらの審査の結果、各評価項目が概ね水準以上であれば「認定証」が発行されます。また、評価結果により改善が必要な問題点が明らかになった場合でも、病院が指摘された事項について改善に取り組んで成果が得られれば、認定証が発行されます。

機構の説明にもあるように、行政の指導や監査と異なり、保険医療機関の認定の取り消しや罰則はありません。あくまで、客観的な評価を通して、病院の質の向上の手助けをすることを目的としています。しかし、将来は認定病院とそうでない病院とでは、患者さんによる選択を受けたり、あるいは診療報酬に格差を受けることが予想されます。評価項目は一般病院は６つの大項目に分かれ、機構は理念を重視しています。病院の理念とは病院管理者の医療理念であり同時に経営姿勢です。単に理事長や院長室に掲げられている額の中の文章ではありません。組織とは一定の目的を達成するための集団活動であり、病院管理者によって理念が明確にされていないと、その組織は目的を失って窒息してしまう空気のようなものです。また、それはその組織の

構成員の姿そのものと言っても良いでしょう。機構はそのために訪問審査を行い、職員の実際の姿をみて確認します。換言すれば、理念の評価を受けるのは、病院管理者は当然ですが、実は病院の職員一人一人なのです。日本全国でも、認定を受けた病院は、まだ７０と少なく、練馬総合病院が進めてきた「職員の意識改革」と「医療における信頼の創造」の努力が評価されたと確信しています。

さらに、当院が展開している業務改善や医療の質向上活動は医療機能の評価が言われる前から、時代を先取りして活動しています。今回の受審はその活動の一端であり、業務改善や医療の質の向上活動は今後とも種々の分野で継続していく予定です。

認定に満足せず、皆様方にますます信頼される病院として努力する所存でございます。

～・～・～・～・～・～・～・～・～・～・～・～・～

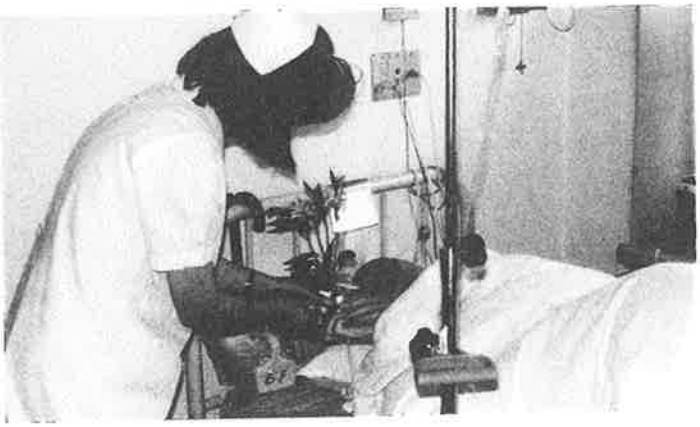
『看護週間を終えて』

看護部長　川畑　公子

平成３年から全国的に開始された「看護週間」と「ふれあい看護体験」。今年も当院では５月１１日～１５日までの１週間、「看護週間」の行事を盛りだくさん実施しました。

この間、外来には、お隣の旭丘小学校の生徒さん達が書いて下さった絵と習字が、あふれるほどにたくさん展示され、診察待ちの方々の心を慰めてくれました。

～　看護週間中に行われた行事を写真と共にご紹介します。～

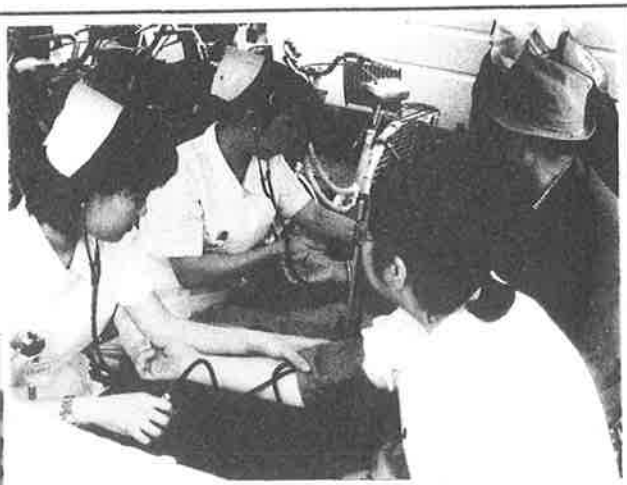


「入院患者さんへ
花の贈呈」

入院中の患者さん全員に「早く良くなって下さい」の看護婦の言葉を添えてお花をプレゼントしました。

「血圧測定・健康相談」

正面玄関横にテントを張り、看護婦が通行中の方々の血圧を測定しながら、要望に応えて、いろいろな健康相談をお受けしました。相談いただいた方は189名でした。



「救急蘇生教室」

練馬救急隊の方に講師に来ていただきました。一般の参加者９名、当院の新入職員約40名が、真剣に人工呼吸と心臓マッサージに挑戦しました。

「ふれあい看護体験」

３名の方（主婦、大学生、高校生）が体験に参加され、病棟で指導の看護婦と一緒に患者さんのお世話をさせていただきました。

「講演会・応急処置教室」

講演は飯田院長に「医療制度改革」、泌尿器科増田医師に「前立腺癌と前立腺肥大症」を話していただき、約50名の方が熱心に聴講して下さいました。増田医師の話は熟年の方には他人事ではすまされない切実な話題でしたので、時間を超過しての熱心な質疑がありました。病棟看護婦による「家庭で出来る応急処置」は、『喉にお餅が詰まってしまった・部屋の中で転倒し捻挫してしまった』を応急処置の実演でした。健康に関する知識を持つお手伝いが出来ることを嬉しく思いながら、私自身も皆様との触れ合いを楽しませていただきました。

看護週間の期間中、行事の都度たくさんの方々とお話をさせていただきました。本当に有り難うございました。

当院の診療科ご案内　Part. 1

診療受付時間と休診日

◆診療受付時間　（午前）８：００～１１：００　（午後）正午～１６：００
◆診療開始時間　（午前）９：００～　（午後）１３：３０～
◆休　診　日　土曜日、日曜日、祝祭日、年末年始

救急（時間外）外来の受診

◆当病院の救急外来は、休日や診療時間にかかわらず終日診療していますので、受診の際は、受付または夜間受付にお申し出下さい。

科・曜日		月	火	水	木	金
内科	午前	古村 柳川	斎藤 五味	五味 鳥浜	渡邊 中尾	鳥浜 五味
	午後	中尾	中尾 藤井	柳川 三石（第３）	鳥浜	柳川 大木
小児科	午前	石井		林		佐々木
	午後		育児検診 （予約制）		前田	
外科	午前	高原 菊池	山本 村山	村山 飯田	菊池 高原	高原 山本
	午後				渡辺 （胸部外科）	
整形外科	午前	飛弾 王	王 大谷	飛弾 宮永	王 宮永	飛弾 宮永
	午後		森岡			松崎
皮膚科	午前	福永	和泉	福永	和泉	福永
	午後	和泉	和泉		福永	
泌尿器科	午前	増田	在原	在原	増田	増田
	午後	渡辺	在原	長谷川		
産婦人科	午前（産）	清水	南郷	清水	南郷	斎藤
	（婦）	斎藤	清水	斎藤	清水 南郷	南郷
	午後	斎藤	清水	斎藤	南郷	南郷
耳鼻咽喉科						
	午後		慶応	大野	慶応	
				補聴器外来（第２・４・５）		
眼科	午前	江本	江本	江本	江本	佐渡
	午後					
脳外科	午前	片山		近藤	近藤	

左記の担当表は七月一日現在の「外来診療担当表」です。担当医師の変更等は、各科外来、または受付にてご確認下さい。

★　理学診療科は午後も行っております。
☆　補聴器外来は、毎月第２・第４・第５木曜日午後２時３０分より行います。

当院の外来診療科を紹介・ご案内いたします。
皆様の参考にしていただき、少しでも身体に不安をお持ちの方は、早めの受診をお勧めします。

◎内　科◎

診療内容は内科全般にわたり、現在外来診療は常勤医４名、非常勤医師６名で行っています。週休二日制のため、月曜日から金曜日まで午前午後診療をしております。内科の病棟は６階と３階にあります。
常勤各医師の専門分野は次の通りです。

・五味副院長－消化器病学、消化器内視鏡学、画像診断、東洋医学
・鳥浜医長－成人病学、脂質代謝、糖尿病
・柳川医長－内分泌疾患、甲状腺疾患、糖尿病、高血圧症
・中尾医師－肝臓病学、糖尿病

非常勤医師の専門分野は次の通りです

・古村医師－一般内科
・三石医師－循環器病学、特にペースメーカー植え込み
・齋藤医師と大木医師－循環器病学
・渡辺医師－血液病学
・藤井医師－膠原病、特にリウマチ疾患

各医師、はそれぞれの所属学会の指導医、認定医の資格を持ち、高度の先進医療に取り組んでいます。また、学会活動も活発で、内科学会総会や国際学会にも演題を出して、日頃の研究の成果を発表しています。

今後とも内科医一同、地域の皆様に質の高い医療を提供できるように努めていきたいと思っています。

◎外　科◎

病院へいらっしゃるのは、よほどの事があるからでしょう。

自分の体調が思わしくないとき、病院へ行ってもどの科にかかっていいのかわからないことが多いと思います。それは当然のことです。医師の間でも病状によっては、どの科の病気か相談し、知恵を絞り合った結果治療することがあるからです。また二つ三つの科にまたがった病気も少なくありません。

例えば、排便時にお尻から血が出るとき「これは外科にかかった方がいいのだろうか。切らなければ治らないだろうか…。切られるのは嫌だから、もう少し我慢しようか。」などと悩みは深まり不安もつのります。しかし、外科にかかるとき、すぐ切られる訳ではありません。私たちは人の体にメスを加えることの重大さ、恐さを知り抜いています。どうしても切らなければ治らない場合、それが最善の治療法である時のみ、じっくり相談した上で切除する方法を選ぶよう心掛けております。

また最近は、切らずにカテーテルを使って治す方法が従来の外科手術に取って代わった病気もあります。当院には、その専門の放射線診断部の医師が慶應義塾大学から来ております（interventional radiology）。胆石なども、従来のようにお腹を大きく切り開いて取るのではなく、わずか５㎜～１㎝位の太さの管を入れて取り出す方法を早くから行っております（内視鏡下胆嚢摘出術）。

私たちに何でも相談して下さい。「皆様の練馬総合病院」としてお気軽においで下さい。私たちも、しっかり勉強してお待ちしております。そして皆様方のお申し出に応えられるよう、設備や内容の充実に鋭意努力したいと念じております。

◎ 整形外科 ◎

整形外科は主に手脚や背骨などの運動や姿勢に関わる器官についての病気や怪我を診察、治療します。３名の常勤医師の他、大学から派遣された３名の非常勤医師で診療にあたっています。診療時間は月曜から金曜の午前中の他、火曜、金曜は午後の外来も開いています。患者さんの症状は腰痛をはじめ膝、肩など関節の痛み、肩こりや手足のしびれなど様々です。打撲や捻挫、骨折、擦り傷、切り傷などの怪我の患者さんも多くこられます。

人体には自然治癒力があり、放っておいても自然に治るものが少なくありません。しかし、たいしたことがないからと放っておくと後で厄介なことになる怪我や病気があることも事実です。また、痛みは身体の異変を示すサインでもあり、それが糸口となって隠れた病気が見つかることも度々経験します。そのような疑いがある場合は、内科、外科など専門分野の科の診察にまわっていただくこともあります。

日本人は昔から薬好きといわれてきましたが、近頃は意識がずいぶん変化しました。中には「原因が解ればいいので痛みは我慢するから薬はいらない」と、はっきりとおっしゃる方も多くなっています。つまり、痛みを和らげるだけでなく、患者さんは自分の身体についての情報が欲しいということが解ります。

診察する側も同じで、患者さんについての必要且つ充分な情報が治療には欠かせません。時には立ち入ったことをお聞きする場合もあるかもしれません。それには患者さんと職員との信頼関係や意識の疎通がとても大切です。少しでも疑問な点がありましたら遠慮なくお気軽に担当職員にお尋ね下さることをお願いいたします。

◎ 皮膚科 ◎

現在、皮膚科は常勤医２人（和泉及び本年７月より新任の福永）で一般外来は月・火・木曜の午前および午後、水・金曜日は午前のみです。また、この他の空いている時間帯に手術、生検を行っています。

一般外来で一番多いのは、他の病院と同様に湿疹、皮膚炎群、次に白癬（いわゆるみずむし）となっています。その他、良性の皮膚腫瘍、ウイルスや細菌による感染症などが多く見られます。これらの疾患に対して種々の検査や最新の治療法を取り入れ、早く治し、且つ原因を追及する能力を高めております。また、皮膚腫瘍については、美容的にも満足していただけるように治療していますが、特に年齢的変化によって生じたイボやある種の血管腫は最近購入した機器により外来で非常に簡便に且つきれいに治療できるようになりました。

一方、入院患者で一番多いのは帯状疱疹です。症状が軽ければ外来でも治療可能なのですが、一定の基準以上の症状を示す場合は、神経痛をはじめ様々な後遺症を残すことがあるため、入院を勧めています。また、不幸にも頑固な帯状疱疹後の神経痛を発症してしまった患者さんに対しては電気治療を組み合わせた治療法を行っており好成績を収めています。

その他の疾患に於いても、様々な方法を取り入れていますが、今後とも最新の治療を吟味し、良いものは積極的に取り入れて行きたいと思います。

◎ 泌尿器科 ◎

泌尿器科は尿の産生から排出までの臓器の病気を治療する科です。具体的には腎臓、尿管、膀胱及び前立腺に発生する疾患を治療しております。

現在、常勤医は２名、非常勤医２名及び看護婦２名で外来診療を行っています。外来診療は月曜～水曜日までは午前と午後行っており、木曜と金曜は午前のみとなっております。

最近では高齢化社会に伴い、前立腺肥大症による排尿障害が増加しております。また、前立腺癌も欧米並に着実に増加しております。米国では男性ガンの発生率で第１位、死亡率では肺ガンに次いで第２位を占めています。我が国でも年間１万人近くも発生しており、この１０年間で２倍以上になっており、社会の大きな問題となりつつあります。

前立腺ガンは早期には自覚症状は全くありません。そこで、できるだけ早期に発見し、早期に治療するためには積極的に前立腺ガン検診を受けることが重要です。当科では現在、前立腺ガン特殊外来は開設しておりませんが、今後は地域の要望に応えていく予定です・その他に女性に於ける尿失禁などの排尿障害に対し投薬治療や手術治療を強化していきたいと思っております。

◎ 眼　科 ◎

眼科は、月～金曜日の午前中に診療を行っています。

常勤医師は１名、金曜日の担当に非常勤医師が当たっています。

◎ 産婦人科 ◎

産婦人科には、清水副院長をはじめとして、斎藤医師、南郷医師の３人の常勤医が在籍しています。産科全般と人工授精及び体外受精を含む婦人科全般の治療を行っています。

外来診療は、月曜から金曜まで午前及び午後とも診療を行っており、土日及び休日と夜間も救急指定病院であることから、月経困難症や骨盤腹膜炎で救急車で搬送されてこられる患者さんや近隣の開業医の先生から依頼され送られてくる急患に対して、２４時間体制で対応し、診療を行っています。また、常勤医が常に当直あるいはオンコール体制をとっていることと、夜間や休日でも検査及び手術体制が整っていることから、緊急の帝王切開手術や卵巣出血や卵巣嚢腫茎捻転などの緊急手術を要するものに対して、迅速な対応ができます。大学病院及び近隣の開業医の先生方とは密な連絡を取らせていただいており、病診連携の点でも良好な関係を築き上げています。

今後も、地域医療の担い手としての責任を自覚し、常に研鑽に努めていきたいと思います。

ここで紹介できなかった
その他の診療科には

◎ 小児科 ◎

◎ 脳外科 ◎

◎ 耳鼻咽喉科 ◎

があります。

近況報告

事務長　大石　洋司

戦後最大の不況と言われています。どの企業も大変苦しい経営を強いられています。医療界も例外ではありません。今年４月の診療報酬改定はマイナス改訂という厳しい内容でした。そんな中で当院は皆様のご支援のお陰で経営を維持することが出来ております。深く感謝いたしております。

当院は今年５０周年を迎えました。３月に記念シンポジウムを練馬文化センターで開催いたしました。講師に財団法人日本医療機能評価機構理事、元済生会中央病院院長の伊賀六一先生と日本医科大学助教授の高柳和江先生をお招きしました。４月には記念式典と祝賀会を新宿京王プラザホテルにおいて開催いたしました。岩波三郎練馬区長、辻時夫練馬区医師会長をはじめ多数のご参加をいただきました。また５月には５０周年記念誌を作成いたしました。

下記のロゴマークも作成いたしました。５０周年の記念行事を無事終了出来たご報告とあらためて皆様のご協力に感謝いたします。

今年の２月２７日に財団法人日本医療機能評価機構の審査を受けましたが、６月に認定証発行の通知をもらいました。まだ全国でも70前後の病院しか認定を受けていません。また６月から看護体制を新看護体制の2.5対1、10対1のＡ加算に引き上げました。これは看護婦、准看護婦、看護助手の合計（看護要員といいます）が入院患者さん２人に１人の割合で配置されていて、民間では最上級の看護体制です。今後とも医療の質の向上をめざして努力してまいりますので、よろしくお願いいたします。

ロゴマークについて

企画情報推進室
古市　英俊

●コンセプト●

①練馬総合病院＝N.G.Hがわかる
②練馬総合病院の存在感を示す
③病院の連帯感・地域との連携を表す
④情報発信・先進性・向上心を表す

このロゴマークは、Nerima-General-Hospitalの頭文字をイメージ化したものです。病院の象徴として、練馬総合病院の名称が、誰にでもわかるものになっています。

ＮとＨを表す３本の縦線は、「診療」、「事務」、「看護」の３部門と、病院の重厚な存在感を表しています。また、上部の右上がりの切り込みにより、先進性、向上心を象徴しています。

Ｇを表す曲線は、病院３部門を融合する理念であり、情報システムである。さらに地域との連携や連帯感を表しています。

それぞれの価値が相互に関連し合い、医療の質向上をめざす練馬総合病院の姿勢を表現しています。

●● 帯状疱疹について ●●

皮膚科科医師　和泉　達也

帯状疱疹は、当院皮膚科入院患者の実に7割近くを占める疾患です。そこで今回はこの疾患にスポットを当てて詳しく述べてみたいと思います。

1）原因は？

水ぼうそうのウイルスです。多くの方は子供の頃に水ぼうそうにかかりますが、水ぼうそうが治った後もウイルスが体に潜んでいます。何かのきっかけで体の抵抗力が落ちてくると、また病気になってしまいます。これが帯状疱疹です。

2）きっかけは何？

強いX線、外傷、疲労（残業が続いた、旅行、看病疲れなど）、老化、免疫を抑制する薬剤の投与などによって体の抵抗力が落ちると、潜んでいたウイルスが活発になって症状が出ます。

3）どのような症状か？

体の左右どちらか一方に、チクチクするような痛みが起こります。この時点では、多くの患者さんは帯状疱疹よりも他の疾患のことを考えられる方が多いようです。

例えば腕だったら、整形外科的疾患ではないか、左胸なら狭心症ではないかと考え、実際に整形外科や内科を受診されてから皮膚科依頼になるケースも時にみられます。暫くするとその部分が赤くなってきます。最初は虫さされに似ていますが、その後、皮疹は赤い部分の上に水ぶくれをつくりながら増えていきます。こういった皮疹が顔、胸から背中、お腹などによくでき、神経に沿って体の片側に帯状に広がります。これがこの病気（帯状疱疹）の名前の由来です。また、この頃になると、個人差はかなりありますが、疼痛も強くなり、たいていの方はこの時期までに病院を受診していることになります。その後、この水ぶくれは黄色く濁って膿のようになり、さらにこれが乾いてかさぶたとなります。かさぶたが取れて治っていきますが、ひどいときは潰瘍になります。

4）治療は？

症状が出たら、できるだけ早い時期に治療を開始するほうが早く治ります。

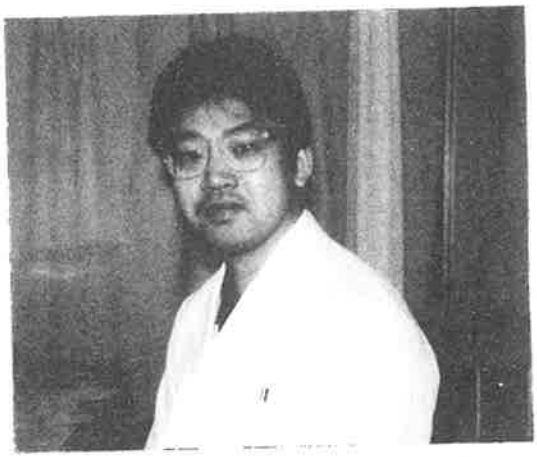
治療は、症状に応じて抗ウイルス剤、鎮痛剤、ビタミン剤などで治療します。皮疹が顔面にあるとき、痛みなどの症状が強いときは、入院の上点滴などの処置が必要になることもあります。

5）神経痛について

帯状疱疹になると最初は痛みますが、たいていは皮膚の症状が消えると同時に痛みも取れます。しかし、ときにはピリピリする焼けるような痛みやズキンとする痛み（帯状疱疹後神経痛）が続くこともあります。当院ではこのような場合、消炎鎮痛剤、抗うつ剤、血管拡張剤、漢方薬、電気治療などを組み合わせ、良い成績を収めています。

医師紹介

＊和泉（いずみ）　達也（たつや）



＊専 門…　皮膚科全般

＊好きな食べ物…　つまみ系

＊血液型…　A型

＊星　座…　牡羊座

コミュニティーコーナー Community

「子宮がん検診のお知らせ」

６月１日～８月３１日までの間、
練馬区の子宮がん検診が行われております。
実施場所・・・練馬区内の医療機関
申込方法・・・直接検診を希望する医療機関へ

★当院における子宮がん検診★
産婦人科外来
月曜～金曜日　午前８：００～１１：００　午後１２：００～１６：００
直接②番受付か総合案内にお越し下さい。

今後、当院で行われる予定の検診をお知らせいたします。
詳しい内容は、期間近くになりましたらもう一度、皆様にお知らせいたします。

＊９月１日～　９月３０日　練馬区　乳がん検診
＊９月１日～１１月３０日　練馬区　高齢者・成人健診
＊９月７日～１０月１７日　板橋区　高齢者・成人健診
＊５月８日～１１月３０日　中野区　高齢者・成人健診

新任医師・看護副部長の紹介

（皮膚科医師　福永（ふくなが）　麻紀（まき））

７月１日付で、前任の甲斐医師に代わり皮膚科で働かせて頂くことになりました。

大学卒業後、２年間慶應義塾大学病院で研修し、その後今年の６月まで浦和市立病院に勤務し、皮膚科全般にわたって外来診療、手術、病棟診療に携わってきました。

私は出身が練馬区（桜台）なので、この病院のある江古田にも小さい頃から慣れ親しんでおり、今回練馬総合病院に勤務することになったのも何かの縁だと嬉しく思っています。まだ医師としては学ばなければならないことが多いのですが、少しでもこの病院のお役に立てるようにしたいと思います。どうぞ宜しくお願いいたします。

～・～・～・～・～・～・～

（外科医師　下島（しもじま）　直樹（なおき））

皆さん、初めましてこんにちは。外科研修医として5月1日より着任いたしました下島です。私は、昨年３月に慶應義塾大学医学部を卒業し、１年間、同病院にて外科（一般消化器外科、心臓大血管外科、呼吸器外科、小児外科）及び麻酔科の研修を積んできました。２年目となる今年は、当院外科病棟にて入院患者さんの手術を初め、術前、術後管理、諸検査等に携わるのみならず、抄読会、カンファレンス、さらには学会への症例報告と、幅広く勉強させていただいております。

スタッフの先生方、コメディカルの方に恵まれ、いつも助けられてばかりの毎日ですが、やる気、体力、好奇心はあると自負しておりますので、この１年間、何卒宜しくお願いいたします。

～・～・～・～・～・～・～

（看護副部長　姫野（ひめの）　憲子（のりこ））

５月20日から看護部の副部長として勤務いたしております姫野憲子でございます。時折り「珍しい名前ですね」言われますが、故郷の富山県新湊市ではそう珍しくない苗字です。住まいは栃木県小山市です。人によっては遠いなあと感じられますが、前の勤務地が大宮だった関係か、時間的な苦痛はないものの、池袋駅での人・人・人には驚き、今だに人の流れに乗れず戸惑っている毎日です。しかし、江古田駅を降りると生活感あふれる商店が軒をならべ、暖かい親しみ感じております。

勤務してまだ日が浅いものの、練馬総合病院では、全職員が一丸となり、地域の皆様に信頼され、選ばれる病院を目指して躍動している意気を感じています。その中の看護部は、自分自身はどうあるべきか。50年の歴史の中で育てられてきた長所を受け継ぎ、「看護の心と技」が一層育ち、大切にする気持ちを見失わず、地域の皆様に満足していただける医療の一役を担うことができるよう、一歩一歩努力したいと思います。微力ですが飯田院長はじめ諸先生方、他部門・看護部の皆様方、そしてこれから出会う地域の皆様方、どうぞよろしくお願いいたします。

く／す／り／の／話

● 女性ホルモン剤について ●

女性ホルモンには、生理作用の異なる卵胞ホルモン（エストロゲン）と黄体ホルモン（プロゲステロン）があります。薬剤として、卵胞ホルモン製剤、黄体ホルモン製剤、卵胞・黄体ホルモン配合剤があります。

1） 卵胞ホルモン製剤

卵巣機能不全や下垂体機能低下による無月経、閉経後のホルモン補充療法（HRT）として、主に骨粗鬆症の予防・治療、更年期症状（のぼせ、火照り、冷え、頻脈等）の治療に用いられます。他に、腟炎、乳汁分泌抑制、月経困難、機能性出血などでも使用されます。

ホーリン錠・プレマリン錠

ホーリンＶ錠（腟坐薬）

※副作用として、血栓性疾患、子宮内膜に対する発癌作用等の報告があるため、大量投与や長期連用は避けます。しかし、現在ではホルモン補充療法（HRT）として継続使用する場合は、黄体ホルモン製剤を併用することで、そのリスクが減少することが判明し、臨床効果も定着してきています。

2） 黄体ホルモン製剤

妊娠成立の際には、卵胞ホルモンと協力して受精卵の着床・発育に働き、妊娠の成立と維持に働きます。排卵には、抑制作用（妊娠時）と促進作用（エストロゲンの作用下）の二面性を持っています。

デュファストン錠・

プロベラ（2.5）錠

黄体ホルモン製剤は、卵胞ホルモンとの併用でその効果が増強されます。女子性腺機能低下症や閉経後骨粗鬆症の補充療法で、卵胞ホルモン製剤と併用します。

3） 卵胞・黄体ホルモン配合剤

１錠の中に、卵胞ホルモンと黄体ホルモンの2種類のホルモンが含まれています。

機能性出血、月経異常、不妊症の治療に使用されます。

ロ・リンデオール錠

※欧米における経口避妊薬（ピル）のほとんどはこの合剤です。ピルは日本では避妊薬としてはまだ認可されていないのが現状です。含まれるホルモン量により、高用量ピル、中用量ピル、低用量ピルとよばれます。現在、婦人科疾患治療目的に使用される混合ホルモン剤は、中高用量ピルに相当します。低用量ピルは、研究と開発が進み日本で現在申請中となっています。

◆ホルモン剤は、規則正しく服用しましょう。血液検査をはじめ、婦人科検診などのチェックも大切です。

検／査／の／話

● 耳の構造と機能 ●

耳は音波を受け入れる受容器であり、受け入れた音の情報を電気的エネルギーに変換し、脳の聴覚中枢に送る働きをします。このエネルギー変換は、内耳にある毛細胞で行われマイクロホンと同じ働きをします。聴器には伝音機構と感音機構があります。

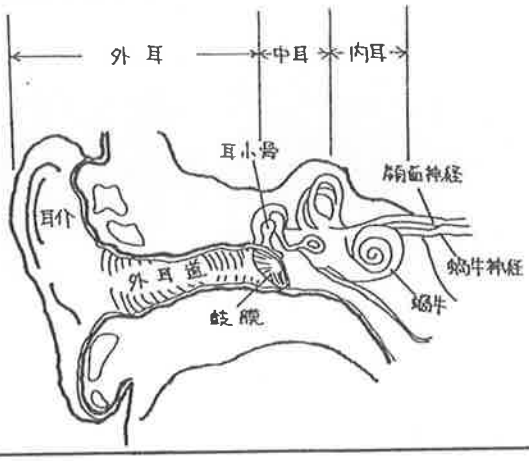
伝音機構とは・・・

外界からの音波は空気の振動であり、そのエネルギーは非常に小さいので、これを能率よく毛細胞まで伝達する必要があります。この働きをするのが伝音機構で、外耳と中耳すなわち、耳介、外耳道、鼓膜、耳小骨、両内耳窓の器官があります。

感音機構とは・・・

内耳の毛細胞で電気的エネルギーに変換された情報は、蝸牛神経を経て聴覚中枢に導かれます。感音機構の末梢部は毛細胞、蝸牛神経からなり中枢部は、聴覚中枢部、大脳皮質聴覚領から成ります。

このように、外耳ではじまり、大脳皮質の聴覚領に達するまでの聴覚に関与する器官を総括して聴器と呼び、外耳、中耳、内耳の大部分は側頭骨の中に内蔵されています。伝音機構の障害で起こった難聴を伝音難聴、感音機構の障害で起こった難聴は感音難聴と呼ばれます。



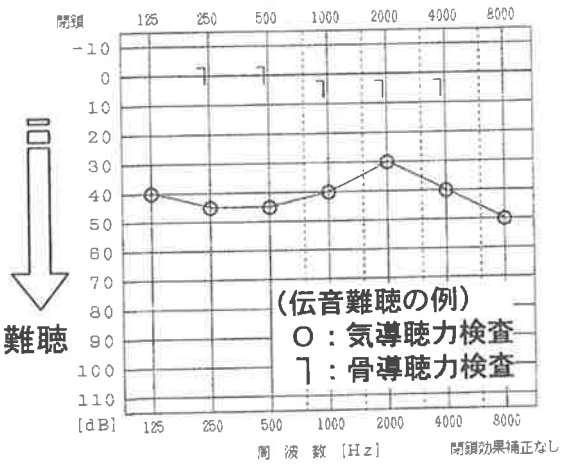
聴力検査は、空気伝導音による聴力レベルの測定（気道聴力検査）と骨伝導音による聴力レベルの測定（骨導聴力検査）を行います。

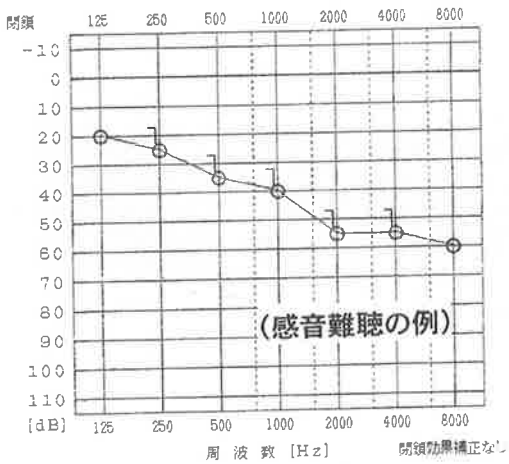
気導聴力検査のみ異常値の場合、外耳、中耳付近に何か原因があるのではないか疑います。

例）耳垢によって外耳道がふさがれる
　　耳垢栓塞

気導、骨導聴力検査両方が異常値の場合、蝸牛神経などがある内耳付近の異常を疑います。

例）メニエール病、老人性難聴





―シリーズ健康―

● 生活習慣と肥満について ●

いつでも、どこでも、何でも手に入る飽食の時代。美味しい物の誘惑の多い今日。あなたの体重、気になりませんか？

止められないスナック菓子、水代わりに飲むジュース、会社帰りの“もう一杯”、テレビを見ながらのお茶菓子などの習慣の中で、知らず知らずのうちに体重が増え、気がついたときには5～10kg増えてしまった。こんな経験をお持ちの方も、いらっしゃるのではないでしょうか。

また、極端なダイエットの反動でダイエット前よりも体重が増えてしまった。という方もいらっしゃると思います。このように適正体重を維持することは、なかなか難しいものです。しかし、肥満はいろいろな病気を引き起こす要因があるため、正しい食習慣を身につけ、予防していくことが健康維持の基本なのです。

肥満とは、体に脂肪が正常以上に蓄積している状態で、運動による筋肉の増加や浮腫による体液の増加のための過体重は肥満とはいいません。体脂肪は、脂肪組織に貯えられている脂肪細胞の数と脂肪細胞が含む脂肪の量で決まります。

＊子供の肥満
　増殖型：脂肪細胞の数が増える
＊成人の肥満
　肥大型：脂肪そのものが大きくなる
＊思春期の肥満
　増殖型と肥大型の両方

それでは、なぜ太るのでしょうか。

過食は食事の量を調節する食欲中枢の異常やストレスなどが原因しているといわれます。消費エネルギーより摂取エネルギーが多くなると余分なエネルギーは脂肪に変わり貯蔵脂肪が増え、太ってきます。

また、食べ方の誤り（どか食い、まとめ食い、早食い）や遺伝、運動不足なども太る原因になります。

次回は「肥満予防と食事の摂り方」についてです。

◇ お料理コーナー ◇

ところてんとキュウリの酢の物（２人分）

：材料

	ところてん	２００ｇ
	キュウリ	８０ｇ
	ザーサイ	２０ｇ
@	しょう油	小１と1/3
@	酢	大１と2/3
@	だし	大１と2/3

：作り方

① ところてんは水で洗い、食べやすい長さに切る
② キュウリは縦半分に切り、斜め薄切りにする
③ ザーサイは水で洗い、細く切る
④ @を混ぜ①～③を和える

健康なんでも Q&A

このコーナーでは病気や健康について皆さまから寄せられた身近なご質問に当院の職員がそれぞれの専門の立場からお答えします。

ご質問等は練馬総合病院広報委員会宛に直接郵送、E-MAILするか、院内のご意見箱に投函ください。

Q 毎月、生理が始まると寝込むほど生理痛が強く、痛み止めの薬を内服しています。最近、痛みも強くなり薬の量も増えています。何か子宮の病気が潜んでいるのではないかと心配です。

２１才　女性　会社員

A 月経困難症の原因は大きく分けて、機能性と器質性の二つがあります。

子宮頚管部が狭く月経血の通過に子宮筋の過度の収縮を必要とするために起こるのが機能性の月経困難症です。妊娠、出産の経験のない方に多く見られます。この場合は鎮痛剤、鎮痙剤を使用します。

器質的原因の代表としては子宮内膜症があります。この病気は子宮内膜が子宮筋肉内や子宮から離れた場所に発生し、そこで増殖し月経時に出血する病気です。そのために月経痛は次第に強くなり、更に進行すると腰痛、下腹部痛、性交痛などが出現します。

日常生活に支障が出てきたら治療が必要となります。治療には薬物療法と手術療法がありますが、薬物療法が優先されます。ホルモン剤による約六ヶ月間の治療を行い、多くの人々では症状の改善が見られます。しかし、治療後数ヶ月から数年で再発する方もいます。その際には、再度薬物療法を行います。薬物療法で効果が認められなくなると手術療法を行います。

いずれにしても、どのような原因で月経痛が強くなっているのかを判断するため、産婦人科を受診することをお勧めします。

産婦人科医師　清水　謙一

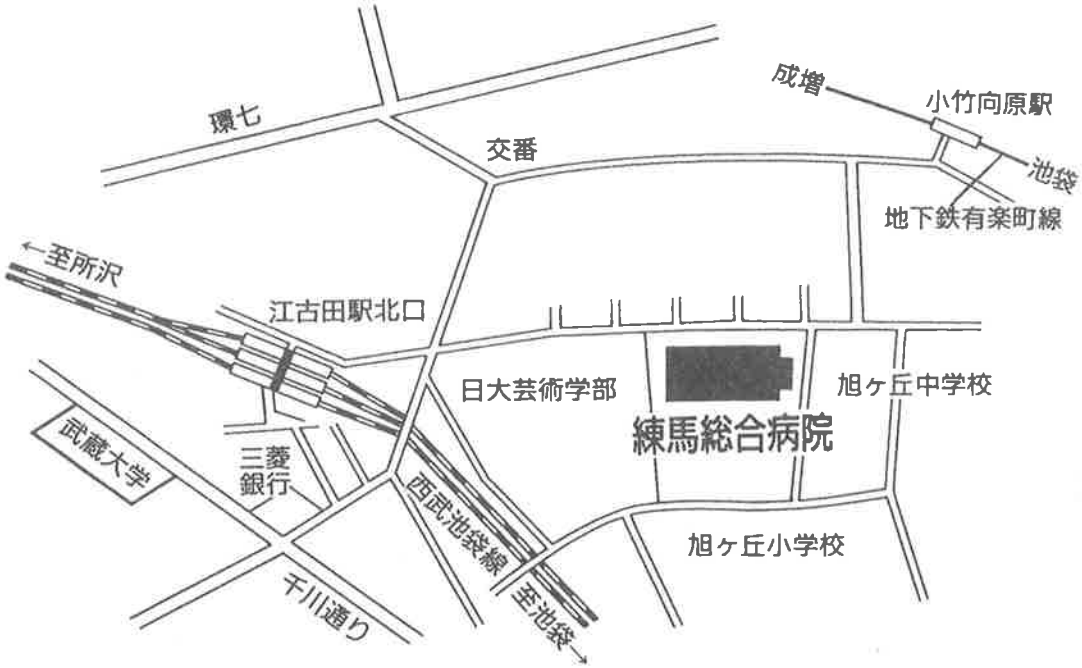
Q 喫煙室が少ないので不自由しています。もっと喫煙できる場所を増やして欲しいのですが。

３６才　男性　会社員

A 当院では原則として全館禁煙とさせていただいています。最近では駅のプラットホームのような開放的な場所でも終日禁煙とする場所が増えています。病院のように屋内では全面禁煙にすべきと思っています。しかし、どうしても喫煙したいという方もいらっしゃるので、喫煙場所を外来に１カ所、各病棟のエレベーター前に１カ所ずつ設けています。それぞれの喫煙場所には排煙の機器を設置して、煙が他の場所に拡散しないように配慮しております。喫煙される方から「喫煙の権利」という主張がされますが、煙は拡散します。歩行喫煙であってもそばを通る人は煙を吸ってしまいます。やはり「吸いたくない権利」を尊重するために現在の制限はやむを得ないと思っています。

事務部　庶務課

当院へのご案内



交通：電車	■西武池袋線	江古田駅北口	徒歩　５分
	■地下鉄有楽町線	小竹向原駅④出口	徒歩１５分
バス	■中野駅北口より関東バス	江古田駅行き	徒歩　８分

編・集・後・記

今年は医療機能評価の受審と認定、創立５０周年記念事業の展開と喜ばしい記事が続いております。また、質の向上を目指して当院のＭＱＩ活動も進んでいます。今回は各外来診療科の紹介をしましたが不明な点は遠慮なくお尋ねください。

「ﾊﾛｰﾎｽﾋﾟﾀﾙ」：第２８号
平成１０年７月１日発行
発行／編集
(財)練馬総合病院　広報委員会