

みんなの けいびょうニュース

2015.4
vol.26



診療科紹介

～急な病気や怪我に病院ができること～

ER診療にお任せください!

人間ドック

DATAで解明!



心臓病のすべて



けいびょうの 医



病理技術
の世界

母乳育児
「ラクテーション」



リハビリ情報局

目指せ!肩こり解消!

誰でも簡単にできるストレッチ!

受賞記念

けいびょうニュース作成の
舞台裏に潜入!



Keibyo
News

ぶつけた所が痛いっ!
急に高熱が出たっ!

24時間救急医療体制

ER診療にお任せ!!!

急な病気や怪我に、病院ができること。



ER診療とは
何ですか?

大阪警察病院は大阪市のほぼ中心部に位置し、救命救急センターをはじめ、心臓センター、脳卒中センターなど、特に緊急度が高く、高度な救命処置が必要とされる方への対応も行う三次救急医療機関です。しかし、高度救命処置の必要性がなくても、突然の病気や事故など、救急診療を必要とする皆様に対応するために、平成20年4月よりER・総合診療センターを設置しました。ERとは

Emergency Room
緊急 処置室

の略で、本来は救急診療室を意味する言葉ですが、現在は救急診療そのものを意味する言葉として使われており、海外ド



ラマなどでご存知の方も多いかと思いますが、社会背景の違いもありますが、ERシステムが日本よりも浸透している米国(とくに北米)では、救急医は救急部門(Emergency Department)における外来診療のみを行うエキスパートで、救急部門を受診した場合には、疾患の種類や重症度を問わず、初期治療をすべて救急医が行っています。



ER診療の
背景と現状

日本では救命救急センターを中心に、各々の救急病院ごとに機能と役割分担がなされてきましたが、高齢化とともに救急医療を必要とされる方々も年々増加してきており、医療機関が集まる都市部においても、救急部門には連日多数の傷病者が搬送されてきている現状があります。



実際にどのくらい
来院していますか?

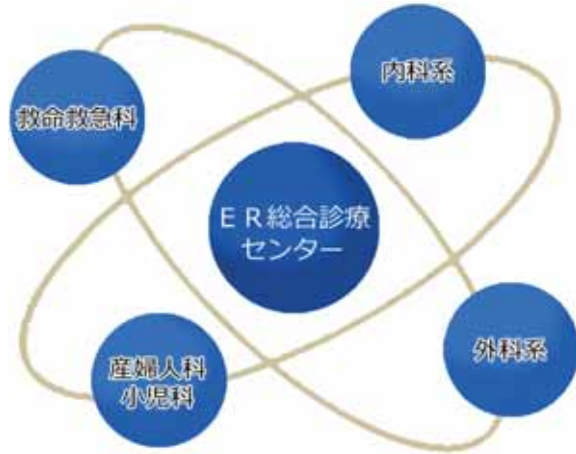
このような背景の中、日本でもER型救急医療のニーズが高まり、東京都ではすでにER型救急医療を展開する医療機関も増加しつつあります。
大阪警察病院 ER・総合診療センターは、日本におけるER診療の先駆けとして、ここ大阪から全国に日本型ER診療体制を発信し、ひとりでも多くの救急診療を必要とする皆様に貢献していきたいと考えています。

中心として診療を行い、必要に応じて各科専門診療科へコンサルトを行う方式で、発熱、胸痛、腹痛などを主訴とする内科疾患から、打撲、出血、骨折といった外傷疾患にいたる様々な緊急度の高い症例について、24時間体制で救急診療を行っております。

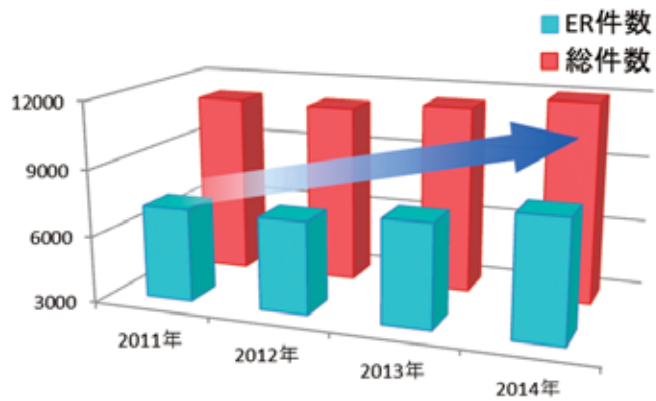


誰がどんな疾患を
診察してくれるの?

医療機関ごとにERの運営には様々な違いがありますが、当院ではERスタッフと後期臨床研修医、初期臨床研修医を



ER・総合診療センターでは、まずは生命に直結するような呼吸や血圧、脈拍などに異常を認めないかどうかをチェックします。そのうえで、様々な疾病に対して診断および初期治療を行ない、継続治療が必要な場合には、各専門診療科と連携してつなぎ目のない(seamless)医療を提供しています。



救急処置室4床、経過観察ベッド2床、診察室1室で、2013年度の救急部門の総診療件数は年間14,000件以上※、そのうちER・総合診療センターにおける救急診療件数も年間10,000件以上と年々増加傾向にあり、ER受診者の約30%が入院治療を要する重症例となっています。



当院ERの取り組みと
今後の展望

2014年10月より大阪大学医学部附属病院、多根総合病院、大阪府立急性期医療センターとの共同プロジェクトとして、日本型ER診療モデルの確立を目的として、米国より救急医を招聘し、ER診療体制のさらなる充実を図っております。救急診療に携わる医師や看護師、その他コメディカルなどを対象とした救急診療に関する実践的なレクチャーや、診療に従事する若手医師の指導にあたる指導者にもアドバイスをいただながら、(train the trainer)、米国のER診療の優れた部分を積極的に取り入れ、警察病院のER・総合診療センターは日々進化を遂げています。



あら、これ楽だわ!

たったひとりでOK!

レッツ肩こり軽減体操!

悪い姿勢や、運動不足、不適切な運動、無理な労働、ストレス、血行が悪いなどの原因により“肩こり”が発生します。今回は、道具を使わずに一人で簡単にできる肩こり軽減体操をご紹介します。



悪い姿勢



あごが前に出て
背中が丸く
なっているね

良い姿勢



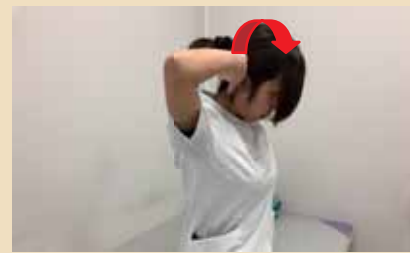
あごを引いて
背すじをピンと
伸ばそう!



STEP 1

あご引き・胸張り体操

両手を頭の後ろで組み、あごを引きます。頭の後ろから首にかけてストレッチします。続いて、胸を張って胸の筋肉のストレッチをします。この時、腰が反りすぎないように注意しましょう。



両手を頭の後ろで組み、あごを引く



前を向いて、胸をしっかりと張る

STEP 2

腕の押し・引き・回し体操

あごを引きながら両手を前に突き出して、肩甲骨の内側の筋肉をストレッチします。続いて、肘を曲げて腕を引き、最後にそのまま両手を上に向けて、胸の筋肉のストレッチをします。



あごを引いて、両手を前に出す



肘をまっすぐ後ろへ引く



そのまま両手を上に向けて

STEP 3

首横倒し・回し体操

首を左に傾けて右を向き、首から鎖骨についている右側の筋肉をストレッチします。続いて、首を左に傾けて左を向き、首から肩甲骨についている右側の筋肉をストレッチします(反対も行います)。



首を左に傾けて、右を向く



首を左に傾けて、左を向く

ONE POINT



ストレッチは各体操の時間を10~20秒とし、息を止めずに一定のリズムで行うのがポイントです。肩が凝り過ぎる前に体操し、習慣づけるようにしましょう!

これで明解っ!!



数字で見るER診療

地域の中核病院として24時間体制で市民の健康を守るER部門、さらにイメージを掴んで頂くためにわかりやすい数字で表現してみました!

ER・総合診療センター 部長 山本 傑

救急診療全体における
ER受診者の割合



70%

残りの30%は、救命、脳、心臓疾患に対する三次(重症)救急対応を行っています。

ERを受診した患者さんが
入院になる割合



30%

約30%の患者さんは入院を必要とする重症患者さんです。

時間外に受診される
患者さんの割合



70%

1週間では日曜日の受診者が多く、深夜・早朝を問わず多くの患者さんが受診されています。

救急車での
ER受診者の年間来院件数

3,446件



全搬送件数の65%以上がER・総合診療センターでの受診となります。

ER受診者の
大阪市内の受診者割合



84%

地域の中核病院として、市民のニーズに合わせて医療体制を提供しています。

ERの年間受診者数

10,045件



主な受診理由としては、急病や一般負傷、交通事故などがあります。



地域の救急医療に貢献致します

ERの1ヶ月受診者数

約860件



その内、約半数の400件が、病院初来院として受診されています。

まずはじめに!

まず、心臓の病気を見つけ出すための様々な検査を以下に示します。

血圧測定、聴診、心電図、胸部レントゲン検査、腹部超音波検査です。

オプション検査として、**心臓超音波検査、BNP(脳性ナトリウム利尿ペプチド)、胸部CT(コンピューター断層撮影)、ABI(足関節上腕血圧比)、頸動脈超音波検査**これらの検査は全て当人間ドックで実施できるものばかり。私たちは、心臓病の早期発見ため、万全を期しております!

心臓に関わる検査はこんなにも多岐に渡っているんですね。これを見るだけでも人間ドックが心臓病を重要視しているかがわかりますね!



高血圧にご用心!

次に、人間ドックで発見される心臓の病気について見てみましょう。

高血圧 不整脈 虚血性心疾患 心不全 弁膜症この中で最も多い疾患が一番上の「高血圧」です。これは測定した**収縮期血圧が140mmHg、または拡張期血圧が90mmHg以上**の場合に診断されます。

昨年データをチェック!

高血圧で、経過観察もしくは治療が必要だった人の割合は(昨年データ)は、**6.9%**。また、その時点で高血圧を治療中の方は **15.4%**でした。

★ 対処法

この高血圧、自覚症状こそあまりないものの、虚血性の心疾患や脳卒中等の原因となることもあり、適正な血圧管理が必要となります。

「不整脈」ってどんなの?

不整脈という言葉、みなさんも一度は聞かれたことがあると思います。心臓は筋肉で出来ており、収縮運動は1分間におよそ**50~100回**。これが体中に血液を送るポンプの役割を果たしているのですが、心臓の右上には弱い電気を出す「洞結節」という部分があります。そこから出た電気が心臓の中を流れると、その電気に反応して心臓が収縮します。この心臓の中の「電気が乱れ」を総称して「不整脈」と呼んでいます。



心電図波形



血圧脈波

なぜ心臓のリズムが乱れるの?心房細動と期外収縮の謎

脈のリズムが乱れる不整脈の原因は大きく分けて2つ。**「期外収縮」と「心房細動」**です。順番に見て行きましょう。

①**「期外収縮」**とは、通常の拍動よりも早い時期に、心室や心房(上室)から余分な電気刺激が発生し心臓を収縮させます。

②**「心房細動」**ですが、これは、精査や加療が必要な不整脈の中で、最も多い原因となっています。心房細動は、呼んで字のごとく、心房がこきざみに震えている状態です。これに伴って心室の収縮にも規則的なリズムがなくなり、脈拍は大きさも間隔も不規則なものになります。

昨年データをチェック!

①心電図検査を受けられた方の中で、**1.2%**に心室性期外収縮を、**0.9%**に上室性期外収縮を認め、その中で精査が必要な期外収縮は**0.3%**でした。

②心電図を受けられた方の**0.4%**に心房細動が認められました。

★ 対処法

①期外収縮は心臓の病気をもたない健康な人にも起こるもので、頻発や連発がなければ特に精査の必要はありません。もし、頻発や連発があれば、24時間携帯するホルター心電図検査や、心臓超音波検査などの精査が必要となります。

②心房細動になると、心房内の血液の流れが悪くなり、心房内に血栓が出来やすくなり、脳梗塞や全身の塞栓症の原因となります。そのため、心臓超音波検査などの精査や加療が必要となります。



大阪警察病院附属
人間ドッククリニック発!

人間ドックを受ける目的は大きく2つ。

①がんの早期発見。

②生活習慣病に起因する「心臓の病気」の早期発見。

今回は、心臓の病気について詳しく説明します!

循環器内科 澤田 玉季

新センター長ご挨拶

センター長 黒川 三佳

はじめまして、この4月から大阪警察病院附属人間ドックセンター長に就任しました黒川です。こちらに着任するまでは、大阪大学医学部附属病院や大阪厚生年金病院、住友病院で消化器内科医として勤務しておりました。主にウイルス性肝疾患ならびに肝臓の診断や治療に携わったり、近年は脂肪肝の患者が増加しており、肝臓病教室等を通して生活習慣病の患者様の診療にも従事してきました。

また、大阪大学大学院においては、ウイルス性肝疾患と肝臓についての研究も行っておりました。私の専門領域は、肝臓疾患、消化器内科一般ではありますが、高齢化が進む現代において、毎日の生活の質(QOL)の向上が重要であると改めて認識しており、肝疾患や消化器疾患という枠を超えて抗加齢(アンチエイジング)という観点からさまざまな疾患に向き合う必要性を強く感じており、このような分野においても、今後携わっていければと思っております。これまで、主に治療に邁進してきましたが、今後は病気を早期に発見し予防することで、皆様が健やかな毎日をお過ごしいただくためのお手伝いをさせていただければと願っております。

今回は、人間ドック受診者の検査結果を昨年のデータで分かり易くご説明し、それぞれの病気に対する対処法も解説頂きました! 心臓病にはどんな種類があるのか、どのようにしたら予防できるのか、詳しく見て行きたいと思いま〜す!

人間ドックナビゲーター



ホテルのような特別室 ゆとりのラウンジ ラグジュアリーな休憩スペース レディースコーナーもあります 直接来初で予約ができます



くつろぎの待合室 広々とした受付カウンター 大阪上本町駅から徒歩3分 6F受付

写真でみる!
**人間ドック
クリニック**

動脈硬化を判別せよ!

人間ドックで指摘される動脈硬化性の病気を以下に示します。虚血性心疾患以外に

●大動脈瘤や閉塞性動脈硬化症 ●頸動脈狭窄症

が挙げられます。大動脈瘤は胸部や腹部の大動脈が拡張し、大きくなると破裂の危険性がある疾患です。人間ドックでは、胸部レントゲン検査や腹部超音波検査で動脈瘤が疑われる場合があります。

閉塞性動脈硬化症は、下肢に血流を供給する動脈が狭窄や閉塞することにより、下肢の血流が不十分になり、歩行時に疼痛をきたす疾患です。人間ドックでは、下肢の血圧と、上肢の血圧の比(足関節上腕血圧比)をとり、下肢の血流の評価をしています。

★ 対応

①胸部レントゲン検査を受けた方の**0.4%**に胸部大動脈瘤を発見。腹部超音波検査を受けた方の**0.01%**以下に腹部大動脈瘤が疑われました。
②足関節上腕血圧比の検査を受けられた方の中で、下肢の血圧が低く、下肢の血流低下を疑われた方は**1.7%**。

★ 対応

①大動脈瘤が疑われた場合、CTによる精査が必要になります。
②閉塞性動脈硬化症が疑われた場合は、CTA(コンピューター断層血管造影)やMRA(磁気共鳴血管造影)、血管造影検査など精査が必要となります。

頸動脈狭窄症ってなに?

頸動脈狭窄症とは、頭部に血流を供給する頸動脈に動脈硬化性の変化を認め、進行すると脳虚血症状が出る疾患です。人間ドックでは頸動脈超音波を用いて、動脈硬化の程度や、頸動脈狭窄症の評価を行っています。



★ 対応

頸動脈超音波検査を受けられた方の中で、**3.6%**に中等度以上の動脈硬化性変化を認め**0.5%**に頸動脈狭窄が疑われました。

★ 対応

頸動脈狭窄が疑われた場合は、CTAやMRA、血管造影検査などの精査が必要となります。人間ドックには、頸動脈超音波検査や頭部MRI(磁気共鳴画像)・MRA、動脈硬化危険因子(高血圧・糖尿病・高脂血症)の評価を行う、脳ドックがあります。動脈硬化危険因子をお持ちの方は、脳血管疾患の評価のため、脳ドックをお勧め致します。

虚血性心疾患に迫る!

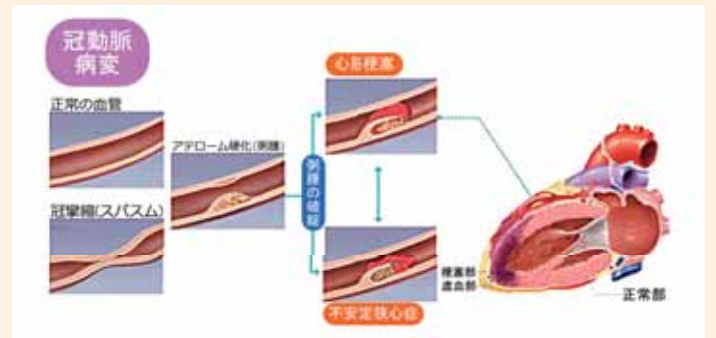
「虚血性心疾患」とは、心筋に酸素や栄養を含む血液を送り込む血管(冠動脈)が動脈硬化のため細くなったり、詰まったりして、心臓に供給する血液が不十分になる病気。自覚症状としては、胸部圧迫感・絞扼感・左肩の疼痛・下顎痛などが挙げられますが、無症状のこともあります。人間ドックを受診される方のほとんどは無症状ですが、心電図検査上、虚血を疑う結果が認められる場合があります。

★ 対応

心電図検査を受けられた方の**2.1%**に虚血性心疾患が疑われました。

★ 対応

虚血性心疾患が疑われた場合、心臓超音波検査や負荷検査、心臓CT検査、カテーテル検査などの精査を行い総合的な判断が必要となります。



弁膜症についてお勉強!

弁膜症もよく人間ドックで発見される病気の一つ。心臓の4つの部屋(左心房・左心室・右心房・右心室)の出口には、血流が逆流しないよう、それぞれに弁がついています。弁膜症とは4つの弁の狭窄(弁の開きが悪くなり、血液が流れるのに余分な抵抗がかかる状態)や閉鎖不全(弁の閉まり具合が悪くなり逆流が出る状態)を意味します。人間ドックでは、聴診で心雑音を聴取する場合に弁膜症が疑われ、心臓超音波検査で弁の狭窄や閉鎖不全を認める場合に、弁膜症と診断されます。

★ 対応

昨年超音波検査を受けられた方の中で、**2.5%**に弁膜症を認め、中でも大動脈弁閉鎖不全の方が多く**1.8%**を占めました。

★ 対応

弁膜症は初期には症状がでにくく、進行すると心不全症状などができます。心雑音を指摘された場合や、胸部レントゲン検査で心拡大を指摘された場合は、心臓超音波検査をお勧め致します。

心臓弁の異常は心臓超音波検査で発見できます。早期発見、早期治療したい病気ですね。



今回は、様々な心臓の病気を当人間ドックのデータ解説交え、ご紹介させて頂きました。私たち人間ドックで働くスタッフは、一丸となって、予防医療を推進し、健康的なライフスタイルを応援しています!



真心
澤田玉季

取材班 「澤田先生 ありがとうございました。最後に先生の大事にしている「言葉」を書いて下さい!」
澤田先生 「そうですね〜、やっぱり私は心臓専門なんで「真心」!。これからもドックで予防医療!共に頑張りましょう!

心不全てなんだろう...

心臓の動きが不十分な結果、生じた身体の状態のことを心不全といいます。人間ドックではどのような検査で心不全を見つけ出しているのでしょうか。実は、この病気、胸部のレントゲンで発見する事が多いんです。心臓に影の拡大を発見する場合はこの病気を疑います。



心陰影の拡大
(胸部レントゲン写真・正面像)

★ 対応

胸部レントゲン検査を受けられた方の中で、**1.8%**に影の拡大を認めました。また血液検査上、心不全を図るBNP(脳性ナトリウム利尿ペプチド)という血液検査で数値の上昇を認めることもあります。昨年BNPを測定した方の**3.3%**に70pg/ml以上のBNP上昇を認めました。

★ 対応

心不全が疑われた場合は、心不全の原因や程度を評価するために、心臓超音波検査による精査が必要となります。

心不全が、胸部レントゲンで発見できるのですね。



大阪警察病院人間ドッククリニック
ご予約ダイヤル **06-6775-3131**
警察病院 ドック 検索



24時間ネット予約対応



MRI・CTは自施設内完備



婦人科検査室



胃カメラ・大腸カメラ完備



マンモグラフィ



放射線検査室



ゆったりした診察室

写真でみる!
人間ドック
クリニック

医

「医」とは…
すぐれた技能を持つ人



臨床検査技師(細胞検査士)

病理技術科 係長

築山 あゆみ AYUMI TSUKIYAMA



「細胞」や「組織」など「病理」の世界をご紹介します!

「細胞診」は、病変部から吸引したり、擦り採った細胞を、スライドガラスに直接塗りつけ、その標本上に「がん細胞」があるかどうかを調べていきます。細胞検査士と細胞診専門医が、塗抹さ

「病理診断」には、①細胞診②組織診(生検、手術摘出臓器)③手術中の迅速診断④病理解剖等があります。

「細胞診」は、病変部から吸引したり、擦り採った細胞を、スライドガラスに直接塗りつけ、その標本上に「がん細胞」があるかどうかを調べていきます。細胞検査士と細胞診専門医が、塗抹さ

Q1 普段の業務について教えてください。
みなさんは「病理・細胞診断」という言葉をご存知ですか?少し聞き慣れない言葉かもしれませんが、「細胞や組織を採取して、顕微鏡で調べる検査」のことです。病理診断は、病理診断科の病理専門医(病理医)が診断します。適切な治療のためには適切な診断が不可欠で、「病理診断」は、最終診断として大きな役割を果たしています。病理診断には、組織標本を作製する必要があります。その標本作製や細胞診スクリーニングを私たち病理技術科の臨床検査技師が行っています。いわば、「元祖チーム医療」です。今回は私たち「病理の検査技師」が、どのような業務をしているかをご紹介します。

Q2 取得しようと思ったきっかけは何ですか?
きっかけは2年前に届いた母乳育児支援セミナーの案内状でした。私も当初は知らない言葉ばかりで長年の経験と古い知識だけで母乳指導をしていましたが、妊娠中からの妊婦指導はとても大切なことなので、「指導者がこのままではいけない!母乳育児に関して正しい知識をもっと学びたい!」と思い、勉強し始めました。母乳の成分や解剖学などの科学的根拠に基づいた知識を勉強することで、母乳に関して自信を持って説明で

Q3 母乳育児についてどのような考えをお持ちですか?
母乳で育てると、赤ちゃんを感染やアレルギーから守るだけでなく、予防接種への反応が良かったり、歯並びが良くなったり、知能の発達がよかったりと様々なメリットがあります。また、お母さんにもメリットがあり、子宮復古が早くなったり、妊娠前の体重により早く戻れたり、卵巣がん・子宮体がんや乳がんのリスクの低下につながると思われます。

Q4 どこで相談できますか?
当院では、分娩予約をしていただいた際に初期指導(妊婦指導)をしており、指導の中で母乳についての希望を聞き、母乳の利点などを説明しながら相談・提案しています。入院中は病棟助産師が個人指導を行い、1ヶ月健診の前には電話訪問をして赤ちゃんの状態やお母さんについてお話を伺っています。

Q5 印象に残っているエピソードはありますか?
第2子妊娠中のお母さんから第1子妊娠中に潰瘍性大腸炎を発症してしまい、内服薬が母乳に影響することの怖さから母乳を一滴も飲まなかったことが、非常に辛いものだったと伺いました。そのお母さんに対して、私の学んだ知識をもとに、産科医師や小児科医師・病棟助産師に情報提供をしたり、自分で相談できる薬センターを紹介しました。結果、医師の協力もあり、お母さん自

Q1 組織の下処理(固定・切り出し)について説明します。
採取した組織は、そのままでは腐敗して判断できなくなるため、ホルマリン液で腐敗を防ぎます。(固定)と言います。標本にしたい部分を3~5mm厚にします。(切り出し)と言います。

Q2 組織を薄くスライスします。(包埋・薄切)
顕微鏡で観るための標本にするには、2~3mmの厚さに組織を薄くするスライスする必要があります。軟らかい状態では、薄く切

Q3 染色・封入
そのままの組織は無色・透明で、顕微鏡で観察するには、染色が必要で、通常は、ヘマトキシリンエオジン染色(H&E染色)で、核をヘマトキシリンで紫色に、細胞質をエオジン染色にてピンク色にします。必要な症例は、特殊染色や免疫染色を追加します。細胞診では、H&E染色ではなく、バニロウ染色をしています。通常は、以上の手順となりますが、手術中にリンパ節や切除断端を検索し、術式変更の必要がある状況では、術中迅速診断を行います。

Q4 薄切作業中
この作業は、全て科学的根拠に基づいていますが、母乳があまり出ない方もおられますし、全てのお母さんが母乳育児できるというわけではありません。もちろん母乳だけで育てなければいけないという「育児の強制」ではなく、私たちのような支援者が正しい科学的知識を持った上で、お母さんの意志を尊重し、笑顔で楽しい育児をしてもらいたいと思います。

メッセージ
私たち病理は、患者さんと直接接することはありませんが、少しでも早く、正確な情報をお伝えできるよう、部署全体で努力しています。「縁の下での力持ち」として日々業務に前向きに取り組んでいます。

Q3 1日の検査依頼は?
診療現場からは、胃や腸など、全科に渡り、様々な組織の検査依頼が届きます。その数は、毎日50~60件。手術材料は、どこまでがん化しているかを細かく調べる必要があり、標本は1件50枚を超える事もしばしばあります。大事なものは、「病理専門医が、診断しやすいような標本作製すること」これに尽きます。

最後に
「騎当千の医療者たれ」
私の師匠から頂いた言葉で、座右の銘としています。

医

「医」とは…
すぐれた技能を持つ人



国際認定ラクテーション コンサルタント(IBCLC)

産婦人科外来 助産師

橋下 里美 SATOMI HASHISHITA



母乳育児の専門資格で頑張るお母さんを応援します!

この度、国際認定ラクテーション・コンサルタントの資格を取得された橋下主任助産師さんへ、母乳育児について聞いてきました!

Q1 国際認定ラクテーション・コンサルタント(IBCLC)とは、どんな資格ですか?
「国際認定ラクテーション・コンサルタント」(以下IBCLC)は、母乳育児を成功させるために必要な、一定水準以上の技術・知識・心構えを持つヘルスケア提供者であり、いわゆる「母乳育児を支援する専門家」のことです。国内ではまだ珍しい資格ですが、IBCLCは世界96カ国で母乳育児の支援活動を行っています。

Q2 取得しようと思ったきっかけは何ですか?
きっかけは2年前に届いた母乳育児支援セミナーの案内状でした。私も当初は知らない言葉ばかりで長年の経験と古い知識だけで母乳指導をしていましたが、妊娠中からの妊婦指導はとても大切なことなので、「指導者がこのままではいけない!母乳育児に関して正しい知識をもっと学びたい!」と思い、勉強し始めました。母乳の成分や解剖学などの科学的根拠に基づいた知識を勉強することで、母乳に関して自信を持って説明で

Q3 母乳育児についてどのような考えをお持ちですか?
母乳で育てると、赤ちゃんを感染やアレルギーから守るだけでなく、予防接種への反応が良かったり、歯並びが良くなったり、知能の発達がよかったりと様々なメリットがあります。また、お母さんにもメリットがあり、子宮復古が早くなったり、妊娠前の体重により早く戻れたり、卵巣がん・子宮体がんや乳がんのリスクの低下につながると思われます。

Q4 どこで相談できますか?
当院では、分娩予約をしていただいた際に初期指導(妊婦指導)をしており、指導の中で母乳についての希望を聞き、母乳の利点などを説明しながら相談・提案しています。入院中は病棟助産師が個人指導を行い、1ヶ月健診の前には電話訪問をして赤ちゃんの状態やお母さんについてお話を伺っています。

Q5 印象に残っているエピソードはありますか?
第2子妊娠中のお母さんから第1子妊娠中に潰瘍性大腸炎を発症してしまい、内服薬が母乳に影響することの怖さから母乳を一滴も飲まなかったことが、非常に辛いものだったと伺いました。そのお母さんに対して、私の学んだ知識をもとに、産科医師や小児科医師・病棟助産師に情報提供をしたり、自分で相談できる薬センターを紹介しました。結果、医師の協力もあり、お母さん自

Q6 将来の展望をお聞かせください!
お母さん方への支援の内容に医療者や助産師の知識の差があつてはならないと思います。常に新しい情報を目を向けて、根拠ある正しい情報を伝えることが大切だと思うので、スタッフ間で知識を共有してお母さん方にセルフ・ケアを促していけるといいなと思います。

また、お母さん方に母乳は知れば知るほどワクワクする不思議な飲み物なので、その奥深さを感じてもらえるような活動をしていきたいと思っています。

お母さん方へ
大阪警察病院の産婦人科のスタッフは、お母さんと赤ちゃんが大好きです。母乳育児だけに限らず、困ったことがあれば遠慮なく相談して欲しいです。私たちはお母さんが楽しく子育てできることを応援しています。

らるの意志で選択し、納得した母乳育児が出来たことをとても喜んでいらっしゃいました。



お母さん方へ
大阪警察病院の産婦人科のスタッフは、お母さんと赤ちゃんが大好きです。母乳育児だけに限らず、困ったことがあれば遠慮なく相談して欲しいです。私たちはお母さんが楽しく子育てできることを応援しています。



らるの意志で選択し、納得した母乳育児が出来たことをとても喜んでいらっしゃいました。

らるの意志で選択し、納得した母乳育児が出来たことをとても喜んでいらっしゃいました。

らるの意志で選択し、納得した母乳育児が出来たことをとても喜んでいらっしゃいました。

災害時に頼れる病院へ

11月 災害訓練実施

11月23日に、院内にて災害訓練を実施しました。巨大地震が発生し多くの患者さんが負傷し来院する想定で訓練が行われ、訓練現場では終始緊迫した空気が流れていました。訓練を通じて、より災害に強い病院を目指していきます。



12月 消防訓練実施



12月17日に、当院の7階東病棟にて消防訓練を実施しました。今回は、病棟トイレからの出火を想定とした訓練を行い、重症患者さんの移動など充実した訓練となりました。

この半年を振り返る!

けいびょうNEWSダイジェスト

平成26年下半年もたくさんのイベントや新体制が目白押しでした。そんなけいびょうの躍進を順に見て行きましょう!

10月 イベント ピンクリボン運動実施!

当院では、10月1~31日に正面玄関にてピンクリボン運動を行いました。乳がんの正しい知識を啓蒙・早期検診の推進を目的とし、パンフレットの配布やピンクリボン基金への募金活動を行い、多くの方にご協力いただきました。同時にピンクリボン募金を、多くの方にご協力いただきました。



11月 糖尿病キャンペーン実施!



11月12日、13日に院内にて糖尿病キャンペーンを行いました。特設コーナーでは、看護師や管理栄養士による相談コーナーの他に体脂肪や血糖値の測定コーナーもあり、多くの方に参加いただきました。

イベント企画満載!

12月 クリスマスコンサート開催!

12月13日に、院内にてクリスマスコンサートを行いました。今回は、夕陽丘高校の皆さんによる、クリスマスソングの合唱や演奏を披露いただきました。美しいハーモニーで、最後まで大盛況でした。次回は、サマーコンサートの開催を予定しています。お楽しみに!



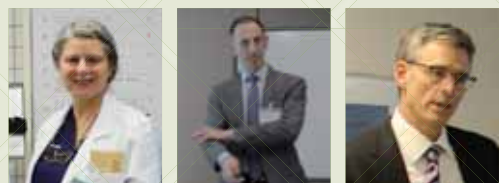
10月▶2月 ER診療のさらなる充実を目指して

大阪大学関連病院教育2014 新体制

当院では、平成26年10月より米国救急医による医師教育指導「大阪大学関連病院教育2014」を実施しています。これは、米国ERで活躍している指導医を当院へ招聘し、米国救急医学(ER型救急医学)の原則を学び、救急部/外来搬送困難症例や患者アウトカムの改善につなげ、当院のER診療部門の体制の強化を行うというものです。大勢の先生方に指導頂きました。



DR.日比野 DR.Maguire DR.Hubbard DR.Brooks



DR.Totten DR.Alfano DR.Jhonson



10月 受賞報告 BHIデザイン賞を受賞しました

「みんなのけいびょうニュース」が、BHIデザイン賞で見事佳作に入選しました! この賞は、NPO法人 日本HIS研究センター主催の医療施設で作成されている広報誌を一般市民と有識者により評価する名誉ある賞です。これからも、多くの読者の皆様に警察病院の「今」をわかりやすくお伝えできるよう努力していきます!



さらなる躍進への第一歩

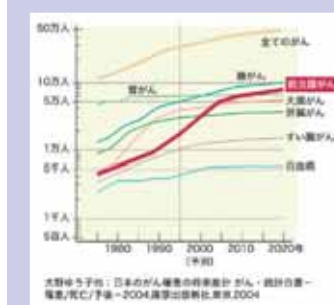
3月 ドクターカー運用スタート!



地域医療連携の促進と救急体制のさらなる充実を目指し、平成27年3月より、ドクターカーの運用を開始しました。車内に診療できる機能を持つドクターカーで、医師や看護師が車内で適切な判断の元、応急処置を行いながら病院間搬送を行います。



ダヴィンチ
サージカルシステムを
用いた前立腺がん手術は
2013年11月の導入から
50症例
に達しました!



2020年には前立腺癌が、胃がんの発症件数を追い抜くと言われているデータも。



手術支援ロボット (Da Vinci Si システム) Intuitive Surgical社製

時代はロボット手術へ

このダヴィンチ、術者は「3Dモニター」を確認しながら、遠隔操作で腹部に空けた小さな穴から鉗子を入れて手術を行います。従来の開放手術に比べ、難しく繊細な操作および縫合が可能で、出血量はほとんどありません。根治率も高く、術後のQOL(生活の質)を保てるため、患者さんの負担は軽減されます。

患者さんへのメリット

手術時の出血量の軽減、術後の早期回復が可能となり、従来の開放手術や腹腔鏡下手術よりも出血量だけでなく、尿失禁や性功能の改善が良好です。術後合併症もほとんどなく、多くの場合、**入院も7日~10日と早期退院が可能**です。手術費用についても、2012年4月より、前立腺がんの全摘出手術が保険適用になります。



ダヴィンチでは繊細かつ高精度な手術が可能

当院では

早期(限局性)前立腺がん治療には、この他にも放射線療法(IMRTおよび密封小線源療法)内分泌療法やPSA監視療法など前立腺がん治療のほぼ全てのオプションが選択可能です。患者さんの年齢、社会的状況などを考慮して適切な治療法を選択することが重要ですので、担当医の説明を十分に聞いて、ご自身に合った適切な治療法を選択して下さい。



大阪警察病院 ダヴィンチチーム

特別に見せちゃいます！ けいびょうニュース ができるまで。

当院の広報誌「けいびょうニュース」は皆様からのご意見を頂きながら、改良に改良を重ね、おかげさまで26回目の発刊にこぎつきました。そんな中、一人の読者から企画調整課に届いた質問がこちら。「けいびょうニュース」はどのように作られているのですか？」今回はこの質問に私たち企画調整課がお答え致します！目からウロコの編集風景をドドンと公開します！

何を重要視していますか？

私たちが大事にしているのはスバリ！「コンセプト」です！

病院で今何が起きているかをスピーディにキャッチし、その情報を、当院の理念である「愛・熱・和」を通し、全面に出るように編集していきます。その結果読者のみなさんが知らず知らずのうちに大阪警察病院の「今」を知っている状態にする…これが私たちの目指すところです。

作成の手順を教えてください。

1 題材探しへの旅へ出かける。

まず初めに、記事になりそうな情報（ネタ）を探します！
院内では年間を通じて様々なイベントや取り組みがされています。何をどのよう発信するかを考えながら、当院で行われる様々な「動き」に目を光らせています。今号であれば、「ER・総合診療センターでの米国医師招聘」などは、当院の未来を左右する大きな「動き」であり、大々



がんばっちゃいますっ!!



ジーツ...

2 編集会議であれやこれや

的に取り上げることになりました。もちろん私たちが独自に記事を選定するわけではありません。患者さんの声にも耳を傾け、そこから生まれた記事もたくさんあります。読者の皆さんが欲しい情報を選んで特集していくということ、これも忘れてはならない要素です。



縦書きにしようか、横書きにしようか？
うーん...

3 情報は足で稼ぐ！ 500取材へGO!!

従来は、原稿を執筆、投稿して頂く形が多かったのですが、時代と共に、最近

はより深い情報を読者に届けられるよう、インタビューや対談を通して生の声を届ける、いわゆる「取材」を行う機会が増えてきました。



トクダネ探してきまーすっ!

詳しい流れを説明しますと、まず、依頼の時点で、相手にコンセプトを伝え、方向性を共有します。当日は、こちらから事前に質問事項を箇条書きにしたシートを作成し、それに則って話を進めていきます。このシートは、我々企画調整課員が患者さん視線を意識した質問項目で構成されています。

したがって、質問に対する答えが、難解であったり、普段あまり使わない言葉が多用されたりする場合は、噛み砕いて説明をしてもらったり、解釈の確認をさせて頂く事もしばしば。そのやりとりの中で、インタビューをされる側の医療従事者も一般の患者さんならではの目線や疑問点を感じ取ることで、取材をする側、される側の双方で、非常に勉強になっています。



ふむふむ、なるほど〜

「文字と写真の割合はこれで適正か？」という説明すれば分かりやすい内容になるだろうか？」など、様々な葛藤と向き合いながら、記事を完成型へと近づけていきます。

7 500印刷へ！ そして待ちに待った完成へ！

最後に、お待ちかね！印刷工程です。印刷業者さんと詳細部分の打ち合わせに入ります。原稿文字数や段落の調整、写真の明度、彩度や画質の調整もこの段階で行います。綿密な打ち合わせの元、ついに仮刷りバージョンが完成です。



キャハッ!!

「佳作」へ入選！ ニュース・BHIデザイン賞

なんとこの度けいびょうニュースが病院の広報誌の優秀作品を決める賞「BHIデザイン賞」で見事「佳作」に入選しました！これからも、読者の皆さまへ、わかりやすく当院の「今」を伝えられるよう、企画調整課スタッフ一丸となり、院内の情報を発信をしていきたいと考えています！



読者の皆さまからの本誌へのご要望等がありましたら、ご意見箱までお願い致します！

記事が出来上がると次に、デザインとレイアウトを作成します。私たちは印刷業者さんにお任せすることなく、この両方を、丹精込めて自前で作成しています。もちろん印刷業者さんでもデザインやレイアウトは可能ですが、当院の広報誌に込められた想いを形にするのは自分たちのミッション



イラストは専用ソフトで作成

仮刷りバージョンを該当部署に再度回覧し、指摘事項を修正、最終チェックに入ります。そして待ちに待った完成です！完成後は、すぐに各科の受付や主要な場所へ配置します。今や月間配布部数1000部を超える人気の広報誌となった「けいびょうニュース」がついに読者の皆様の手元に届く瞬間です。



企画調整課広報誌作成スタッフ
しっかり頼んでえーっ!!

4 字だけでは伝わらない。
写真で熱い思いを届ける。

企画調整課で使用しているカメラがこちら。



Canon製
一眼レフカメラ

我々も写真のプロではありませんが、少しでも読者へ伝わる写真が撮れるよう日々勉強中です。人の表情や撮影の仕方、構図などを考えながら一つの記事で100枚以上の写真を撮ることもしばしば。その中からもっとも記事のコンセプトにそぐうカットを採用していきます。

5 記事の作成に力がかかる！

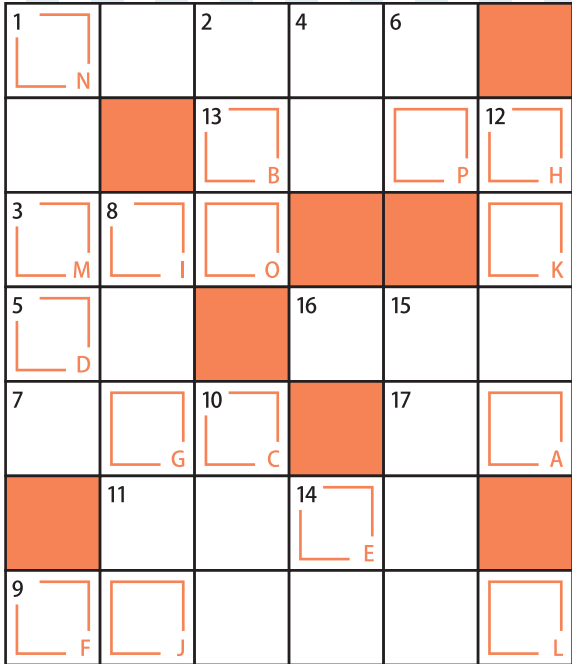
インタビュー形式では録音した音声ファイルの書き起こし、また原稿提出があった分に関しても同様に、細かなチェックを行います。誤字、脱字の修正、言い回しや難しい表現の簡略化、文章ボリュームの調整と内容の精査など。これらの行程を経て徐々に記事が広報誌レベルに仕上がってきます。しかしこの作業、非常に神経を使います。「もっと文字数を増やしたいけど誌面スペースが限られている。」



けいびょうクロスにレッツチャレンジ!

OPH クロスワード!

縦から横から
お好きにど〜ぞ



縦のキー

- 1 周囲よりも気圧高く、天気がいいです!
- 2 「○○訓練」「○○者」「杖○○」
- 4 ビギナーズラックの「ラック」部分
- 6 試し打ちともいいます。
- 8 文部科学省管轄は幼稚園
厚生労働省管轄は?
- 10 「○○採用」「○○加入」 NEW!
- 12 パズルが上から落ちてきます。
横一列揃うと消滅します。
- 14 英訳は「DRAGON」
- 15 日本語訳は「微笑み」


横のキー

- 1 みんなに知ってほしい読み物!
「けいびょうニュース」もこれです。
- 3 泡を言いかえると?
- 5 LOVE
- 7 地面から顔を出す春の風物詩と言え?
- 9 みかん、ライム、オレンジ、ゆず
- 11 物事が順調に進まずとどこおっている状態。
- 13 英訳は「メニュー」
- 16 最近では階段にもよく設置されています。
- 17 液体や穀物などの分量を図る木製または金属性の容器。

春は、

A	B	C	D	E	E	F	G	H
I	J	K	L	L	M	N	O	P

アルファベットの書かれたマスに文字を入れてみよう!




人間ドックトピックス

オプション検査ランキング!!


ついに発表!2014年1月~12月の間で申し込みの多かったベスト5!

検査名称	内容
1 腫瘍マーカー3点セット (AFP・CEA・CA19-9)	血液検査で主に消化器のがん系ガンをチェック。
2 頭部MRI・A	磁気を利用して脳梗塞・脳動脈瘤・脳腫瘍などをチェック。
3 血液ピロリ検査* 人気上昇中	胃や十二指腸に炎症・潰瘍・ガンを引き起こす原因となるピロリ菌をチェック。
4 腫瘍マーカーPSA検査	血液検査で前立腺のリスクをチェック。
5 動脈硬化検査	血圧脈波検査、頸動脈エコー検査で血管の硬さや詰まり具合をチェック。

※中でも最近目立って増えてきているのは「血液ピロリ検査」です。既往により便ピロリ検査が適する場合もあります。



春の日差し暖かい日々をいかがお過ごしでしょうか。今号のけいびょうニュースでは「チャレンジ」をキーワードに様々な情報を盛り込みました! 巻頭のER・総合診療センターでは北米より救急医をお招きし、新たな活性化が図られています。「けいびょうの匠」のコーナーでは病理技術と母乳育児の知られざる世界を、またこの度、けいびょうニュースの舞台裏にも潜入してみました! さあ寒い冬は終わりです。春を存分に楽しみましょう!



沖縄県の久米島に行ってきました。冬の海は透明度が高いと聞いていましたが、こんなにキレイだとは思いませんでした。

企画調整課では「みんなのけいびょうニュース」に関する様々なご意見・ご感想を募集しています。あったらうれしい企画などがありましたら当院1階ご意見箱へどうぞ。