

AOTO HOSPITAL NEWSLETTER

東京慈恵会医科大学附属青戸病院 青戸病院だより

編集発行責任者 伊藤 洋

〒125-8506 東京都葛飾区青戸 6-41-2
TEL 03-3603-2111(代表) URL <http://www.jikei.ac.jp>

2011
No.25

(仮称)
東京慈恵会医科大学葛飾医療センター

INDEX

- 01. 青戸病院への直通バスが運行開始 ~2011年8月1日、病院⇄青砥駅を結ぶバス路線が開通~
- 02. 診療部門紹介~新病院への展望~ 腎臓・高血圧内科 - 秋野菜の代表格「きのこ」を食べましょう
- 03. 患者会「慈友会」の活動~尿路変向術による尿路ストマ患者の会~ 04. 病院ボランティア募集 - 編集後記

青戸病院への直通バスが運行開始で便利に

~2011年8月1日、病院⇄青砥駅を結ぶバス路線が開通~

平成23年8月1日より、京成青砥駅(ユアエルム青戸前)と慈恵医大青戸病院を結ぶバス路線が運行開始となりました。新たな交通手段が開通したことにより、青砥駅からの交通アクセスは大幅に向上したと、患者さんからも好評を得ております。

青戸病院の名前の入った専用のラッピングバスは、大空をイメージしたさわやかなデザインとなっています。1日37本の運行で、青戸病院と青砥駅を約6分で結びます。

ご通院・お見舞いの際は是非ご利用下さい。



運行開始式典(7月30日)



ラッピングバス

【運行バス】

30人乗り(座席14人・立席16人)

【運行時間】

病院発：始発6:57~終発19:32
青砥駅発：始発7:05~終発19:40
※20分~30分間隔で、
1日37本運行
※日曜、祝日、大学記念日
(5月1日、10月15日)、
年末年始は運休

【運賃】

一般：150円(PASMO・Suica使用)
(現金:200円)
小児：80円(PASMO・Suica使用)
(現金:100円)

バス時刻表

平成23年10月1日現在

京成 青砥駅発

時	分
6	
7	05 25 45
8	05 25 45
9	05 25 50
10	10 30 50
11	10 30 50
12	10 40
13	00 20 40
14	00 20 40
15	00 30 50
16	10 30 50
17	10 30 50
18	20 40
19	00 20 40

慈恵医大 青戸病院発

時	分
6	57
7	17 37 57
8	17 37 57
9	17 42
10	02 22 42
11	02 22 42
12	02 32 52
13	12 32 52
14	12 32 52
15	22 42
16	02 22 42
17	02 22 42
18	12 32 52
19	12 32

※交通渋滞等により、バスが遅延する場合がございますので、予めご了承下さい。
※日曜、祝日、大学記念日(5月1日、10月15日)、年末年始は運休となります。

INTERVIEW

診療部門紹介～新病院への展望～

腎臓・高血圧内科



●腎臓・高血圧内科
診療部長 池田 雅人

平成18年10月1日より診療部長を拝命し、早や5年が経過しました。平成24年1月から新病院への移転に伴い透析室は10床から20床へ増床予定となっております。近隣の諸先生方、スタッフの方々の御支援を賜り、当科スタッフはますます充実した診療

を行っていく所存であります。

日本では高齢化が進むにつれ、透析開始時年齢も70歳に迫り、高齢で合併症を抱えながら透析を開始しなければならないという時代になってきました。透析患者は増加し続けており、腎臓専門医、透析専門医の社会的ニーズは増加しているといえます。

当科では月曜から土曜日までの毎日、腎臓専門医と専門看護師、栄養士による腎臓病外来を常設しています。持続性蛋白尿、クレアチニン上昇などの腎臓病初期症状を有する方（血尿単独は泌尿器科にご紹介ください。）を中心に外来を受け付けていますが、「あなたの腎臓病は治らない。将来透析が避けられな

い」と言われた方の腎臓病を改善させた経験も多く、中には一度透析が必要となったのち、透析が不要になるまで回復した方もいます。紹介された患者さんは、できる限り腎生検を行い、確定診断をつけて、腎機能を回復させる治療を行っています。

腎臓病外来患者は約800名を抱え、腎臓病の診断に必要な腎生検を年間100例以上、透析導入および透析関連手術を年間70例以上施行し、CAPD（腹膜透析）患者も毎年10名以上増加しており、68名になりました。また、緊急性の高い重症患者さんに対して急性血液浄化療法を行うことも可能です。具体的には持続緩徐式血液濾過透析（CHDF）、血漿交換、エンドトキシン吸着などの急性血液浄化療法により、病気の種類によっては患者様の救命率が向上することが報告されています。これらの特殊検査や治療、手術は経験豊富な専門医、指導医が対応しています。

患者さんが元気になることが、我々の目標であり、励みになっています。当科にかかれる全ての患者さんが良くなりますよう、また満足のいく医療が受けられますよう努力していきたくと考えております。今後とも、どうぞ宜しくお願いいたします。

TOPIC



第30回公開セミナーが開催されました。

平成23年9月10日（土）、院内にて第30回公開セミナーが開催されました。9月のがん征圧月間に開催される今回のセミナーは「胃がんと大腸がん」をテーマに、当院の専門医である外科 河野修三医師、消化器・肝臓内科 須藤訓医師が講演致しました。がんの予防から最新の治療方法まで、画像をもとにわかりやすい説明を行い、また参加者からも多くの質問が飛び交う非常に活気のあふれるセミナーとなりました。

当院主催の公開セミナーも30回目を数え、地域住民の方々を中心に多くの皆様にご参加頂いております。今後も皆様の健康な生活に役立つセミナーを企画して参りますので、是非ご参加下さい。

次回は2月に、リニューアルした新病院内での開催を予定しております。
詳細については順次、院内外のポスターやホームページ等にてお知らせ致します。



慈友会（尿路変更術による尿路ストマ患者の会）



慈友会 会長 山田 寛淳

膀胱癌などで膀胱を摘出する場合、尿は尿道から排泄することができなくなり、その代わりに尿を排泄する出口を腹部に作って生活するようになります。その腹部に作成された尿の出口のことをストマと言い、ストマをもつ方をオストメイトと呼んでいます。ストマには尿を捕捉するための集尿袋を接着剤により腹部

部に密着させ、尿が漏れないようにしますが、最初の頃には装着法が不適切で尿が漏れ出したり、ストマ周囲の皮膚が尿や接着剤によってただれたりして生活に困ることが少なくありません。

このような尿路ストマ管理について、慈恵医大青戸病院では現在木曜日の午後に、泌尿器科の小出診療医員とストマケア看護師によってストマ外来を開設し、尿路ストマケアを行っています。これとは別に患者同士が集まり、日頃の尿路ストマや日常生活における様々な悩みをお互いにアドバイスしあう目的で設立された会が慈友会です。

慈友会は平成5年に設立され18年の歴史をもち、現在の会員数は50名です。慈恵医大青戸病院以外の施設で手術を受け、その後青戸病院に通院するようになった方も会員となっています。主な活動内容としては、年1回の定例会があり、日頃の尿路ストマに関する悩みを会員間でアドバイスし合います。また、尿路ストマ器具を扱う業者にも参加いただき、悩みに応じた器具の紹介を受けています。本会はさらに公益社団法人日本オストミー協会（写真）との連携も行っており、内外と広く情報交換を行っています。

定例会への参加者は15～20名ほどありますが、尿路ストマを持つ多くの患者さんの慈友会への参加を期待しています。



日本オストミー協会東京支部

秋野菜の代表格 きのことを食べましょう

栄養部 管理栄養士 黒川 香奈子

秋野菜が美味しい季節になりました。スーパーなどの生鮮野菜のコーナーでひととき目立つのが、しいたけ・しめじ・なめこ・まいたけ・まつたけなどの「きのこ」類です。最近ではエリンギやマッシュルームなどの洋風きのこも一緒に並んでいますので、食べられた方も多いと思います。きのこは野菜類に比べ食物繊維が多く含まれ、ビタミンB1やB2・Dも豊富です。しかも、βグルカンも含まれているので、免疫力も高めることができます。そのほかの効能として、生活習慣病の予防や高血圧や動脈硬化の予防なども上げられます。低カロリー食品ですので、体重を気にしている方でも分量を気にせず食べられ、また、便秘の予防や改善、血中コレステロールを減少させたり、肝機能を高めたりする働きもあります。

きのこの味を左右するのは、きのこ独特の旨味や香り成分です。これを最大限引き出す方法として、加熱温度が重要になってきます。鍋物などを例にとると、火に掛けて強火にして60℃位になったら弱火にし、60～70℃の間でじっくり時間をかけて加熱します。こうすることにより、きのこの旨味が最大限引き出されます。また、きのこの香りは煮すぎると飛んでしまいますので、沸騰したら煮過ぎないことも大切です。きのこの旨みや香りを最大限引き出すコツは、火加減がとて大切です。

きのこを使った料理は、素焼き・バター焼き・味噌汁・シチュー・スープ・煮物・きのこごはん・鍋物・てんぷら・肉や魚料理の付け合せ、和え物などがあり、色々な食材に相性が良く、何にでも合います。まさに、料理の名わき役的な存在ですが、ないと主役が引き立たないのも事実です。

簡単

きのこを使った レシピを2つご紹介します。

◎きのこのホイル蒸し 1人分 55 kcal

材料：2人分 生しいたけ大2個、えのきだけ1ワ、バター10g、しょうゆ適量

1. 生しいたけは石突を取りサツと洗い1cm幅に切る。えのきだけは根を切り取りサツと洗い、荒くほぐしておく。
2. アルミホイルの中央に①のしいたけとえのきだけを置きバターを乗せて茶巾のように包む。
3. オーブントースターで②を15分程度蒸し焼きにして、しょうゆを適量かけできあがり。

◎きのこの和え物 1人分 28 kcal

材料：2人分 しめじ1ワ、まいたけ100g、大根100g、あさつき10g、酢・しょうゆ適量

1. しめじは根を切り取りサツと洗い、荒くほぐしておく。まいたけもサツと洗い、荒くほぐしておく。
2. ①をサツと茹でてザルに上げ、荒熱を取っておく。
3. 大根はおろし金でおろし、酢としょうゆで味をつけ、②を入れて和えておく。
4. 器に③を盛りつけ、あさつきのみじん切りをふり掛ける。

きのこの摂取には、胃腸病や腎臓病の方は、分量の制限が出てまいります。糖尿病や高血圧症・脂質異常症などの方には積極的に摂っていただきたい食材です。一度お試しください。



*** 病院ボランティアを募集しています ***

青戸病院ではボランティア活動にご協力頂ける方々を募集しております。

初めて体験される方も大歓迎です!!
仲間になって一緒に活動してみませんか。
皆様のご応募をお待ちしております。



【病院ボランティアとは】

病院ボランティアとは、自発的な意志に基づき、医師・看護師・その他の職員と協力し、患者さんが安心して治療を受けることができるように、病院を利用する方々にサービスを提供することです。

【ボランティアの活動内容】

1. 病院施設内の案内
2. 受診に関する書類の代筆及び記載のお手伝い
3. 車椅子の介助、受診時の付き添い
4. 視聴覚の不自由な方の介助
5. 小児病棟・外来での遊び相手、読み聞かせ、図書の貸し出しなど
6. 入院患者さんの病棟までの案内、荷物運搬のお手伝い
7. 入院患者さんの身の回りのお手伝い
(買い物サポート・散歩の同行など)
8. コンサート・クリスマス会など行事の開催のお手伝い
9. エレベーター昇降の介助、外来受診時の付き添い

【病院ボランティアになるために】

病院ボランティア活動には特別な資格や経験が無くても、患者さんのお役に立ちたいという気持ちがあれば参加できます。ただし、次の事項を満たしていることが必要です。

《参加の条件》

- * 心身ともに健康な方
- * 活動内容・諸条件を理解し、積極的にボランティア活動に参加できる方
- * 患者さんの個人情報やスタッフ情報の守秘義務が守れる方
- * 18歳以上(高校生は不可) 未成年者は保護者の同意書が必要

《活動と時間》

- * 月曜日から土曜日までの午前8時から午後5時までの間
- * 季節(春季・夏季) 休暇を利用した期間

《活動の条件》

- * ボランティア保険に加入して頂く必要があります。
(他のボランティア活動で既に加入されている方は再加入の必要はありません。)
- * 原則として1回2時間以上活動できることが望ましいです。

《ユニホームについて》

- * ユニホームと氏名章は病院で貸与します。

《採用について》

- * 書類申込み受付後、当院よりご連絡し、面接を受けていただきます。

参加申込み・問い合わせ先

東京慈恵会医科大学附属青戸病院 管理課

〒125-8506 東京都葛飾区青戸6-41-2

電話: **03-3603-2111** (大代表)

FAX: **03-3601-9600**

(受付時間: 日祭日・大学記念日を除く9:00~17:00)



編集後記

“節電の夏”といわれた今年の夏も過ぎ、新病院開院まで残すところ2ヶ月となりました。新病院の内装工事も着々と進んでおり、来年のリニューアルオープンが間近になってきていることを肌で感じる想いです。

さて、25号にわたり発行してまいりました「青戸病院だより」ですが、本号が最終号となります。新病院では再び新たな紙面にて、皆さまに情報発信していきたいと思っております。