

## 看護部よりお知らせ

### 今年も新任看護師が奮闘中！

昨年より続くコロナ禍中ではありますが、この春も新たに19名の看護師が入职しました。高い志をもって一人前の看護師を目指して日々奮闘しております。どうぞ、これからの活躍にご期待ください。

#### 中内 志築

8階病棟  
今は日々の業務に慣れることに精一杯ですが、先輩方から教えていただくことをしっかり自分のものにしていきたいと思っております。正しい知識や技術を身につけ、患者さんが安心して治療を受けることができる看護を提供できるよう、一生懸命がんばります。



#### 蓮池 美甫

4階病棟（9階病棟出向中）  
慣れない環境の中で、先輩方からサポートしていただきながら、看護師として一人立ちできる日を目指して励んでいます。信頼される看護師を目標に、患者さんにとっての安心安全を考え、最適な看護を提供できるよう日々精進を続けていきたいです。

#### 金山 萌々香

4階病棟（手術室出向中）  
配属されて現時点で1か月、まだまだできることはわずかですが、少しずつでも自信をもってできることを増やしていきたいと思っております。どんな時にも患者さんの安全・安心を守り、患者さんに寄り添った看護を提供できるように努力してまいります。

#### 田元 七夕美

7階病棟  
患者さんの気持ちに寄り添うことができる、信頼される看護師を目指しています。まだ不安なことも多いですが、日々の業務を通じて着実に知識や技術を身につけ、患者さんに安心して入院生活を送っていただけるよう努めてまいります。

## ぽっぽニュース

### 地域の医療機関様へ お知らせ

### 病診連携による「生涯教育研修会」について

今年度の「病診連携研修会」につきましては、新型コロナ禍の状況を鑑み、懇親会は開催せず、特別講演および当院の診療科紹介等を予定しております。開催形式は、以下日時での現地開催（定員制限あり）＋WEBのハイブリット開催もしくは緊急事態宣言発令などの状況によっては完全WEB開催の可能性もございます。後日、ご案内を発送いたしますので詳細をご確認の上ご参加のほどよろしくお願いいたします。

日時：2021年9月11日（土）14時～  
場所：あべのハルカス貸会議室

“私達は人間性を尊重し、謙虚で誠実な医療を提供します”

#### 【基本方針】

安全で良質な医療を実践し、信頼される病院を目指します。  
多機能型急性期病院としてチーム医療を推進し、継続的な医療を提供します。  
地域に根ざした病院としての役割を認識し、住民の皆さんの健康増進に努めます。  
地域医療機関との連携を重視し、きめ細かな医療に努めます。  
専門性を追求し、医療レベルの向上と人材の育成に努めます。

## JR 大阪鉄道病院

Osaka General Hospital of West Japan Railway Company

〒545-0053 大阪市阿倍野区松崎町1丁目2-22  
TEL.06-6628-2221（代表）FAX.06-6628-2287（代表）  
地域医療連携室 FAX.06-6628-4707  
ホームページ <http://www.jrosakahosp.jp>

受付時間／午前8時30分～午前11時00分 診療開始／午前9時00分～  
休日／土日祝・年末年始（12月30日～1月3日）



## メディカル よりよい医療の始発駅

# ぽっぽ vol.8 2021.8

### 診療科 UPDATE 循環器内科

ドクターインタビュー／部長 坂谷 知彦  
医師紹介／医長 酒本 暁  
医長 前田 遼太郎

### ようこそ臨床検査室

### 栄養室コラム

### おくすり基礎講座

メディカルコラム  
「コロナ禍での熱中症対策」

### 新任看護師紹介

### ぽっぽニュース



## JR 大阪鉄道病院

Osaka General Hospital of West Japan Railway Company

# 循環器内科



## <ドクターインタビュー>

心臓や血管の病気を診療する循環器内科。当院では今年4月、メンバーを一新して新しいスタートを切りました。臨床で多彩な経験を積むとともに学会発表や講演でも活躍する坂谷部長のもとキャリアある医師が集結、地域医療へのさらなる貢献を目指しています。

### 循環器内科すべての領域における豊富な経験を礎に、最善を尽くす。

## 部長 坂谷 知彦

専門分野/不整脈、虚血性心疾患、心臓核医学  
資格/日本内科学会認定内科医・総合内科専門医、日本循環器学会認定循環器専門医、日本不整脈心電学会不整脈専門医、日本心血管インターベンション治療学会認定医、日本核医学会核医学専門医、日本不整脈心電学会「植込み型除細動器/ペースングによる心不全治療」研修修了、日本循環器学会近畿支部評議員、臨床研修指導医講習会修了

心より感謝しています。そんな中であらためて実感したのは、天王寺というターミナル駅のすぐ近くという利便性ゆえに来院しやすく、多くの患者さんに親しみを持っていただける病院であることです。そのメリットを享受し、開業医の先生では対応しかねる患者さんの検査や治療についてフランクにご相談いただけるよう幅広い診療を行っていくという方向性が見えてまいりました。まずは非常勤も含めた適材適所の役割分担で、日常の診療を安心して受けていただける体制を整えております。

### 地域の医療ニーズにいかに対応するか

この4月に、10年以上勤めた京都の病院から赴任してまいりました。ともに赴任した酒本と前田も前任地が京都であり、いわば未知の医療圏でのスタートです。前任の成山先生らが長年にわたり積み重ねてこられた地域の患者さんや医療機関の先生方との信頼関係を大切に引き継ぎつつ、徐々に私たちなりの特色を出していければと願っています。そのためにも大阪鉄道病院循環器内科として、この地域で求められる役割を把握した上で、ニーズに沿った医療を的確に提供していくことが必須と考えています。

現在までの数か月の間に、すでに近鉄南大阪線沿線をはじめ特に阿倍野区、東住吉区、平野区などから多くの患者さんをご紹介いただき、登録医の先生方には

### 各種の疾患に確実に対応

具体的には、以下の疾患を中心に診断・治療を行ってまいります。

#### ●虚血性心疾患 (狭心症、心筋梗塞)

冠動脈が動脈硬化で閉塞あるいは狭窄し、心臓に十分な血流が行き渡らなくなる状態を虚血性心疾患といいます。当院では外来検査としてはトレッドミルやエルゴメーターによる運動負荷検査に加え、320列マルチスライスCTや心筋シンチグラフィにて評価し、薬剤治療や、必要に応じて入院の上でカテーテルによる負担の少ない方法で治療を行います。

#### ●閉塞性動脈硬化症

足の血管が動脈硬化で細くなり血流が悪化する病気で、足のしびれや痛みで歩行が困難になっていきます。運動療法や薬物療法で十分な効果が得られない場合は、カテーテルによる治療が有効です。当院では短期間の入院で治療を実施しています。

#### ●不整脈

「脈の乱れ」が生じる疾患の総称で、心房細動、心房粗動、発作性上室頻拍、心室頻拍などがあります。軽症であれば内服薬にて治療を行いますが、治療効果が不十分の方にはカテーテルによる治療にも積極的に取り組んでまいります。(詳細は下段コラムにて)

#### ●ペースメーカー

徐脈性疾患(洞不全症候群、房室ブロック)に対する手術を行っています。またペースメーカー植込み後の定期点検も外来にて実施しています。対応機種であればMRI撮像も可能です。私自身、前任地では年間100件に及ぶ植込み手術を行ってまいりました。劇的なQOLの向上が望めるため、より積極的に取り組んでいきたい治療のひとつです。



#### ●心不全

「心不全」とは病名ではなく、前述した疾患をはじめとするさまざまな原因で心臓が弱ってしまった状態をいいます。症状や程度は患者さんによって異なりますが、近年、罹患者数は激増しています。残念ながら根治には至りにくいですが、内服薬や日常生活の改善で心臓の負担を軽減し、うまく付き合っていくことが可能です。当院では入院中に心不全認定看護師を中心とした生活指導、専門家による心臓リハビリテーションや栄養指導などのチーム医療体制で、再度の悪化を予防します。基礎心疾患の治療も同時に行います。

### 患者さんに安心していただける医療を

入院療養中には医師による治療、看護師によるケア以外にも、薬剤師による薬剤管理・指導、栄養士による食事指導、さらに高齢者医療において重要な役割を占めるリハビリも、すべての患者さんに実施しており、医療職一同で全力を尽くして退院支援を行います。外来でも再入院を防ぐべく、心不全認定看護師によるきめ細やかなケアが実施されています。

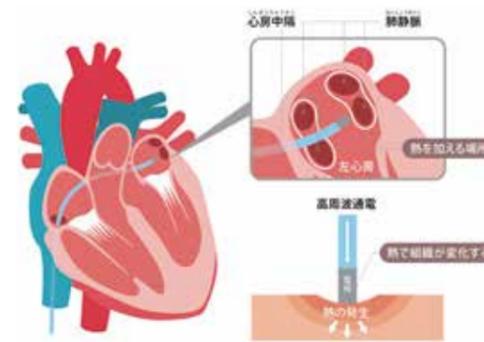
今後も最新の技術、情報を取り入れつつ、患者さん一人一人のご希望を伺いながら、最良の治療を実践していく所存です。気になる症状がございましたらどうぞお気軽にご紹介、ご受診ください。

### 不整脈のカテーテル治療

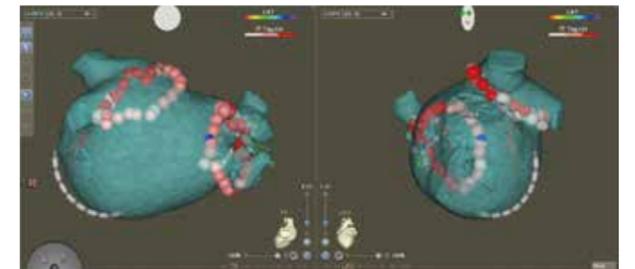


### <心房細動のカテーテルアブレーション>

不整脈のひとつ「心房細動」は、肺静脈の血管内やその周囲から異常な電気信号が発生することがきっかけで心房が小刻みに動き、けいれんするような状態になります。すぐに命にかかわる可能性は低ですが、脳梗塞や心不全などを引き起こす危険もあります。そこで行われる有効な治療が、カテーテルアブレーションです。専用のカテーテルを心臓まで挿入し、その先端から高周波電流を流して不整脈の原因となっている箇所を焼き切り、異常な電気信号が心臓全体に伝わらないようにします。通常は4本の肺静脈を囲むようにして通電します。



「血管を広げることを目的に行う心臓カテーテルとの違いは、電気信号という目に見えないものを扱うこと。このためより高い専門性と経験が求められます。現在は電気の流れを可視化した3Dマッピングシステムを使用するようになり、治療成績も向上しています。また従来と比較してカテーテル中の放射線被ばくも低減しました。当院では現在、週に一度治療日を設け、熟練した医師によって行っています」(坂谷)



よりよい人生のお手伝いを  
するために。

### 医長 酒本 暁



専門分野/心血管インターベンション、心不全、心エコー図  
資格/日本内科学会認定内科医、日本循環器学会認定循環器専門医、日本心血管インターベンション治療学会認定医、日本心臓血管麻酔学会日本周術期経食道心エコー認定医(JB-POT)

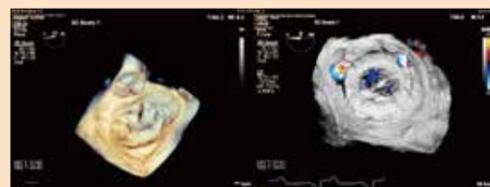
新しい環境での診療はやはり緊張が伴いますが、当院は明るい雰囲気スタッフが協力的。変化を受け入れる態勢があり、私たちの要望にも前向きにディスカッションを重ねてくれるので、働きやすさを感じています。

心臓や血管の治療となると、当初は身構えたり抵抗をおぼえられたりする患者さんも少なくありません。ですから、まずはご自身の身体がどういう状態で、治療をすることでどういった期待ができるか等、できる限りわかりやすく説明することを心がけています。その上で、ご自身の人生プランに沿った治療を選んでいただくことを大切にしたいと思っています。その意味では極端な話、積極的治療がすべてとは思っていません。医師としての大切な役割は、患者さんが納得した選択のもとでよりよい人生を悔いなく歩んでいただくための選択肢の提示であり、そのための診断だと考えています。

とはいえ、劇的に体調がよくなり日常生活に戻れる姿を見るのはこの上ない喜びです。「治療してよかったわ」と外来に元気な笑顔を見せてくださると、私もほっとします。これからもお一人お一人が悔いなく楽しい人生をおくれるようにサポートしたいと思っています。

#### より詳細な検査は「経食道心エコー」で

「経食道心エコー」は、口から食道を経由して超音波内視鏡を入れ、3Dの鮮明な画像を得る検査です。通常の心臓超音波検査では見えにくい場所やより詳細な観察ができ、心臓弁膜症などの精密検査に適用しています。従来、この検査は当院ではほとんど行われていなかったのですが、最新の機器は揃っています。私は経食道心エコーの専門医資格を所有していることもあり、よりスムーズな検査に貢献できることと思います。



僧帽弁と大動脈弁 人工弁周囲逆流

チーム体制でのサポートも  
心ひとつに。

### 医長 前田 遼太郎



専門分野/冠動脈インターベンション、末梢血管インターベンション、心不全、心臓リハビリテーション  
資格/日本内科学会認定内科医、日本循環器学会認定循環器専門医、日本心血管インターベンション治療学会認定医、日本心臓リハビリテーション学会認定心臓リハビリテーション指導士

私は奈良の出身で学校と勤務はずっと京都だったので、今回の赴任にあたって初めて大阪に住むことにしました。コロナ禍ゆえあまりプライベートな外出はできていませんが、暮らすだけでも伝わる街のおもしろさに、ワクワクしています。同様に患者さんも年齢層もバックグラウンドも多彩で、お話しするのが楽しいです。また、同時に赴任した酒本医長とは実は大学の同期。今回初めて一緒に働くことになり、それも嬉しく新鮮です。

循環器内科は心臓や血管といった、いわばダイレクトに生命活動を担う臓器を診療するため、患者さんの人生設計にもかかわってくる科です。どんな生活をおくりたいか、極端な話をすれば最期はどのように迎えたいかまでを含め、一緒に考えていくことが必要だと思います。

そのためにも、信頼関係の構築は欠かせません。会っていきなり心を許していただくことは難しいですが、まずは目を見てしっかりご挨拶することから始めております。そして患者さんやそのご家族とのコミュニケーションの中で、病気だけでなくお人柄やバックボーンまでを含めて把握し理解することをベースにしたいです。こうして「人間」を診る姿勢が、よりご満足いただける医療の提供につながっていくと信じています。

#### 循環器内科を支えるチーム医療

治療を通じて患者さんの生活を支えていくことは、決して医師だけの力ではできません。看護師や理学療法士、薬剤師など多職種が連携したチームとして情報を共有しながら、少しでもスムーズにもとの生活に戻れるようサポートすることを考えています。私は心臓リハビリテーション指導士の資格を持ち、この分野でも経験を積んでまいりました。当院でも、医療スタッフと細やかにコミュニケーションをとりながら、患者さんの日常生活への復帰にも力を尽くしてまいります。

## ようこそ臨床検査室

### 【大阪鉄道病院の臨床検査室】

### 検体検査部門[その1]

検体検査部門は、患者さんから採取した材料(血液・尿・便・穿刺液・喀痰など)を検査する部門です。生理検査部門と異なり、検査技師が患者さんと直接接することはほとんどありません。この連載を通して少しでも身近に感じていただければ幸いです。

### 臨床検査技師長 森島 英和 高い専門性で診断・治療に貢献

臨床検査室における検査は、いずれも診断・治療の大切な根拠となるもの。技師は、国家資格である臨床検査技師免許の取得はもちろん、それぞれが担当する各検査の認定資格を取得し、高度な専門性を活かして日々の業務に携わっています。全員が高いプロ意識を持ち、常に最新の情報と技術を身につけるべく自己研鑽にも励んでいます。

検体検査部門においては、検体が患者さんのもとを離れた時点から検査が始まっているという意識のもと、慎重な扱い、前処理を経て正確なデータを取り、間違いなく医師に伝えるまでが役割です。特に早急な対処が求められる異常値(=パニック値)が出た場合は、患者さんの生命にも関わる問題なので迅速確実な伝達に努めます。

私自身は、当院で病理細胞診ひとすじに約35年を重ねてきました。その間に、検査技術や用語もめまぐるしく変化してきましたが、変わらないのは常に臨床医、そして患者さんの役に立つ大切な仕事をしているという自負です。スタッフにもその責任感と喜びを抱いて仕事に取り組み続けてほしいと願っています。



#### 検体検査部門の主な業務

生化学・血清検査

血液検査

輸血検査

病理細胞診検査

一般検査

細菌検査

#### 【細菌検査のご紹介】

患者さんから目的に応じて採取した検体(血液、尿、便、喀痰、穿刺液、膿等)から、細菌の有無、同定を行います。さらに有効な治療のために抗菌薬の薬剤感受性検査も行っています。

#### ＜一般的な細菌検査の手順＞

1. 患者さんの患部から得た検査材料をスライドグラスに塗り、染色した後、顕微鏡を使って細菌を観察します。
2. 検体を目的に応じて培養し、どのような種類の細菌がいるのかを決定します。(同定)
3. 感染症の原因の細菌が認められた場合、どの薬剤が効くのか(薬効があるか)を調べます。院内の検体から耐性菌(抗菌薬が効かない菌)を発見したときは、感染対策チームと連携しながら他の患者さんに感染しないように努めています。

### 細菌検査技師 内田 卓弥 コロナウイルスの検査も担当



コロナ禍でのニーズに対応し、昨年の12月には専用の機器を導入してウイルスの有無を判定する検査を実施しています。当院で採用しているのは「TRC法」という検査です。一般的には「PCR法」が馴染み深いと思いますが、こちらも検体から核酸(RNA)を検出する原理は同じで、厚生労働省から承認を受けています。

未知のウイルスであっても、もともと細菌検査は感染症に特化して検査を担当しているので、やるべきことや扱いの注意点は同じです。これまでのノウハウを活かしつつ、より慎重に安全を担保しながら、落ち着いて手順どおりに行うことをスタッフ全員に徹底しています。土日に検査が必要なことも多いので、他の検査担当者の応援も得て、当番制でカバーしています。この検査によって陽性の患者さんを見つけ出すことはもちろん、陰性を確認することで現場の医療スタッフの安心感を担保できるのも、非常に重要なことです。大変ではありますが、非常事態に現場を支えるというやりがいも大きく、これからも医療現場を支える一部門としてがんばっていきたいと思います。



#### TRC法による コロナウイルス検査

検体が交差しないよう一検体ずつ、エアロゾルにも注意して慎重に扱っています。



安全装置内での作業



自動遺伝子検査装置  
迅速に新型コロナウイルスを検出できます。

# 脱水症を予防しよう！

脱水とは、1日に入る水分量と出る水分量のバランスがくずれ、体内の水分量が不足する状態のこと。不足した水分が3%以上になった状態を脱水症といいます。脱水症が進めば熱中症になる可能性も高くなります。日常のこまめな水分補給はお茶や水で十分ですが、大量に汗をかいた時には電解質(Na、K、Cl など)を含んだ飲み物で水分を補給しましょう。



## 脱水を予防するためのポイント



### こまめに水分を摂る

喉が渇いた時に一気に飲んでも、余分な水分は吸収されません。コップ1杯程度の水分を1日の中でタイミングを決めてこまめにとるようにしましょう。1日あたり1200ml(コップ約6杯)以上がめやすです。

### 糖分、塩分過剰に注意！

	Na(mg)	炭水化物(g)
スポーツドリンク	30~50	5~10
OS1(経口補水液)	115	2.5(ブドウ糖1.8)
サイダー	—	10.2

100mlあたり

吸収されやすくするには電解質と糖質のバランスが重要です

### 気をつけたい飲み物

糖を多く含む清涼飲料水を飲むと、高血糖になりさらに喉が渇くこととなります。また、ビールなどのアルコールも利尿作用が強いため、水分補給にはなりません。カロリーも高いので要注意です。コーヒーなどのカフェインを含む飲み物も利尿作用があり水分補給には向きません。日常生活での水分補給は基本、水かお茶に。大量に汗をかく時や病気の時などは、スポーツドリンクやOS1(経口補水液)を上手に利用しましょう。



スポーツドリンクは味をよくして飲みやすくするため、糖が多く配合されています。脱水予防にスポーツドリンクばかり飲んでいて糖が過剰になるので気をつけましょう。一方、OS1(経口補水液)はスポーツドリンクと比べて電解質濃度が高く、また水と電解質の吸収を速めるために糖濃度は低い組成となっています。しかし塩分濃度が高いため日常にガブガブ飲むのは控えましょう。サイダーは電解質を含みませんので、脱水時の速やかな水分補給には適しません。

必要な水分をこまめに補い、暑さに負けない身体をつくりましょう！



## おくすり基礎講座

## 薬剤部

### lesson2

### 「くすり」ってなんだ？ 後編 くすりと健康食品の違い

薬剤部 梅谷 亮介

今回は、「健康食品」や「サプリメント」との違いについてお話ししましょう。

### 大きな違いは・・・

#### くすり(医薬品)

病気やケガを予防したり治療したりすることを目的に、医師や薬剤師の指導のもと使用するもの。公的な機関による臨床試験で効能、効果が認められ、製造工程も管理されて品質も一定である。

#### 「健康食品」「サプリメント」

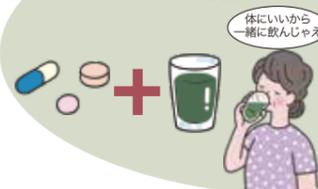
健康な人が健康の維持や増進のために使用する食品。病気やケガを予防したり治療したりするものではありません。

### 重要)一緒に摂るときの注意

気に留めていただきたいのが健康食品との「飲み合わせ」。なかにはおくすりとの相性がよくないものもあります。

#### 例1) ワーファリン+クロレラや青汁

ビタミンKが関与する血液の凝固のはたらきを抑えて血栓をできにくくする医薬品



クロレラや青汁には大量のビタミンKが含まれている。ビタミンKを大量に摂取するとワーファリンの効果が弱くなってしまいます。

### 法律的には、医薬品以外は全て「食品」に分類されます。



「トクホ」は審査申請時に安全性や有効性を示す実験データが必要ですが、臨床試験はなくあくまでも消費者庁の審査を通ったものということ。他の健康食品にいたっては、審査もありません。

#### 例2) ビスホスホネート製剤+カルシウム剤

骨の代謝に効いて、骨を強くする(骨粗鬆症などに処方)



ビスホスホネート製剤とカルシウムなどのミネラルを同時に飲むと、くすりの吸収が悪くなり効果が落ちてしまいます。※マグネシウム、鉄剤なども同時に服用するとくすりの効果が弱くなる。

もし併用する場合は、ビスホスホネート製剤を服用して最低でも30分以上あけてからサプリメントを摂るようにしましょう。

不明点がございましたら、ぜひ薬剤師に相談してください。

## メディカルコラム

# コロナ禍での熱中症対策

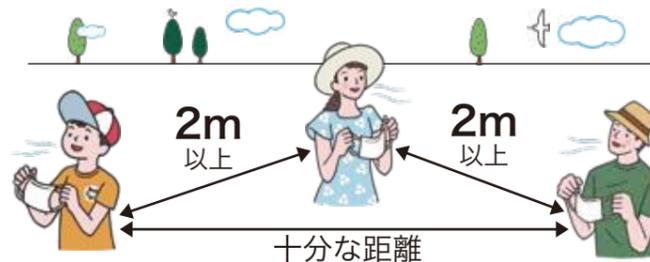
暑さがいっそう厳しくなる8月。ワクチン接種が進んでいるとはいえ、まだマスクが手放せない生活が続くこの夏も、例年にも増して熱中症への注意が必要です。マスクを着用していることで体温調整が難しくなり、熱中症のリスクが高まるのはもうみなさんご存じかと思います。また在宅の機会が増えて身体が外気の気温上昇に順応しきれていないにもかかわらず、いきなり真夏の暑さにさらされるのはとても危険。昨年に引き続きコロナウイルス防御のための新しい生活様式を取り入れながら熱中症を予防するために、特に注意したいことを挙げてみました。

### その1 マスク着用時は激しい運動は避け、こまめに水分補給する

のどが渇いていなくても水分を摂ること！  
※「脱水」の予防に関しては、左ページの栄養室コラムで詳しくご紹介していますのでご参照ください。



### その2 ウイルス感染対策をとりながらマスクをはずす



屋外で **人と2m以上(十分な距離)** 離れている時

人のいないところでは、ずっとマスクをつけている必要はありません。十分な距離を確認してマスクをはずし、身体に熱がこもらないようにしましょう。

### その3 換気しながらエアコン活用

一般的な家庭用エアコンは空気を循環させるだけで換気を行っていません。新型コロナウイルス対策のためには、冷房時でもこまめな換気が必要です。冷房中も「換気の悪い密閉空間」にしないために、以下のご注意を。  
・窓とドアなど2カ所以上開ける  
・扇風機や換気扇を併用する

エアコンの設定温度は通常より低めに設定するなどして、室内温度が高くなるのを防ぎましょう。

### その4 できる限り暑さを避ける

暑い日の運動は原則禁止。外出もなるべく避けましょう。  
<参考/「熱中症警戒アラート」>  
熱中症の危険性が極めて高い暑熱環境が予想される日の前日夕方または当日早朝に、都道府県ごとに「熱中症警戒アラート」が発表されます。発表された日には、外出を控える、エアコンを使用する等の予防行動を積極的にとりましょう。身近な高齢者に声をかけて対策を促すことも大切です。また、外出中などに少しでも体調に変化を感じたら、速やかに涼しい場所へ移動しましょう。

### その5 日頃からしっかり体調管理を

「新しい生活様式」で推奨される定時の体温測定、健康チェックは熱中症予防にも有効です。日頃から自分の体調をよく把握し、無理のない範囲で体力づくりを心がけましょう。「熱中症かな？」と思われる症状が現れたら、悪化する前に医師にご相談ください。

### ワクチン接種後もマスクは必要？

ワクチン接種は、新型コロナウイルス感染症の発症を予防できると期待されています。一方で、ワクチンを接種した人から他の人への感染をどの程度予防できるかはまだわかっていません。このため、知らない間に感染して無症状のまま他の人に感染させる可能性は変わりません。日本は海外に比べてまだ接種率が低く、もとの生活を取り戻せる段階ではありません。また、ワクチンの効果がどのくらい継続するかなど、未知の部分もあります。感染を封じ込めるためにも、当面の間はマスクをはじめとする予防策の継続が必要です。

