



# 福島医大病院ニュースレター

編集・発行/附属病院患者サービス向上委員会

〒960-1295 福島市光が丘1番地 / TEL (024) 547-1111 ホームページ <http://www.fmu.ac.jp/byoin/index.php>

## 血液の病気について



血液内科部長 小川 一英

血液の病気としてまず思い浮かぶのは貧血ではないかと思いますが、日本人女性の20から25%は鉄欠乏状態にあり、その多くがすでに貧血状態になっているといわれています。女性の場合は特に日頃から鉄分を多く含む食事を摂るように心がけて下さい。体内には鉄が3から4gもあり、男性の場合、1日に体内から失われる鉄の量はたったの1mgですので普通に食事をしていれば鉄欠乏性貧血になることはまずありません。男性が鉄欠乏性貧

血を呈した場合は要注意で消化管などからの出血がないかを調べる必要があります。ぶつけた覚えがないのに体に青あざができやすくなるなど出血の症状が見られた場合は血小板が減っている可能性があります。特発性血小板減少性紫斑病はピロリ菌を除菌すれば治ってしまう人も大勢いることがわかっていますし、また近々新薬も登場する予定です。白血病、悪性リンパ腫、多発性骨髄腫といった血液がんに対しては抗がん剤治療や放射線治療が行われますが、血液がんは他のがんよりも抗がん剤が非常によく効きます。また骨髄移植などの移植治療も大変進歩しており、移植の種類によっては70歳位までの方にも可能になっています。また毎年のように新薬が登場していますので主治医と治療法についてよく相談することが重要です。



小児科 細矢 光亮

小児科は、小児の健全な発育・発達を応援し、小児に関わるあらゆる疾病を診察する小児の総合診療科です。したがって、健

## 小児科診療のご紹介

康診断、発育・発達検査、予防接種などの健診・予防医療から、小児感染症や小児救急医療などの一般小児科診療、さらには未熟児・新生児疾患、先天性心疾患、重症感染症、神経筋疾患、血液・腫瘍性疾患、腎・代謝・内分泌疾患などの特殊専門医療まで、すべてが小児医療になります。

昨今、小児科医不足が叫ばれていますが、福島県も例外ではありません。少ない小児科医により、広大な福島県の、すべての小児医療をカバーするため、当院小児科が司令塔となり、小児医療機関ごとに役割分担を決め、福島県内の医療機関がネットワークを形成しています。当科の役割は、いわゆる「3次医療」といわれる重症救急患者に対する集中治療と特殊専門医療になります。来院された患者さんの中には当科に入院出来ず、ご不自由をおかけすることがありますが、このような理由ですのでご容赦をお願い致します。外来診療は紹介患者さんが中心になりますが、小児疾患は急性に発症することが多く、重症の救急患者さんに対しては対応できるようにしておりますので、緊急の場合はご連絡下さい。

### 第14号のなかみ

- 2ページ... ○電気設備の「ユアテック」です
- 「吉田富三記念 福島がん哲学外来 市民公開講座」を開催しました。
- 病気のまめ知識「腰痛について」
- 3ページ... ○小児用のX線撮影室がやさしい空間に生まれ変わりました
- 病院ボランティア「けやきの会」りれー通信12
- 4ページ... ○待ち時間を短縮するために
- ホカホカメニューで風邪予防

### 病衣・付添寝具

清潔と快適をクリエイトする。

# DOJINSHA

【ご利用・お問合わせ先】

株式会社 同仁社  
医大リネン室

電話 024-547-1111  
内線 3081

マチのほっとステーション

# LAWSON

ローソン福島県立医科大学附属病院店 (エレベーターホール隣)  
ローソン福島県立医科大学店 (福利厚生棟内)

## 電気設備の「ユアテック」です

こんにちは、私たちは病院内の電気設備や防災設備などの維持管理業務を24時間行っております。私たちは、病院地下1階（北側から見ると地上1階です）にあります『防災センター』に常駐しています。ここは火災や災害時の対策本部にもなる部屋で、非常放送設備、自動火災報知設備、防火戸、ガス漏れ監視設備などが設置されています。

また、東北電力から6万ボルトで供給を受けている電力設備や病院内での漏電や電気設備の故障などの監視装置があり、異常が発生した場合はすぐに対応する体制をとっています。

電気は、病院機能を維持するにはなくてはならないもので、万一停止した場合、大きな被害が発生する恐れがあります。

このため、各種電気設備の日常の点検、監視や修理、交換等を行い、職員一丸で、安全に、安心して病

院を利用できるように尽力しています。

これからも病院の一翼を担っているという誇りをもって業務に励んでいきます。どうぞよろしくお願い致します。

株式会社 ユアテック 医科大学担当責任者



## 「吉田富三記念 福島がん哲学外来 市民公開講座」を開催しました。

平成22年10月31日（日）に、福島市の「桜の聖母短期大学 マリアンホール」におきまして、「吉田富三記念 福島がん哲学外来 市民公開講座」を開催しました。

これは、「吉田富三記念 福島がん哲学外来」が本院に開設されたことに伴い、福島県浅川町出身の世界的病理学者 吉田富三博士を記念して開催したものです。

公開講座では、「-がんと生きる時代を見つめて-」をメインテーマに、ノンフィクション作家の柳田邦男氏から、「生きなおす力-物語を生きる人間と病気の意味-」と題しまして、ご講演をいただきました。

また、順天堂大学医学部教授の樋野興夫氏、名古屋

市立大学大学院特任教授の上田龍三氏、エッセイストの大石邦子さんからも、それぞれご講演をいただき、さらに、福島県立医科大学 藤田禎三教授をコーディネーターとしてパネルディスカッションをおこないました。

当日は、多くの市民の方々のご出席をいただき、がん医療から心のケアに関して多岐にわたる内容についてお聴きいただけたものと思います。

なお、「吉田富三記念 福島がん哲学外来」は、当院1階の臨床腫瘍センターにおきまして、毎月1回程度開催しております。詳しくは、024-547-1078までお問い合わせください。

### 病気のまめ知識 腰痛について

整形外科 紺野 慎一

国民の愁訴として、腰痛は最も多い症状です。腰痛症の約85%は非特異的腰痛といって原因があきらかではありません。通常1ヶ月以内に自然に治ります。ストレス、うつ、不安などの心理的因子があると、症状が出現しやすく、慢性化しやすいことが明らかになっています。腰に原因がある腰痛としては、腰椎椎間板ヘルニアと腰部脊柱管狭窄があります。腰椎椎間板ヘルニア（急性腰痛の約3%）で手術を必要とするのは10人に一人程度で、約90%は飲み薬や注射で治ります。腰部脊柱

管狭窄（急性腰痛の約3~5%）に最も特徴的な症状は間欠跛行です。間欠跛行とは、歩くと下肢のしびれや痛みが出現しますが、腰を曲げたり、いすに腰掛けて少し休むと症状が良くなり、歩けるようになります。飲み薬や注射による治療を行ってもよくなる場合には、手術を行うことがあります。非特異的腰痛の場合には、患者さんの社会背景や心理的問題を検討する必要があります。腰痛の発生や慢性化には心理・社会的因子が深く関与しているからです。心理・社会的因子が関与している場合でも、適切な治療を行えば、腰痛は改善します。

## 小児用のX線撮影室がやさしい空間に生まれ変わりました

医事課 佐藤 博

本年8月、附属病院で主に小児用に使用しているX線撮影室の内壁に、福島西高等学校の生徒の皆さんに絵を描いていただきました。

パステル調の明るい色合いで、壁4面の全面にピエロやサル、ゾウ、ライオン、ペンギンなどが楽しくサーカスをしている絵です。そして、床には、絵まで歩いていった動物たちの足跡もかわいく描かれており、緊張している患児さんの心も和らげてくれるようなやさしい空間に生まれ変わりました。

撮影室に入った患児さんは、足跡を追いかけたり、絵を眺めたりして楽しんでおり、保護者の皆様からも撮影室の雰囲気が明るいとのお言葉をいただいております。

福島西高等学校デザイン科学科ビジュアルデザインコースの生徒の皆さん、本当にありがとうございました。



## 病院ボランティア「けやきの会」りれー通信12



安斉 幸子



「あなたに手を貸して頂いて本当に助かった」、ボランティアを続けていて一番うれしいひと言です。コーヒーの香りを背に医大病院の玄関に立つと、患者さんとの出会いに夢が膨らみます。家族の入退院を機会に、今度は私も誰かのお役に立てたらいいな…とボランティアのお仲間に入れて頂きました。車イスを押しながら患者さんの苦勞にふれたり、受け付けが済むまでのわずかな間、赤ちゃんをおあずかりし、赤ちゃんから伝わってくる、なつかしい感触に思わず笑みがこぼれ、たく

さんの元気を頂きます。又、ある時には、杖をついて歩く事も叶わず、車イスにうつ向いて移動されていく患者さん、体も心も思うようにならない苦しさに怒りをぶつけてくる場面に遭遇したり……ボランティアを通して、多くの“生きる”を学ばせて頂いています。病院スタッフの方々からアドバイスや励ましの言葉で支えて頂き、お仲間の元気な笑い声に囲まれ、健康でお手伝い出来るありがたさが身にしみます。

緑のエプロンを見つけて、「お陰さまで、こんなに元気になったよ」と声をかけられていく方、明るい表情で会釈しながら家族と共に帰られていく方、医大病院の玄関で眺める感動的な一場面です。これからも、たくさんの生きる勇気と元気を学んでいきたいと思えます。

さんの元気を頂きます。又、ある時には、杖をついて歩く事も叶わず、車イスにうつ向いて移動されていく患者さん、体も心も思うようにならない苦しさに怒りをぶつけてくる場面に遭遇したり……ボランティアを通して、多くの“生きる”を学ばせて頂いています。病院スタッフの方々からアドバイスや励ましの言葉で支えて頂き、お仲間の元気な笑い声に囲まれ、健康でお手伝い出来るありがたさが身にしみます。

## 待ち時間を短縮するために

当院の外来診療は、特定機能病院の使命として紹介外来を主としております。

また、患者さんの待ち時間対策として予約制の導入もしております。

しかしながら、予約を取らずに来院される患者さんが多いため外来での待ち時間等で皆様方に変ご迷惑をおかけしております。このため新患(科新患含む)については事前予約制を導入いたしました。

『整形外科外来』・『産科婦人科外来』・『眼科外来』の3科については、すでに導入しておりますが、順次診療科を拡大してスムーズな外来診療が出来るよう努力してまいります。

### 事前予約の方法

地域の診療所、病院よりご紹介をいただき、予め診察日時の前予約を取って下さい。

他医療機関からの紹介状もなく事前予約を取らずに整形外科外来・産科婦人科外来・眼科外

来に来院されても当日診察が出来ない場合がございますのでご理解ください。

事前予約を取らずに来院された場合は以下のとおりとなります。

1.紹介状をお持ちの場合、総合受付で当日予約を取得する。

2.紹介状をお持ちでない場合、総合受付で診察可能日の予約を取る。

また、事前予約を取らずに当日受診する場合は、待ち時間が非常に長くなることをご了承ください。

詳しくは、総合受付、医療連携・相談室にお気軽にお尋ねください。



## ホカホカメニューで風邪予防

### 医事課栄養管理係 荒井 佳菜

寒い日が続き、インフルエンザが流行する季節となりました。体が芯から冷えてしまうこの季節は体温調節が難しく、普段健康な人でも風邪をひきやすくなります。

冬の冷え切った体を温めるのは、鍋物や煮込み料理など、ホカホカと湯気の上る温かいメニュー。今夜は根菜類やねぎ、生姜などの野菜をたくさん使った鍋料理で、心も体もホカホカに温まってみてはいかがでしょうか。

### 《豚肉と根菜の生姜鍋》

【材料】(2人分)

豚肉100g 生姜2片 白菜1/4  
ごぼう・ねぎ各1本 人参1/2本 だしの素、塩 適量  
ポン酢(お好みで)

【作り方】

- ①生姜はせん切り、ごぼうはさがき、その他の材料は食べやすい大きさに切る。
- ②鍋にだしの素、塩を入れ、人参とごぼうを入れて煮立てる。
- ③その他の材料を加え、火が通れば完成。



こころときめいて、くらしかがやいて。

# 東邦銀行

ご利用・お問い合わせは 福島医大病院支店

窓口営業時間：平日午前9時から午後3時

電話 024-548-5331 (受付時間:平日午前9時から午後5時)

## スターバックスコーヒー福島県立医科大学附属病院店

営業時間 平日 7時～20時  
土日祝 9時～19時

アメリカ シアトル生まれのスペシャルティコーヒーストア。  
高品質のアラビカ種コーヒー豆から抽出したエスプレッソがベースのバラエティ豊かなエスプレッソドリンクやペストリー、サンドイッチをお楽しみいただけます。

