



# 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>

## 腎臓高血圧内科のご案内



部長  
中山 昌明

腎臓というとぴんと来ない方が多いようです。しかし、腎臓は体の中で大変重要な役割を担っています。それを社会の中でたとえれば上下水道-浄水場のようなものです。これが破綻した時の世の中を想像してみてください。清浄な

水を供給することができません。また汚れた水は垂れ流し、生活環境が著しく劣悪になり、健康な日常生活を営むことができなくなります。腎臓は体の中を循環する血液を休むことなく24時間清浄化し、体液や成分を常に一定の状態に保つように働いています。この腎臓の働きが悪くなった時、全身に様々な悪影響が出てくることは容易に想像できるでしょう。

腎炎、あるいは高血圧や糖尿病といった生活習慣病は腎臓をいためる大きな原因です。これを早い段階で診断して、きちんと治療することが腎臓を生涯に亘って守る基本となります。一方、腎機能が低下して体のバランスが崩れてきた状態が「腎不全・尿毒症」と言われるものであり、放置しておくに命に関わることもあります。これに対しては透析という特別な治療が必要になります。

当院の腎臓高血圧内科では、腎臓病の診断や治療を行う「専門外来」に加えて、血液透析や腹膜透析の準備をする患者さんのために「療法選択外来」を開設し、腎臓病をトータルで管理する体制を整えています。良い治療を受けるためには患者さんご自身が病気を理解し納得することも大事です。遠慮せずいつでもご相談ください。

## 皮膚科のご紹介



部長  
山本 俊幸

昔から、「皮膚は内臓の鏡」と言われるように、皮膚症状からその背景にある病気が見つかることや、別の疾患と関連する皮膚病も少なくありません。一口に皮膚病と言ってもかなり範囲が広く、身近な皮

膚病から、聞いたことのないなじみの薄いものまで、さまざまな病気があります。また、軟膏処置から手術に至るまで、治療法も千差万別です。当院の皮膚科では、皮膚にあらわれるすべての症状を対象にし、診断、検査、治療を行っています。いくら検査を行ってもすべての症状の原因が判明するわけではありませんが、正しく診断し、適切に対処する方針を掲げています。

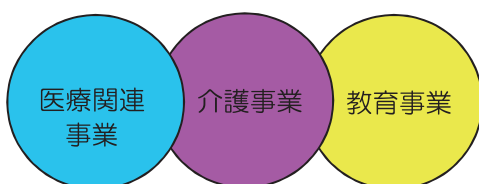
皮膚病は慢性に経過するものや、思うように治らないものも少なからずあります。また原因も不明なことが多いため、いくつもの医療機関や、なかにはインターネットで検索し他県や東京の医療機関への受診を希望される方もいますが、はっきり言って無意味です。難しい手術やリスクを覚悟の手術であれば、特定の施設でしかできないこともあるでしょうが、皮膚科に限って言えば、今の時代、ある施設でできる治療は殆どの場合どこでも可能で、治療法が大きく異なることはありません。また、別な病院に行けば原因がわかるということもありません。従って、患者さんには、あまりあちこちドクターショッピングをしない方が賢明であることを申し添えておきます。

残念ながら人員の問題から、現在当院皮膚科は、主に、難治性の皮膚病、手術を要する悪性腫瘍、入院を必要とする重症疾患、などに特化せざるを得ない状況にあり、通常の湿疹や水虫、乾燥肌などは近隣の皮膚科専門医の先生方に協力をお願いし、連携を取りながら診療に当たっています。もしお困りの皮膚病があれば、一度ご相談ください。

第17号のなかみ

- 2ページ……○「かかりつけ医」をもちましょ  
○院内で生のピアノ演奏を!
- 3ページ……○医科大学病院ボランティア「けやきの会」  
に福島県社会福祉協議会会長感謝状  
○病気のみめ知識
- 4ページ……○麻酔・疼痛緩和科外来の改修工事  
○栄養管理の取り組み

全国展開するニチイの3つの事業



株式会社 ニチイ学館

福島市栄町6-6 UNIXビル3F  
TEL 024-524-2835 Fax 024-522-0306

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 (7号館内)

当院では、患者様に「かかりつけ医」を持つことをお勧めしています。

「かかりつけ医」とは、ちょっとした病気やケガなどの診察や相談が気軽にできる身近なお医者さんのことです。自分のことをよく知っていて、必要な時には専門医を紹介してくれる「かかりつけ医」を持つと、とても頼りになります。

「かかりつけ医」を持つと、

- 気軽に受診、相談ができる。
- 往診してくれる。
- 柔軟に対応してくれる。
- 家族の病歴、症状、健康状態を把握しているので、いざという時すぐに対応してくれ、病気の早期発見にもつながる。
- 検査、専門的治療、入院などが必要な場合、適切な医療機関を紹介してくれる。

等のメリットがあります。

日ごろの健康管理は「かかりつけ医」で行い、専門的な検査や治療、入院が必要と判断された場合は「かかりつけ医」からの紹介で医大病院を受診してください。医大病院での治療が終了したり症状が安定しましたら、再び身近なお医者さんである「かかりつけ医」へご紹介させていただきます。

医大病院医師と「かかりつけ医」が協力してあなたを見守ります。

**主治医が二人いる安心**

医大病院医師と「かかりつけ医」が協力してあなたを見守ります。

医大病院から地域の「かかりつけ医」(多くの診療所・クリニック)へ紹介

**連携**

地域の「かかりつけ医」(区・市の診療所・クリニック)から医大病院へ紹介

**病診連携とは？**  
 専門的な検査や入院が必要な場合は「かかりつけ医」(診療所・クリニック)から医大病院へ、症状が安定したら医大病院から再び「かかりつけ医」へ、患者さんの状態に合わせて最適な医療が受けられるようにしていくことが病診連携です。

病=病院 診=診療所(クリニック)

**特定機能病院とは？**  
 医大病院は地域の基幹病院として、高度かつ専門的な医療を行う「特定機能病院」です。医大病院での専門的検査・治療が受けられます。地域の医療機関をご紹介することで、より良い医療を受けることができます。また、患者さんの状態に合わせた最適な医療が受けられるように、患者さんに適切な医療を行うために「かかりつけ医」との連携を推進しています。

本病院にお気軽にご相談下さい  
**公立大学法人 福島県立医科大学附属病院**  
 お問い合わせ/地域連携部 TEL.024-547-1885

## 院内で生のピアノ演奏を！

特定非営利活動法人パンダハウスを育てる会

理事長 **山本 佳子**

先日2月4日午前、病院正面玄関に白いグランドピアノが運び込まれました。午後2時から「愛する子どもたちのために」と銘打って、震災慰労コンサートが開催されました。横浜から「日本とイタリアをつなぐピアニスト」として有名な関孝弘氏が駆けつけてくださったのです。被災地で内外の支援にご苦労されていた病院のスタッフの方々や、闘病中の方々にやすらぎのひとつときをもっといただきたいとお申し出をいただき実現したものです。モーツァルトやショパンの曲も、彼らの子どもの頃のお話など伺いながらお聞きすると、より深く情景を思い浮かべることができ、クラシックへの親しみが増し、素敵な演奏に聴き入りました。

関氏は、震災後イタリアでチャリティーコンサートを開いてくださっており、その義援金もパンダハウスにとお届けいただきました。

また、いわき市泉保養園様へ届けられたイタリア・レニャーノ聖マルティニ教会やイタリアスポーツ教育空手

連盟からの「震災と原発事故に負けないで」と送られてきた子ども達やイラストレーターの方々の絵も掲示することができ、まさにイタリアの方々へのあたたかい想いに満たされた場となりました。



この企画の実現にあたりましては、医大病院病院経営課の方々、看護部の方々、同仁社様、スターバックス様、蓬萊の福島県薬剤師会調剤薬局様にもたくさんのご協力をいただきました。本当にありがとうございました。



## 医科大学病院ボランティア「けやきの会」に 福島県社会福祉協議会会長感謝状が授与されました

医大病院において、長年にわたり患者さんの円滑な受診のため毎日欠かさず活動を行い、また、活動内容の充実のため、定期的に研修会を行うなど、積極的に社会福祉に関するボランティア活動に取り組んでいる「けやきの会」に対して、2月18日に開催された「第15回ふくしまボランティアフェスティバル」記念式典の席上で、福島県社会福祉協議会会長感謝状が授与されました。

これは、「けやきの会」の長年にわたる活動に対し、その功績が特に顕著であることから感謝の意を表されたもので、今回は団体である「けやきの会」（会長 本多信治さん）と、会

員の安斎幸子さん、佐藤和子さん、酒井伸子さん、渡辺多恵子さんの4名が個人として授与されました。「けやきの会」の皆さんには、このたびの受賞を契機としまして更なるご活躍をされますようご期待申し上げます。



### 病気のまめ知識

### 正しく知ろうダイエットのこと



性差医療センター

部長 小宮ひろみ

日本の女性がやせていることをご存知でしたか？ 特に若い女性のやせは大きな社会問題さらには脅威となりつつあります。厚生労働省によれば2010年の国民健康・栄養調査において、やせすぎている20代女性の割合は29%で、調査を始めた1980年（13.1%）以降最悪でした。やせすぎとするのは、体格指数（BMI）が18.5未満としています。日本では中年男性層を中心に肥満が増えているのに対して、女性では18歳ごろから20歳代にかけてやせに転じその傾向が40歳代以降まで続いているのです。とりわけこの数年の若い女性のやせは急激に増加しています。他の先進国と比較しても日本人のようなやせ傾向を示す国は極めて少ないといわれています。

なぜやせがよくないのでしょうか？ やせは脂肪組織が少ない状態です。実は、脂肪組織の役割はエネルギーの貯蔵、体温調節のみならず、種々のホルモンを産生する臓器のようなものなのです。あまり聞いたことがないかもしれませんが、代表的な物質としてレプチンがあげられます。レプチンが低下すると、月経不順や、無月経になることは産婦人科ではよく知られています。また、骨密度は思春期から20代前半で最大になり、これを性成熟期で維持し、閉経後減少します。若い女性がやせて無月経が長期化すると、エストロゲンという女性ホルモンが分泌されず、この最大骨密度が低下し、骨粗鬆症あるいは骨粗鬆症の予備軍となるかもしれません。また、鉄摂取不足による鉄欠乏性貧血なども問題となります。そして、無理なダイエットは、摂食障害につながる可能性があります。「やせたね。」との一言がさらにやせたくなるという悪の循環にはいることもあ

るでしょう。産科的にも低栄養の母親から生まれた赤ちゃんが、将来メタボリック症候群を発症する可能性についてもいわれるようになりました。また最近では、レプチンの低下と不安や抑うつ状態の関連性も報告されています。無理なダイエットからのやせ、レプチンの低下は心の健康にもつながる可能性が示唆されています。このように、無理なダイエット、若い女性のやせは健康上、決してよくありません。

では、どのように体重について考えればよいのでしょうか。何よりも適正な体重の維持が重要です。まず、自分の標準体重を知りましょう。標準体重であれば無理なダイエットはやめましょう。標準体重より80%以上の減少、またBMIが18.5未満であればやせすぎです。BMIであれば22が標準値です（アジア人では寿命もBMIが22から27ぐらいがもっとも長いと報告されています）。やせること＝美という認識はやめましょう。にこやかにしなやかに生きることの方がずっと女性として魅力があると思います。そして、「食べること」に関心をお持ちください。「ただ食べる」だけでなく栄養のバランスを考え楽しく食べること、適度に体を動かすこと、ストレスをためないことが重要です。そして適正な体重を維持することが、体はもちろんのこと心の健康に大切であると思います。女性のみなさん、もう一度体重のこと考えてみましょう。

#### BMI

体重(kg)÷身長(m)<sup>2</sup>

たとえば50kg、身長156cmであれば、

$$50 \div (1.56)^2 = 20.5 \text{ となります。}$$

#### 標準体重換算法(15歳以上)

身長160cm以上 (身長-100)×0.9(kg)

身長150cmから160cm未満 50+(身長-150)×0.4(kg)

身長150cm以下 身長-100(kg)

## 麻酔・疼痛緩和科外来の改修工事を実施しています

総務課施設係では、病院施設の改修や維持管理を担当しています。1月6日から、機能性の向上とプライバシーの確保を目的に、麻酔・疼痛緩和科外来の改修工事を実施しています。

改修前は、診察室を利用する患者さんが処置室の前を通るため、処置室で横になっている患者さんが見えてしまう等のプライバシーの確保に課題がありました。そこで、部屋の配置の見直しを行い、診察室を入口側に、処置室を奥側に配置することで、処置室の横を通らなくても診察室を利用できるようにしました。部屋の仕切りはカーテンをスチールパーティションに改修し、ドアはすべて引戸にしました。内装仕上げや照明・空調も更新し、居住性の向上も図っています。

本工事では工事中も診療を継続できるよう、工事エリアを3つに分割し、工事が終わったところから使用できるようにしました。工事によって診療に支障が出ないように、騒音や振動の出る作業は土日集中して行うことにし、粉じんなどが拡散しないよう工事エリアを区画する仮間仕切りを設置しました。また、外部足場を設置して工作業員は外部から出入りするようし、来院者や病院スタッフの安全にも配慮しました。

工事期間中は、関係各所にいろいろとご迷惑をお掛けしておりますが、より安全で使いやすい施設となるよう努力してまいりますので、今後ともご理解とご協力をお願いします。



## 温冷配膳車が導入されました

医事課栄養管理係 田口 遼

福島医大病院の栄養管理係では、昨年度より小児科病棟で試行していた温冷配膳車での配膳を、3月14日より全病棟で開始いたしました。

温冷配膳車は、大きな冷蔵庫と温蔵庫をくっつけて、キャスターを付けたような機械です。今まで使用していた保温トレイと比べて、温冷配膳車は温かいおかずは温かく、冷たいおかずは冷たいまま配膳することができます。

今回温冷配膳車の導入にあたっては、今までと配膳方法が違うために配膳にも多少時間がかかることが予

想されます。栄養管理係では、患者さんにご迷惑をかけないように最大限の努力をしております。ご理解ご協力のほどよろしくお願いいたします。



すべてを地域のために  
**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。

