

こころ

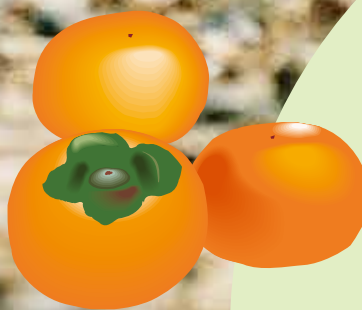


横浜市立市民病院だより

特集1 造血幹細胞移植について
特集2 心臓血管センターを開設しました！

第11号

2014.9 発行



- 市民病院再整備事業
- 地域医療機関との連携について
- イベント紹介
- みなさまの声
- おすすめレシピ
「大豆の水煮～大豆はこまめに使いたい～」
- 病院長コラム

はじめに

白血病は、以前は不治の病といわれていましたが、この数十年間の治療法の急速な進歩により多くの患者さんが治ったり、あるいは病気と共存しながら日常生活を送れるようになりました。特に白血病的根治を目的とした造血幹細胞移植という高度な治療法が目覚ましい進歩を遂げています。当院血液内科では、白血病などの治療困難な血液がんを撲滅するため、この造血幹細胞移植に積極的に取り組んでいます。

血液内科について

当科は横浜市における血液疾患の中核病院として多くの血液患者さんを受け入れています。西2階病棟44床のうち16床は空気が清浄化された無菌室であり県内でも最大規模の設備を有しています。造血幹細胞移植にも力を入れており2009年には骨髓バンク認定施設及び臍帯血バンク認定施設となりました。県内では大学病院・がんセンター以外で骨髓バンクドナーを介した非血縁者間骨髓移植を受けられる施設は当院のみです。

造血幹細胞移植とは

造血幹細胞とは通常は血液の工場である骨髓の中にあり、白血球、赤血球、血小板の3種類の血液細胞を作る元になる血液細胞の「種」です(図1)。造血幹細胞移植とは、白血病や悪性リンパ腫などの血液がんの根治を目指し、大量の抗がん剤、全身放射線照射などの強力な移植前処置を行い、その後生きる造血障害を造血幹細胞の移植により回復させる治療法です(図2)。

造血幹細胞移植の種類

自分の幹細胞を用いる方法を自家移植と呼び、自分以外の人から幹細胞をもらう方法は同種移植と呼びます(左ページ図3)。さらに同種移植は血縁者からもらう場合と、骨髓バンクや臍帯血バンクからもらう非血縁者間移植があります。また、造血幹細胞をどこから採取するかにより、骨髓移植、末梢血幹細胞移植、臍帯血移植があります。

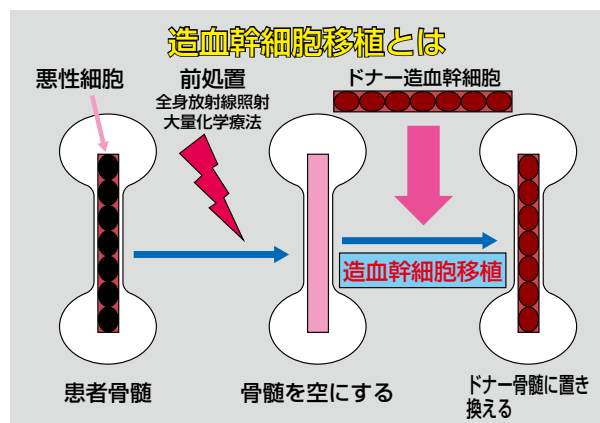


図 2

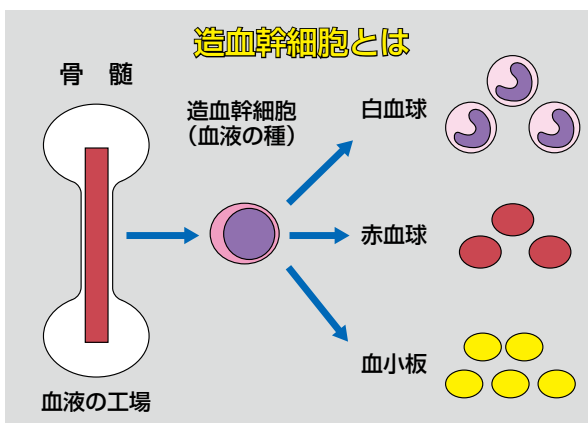


図 1

白血病の根治を目指す最新医療

ぞうけつかんさいぼう いしょく
造血幹細胞移植に
ついて

さいたいけつ 臍帯血移植について

当科では臍帯血移植という高度な医療を行っています。臍帯血移植とは、造血幹細胞が豊富に含まれる赤ちゃんの臍帯血（へその緒の血液）を凍結保存し造血幹細胞移植に用いる治療法です（図4）。国内で急速に普及しており2013年には計10,000例を突破し骨髓バンクを介した非血縁者間骨髓移植件数に迫る勢いとなっています。たった25ccの臍帯血が患者さんの命を救います。当科においても臍帯血移植はこれまで計20例施行しています。骨髓バンクドナーが見つからずこれまで救命できなかったような症例が、臍帯血移植を迅速に施行することにより実際に救命できるようになりました。

当科における 造血幹細胞移植実績（図5）

当科は大学病院に劣らぬ専門性の高い医療を実践しています。血液疾患は多い病気ではないため、血液内科のある病院は少ないのが現状です。血液の病気が疑われたら、専門の病院で診療を受ける必

要がありますので早めに受診されて下さい。

西2階病棟では、血液内科医師、看護師、研修医が力を合わせ、臨床検査技師などのコメディカル、他科の医師と共に、より質の高いチーム医療を患者さんに提供できるよう、また市民病院の更なる発展のため日々頑張っておりますので、今後ともよろしくお願い申し上げます。



当科における同種造血幹細胞移植実績

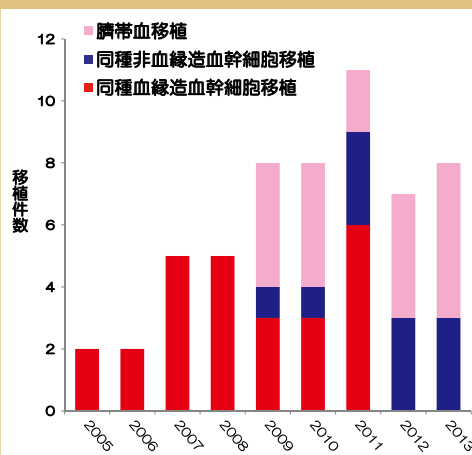


図5

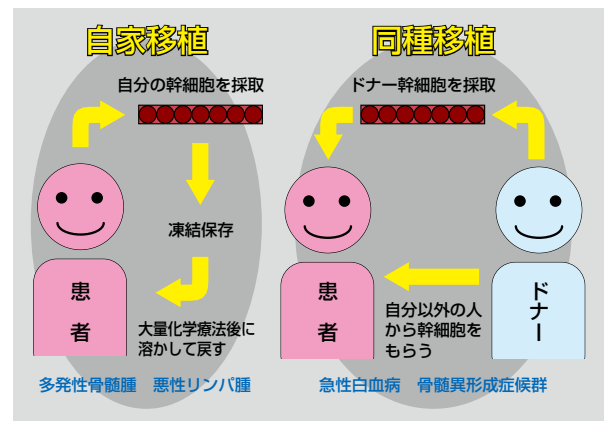


図3

臍帯血移植の実際



④注射器で吸引して、すぐに患者さんに投与します。全部で25cc程度です。



③移植する直前にお湯の中で臍帯血を解凍します。



②使用する際に液体窒素から取り出します。



①臍帯血は臍帯血バンクで-196℃の液体窒素に保存されています。

図4

始めに

平成26年4月から循環器内科と心臓血管外科が統合され、心臓血管センターとなりました。心臓血管系疾患の診断、治療において、また当直体制を含めこれまでも緊密な連携体制をとってきた両科でありましたが、統合を機に（将来的には外来の統合も含めて）患者さんの動線の単純化、診療のスピードアップを図ります。患者さん、ご家族の方々に對しても再発（初発）予防、疾患管理に関する情報発信を今まで以上に行っています。

診療体制

センター長は根岸耕二（循環器内科部長兼任）、副センター長は浦中康子（心臓血管外科部長兼任）、以下担当部長 小浦貴裕、副医長 城 祐輔、山川裕之、酒井正憲、外科副医長 南智行、内科後期研究医 中村治紀、平出貴裕の9人体制となります。外来に關しては、内科は予約外来と初診・再診（予約外）外来の2診体制で、月々金に外来業務を行なっています。初診混雑時には3診体制を採

り、患者さんの待ち時間短縮を図っています。外科は手術日を除き、現在は月曜日、水曜日に外来を開いています。緊急診療を要する患者さんは時間外でも受け付けています。夜間・休日含めて心臓専門医（循環器内科・心臓血管外科）が専属でCCU（心臓血管系の集中治療室）患者の管理と、急患に對しては救命救急センター医師と協力し初期診療から対応し、必要な症例には速やかに緊急カテーテル治療を行えるような体制を整えています。

対象疾患

動脈硬化による心臓病（狭心症・心筋梗塞）、様々な原因による心不全、不整脈、動脈系の病気である大動脈解離、腹部大動脈瘤、下肢動脈閉塞症、静脈系の病気である深部静脈血栓症、肺塞栓症、下肢静脈瘤などの診断、治療を行います。昨年度の循環器内科の入院患者は約1,250例、外科は161例でした。心臓・血管系のカテーテル治療は約500例、検査と合わせるとおよそ1,100例のカテーテル手技を行いました。



チーム医療で最善の医療を提供します

心臓血管センター を開設しました！

た。外科では緊急症例を含めて心臓、血管系の手術を約200例行ないました。心臓血管のバイパス術、大動脈瘤のステントグラフト植え込みから、静脈瘤に対する静脈剥去術、透析用のシャント作成術、心臓ベースメーカー植え込みなど幅広い症例を扱っています。近年は心臓の手術患者さんでも肺や腎臓の機能低下症例や、他臓器のがんなど合併疾患のある患者さんが急増しています。総合病院としての強みをいかして様々な合併症をもつ症例に対し、専門各科の医師と連携してより安全に手術を行うように努めています。

安全に対する3つの施策

①狭心症や心筋梗塞、下肢阻血、脳梗塞などの動脈硬化性疾患をおこした患者さんは、他の臓器の動脈にも病気を合併する確率が30〜40%もあり、積極的に検査をすることで未発症の段階で治療を始めるように、関係する各科の医師と協力体制を築いています。②全身麻酔の大手術、整形外科や婦人科の手術後には、静脈でできた血栓が肺動脈に詰まる「エコノミ

ークラス症候群（肺塞栓症）」が一時的に起こりやすくなります。的確な予防ができないと、手術には成功したのに合併症で命を落とすことが起こります。肺塞栓予防マニユアルの徹底とハイリスク症例への術前フィルタ（下大静脈内で大きな血栓を捕捉）留置により当院では術後の肺塞栓症による死亡症例はこの8年間ありません。③70歳以上で大きな手術を受ける患者さん全員に、手術の前に心臓エコー検査を受けて頂いています。心臓に病気があるのに診断されていない患者さんは皆さんの予想以上にいます。心臓疾患があることを知らずに手術を行うことは患者さん、術者の双方にとつて危険です。これから入院手術症例のセーフティーネットの強化を進めていきます。

心臓、血管疾患、

3つの予防戦略

突然死の代表疾患である「急性心筋梗塞」でも、心臓が止まる前に病院にたどりつければ95%以上の患者さんは助かります。一方、心臓が止まって心臓マッサージを

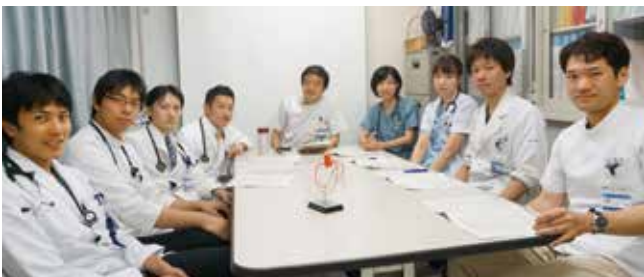
されながら搬入された患者さんでは、（脳を保護する）低体温療法を併用しても後遺症なく退院できるのは40%未満です。さらに多くの突然死の患者さんは蘇生治療の対象とならずに亡くなられています。

「働き盛り、家族の柱」の突然死ほどの悲劇はありません。心筋梗塞、突然死の発症後に治療を行っているだけでは悲劇は減りません。そこで当院では、未病、軽症の段階で心臓病を発見するための「心臓スクリーニング検査」を行っています。また、喫煙者、糖尿病の患者さんが動脈硬化による阻血（血流不足）から下肢切断になるのを減らすための「血管スクリーニング検査」を3年前から始めました。脳梗塞の原因となる不整脈（心房細動）は加齢と共に増えます（75歳以上で10〜20人に1人）。この不整脈がありながら自覚症状がない患者さんが半数以上います。脳梗塞の発症を70%減らせる薬がありながら、症状がない患者さんは治療を受ける機会がありません。自分で（もしくは家族の人が）毎日脈をとることで脳梗塞（の約30%）が予防できます。詳しく知りたい方は市民病院のホ

ームページをご覧ください。循環器内科外来でパンフレットを請求ください。

当センターの方針

病気を発症して入院してきた患者さんには看護師、コメディカルを含めたチーム医療で最善の治療を提供します。退院後の患者さんには病診連携医師と力を併せて再発予防、定期健診を行います。市民公開講座、講演会、病院主催のイベントでの情報発信や院内各科、地域連携医療機関と協力により未病、軽症段階での早期発見にも今後一層注力していきます。「市民病院の心臓血管センターにかかっていれば安心」と言われるように努力していきます。



● 新たな挑戦に向けて再整備のスタートを切ります ●

市民病院再整備基本計画に関して、市民意見募集を行いました

5月に取りまとめた「横浜市立市民病院再整備基本計画（原案）」について、7月18日（金）から8月20日（水）まで市民意見募集を実施しました。多くの意見をいただき、ありがとうございました。実施結果の概要は、以下のとおりです。

いただいたご意見とご意見に対する考え方は、市民病院ホームページに掲載していますので、ご覧ください。みなさまからのご意見も踏まえて、より良い病院となるよう検討を進めていきます。

再整備事業については、今後この「いっしょ」や市民病院ホームページを通してお知らせしていきます。

高度で先進的な医療を提供するとともに、地域医療全体の質向上にも貢献する新病院を目指して、職員一丸となって取り組んでいきますので、ご協力をお願いいたします。

意見提出者数		231 名
意見数		444 件
分野別	1 新しい市民病院のコンセプト・概要	99 件
	2 新しい市民病院の主な機能	
	2 - a（救急医療の充実）	12 件
	2 - b（小児救急医療、周産期医療）	5 件
	2 - c（総合的ながん対策）	27 件
	2 - d（災害、感染症）	7 件
	2 - e（患者支援体制）	9 件
	2 - f（患者などから選ばれる病院）	52 件
	2 - g（誰でも利用しやすい施設整備）	5 件
	3 事業スケジュール	12 件
	4 事業費・収支シミュレーション	12 件
	5 その他	194 件

「その他」では、交通アクセスや駐車場に関する意見などをいただきました。

● 市民病院は地域医療支援病院です ●

市民病院は、地域の医療機関と連携して患者さんの健康を守ります

「かかりつけ医」を持ちましょう

「かかりつけ医」とは、身近な地域で日常的な医療を受けたり、健康の相談等ができる医師のことです。「かかりつけ医」は、日頃から患者さんやご家族のこと（薬に対するアレルギーや、病歴、患者さんの日常生活など）を理解してくれています。

市民病院は急性期の病院です

当院は急性期（病気やけがの発症から症状が安定するまでの期間）の治療や高度医療による治療を担当しています。急性期・高度医療を必要とする患者さんが一人でも多く治療を受けられるように努めています。

まずは「かかりつけ医」を受診してください

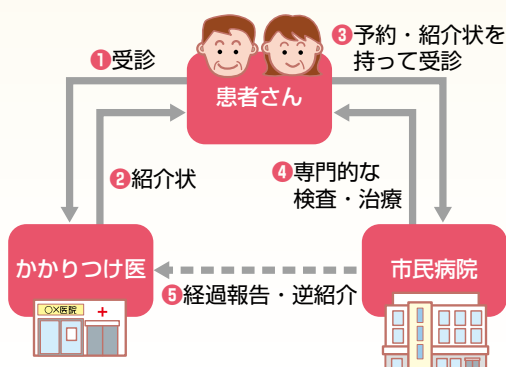
初期の診療や慢性疾患で症状が安定している場合などは、「かかりつけ医」を受診してください。その結果、「かかりつけ医」が、当院での治療が必要であると判断した場合には、紹介状を作成し、当院へ紹介します。

当院での治療後は「かかりつけ医」に逆紹介します

急性期の治療が終了した患者さんには、主治医から患者さんの当

院でのこれまでの治療経過、処方等を記載した紹介状をご用意し、必要なデータとともにお渡ししますので、それを持って、「かかりつけ医」を受診してください。

※「かかりつけ医」をお持ちでない場合、患者さんのご住所などに応じてお探しするお手伝いをいたしますので、1階患者総合相談室（かかりつけ医案内）までご相談ください。



イベント紹介

～市民病院での最近の出来事や
職員の院内での取組をご紹介します～

市民公開講座

放っておくと怖い足の動脈硬化 5月31日
一目メディカルパーク2014 8月23日



好評企画の体験型講座では、45人が参加し、「足の動脈硬化」をテーマに、予防から、検査・治療までをトータルに学んでいただきました。また、夏休みにあわせて小学校4年生から大学生までを対象として、医療の仕事を経験するイベントを開催しました。222人が参加し、用意した20のプログラムを自由にまわって楽しみました。

サマーコンサート

7月31日



外来ホールで、恒例のサマーコンサートを開催しました。ボランティア会ランパスさんのご協力により、素敵な歌とピアノを楽しんでいただきました。

2014夏季インターンシップを開催しました！

8月7日、8月8日



インターンシップの懇親会の様子

2日間のインターンシップに、遠くは北海道や鹿児島から延べ52名の参加がありました。院内見学、先輩看護師との看護体験や懇親会など内容も盛りだくさん。参加者に大変好評で、多くの学生さんがアンケートに「市民病院を受験したい」と答えてくれました。

当院医師が、ラクロスワールドカップに出場しました！

7月10～19日



前列中央が当院医師です

当院の^{つくわ}継渉医師が、米コロラド州で行われた第12回ラクロス世界選手権大会に出場しました。38か国中8位という成績でした。

患者さんや御家族からの意見と当院の対応・考え方を紹介します。



みなさまの声

ご意見・ご要望をお気軽にお寄せ下さい

Q

相鉄バスの市民病院下→横浜駅西口
行の時刻表があると嬉しいです。

A

時刻表の掲示につきましては、スペースに限りがあるため利用頻度が高いバスについて掲示をしております。その他の時刻表については総合案内でご案内をさせて頂いておりますが、今回のお声をふまえ、総合案内にお声かけくださるよう案内を掲示しました。

Q

今日は胃カメラを受ける日なのに、体調が悪くて不安でした。しかし、こんな時こそ検査した方が良いですと先生も看護師さんもとて
も励まして下さり、なんとか頑張ることができました。ありがとうございました。

A

このたびは、当院の医師、看護師に対して温かいお言葉をいただき誠にありがとうございます。今後もいただいたお言葉を励みとして、心を込めたきめ細やかな対応ができるよう努力してまいります。

大豆の水煮 ～大豆はこまめに使いたい～

♥日本の食生活になじみ深い大豆は、タンパク質やビタミン・ミネラルを多く含み「畑の肉」とも言われています。また機能性成分として、大豆イソフラボンやサポニン、食物繊維を含み、これらは心臓病予防やコレステロール低減効果、がんや骨粗鬆症^{こつそしょうしょう}の予防、更年期障害の軽減などに働くとして注目されています。大豆の水煮は缶詰で売られていますが、魔法びん（ポット）があれば自宅で簡単に作れて美味しく、色々応用できます。お料理に加えて大豆を身近に使ってみてはいかがでしょうか？

♥大豆水煮のつくりかた

- ①魔法びんに乾燥大豆を入れる。
（大豆は量が増えるので容積の1/5くらいに）
 - ②魔法びんの口もとまで熱湯を入れ一晩おく。
 - ③翌日湯をさればできあがり。冷蔵庫で2～3日もちます。
- *写真の大豆は60g(1/2カップ)で赤いポット(460ml)で茹でられます。



ひじきの煮ものに



ポテトサラダに



ミネストローネに

（栄養部 管理栄養士 井尻 玲子）

病院長 コラム



病院長 石原 淳

9月に入り、日に日に秋らしい気配が感じられるようになってきました。朝晩は涼しく快適な日も多くなりました。しかし、日中の残暑がまだまだ厳しく天候の変化が激しいこの時期は体調を崩しやすい季節でもあります。ここ数日、小児科外来では発熱や喘鳴を主訴とする患者さんが目立って多くなりました。一般に、食中毒や喘息症状あるいはなんとなく気分が落ち込む等の不調を訴える方が多くなる時期です。季節の変わり目の体調管理に充分ご留意下さい。

さて、本号では血液内科で行っている造血幹細胞移植と心臓血管センターについて特集で紹介させていただきました。周産期医療についてもNICU（新生児特定集中治療室）の増床に続きGCU（新生児治療回復室）の整備が完了し体制が整いました。今後も引き続き高度急性期医療機能の充実を図ってまいります。

市民病院再整備については多くの市民の方から貴重なご意見を頂戴しました。今後、基本計画にご意見を反映させてまいります。紙面を借りて厚く御礼申し上げます。



横浜市立病院（市民病院、脳血管医療センター）では、看護師を募集しています。詳しくは右のQRコードを読み取るか、

横浜市看護職員 採用 検索 でホームページをご覧ください。

