



JICHI MEDICAL UNIVERSITY
SAITAMA MEDICAL CENTER
自治医科大学

さいたま医療センターだより

TEL.048-647-2111 FAX.048-648-5180 URL : <http://www.jichi.ac.jp/center>

さいたま医療センター 理念・基本方針

理 念

1. 患者中心の医療
2. 安全で質の高い医療
3. 地域に根ざした医療
4. 心豊かな医療人の育成

基本方針

1. 患者の皆様を尊重し、開かれた安心できる医療を提供します
2. チーム医療を推進し、安全で質の高い医療を提供します
3. 地域との連携を深め、基幹病院としての役割を果たします
4. 地域医療に貢献する医療人を育成します



桜

センターだより 第64号 ご案内

- センター長挨拶（さいたま医療センター長 遠藤 俊輔）
- みんなの栄養と食事・・・栄養のチカラで、難局を乗り切る
- お知らせ・・・総合防災訓練を実施しました
総合健診センターからのお知らせ
医事課からのお知らせ



センター長挨拶

さいたま医療センター長 遠藤 俊輔

1 私と自治医科大学附属病院の歩み

本年4月からセンター長に就任致しました遠藤俊輔です。当センターは1989年に自治医科大学附属大宮医療センターとして85床で診療を開始し、以後30年間に628床にまで成長しました。この間、名前は大宮医療センターからさいたま医療センターに変わり、新館南棟、外来棟、ICUや手術室が次々と増改築されました。また診療内容も循環器診療に、がん診療、救急、周産期、小児医療が加わり、現在では医師337名・看護師835名・医療技術職員233名と、病床数に比し豊富な医療スタッフを揃えて、大学附属医療施設として教育・研修を行いながら、人口130万人のさいたま市を中心とした3次救急医療と高度医療を提供する病院となりました。

私は1992年自治医科大学の胸部外科に赴任し、2005年よりセンターの呼吸器外科の一員として加わりました。2008年からは大学附属病院の呼吸器外科も兼ねながら、12年間センターの肺がん診療を中心に従事してきました。36年の医師生活の内、そのほとんどである28年を過ごした自治医科大学における経験をもとに、センターをなお一層発展させていきたいと思っています。

2 センターが目指す医療とは

(1) 患者さんを“みる”こと

疾病の原因が遺伝子レベルで解明され、失われた臓器も回復させることも可能になった医学の発展の一方、患者さん自身を抜きにして、データ重視の診療もみられます。診療とは医師が患者さんを見て、治療することです。この“みる”という言葉は見るに始まり観る・視る・診る・看るなど様々な漢字で表されるように、患者さんのお話を聞きながら表情や体表を視て、検査データを観ながら医学的に診て検査や治療方針を立て、患者さんの全身状態や生活状況を看ながらその方針を変えて見ていくのが医療のプロセスであり、このような全人的な診療を心掛けていきたいと思っています。

(2) 診療科、栃木の大学附属病院等との連携のもとでの質の高い医療提供

昨今医療は細分化され、当センターの診療体制も20診療科を標榜しておりますが、本来は開院当初より内科系と外科系の総合診療体制を継続しています。そのため多くの診療科が毎月一堂に会し、様々な症例を検討しているだけでなく、日常診療においても診療科の垣根を越えて総合的に患者の治療に当たれるような体制にしています。今後、超高齢化社会を迎える日本では、疾患背景は多岐にわたり、単一の診療科だけでは容易に対応できなくなり、複数の合併症に対応する必要がありますが、前述のような横のつながりを大切にしたい我々のセンターの診療体制によって、全ての患者に対して最良の医療を提供できるものと考えています。こうした繋がりは、当センター診療科間の連携だけでなく栃木の大学附属病院46の診療科とも連携しながら、質の高い医療を提供するようにしています。

(3) 安全で安心できる医療の確保

疾患も複雑になるとともに、使用する薬剤や医療機材も目まぐるしく進歩しています。最新機材の適正な使用方法や新しい薬の薬害など常に細心の注意を払って診療にあたらなければなりません。そのため、センターでは医療安全対策部のスタッフが日夜センターの診療活動をチェックし、検査や治療を受ける患者さんに安全で適正な診療を受けられるようにしています。とはいっても患者さんにとって、分からないこと、不安に思われることも多々あると思います。当センターでは、こうした患者さんの声も参考にしたいと思いますので、いつでもお気軽に職員にお声がけください。

(4) 地域医療との連携

現在当センターは急性期病院として医療を提供していますが、これからの高齢化社会ではセンターでの治療後、患者さんが通常の日常生活を取り戻すまでの長期的な配慮も重要となります。この観点から、地域医師会の先生方と連携し、患者さんの状態に応じて、センターと地域医療機関とを円滑に行き来できるような連携を深めていきたいと考えています。遠慮なく、かかりつけの先生を通してセンターへご相談ください。

(5) ゆとりある医療体制の構築

仕事は質量ともに時々変化する医療は、医療従事者の献身的な労働力で支えられてきました。今回の新型コロナウイルス感染症の対応でも明らかとなったように、医療従事者の負担は医療崩壊の原因となります。昨年、医療関係者においても働き方を改革せよとの政府からの方針に従いセンターでも外来・病棟・中央部門体制を改編し、情報技術の導入・看護師特定行為制度や医師事務作業補助員制度を有効に活用し、ゆとりのある労働環境で患者さんに最大限の結果を残せるような医療体制にしたいと思います。

3 最後に

新型コロナで崩壊しかかった医療状況を立て直しつつ、来院される全ての患者さんが納得できる医療を受けられるよう努めてまいりますので、よろしくお願い申し上げます。





栄養のチカラで、難局を乗り切る

栄養部



公益社団法人 日本栄養士会より新型コロナウイルス感染症の対応について、メッセージが発信されましたので、今回はその一部をご紹介します。



ウイルスの感染防止には、**密閉、密集、密接を避けること**と、**十分な手洗いやマスクの着用**が推奨されています。これらを守ることを前提に、さらに、気を付けていただきたいことがあります。それは、**ウイルスに対する抵抗力を維持、強化させること**です。この仕組みを「**免疫**」といい、免疫能が低下すると種々の感染症にかかりやすくなります。免疫能の低下の原因には、極度のストレス、疲労、睡眠不足、運動不足、飲酒や喫煙、さらに病気等がありますが、中でも重要なのは**栄養と食事**です。

近年の研究により、私たちが持っている免疫は、多様な成分が複雑な代謝を営むことによって成り立ち、その仕組みには、多くの種類の栄養素がいろいろな形で関わっていることが分かってきました。食事からとる多くの成分が総合的に作用しながら、私たちはウイルスと戦い健康を維持しているのです。このことから、**ある特定の栄養素や食品に依存するのではなく、いろいろな食品から、栄養バランスの取れた食事をとることで、免疫に関与するすべての成分を摂取する**のが、**科学的な根拠に基づいた方法**だということができます。

今こそ、**栄養の力を活用し、新型コロナウイルスに打ち勝つ体力を持つことが必要です**。すでに栄養不良で著しく体力が低下している人、高齢で咀嚼・嚥下機能が低下している人、何らかの食事療法を行っている人等は、医師や管理栄養士の指導のもとに、特別用途食品や栄養サプリメントなどを活用して、できる限り健康な食事が維持できるようにしてください。

2020年4月7日付 日本栄養士会「栄養のチカラで、難局を乗り切る」より抜粋





海外の栄養士会より Q&A

みなさんの質問にイギリスよりお答えします！



食事療法によって免疫システムを強化できますか？

食事を通じて新型コロナウイルスに対する免疫システムを特別に増強することはできず、**特定の食品やサプリメントによりウイルス感染の拡大を抑えることはできません**。免疫能を維持するには、**栄養バランスの取れた食事**により、栄養不良を起こさないようにすることが第一に必要になります。栄養のバランスが崩れ、免疫能が低下している人には、食事改善により、免疫能を回復することが可能になります。



新型コロナウイルスで栄養不良の改善が重要なのはなぜですか？

低栄養や過剰栄養等の栄養不良が、各種の栄養欠乏症や肥満・生活習慣病の誘因になることは、よく知られています。新型コロナウイルスで必要なことは、**ウイルスと戦ってくれる我々のもつ免疫能を維持しておくことであり、このシステムに栄養状態が影響しているから**です。



病気により、既に食事療法を実施している人は、どのようにすればいいのでしょうか？

高齢者によるフレイルや病気の食事療法による栄養素の制限などによる低栄養が、二次的に免疫能を低下させていることも考えられます。個別対応の食事療法が必要で、まず患者さんの栄養状態を評価、判定することが必要になり、**医師、管理栄養士に相談しながら、食事の管理を実施することをお勧めします**。



手洗いやうがいなどの感染予防に加えて、バランスの良い食事ですウイルスに打ち勝つ「栄養のチカラ」も高めてみませんか？

参考：公益社団法人 日本栄養士会

<https://www.dietitian.or.jp/important/2020/3.html>

<https://www.dietitian.or.jp/important/2020/4.html>

(管理栄養士 来栖 愛子)

- ・糖尿病や腎臓病など食事制限がある方は、医師の指示に基づいた食事管理を続けましょう
- ・医師の指示により、管理栄養士に栄養や食事の相談ができます

お知らせ

総合防災避難訓練を実施しました

令和2年3月11日（水）、平日体制における総合防災避難訓練が実施されました。

訓練はセンター周辺で震度6弱の地震が発生し、その後、南館3階A病棟にて火災が発生するという想定で、地震による被害状況の確認、職場消防班による初期消火や火災通報、自衛消防隊による患者の避難救出、新生児避難具を使用した避難誘導、消火栓での消火活動等を行いました。

災害の種類は地震のみではなく、火災や水害など、時と場所を選ばず発生します。どんな災害が発生しても、臨機応変に対処できるよう、教職員一同、日頃から防災に関する認識を持つとともに、訓練を繰り返すことで、いざというときに防災活動を迅速に行えるよう心掛けていきたいと思います。



災害対策本部立上げ



被害状況集計



防災センター



自衛消防隊長による指示



初期消火活動



応援職員への指示



患者避難誘導



消火栓による消火



センター長総評

総合健診センターからのお知らせ

● PET健診のご案内 ●

◆PET検査とは…

ペット（PET; Positron Emission Tomography、陽電子放射線断層撮像法）とは、放射性同位元素（F-18）で標識されたフルオロデオキシグルコース（FDG）という薬剤を注射して、検査を行います。

体内の糖代謝を見る検査で、がん細胞が正常細胞に比べ3～8倍糖代謝が盛んであることを利用し、がんの存在や状態を評価します。

この検査は、FDGを静脈注射する際の痛みだけで、その後は安静に寝ているだけで検査が終了するため、苦痛を感じることなく検査を受けていただけます。

◆当センターでのPETがん健診の特徴

当センターの装置は、PETとCTを同時に撮影できる機種であり、糖代謝情報（PET画像）と解剖学的情報（CT画像）を一度に得られ、ズレの少ない高精度な融合画像を作成することができます。

また当センターは、地域がん診療連携拠点病院に指定され、精度の高いがんの診療体制が整備されており、専門スタッフによる撮像と、有資格の専門医による画像のチェックがなされ、質の高いPET健診を提供します。

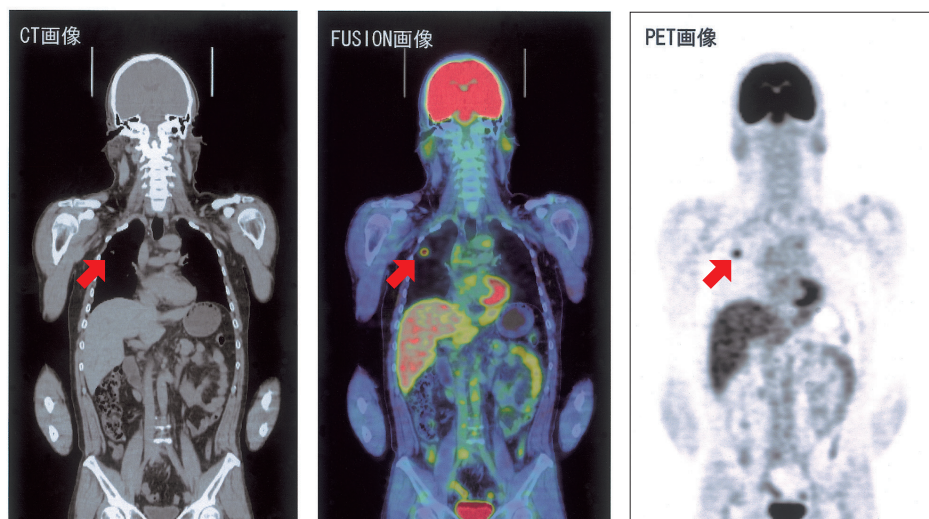
◆検査の施行、注意点

検査前5時間の絶食が必要になります。撮影前後に約30～60分安静にいただき、撮影中は約30分仰向けになっていただきます。検査所要時間は2～3時間です。

薬剤による副作用はありません。わずかな放射線被ばくがありますが、これにより体に害を生じることはありません。ただし、検査直後はご自身の体内から放射線が出ており、周囲の方にわずかな被ばくを生じさせる可能性があるため、小児や妊娠している方がお近くにいらっしゃる場合はご注意ください。

PET検査の限界として、小さながん（1cm未満）、脳や腎臓・膀胱のがんは診断できない場合があります。また、強い炎症がある場合も診断が難しいことがあります。診断上の限界があることをご理解ください。

検査に関していろいろご不安な点があるかと思いますが、お気軽にご相談ください。



◆健診のご案内

【健診日時】

水曜日、金曜日 14時、14時30分
(祝日、年末年始は除く)

【費用と検査項目】

基本検査 PET-CT 110,000円(消費税含む)

ご希望により下記の検査を基本検査に追加することができます。

オプション 腫瘍マーカー

- A 胃・大腸・膵がん(CEA、CA19-9) 3,300円
- B 肝がん(AFP、PIVKA II) 3,300円
- C 肺・食道がん(シフラ、proGRP、SCC) 5,500円
- D 前立腺がん(PSA) 2,200円
- E 女性特有のがん(CA125、 β HCG) 3,300円

※PET健診は健康保険の適用とはなりませんのでご注意ください。

【結果報告】

健診から約2～3週間後に、医師から検査結果の報告をいたします。

検査の結果、異常が発見された場合には、ご希望により当センターの専門診療科をご紹介します。

【お申し込み・お問い合わせ】

健診は全て予約制です。受診お申し込みの方は、次ページの窓口までお電話ください。
詳しい内容、ご不明な点等のお問い合わせについてもお気軽にお電話ください。

- 注意事項：1. 申込後に検査の日時変更または中止をご希望の場合は、必ず健診前日の16時までに上記受付までご連絡ください。前日16時以降のご連絡になりますと、キャンセル料が発生いたします。(オプション検査を除く、基本検査料金分)
2. 要介助の方、妊婦・授乳中の方は検査を受けられない場合があります。事前にお申し出ください。
3. 受診当日は、外来診療などのご予約を入れないでください。

● 脳ドックのご案内 ●

早めの脳ドック受診で早期発見、早期治療！

**当センターでは最新の医療機器による
脳ドックを行っています。**

(当センター脳ドックは日本脳ドック学会の
認定施設 (NO.10098) です)

**脳の健康診断を
受診しましょう！**

このような方に脳ドックを
お勧めします。



基本検査

身体測定・血圧測定・血液検査・尿検査・レントゲン検査・
心電図検査・頸部超音波検査・**脳機能検査**・神経学的検査・
医師による診察と結果報告・**脳MRI検査**・**脳MRA検査**

希望検査 (オプション検査)

認知症検査
腫瘍マーカー検査
骨密度測定検査



健 診 日 毎週2回 火曜日・木曜日

健 診 料 基本検査：1.5テスラ標準MRコース 80,000円 (税込)
：3テスラ高性能MRコース 100,000円 (税込)

希望検査 (オプション)

- ・認知症検査 : 22,000円 (税込)
- ・腫瘍マーカー : 5,500円 (税込)
- ・骨密度測定検査 : 5,500円 (税込)

● お申込み・お問合せ ●

受診のお申し込みは、下記担当までお電話いただくか、本館1階レストラン2つとなりの
健診室内受付窓口へお越しください。

電話番号 **048-648-5155** (脳ドック担当)
048-782-4679 (PET健診担当)

～ どうぞお気軽にお問合せください ～

医事課からのお知らせ

新型コロナウイルス感染症の感染防止対策の一環として、

令和2年6月1日（月）から、
正面玄関の開錠時間を
7：45～としております。



当分の間、センター本館の出入口は
正面玄関のみとなります。
本館南口（警備本部前）は職員専用
とさせていただきます。



現在、マスクを着けていない方の
入館は、お断りしております。



表紙写真

桜

今年はじっくり春を楽しむゆとりのないまま季節が移ろうとしていますね。
昨日と同じ今日があり、明日が来ることが特別なことだったのだと思い知らされた日々でした。
がらりと変わってしまったこの世界で、いつもの通り、桜は美しく咲きました。