



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



(日光市 竜頭の滝)

センターだより 第41号 ご案内

- 気になるサプリメント (腎臓科 教授 田部井 薫)
- 職場紹介 (救急部・内視鏡検査部・放射線検査部)
- くすりの小窓・・・第19回 ージェネリック医薬品(後発医薬品) その2ー
- お知らせ・・・感染制御室からのお知らせ
市民公開講座のお知らせ



気になるサプリメント

腎臓科 教授 田部井 薫

最近、新聞、雑誌、テレビなどで、盛んに「サプリメント」が宣伝されています。皆さん、「サプリメント」とは、何だかご存知ですか。「サプリメント」とは、ダイエタリー・サプリメント (dietary supplement) の訳語で、本来は、ビタミン、ミネラル、アミノ酸などの栄養補給を目的としていましたが、近年は、ハーブなどの成分による薬効を目的としたものもあります。ほかにも、生薬、酵素、ダイエット食品なども含まれ、栄養補助食品、健康補助食品とも呼ばれます。

しかし、2013年12月、アメリカの研究者によりビタミンやミネラルなどのサプリメントは、健康効果がないばかりか、むしろ健康に害がある可能性が強いと報告されています (Ann Intern Med 159 : 824, 2013)。その後も、10以上の同様の論文が出されています。

サプリメントと医薬品との違いはなんでしょうか。

1. 剤 型：サプリメントでは、アンプルでの販売は認められていません。
2. 成 分：サプリメントでは、医薬品のように、“劇的に” 効く成分を含むことはできません。
3. 用法・容量：医薬品は、必ず用法用量が指定されていますが、サプリメントでは用法用量を指定してはいけないことになっています。
4. 効果・効能：医薬品が、身体的な変化をもたらすことを目的としているのに対し、サプリメントは身体的な変化をもたらすことを目的としてはいけないことになっています。

つまり、サプリメントは身体的変化を目的としてはいないのですから、健康に良いと考えるのは矛盾することになります。

成分的には、コラーゲン、プラセンタ、ビタミン、カルシウム、亜鉛、葉酸、コエンザイム、ブルーベリー、DHA (ドコサヘキサエン酸)、オルニチン、鉄分などでしょう。

「コレステロールが気になる方へ」、「糖質が気になる方へ」、「血圧が気になる方へ」、などと表記しています。法律的には、「コレステロールを下げる」と言うてはいけないのです。

EPA (エイコサペンタエン酸) は、不飽和脂肪酸の一種で、現在医薬品として発売されており、抽出方法がきわめて難しいのですが、日本の製薬会社が製法を編み出し、現在はその医学的効果も証明されています。しかし、DHAは不安定で、酸素に接すると効果がなくなるため、医

薬品としての効果は認められていません。

コラーゲン：真皮、靭帯、腱、骨、軟骨などを構成するタンパク質の一つです。コラーゲンの分子量は10万程度で、経口摂取したたんぱく質が、そのまま吸収されることはありません。一部の学者は、ヒドロキシプロリンを含むオリゴペプチドが吸収されると報告していますが、生理学的には、吸収されるとしてもきわめて少ない量でしょう。体内で産生されるコラーゲン量から比べたらかなり少ないと考えられています。コラーゲンの摂取が、皮膚の張を保ち、関節の痛みを改善するという信頼できる有効性は確認されていません。

〇〇は「体にいい」とよく聞きますが、「体にいい」とは何でしょうか。よく、「にんにく」は体にいいといいます。その他にも、「黒酢にんにく」「にんにく卵黄」などなどがあります。「にんにくを食べると元気になる」。これは、多分、「脚気」という病気の本体がわからなかった時代、つまり、江戸時代や明治初期の「観察研究」と考えられます。「脚気」は、ビタミンB1の欠乏により起こる病気で、心不全による下肢のむくみ、神経障害による下肢のしびれなどの症状がでます。日露戦争では戦死した兵隊より脚気による死亡者の方が多かったとも言われているくらいです。

ところが、この脚気の患者に、にんにくを食べさせると、急に元気になるのです。つまり、にんにくはビタミンB1の宝庫なのです。その他にも現在、豚肉、玄米、酵母、胚芽、ウナギ、豆類、牛乳、緑黄色野菜などが「体にいい」、「元気が出る」食べ物は、といわれていますが、これらもみなビタミンB1を多く含んだ食品なのです。

本来、「体にいい」ということは、「生命予後が長くなる」ということか、あるいは、「生活強度が下がらない」ということでなければなりません。前述したように、もし、「生命予後が長くなる」ような物質があったら、これはもはや医薬品に分類されますし、実際、「サプリメント」で「生命予後が長くなる」という報告はありません。

サプリメントよりも、命を延ばすのに有効な方法があります。

「幸せとを感じる」ことが、寿命を延ばす。「ポジティブ思考の方が、長生きする」というのです。このような観察研究は160編以上も報告されているのです。「幸せとを感じる」と免疫能が高まることも知られています。どのような境遇でも前向きに生きることが、長生きの秘訣のようです。

救急部・内視鏡検査部・放射線検査部の紹介

救急部に所属する看護師は、救急外来・病棟、放射線検査部、内視鏡検査部の3つの部門を担当しています。今回は救急部の看護師が活動するこの3つの部門を紹介します。

救 急 部

平成25年度の救急車対応件数は6,396件。救急患者対応数は10,202件でした。

当センターは2次救急医療に対応しています。近隣の3次、1次救急医療施設と連携をとり、急患の方の対応が速やかに行われるよう努めています。そして、1つでも多くの命を救えるようチーム医療の強化、技術の向上に努めています。

外来エリア

- 初 療 室：救急車で来られた方や重症な方を
対応する部屋
- 診 察 室：6部屋
- 経過観察室：点滴治療や症状が安定するまで休
んで頂く部屋



病棟エリア

- 病床は20床
 - 重症用ベッド6床
 - 感染症対応ベッド2床
 - 大部屋（1部屋4床）3部屋



訓練風景

センターは災害拠点病院になっています。災害が発生した際に救急部が果たす役割は大きいと自覚し、発生時には迅速な対応ができるよう訓練に取り組んでいます。



トリアージの机上訓練

実地訓練



検査部門

検査部門では検査件数の増加と共に、内視鏡や血管造影に関する治療も増えています。日々高度化する検査、治療に対応できるよう内視鏡医師、放射線医師、放射線技師、臨床工学士の方々の協力を得て、新しい検査や治療を学び、安全に検査が行われるよう努めています。また、検査や治療を受ける方々の不安や緊張感が和らぐよう、看護ケアの向上にも努めています。



内視鏡検査室

平成25年度の内視鏡検査の件数

計	上部内視鏡	内 訳		下部内視鏡	内 訳		小腸内視鏡	ERCP	気管支鏡
		検 査	治 療		検 査	治 療			
	4,872	3,991	902	3,560	2,738	779	45	338	301



内視鏡検査室



内視鏡の洗浄室

放射線検査室

平成25年度の放射線検査の件数

計	MR	核医学	CT	泌尿器科	透視	血管造影室			
						心臓カテーテル検査	放射線科血管造影	頭部血管造影	その他
	8,444	1,727	24,035	206	1,289	1,569	438	60	15



CT検査室
CTの他に、MRI、核医学、透視、血管造影検査などたくさんの検査があり、各検査に看護師が携わっています。



放射線技師との合同勉強会
急変時の対応を訓練中





第19回

—ジェネリック医薬品 (後発医薬品)その2—



薬剤部
大谷 幸代

前回のあらすじ

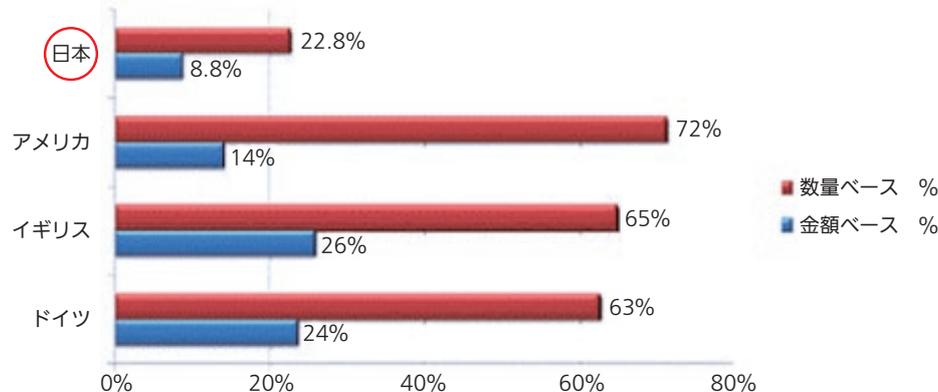
「ジェネリック医薬品（後発医薬品）」について、政府広報ラインの資料をお借りして「ジェネリック医薬品とは?」「なぜ今?」を中心に説明をしました。

ジェネリック医薬品は、先発医薬品と効き目や安全性が同等であるものとして、製造・販売が承認されています。一般的に開発費用が安く抑えられるために、先発医薬品に比べて安価になっています。

ゆえにジェネリック医薬品の普及は、患者負担の軽減ばかりでなく、国の医療保険財政の改善につながるものと考えられています。

しかし日本では、ジェネリック医薬品の数量シェアは46.9%（平成25年9月の薬価調査に基づく集計値）であり、欧米諸国と比較して普及が進んでいません。その理由として、医療関係者にも患者さんにも理解されていないこともあります。厚生労働省では、ジェネリック医薬品の啓発活動とともに使用促進のための施策を積極的に取り組んで、「平成30年3月末までに、ジェネリック医薬品の数量シェアを60%以上にする」という目標を掲げています。

ジェネリック医薬品の数量シェアの比較（2009、日本のみ2011）



(注) 諸外国の数値については、出典及び定義に差異があるため、単純に比較はできない。

(出典) 日本：厚生労働省 2011年9月薬価調査

アメリカ、イギリス、ドイツ：IMS Health, MIDAS, Market Segmentation, RX only, Dec MAT 2009

当センターにおいても、国の施策に従って、順次変更可能なジェネリック医薬品への採用に踏み切っています。

ジェネリック医薬品(後発医薬品)を希望する場合は?

かかりつけの医師や薬剤師に相談してください。

まずは、ご自分の処方せんの 印を確認してみましょう。

診療科名: **処方せん(院外)** オ-グ NO

(この処方せんはどの保険薬局でも有効です。)

公費負担者番号	保険者番号
公費負担医療の受給者番号	被保険者証・被保険者手帳の記号・番号
患者ID カナ 氏名 区分	生年月日 年齢 性別
保険医療機関の所在地及び名称 自治医科大学附属さいたま医療センター 埼玉県さいたま市大宮区 天沼町1丁目847番地 病200以上	
電話番号 048-647-2111(代表)	
保険医氏名	
都道府県番号	点数番号
薬	医療機関コード
交付年月日	処方せんの使用期間
変更不可	特に記載のある場合を除き、交付の日を始めて4日以内に保険薬局に提出すること。
女性の処方箋について、後発医薬品(ジェネリック医薬品)への変更に基づき支えがあると判断した場合は、「変更不可」欄に「✓」又は「×」を記載し、「保険医署名」欄に署名又は記名・押印すること。	
「変更不可」欄に「✓」又は「×」を記載した場合は、署名又は記名・押印すること。 保険医氏名: _____ 印 _____	
備考	本人
調剤済年月日	公費負担者番号
保険薬局の所在地及び名称	公費負担医療の受給者番号

1/1

医師の判断で、「変更不可」欄に「レ」または「×」印があり、かつ保険医署名欄に署名または記名・押印が入っている場合は、ジェネリック医薬品に変更できません。

処方せんの「変更不可」欄に「レ」または「×」印がない場合は、薬剤師の判断で、新薬と同じ有効成分のジェネリック医薬品に変更してもらうことができます。

(お薬によっては、ジェネリック医薬品が発売されていないものもあります)

埼玉県においても、厚生労働省の委託により「後発医薬品の安心使用促進のための協議会」を設置し、患者や医療関係者がジェネリック医薬品を安心して使用できる環境づくりのための検討を行っております。

平成21年度のジェネリック医薬品の普及率
 数量ベースでは、全国で約19.0%
 (埼玉県で19.4%)
 金額ベースでは、全国で約6.9%
 (埼玉県で7.2%)

また、協会けんぽやさいたま市の国民健康保険など各保険者においても、患者の皆さんに対する普及啓発を行なっています。例えばジェネリック医薬品の処方を希望する場合、その意思を医師や薬剤師に簡単に伝えられるようにするため、「ジェネリック医薬品希望カード」を作成し、区役所の保険年金課で配布しています。

ジェネリック医薬品希望カードの例



これらに加え、長期服用者に対しては、ジェネリック医薬品に切り替えた場合に自己負担がどのくらい軽減するかをお知らせする「ジェネリック医薬品軽減額通知」を実施しています。

ジェネリック医薬品に関しては、厚生労働省や各都道府県、市町村のホームページでも情報を得ることができます。

そのほか使用しているお薬にジェネリック医薬品があるかどうかに関しては、日本ジェネリック医薬品学会のサイトで「かんじゃさんの薬箱」等で、また試算に関しては、日本ジェネリック製薬協会のサイトで「かんたん差額計算」等で情報を得ることができます。

お願い

ここでまた「お薬手帳」が威力を発揮します。

お薬手帳の効用は、これまでに何度か説明してきました。



患者さんが飲んでいたお薬の情報が、お薬手帳で医師や薬剤師に伝わるようにできています。ですから、ジェネリック医薬品についても、複数の医療機関を受診されることがあっても、お薬の重複や、飲み合わせによる副作用の防止などに役立ちます。

お薬手帳を1冊にまとめ、受診の際はいつもお持ちください。

お知らせ



感染制御室からのお知らせ

大人に必要な予防接種～インフルエンザ・肺炎球菌・風しん～

予防接種は子供がするものと思いませんか？大人でも必要な予防接種があります。代表的なものは皆さんがご存知の毎年流行するインフルエンザのワクチンです。その他、今年10月から定期接種となる高齢者の肺炎球菌ワクチン、2012年ごろより成人の間で流行し先天性風しん症候群原因となる風しん予防のための風しんワクチンなどがあります。今回はこの3種類のワクチンについて説明します。

尚、予防接種は保険が適応されないため、原則として当センターでは実施していません。また、費用の助成についてはお住まいの自治体に確認をお願いいたします。



1) インフルエンザワクチン

インフルエンザウイルスは毎年のように抗原変異を起こしています。そのため変異に合わせたワクチンが毎年作られ、毎年接種が必要です。

予防接種をした場合の発病予防効果はワクチン株と流行株が一致した場合、65歳以下の健常成人で70～90%であったと報告されています。しかし、65歳以上の健常な高齢者については約80%の死亡を阻止する効果があった（インフルエンザワクチンの効果に関する研究 主任研究者：神谷齊）とされています。

インフルエンザワクチンの定期接種対象者は以下の通りですが、毎年多くの方がかかり、重篤化や死亡される方ができるインフルエンザはご自身の発病や重症化防止だけでなく、周囲の方への感染防止のためにも接種可能な方全員に推奨される予防接種です。

定期接種対象者

- ① 65歳以上の方
- ② 60～64歳の心臓、じん臓若しくは呼吸器の機能に障害があり、身の周りの生活を極度に制限される方
- ③ 60～64歳で、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害があり、日常生活がほとんど不可能な方

2) 肺炎球菌ワクチン

肺炎は日本人の死亡原因の第3位であり、年齢が高くなるにつれて死亡率が高くなっています。また、日本人の約3～5%の高齢者では鼻や喉の奥に肺炎球菌が常在しているとされ、日常生活で起こる肺炎の原因菌は肺炎球菌が最も多いといわれています。肺炎球菌には90種以上の型があり、成人用予防接種はそのうち23種の型に対して効果があります。肺炎球菌が原因で起こる肺炎や髄膜炎などの感染症で重篤化する高齢者を対象に今年10月から肺炎球菌ワクチンが定期接種となります。

定期接種対象者

- ① 65歳となる方
*今年10月から定期接種となるため上記以外の方に対して移行期間が設けられます。詳細についてはお住まいの自治体や医療機関に確認をお願いします。
- ② 60歳から65歳未満の方で、心臓、腎臓、呼吸器の機能に自己の身の周りの日常生活活動が極度に制限される程度の障害やヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害がある方。

3) 風しんワクチン

平成25年に大人で風しんが大流行しニュースになったことを覚えている方も多いのではないのでしょうか。昨年の風しん流行の特徴は患者の7割が成人男性で、そのうち8割以上が20～40歳代でした。その理由として、風しんは先天性風しん症候群を予防するために女子中学生にのみ1977年から予防接種が実施されました。その後1歳児及び小学校入学前1年間の幼児の定期接種になりましたが、その移行期間において一部の世代で男女とも接種率が低く、この2つの世代が20～40歳代であり昨年の流行につながりました。風しんが流行した結果、昨年は先天性風しん症候群の赤ちゃんが32人報告されています。

また、風しんは1回の予防接種では抗体が低く風しんにかかってしまう可能性があること、他の発疹がでる疾患と間違われることもあるため、**検査で風しん罹患が確認された場合と母子手帳などの記録で2回の予防接種歴が確認できない場合は抗体検査を受け、抗体が低い場合には予防接種を受けることが推奨されています。**

大切な赤ちゃんを守るためにほとんどの自治体で平成27年3月31日まで風しん抗体検査の助成を行っています。予防接種費用についても助成を行っている自治体もありますのでお住まいの自治体に確認をお願いします。尚、抗体検査の助成が受けられる医療機関は各自自治体で指定されており、当センターでは実施できません。

埼玉県の風しん抗体検査無料対象者（平成27年3月31日まで）

- ① 妊娠を希望する16歳以上50歳未満の女性
- ② ①の配偶者（事実婚を含む）
- ③ 妊婦健診の結果、風しんの抗体価が低い（HI法で32倍未満の抗体価）と判明した妊婦の配偶者

さいたま市では上記に加え以下のア～ウ全てに該当する方も含まれます。

- ア. これまでに風しんの予防接種を受けたことが無い
- イ. これまでに風しんの抗体検査を受けたことが無い
- ウ. これまでに「検査等の結果による風しんの確定診断」を受けたことが無い

市民公開講座のお知らせ

安心して出産・育児をするために

当センターでは、埼玉新聞社にご後援いただき、地域の皆様や患者様、ならびにそのご家族を対象とした市民公開講座を、年3回開催しております。

今年度第2回目は、「安心して出産・育児をするために」をメインテーマとして、下記のとおり開催いたします。皆様のご参加をお待ちしております。

日 時	平成26年10月25日（土）13：00～16：30（12：30開場）	
会 場	自治医科大学附属さいたま医療センター 2階 講 堂	
内 容	①症状からみた母体の異常 ②あかちゃんのこんなこと、あんなこと ③よく見られる消化器症状から診た小児（外科）疾患 ④子どもの病気やケガにつよくなる	高木健次郎 教授（周産期母子医療センター） 佐藤 洋明 講師（周産期母子医療センター） 池田 太郎 講師（一般・消化器外科） 飯塚 繁法 救急看護認定看護師
定 員	200人（先着順）	
受 講 料	500円（当日受付にて徴収）	
そ の 他	託児所が無料で利用できます。（事前申込要、人数制限あり）	
申 込 締 切	平成26年10月24日（金） ※託児希望の方は、10月17日（金）まで	
申 込 方 法	お電話、往復はがき、当センターホームページからのいずれかの方法でお申し込みください。	
お問合せ/ お申し込み	〒330-8503 さいたま市大宮区天沼町1-847 自治医科大学附属さいたま医療センター 総務課 総務企画係 TEL：048-648-5219（直通）【受付：土・日・祝祭日を除く8:30～17:15】	

詳しくは、センター各所に設置してあるご案内 または 当センターホームページをご覧ください。

表紙写真

日光市 竜頭の滝

日光市にある竜頭の滝です。

男体山噴火による溶岩の上を210mにわたって流れおちています。

滝壺近くが大きな岩によって二分され、その様子が竜の頭に似ていることからこの名がついたと言われていました。

大宮は雨でしたが、日光は急激に晴天となり、紅葉の華やかさを収めることができました。紅葉のほかにも、ツツジや初夏の柔らかい陽がふりそそぐ、どこか控えめで落ちついた季節の散歩も心癒されます。

撮影：金沢看護副部長