



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>



(静岡県島田市および埼玉県秩父郡長瀬町)

センターだより 第49号 ご案内

- 「地元愛」について (副センター長 遠山 信幸)
- 薬よもやま話・・・第7回 - OTC医薬品について -
- お知らせ・・・感染制御室からのお知らせ
新外来への移転に伴う受付手順変更等に関するご案内

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



「地元愛」について

副センター長 遠山 信幸

当センターが開院したのは平成元年（1989年）12月であり、もうすぐ満27年を迎えることとなります。当時は当センターの名称も「さいたま医療センター」ではなく、「大宮医療センター」でした。今回は少し皆さんと埼玉への「地元愛」について考えてみたいと思います。

ところで、皆さんは地元である埼玉県（あるいはさいたま市）にどのくらい愛着（地元愛？郷土愛？）を感じていらっしゃいますか？また、職員である私たちもどのくらいの「地元愛」を持っているのでしょうか？

「地元愛」というと、広くはつい先日まで行われたリオデジャネイロオリンピックでの日本人選手への応援を思い浮かべます。「地元愛」はまさに「日本愛」そのものでした。つついテレビにくぎ付けとなり、地球の反対側で活躍する日本人選手の応援で寝不足となられた方も多いでしょう。史上最多の41個のメダル獲得は私たちに多くの感動を与えてくれました。

もっと日常的、身近な話をします。サッカーが盛んな当さいたま市にはレッズとアルディージャという二つのJ1サッカーチームがありますが、その応援の姿にはそれぞれサポーターたちの熱い「地元愛」やチームへの「思い入れ」を感じます。不思議なもので、自分の関わった国や地域の選手たちへの強い思い入れは、会ったことも話したこともない相手であっても、自然と心の中から湧いてくるものです。

ただインターネットでのある調査結果からは、とても残念な結果が出ています。「地元愛」「郷土愛」の強さランキングでは、埼玉県民は47全国都道府県のなかで47位、何と最下位とのことでした。ちなみに1位は北海道、2位は沖縄県、3位は京都府だそうです。なんとなく頷けますね。では埼玉県民はなぜこのように「地元愛」に希薄な県民なのでしょうか？

自分が生まれたところ、育ってきたところ、現在住んでいるところ、いずれにしても自分の人生において関わった場所というのは自然と愛情や愛着が生まれてくるものです。平成28年7月現在、埼玉県は727万人、さいたま市は127万人の人口だそうです（埼玉県、さいたま市ホームページより）。ちなみに今から55年前、昭和35年の埼玉県の人口はどのくらいかということ、242万人とのことで、現在の約3分の1くらいでした。祖父母や両親世代からの、根っからの埼玉県民の方がいかに少ないかがわかります。地元埼玉への「思い入れ」が今一つなのは、こうしたことが原因なのかもしれません。もちろん、埼玉県独特の強烈な文化、祭り、食べ物、言葉、歴史なども正直インパクトに欠ける（？）のかもしれませんが…。

私事で恐縮ですが、私の家はもともと川口市であり、私自身も川口市で生まれ、地元の県立高校を出たのち、当時まだ開学間もない栃木の自治医科大学に入学しました。卒業後は出身県である埼玉県に戻り、地域医療に従事していましたが、母校である自治医科大学の附属の当センターが地元開設され、平成2年の4月から現在まで勤務しております。「地元の埼玉県」の「母校の自治医大」附属医療センターですから、「地元愛」「母校愛」には誰にも負けないとの自信があ

るつもりです。(自信過剰かも?)

さて当センターの理念と基本方針は病院内掲示、ホームページ、そしてこの「センターだより」表紙にも記載してありますが、以下の4つになります。

1. 患者中心の医療：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. 安全で質の高い医療：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. 地域に根ざした医療：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. 心豊かな医療人の育成：地域医療に貢献する医療人を育成します。

私達職員もこの理念の実践のため、日々懸命に努力しながら診療にあたってまいりましたが、何と言っても地域住民の方々や医療機関の皆様を支えられて、ここまでやって来られたものと私は思います。

自治医科大学の校歌には「こころを継ぎし自治医大 医療の谷間へ灯をともし 若き誓いもあたたかく ともに進まん医療の道を」の一節があります。さいたま市は決して僻地ではありませんが、「自治医科大学附属」さいたま医療センターとして、地域の住民の方々の信頼を得るような地域医療の実践と安全安心な医療の提供に努めることが使命であると考えています。

最後に地域の皆様の一つお願いがあります。当センターには研修教育機関として研修医、医学生、看護学生、薬学部学生のほか、各種医療技術系職種の若い医療人の「卵達」がたくさんおります。彼ら彼女らは将来のさいたま市の、埼玉県の、日本の医療を支えていく貴重な人材であります。当センターの4番目にある「心豊かな医療人の育成」のためには私達職員だけでなく、地域の皆様にも温かく育てていただけることを心から願っております。まさにこれも「地元愛」です。



第7回



- OTC医薬品について -

薬剤部

大塚 潔

今回は、OTC医薬品について話してみたいと思います。皆さんもOTC医薬品という言葉はどこかで聞いたことがあると思います。その語源は、英語の「Over The Counter：オーバー・ザ・カウンター」の略で、カウンター越しにお薬を販売するかたちに由来しています。また、OTC医薬品は、セルフメディケーションにも欠かせないものになってきています。セルフメディケーションとは、「自分自身の健康に責任を持ち、軽度な身体の不調は自分で手当てすること」と世界保健機関（WHO）は定義しています。セルフメディケーションの効果として

- (1) 毎日の健康管理の習慣が身につく
- (2) 医療や薬の知識が身につく
- (3) 疾患により、医療機関で受診する手間と時間が省かれる
- (4) 通院が減ることで、国民医療費の増加を防ぐ

などが挙げられます。

次にOTC医薬品の分類です。OTC医薬品は、その含有する成分等により、以下の4つの区分に整理することができます。

要指導医薬品

OTC医薬品として初めて市場に登場したものではありません。その取り扱いに十分注意を要することから、販売に先立って薬剤師が必要者の提供する情報を聞くとともに、書面による当該医薬品に関する説明を行うことが原則とされています。そのため、インターネット等での販売はできません。店舗においても、生活者が薬剤師の説明を聞かずに購入することがないように、すぐには手の届かない場所に陳列などすることとされています。

なお、「要指導医薬品」以外のOTC医薬品は、インターネットを含め、郵便等を通じ薬局・薬店・ドラッグストアなどから購入することが可能です。

一般用医薬品

第1類
医薬品

副作用、相互作用などの項目で安全性上、特に注意を要するもの。店舗においても、生活者が薬剤師の説明を聞かずに購入することがないように、すぐには手の届かない場所に陳列などすることとされています。販売は薬剤師に限られており、販売店では、情報を提供する場所において対面で、書面による情報提供が義務付けられています。

一般用医薬品

第2類
医薬品

副作用、相互作用などの項目で安全性上、注意を要するもの。またこの中で、より注意を要するものは指定第2類医薬品となっています。第2類医薬品には、主なかぜ薬や解熱剤、鎮痛剤など日常生活で必要性の高い製品が多くあります。専門家からの情報提供は努力義務となっています。

第3類
医薬品

副作用、相互作用などの項目で、第1類医薬品や第2類医薬品に相当するもの以外の一般用医薬品。

以前は医療薬であったものが、市販薬として薬局でも買えるように販売が許可されたものを、医療薬から市販薬（OTC）にスイッチされたということから「スイッチOTC」といいます。スイッチOTC薬は、医療薬でのみ使用が認められている成分のなかで、使用実績があり、比較的副作用が少なく、安全性の高い成分を市販薬にも配合したものです。今まで一般の市販薬は、効き目よりも安全性が重視されていると思われがちでしたが、スイッチOTC薬の登場で、効き目の良い薬が薬局でも手に入るようになりました。その他、試験紙や禁煙補助剤のようなものもスイッチされたことから、市販薬は軽い症状を改善するだけでなく、病気の予防や生活の質の向上など、幅広い役目を果たすことが期待されるようになったのです。

健康に過ごすためには、自分の健康は自分で守ることを意識し、積極的に健康管理にかかわることが大切です。そのためには、病気やくすりについての正しい知識を身につけることが必要です。まずは普段から適度な運動と栄養バランスのよい食事、十分な睡眠時間を確保し、もともと備わっている自然治癒力を高めることです。しかし、天候不順や仕事の忙しさなどからかぜや腹痛、軽いけがなどの体調不良を起こすこともあります。そんなときは、OTC医薬品を上手に利用し、自分で手当てるセルフメディケーションが役立ちます。しかし、OTC医薬品をしばらく飲んでも効果がなかったり、気になる反応があった場合は、医師や薬剤師などの専門家に相談しましょう。OTC医薬品は、体調のくずれや、かぜ、頭痛、下痢などの軽い症状が現れたときに使います。高熱が続くなど明らかに症状が重い場合は、医師の診察を受けることが大切です。



お知らせ



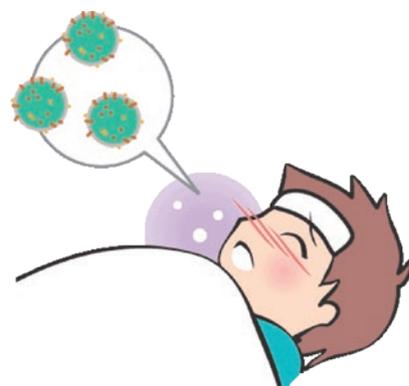
感染制御室からのお知らせ

冬季に流行する感染症にインフルエンザ・ノロウイルス胃腸炎・ロタウイルス胃腸炎があります。そこで、これらの病気と対策についてご説明します。

1. インフルエンザ

1) インフルエンザとは？

インフルエンザは、突然現れる高熱、頭痛、関節痛、筋肉痛など全身の症状が強いのが特徴で、併せてのどの痛み、鼻汁、咳などの症状も見られます。さらに、気管支炎、肺炎、小児では中耳炎、熱性けいれんなどを併発し、重症になることがあるのも特徴です。特に高齢者、呼吸器や心臓などに慢性の病気を持つ方は、インフルエンザそのものや、もともと病気が悪化しやすく、死に至る原因となることもありますので、十分に注意する必要があります。



2) 感染経路

感染者のくしゃみや咳によって、インフルエンザウイルスを含んだ気道分泌物の小粒子が周囲に飛び散ります。この小粒子を飛沫といい、感染者からおよそ1～1.5mの距離であれば、直接、周囲の人の呼吸器に侵入して感染が起こります。また、目などの粘膜から直接侵入することもあるようです。それ以外にも飛沫に汚染された環境表面やモノなどに触れ、ウイルスが付着した手で目や鼻、口などに無意識にさわることでも粘膜からウイルスが侵入し感染します。

3) 治療法

抗インフルエンザ薬があります。その効果は症状が出始めてからの時間や病状により異なりますので、使用する・しないは医師の判断になります。

4) 感染予防策

流行期前にはインフルエンザワクチンの接種があります。流行期にはうがい、手洗いの励行に加えて人込みや繁華街への外出を控え、外出時にはマスクを利用するなど効果的です。また、咳やくしゃみがあるときは咳エチケットを行い周囲の人への感染を予防します。

2. ノロウイルス胃腸炎

1) ノロウイルス胃腸炎とは？

ノロウイルスによる感染性胃腸炎や食中毒は、一年を通して発生していますが、特に冬季に流行します。ノロウイルスは手指や食品などを介して経口感染し、ヒトの腸管で増殖し、おう吐、下痢、腹痛などを起こします。健康な方は軽症で回復しますが、子どもや高齢者では重症化したり、吐物を誤って気道に詰まらせて死亡することがあります。

2) 感染経路

ほとんどが経口感染です。ノロウイルスに汚染されていた二枚貝を、生あるいは十分に加熱調理しないで食べた場合や感染者のノロウイルスが大量に含まれる吐物や便から人の手などを介して二次感染する場合があります。

3) 治療法

特別な治療法は無く、症状に応じた対症療法が行われます。

4) 感染予防策

ノロウイルスによる食中毒を防ぐためには、調理の前には流水で手洗いを十分に行い、加熱が必要な食品は中心部までしっかり加熱することが重要です。また、床等に飛び散った感染者の吐物や便を処理するときには、換気を行いながら使い捨てのガウン（エプロン）、マスクと手袋を着用し汚物中のウイルスが飛び散らないように、吐物や便をペーパータオル等で静かに拭き取ります。拭き取った後は、0.02%次亜塩素酸ナトリウム（家庭用の塩素系漂白剤を使用する場合は、水1ℓに対し塩素系漂白剤4ml）で浸すように床を拭き取り、その後水拭きをします。おむつ等は、速やかに閉じて便等を包み込みます。おむつや拭き取りに使用したペーパータオル等は、ビニール袋に密閉して廃棄します。この際、ビニール袋に廃棄物が十分に浸る量の0.1%次亜塩素酸ナトリウム（家庭用の塩素系漂白剤を使用する場合は、水500mlに対し塩素系漂白剤10ml）を入れノロウイルスを殺菌します。



3. ロタウイルス胃腸炎

1) ロタウイルス胃腸炎とは？

ロタウイルスによって引き起こされる急性の胃腸炎で、乳幼児期（0～6歳ころ）にかかりやすい病気です。ロタウイルスは感染力が強く、ごくわずかなウイルスが体内に入るだけで感染してしまいます。ふつう、5歳までにほぼすべての子どもがロタウイルスに感染するといわれています。大人はロタウイルスの感染を何度も経験しているため、ほとんどの場合、症状が出ません。しかし、乳幼児は、激しい症状が出る 경우가多く、特に初めて感染したときに症状が強く出ます。主な症状は、水のような下痢、吐き気、嘔吐（おうと）、発熱、腹痛です。脱水症状がひどくなると点滴が必要となったり、入院が必要になることがあります。

2) 感染経路

ロタウイルスは、ロタウイルスによる胃腸炎の感染者の便に大量に含まれています。感染者の便を処理した後、たとえ十分に手洗いをしても、手や爪に数億個ものウイルスが残っていることがあり、ロタウイルスが付いた手などから感染が広がっていきます。

3) 治療法

特別な治療法は無く、症状に応じた対症療法が行われます。

4) 感染予防策

感染者のオムツを交換するときには使い捨ての手袋などを使い、捨てる場合はポリ袋などに入れます。手洗いは指輪や時計をはずし、せっけんで30秒以上もみ洗いをします。衣類が吐物や便で汚れたときは、次亜塩素酸ナトリウム（家庭用塩素系漂白剤）でつけおき消毒した後、他の衣類と分けて洗濯します。ロタウイルスにはアルコールなどの消毒薬ではあまり効き目がありません。

これらの取組みを行ってもロタウイルスは感染力が非常に強いので、感染を完全に予防することは困難です。日本では、2種類のロタウイルスのワクチンが承認され、任意で接種を受けることができます。対象者はいずれのワクチンも乳児であり、具体的な接種期間は、単価ロタウイルスワクチン（2回接種）の場合は生後6～24週の間、5価ロタウイルスワクチン（3回接種）の場合は生後6～32週の間です。ただし、どちらのワクチンも1回目の接種は14週6日までが推奨されます。



新外来への移転に伴う受付手順変更等に関するご案内

現在当センターでは北側隣接地に新しい外来の建設工事を実施しておりますが、10月末に竣工を迎えます。新外来への移転は11月3日から6日（※11月4日は外来休診）に行い、11月7日（月）から新外来での診療を開始する予定です。

開始後は、これまでの外来患者さんの受付手順（動線）が変更となりますので、事前にその概要をご案内いたします。

なお、概要について疑問点等がございましたら、医事課初診カウンターにてお問い合わせください。

1. 新しい外来の概要

- (1) 建物は3階建てで各階の構成は下表のとおりです。診察室はすべて移転となりますのでご注意ください。また、各階への移動はエスカレーター又はエレベーターをご利用ください。

3階	〔西側〕 歯科口腔外科、外来処置室（※）
2階	〔東側〕 眼科、泌尿器科、産婦人科 〔西側〕 整形外科、耳鼻咽喉科、皮膚科
1階	〔東側〕 総合診療科、循環器内科、神経内科、腎臓内科、一般・消化器外科、心臓血管外科、脳神経外科、救急科、内科緊急 〔西側〕 消化器内科、呼吸器内科、内分泌代謝科、リウマチ膠原病科、血液科、心療内科、呼吸器外科、メンタルヘルス科

- (2) 新外来への経路は、現在の受付2横の十字路から北側（現歯科口腔外科方面）に向かう通路が連絡口となります。

- (3) 新外来の概略平面図

10ページをご参照ください。

- (4) その他

- ① インフォメーション窓口を現受付2付近に新設し、外来のご案内をいたします。
- ② 院外処方箋FAXコーナーも現受付2付近に移設します。
- ③ (※) 外来処置室は当面（平成29年5月頃まで）は新外来3階に設置します。

2. 新たな受付手順について（基本的な流れ）

- (1) 予約のある患者（再診患者）さんは、再来受付機に診察カードを通してください。受診票（A4版）が出力されます。

*受診票に記載された「4桁のご案内番号」により、当日の診療等（診察、検査、会計）をご案内いたします。この番号は案内表示盤による番号案内になります。

*なお、採血採尿受付では、整理券番号によるご案内になります。

- (2) (1) の受付後、診察がある方は各外来受付（横）に設置されている到着確認機に受診票（バーコード）又は診察カードを通してください。これにより患者さんの到着を確認します。

*到着確認機は各外来受付と放射線関係受付に設置しています。それ以外の受付では窓口対応になりますのでご注意ください。

- (3) 診察時に次回の検査予約が出た場合は、原則として担当医師が説明いたします。ただし、一部の特殊な検査のみ現在同様に各検査受付にお回りいただきます。

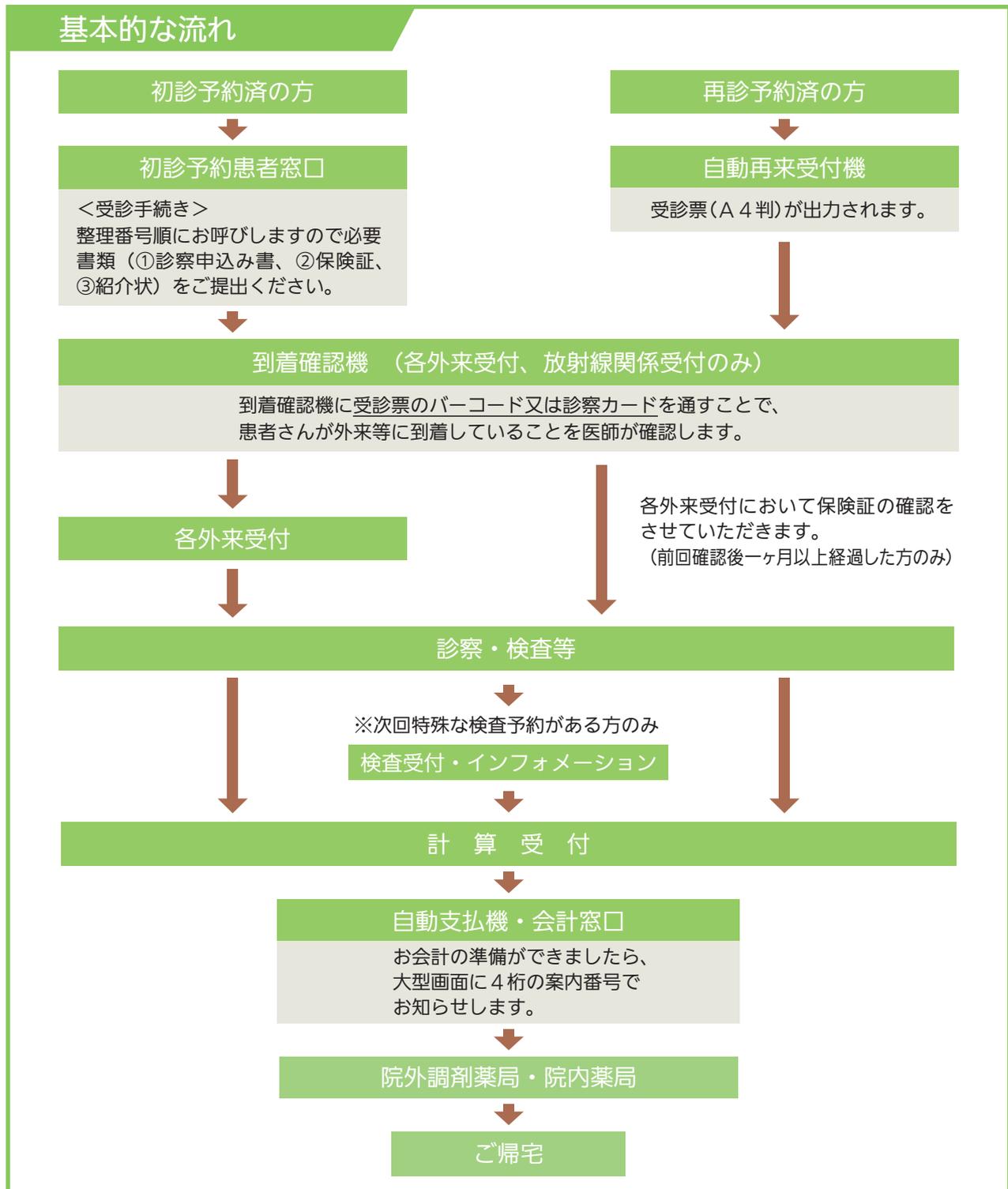
- (4) 当日の診療並びに次回の検査予約説明等がすべて終了しましたら、計算受付に黄色フォルダをご提出いただき、お近くのお席でお待ちください。

- (5) お会計の準備ができましたら、大型画面に「ご案内番号」を表示いたしますのでご確認の上医療費をお支払いください。なお、極力自動支払機のご利用をお願いいたします。

※保険証につきましては、従来どおり月一回確認させていただきます。

なお、確認する場所はこれまでの計算受付から各外来受付に変更となりますのでご注意ください。

〈 受診票に記載した「4桁のご案内番号」により、当日の診療等（診察・検査・会計）をご案内いたします。 〉



3. 今後の工事について

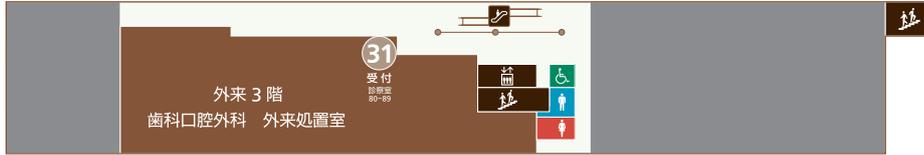
今後も以下の工事を予定しております。騒音等で大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解ご協力の程よろしくお願いたします。

- (1) 工事の場所及び内容 中央ホール天井改修及び本館外来跡地改修
- (2) 工事期間 平成28年11月中旬から平成29年3月末頃まで

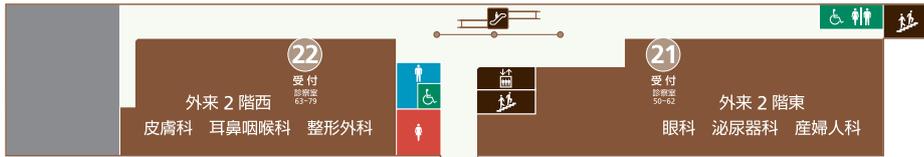
新外来の概略平面図

※平成29年4月末まで（5月以降は変更されます。）

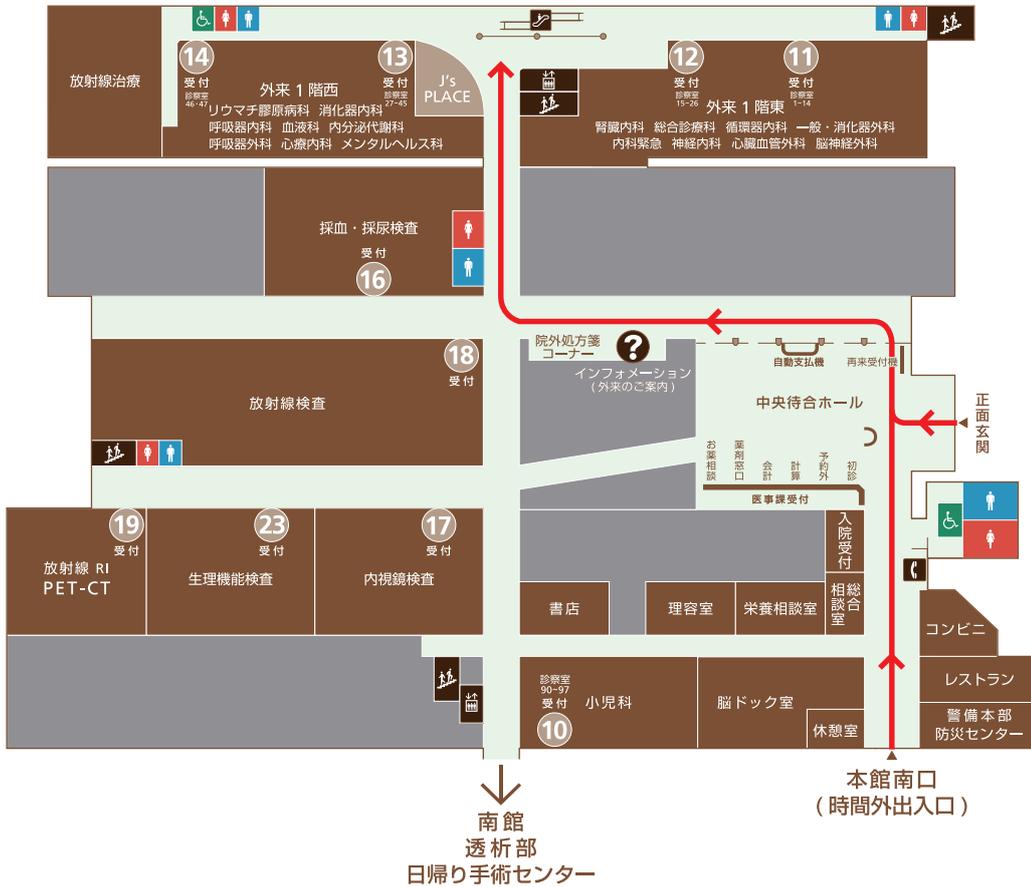
[外来3階]



[外来2階]



[外来1階]



表紙写真

静岡県島田市および埼玉県秩父郡長瀬町にて

日本各地で蒸気機関車を目にする機会が増えています。その先駆けとなったのが静岡県の大井川鐵道です。1976年より動作可能な状態で保存する動態保存が開始されました。

また、都心から一番近い蒸気機関車として知られるSLパレオエクスプレスも人気を集めています。

秋の紅葉をバックに力強く橋梁を渡る姿は圧巻です。

(左上) (下) 大井川鐵道 (右上) 秩父鐵道 SLパレオエクスプレス

撮影：一般・消化器外科 福井太郎さん