

No. **13**

平成23年2月1日

自治医科大学附属病院だより

Jichi Medical University Hospital



絵/経営管理課 長江一彦さん



目次

▶ <連載> 病気を知ろう!1 第13回「禁煙について」
▶ Information from the Hospital 5 「患者サービス検討委員会からのお知らせ」
▶ トピックス「救命救急センター」7
▶ お知らせ掲示板 8





第13回

禁煙について



自治医科大学呼吸器内科
杉山 幸比古

タバコと病気

タバコが体に悪いことはどなたも御存知と思います。タバコによって肺癌やCOPD（慢性閉塞性肺疾患）になることもよく知っておられると思いますが、実はその他にも（表1）のような沢山の病気が関係していることは余り知られていないのではないのでしょうか。肺癌は現在最も死亡者数の多い癌ですし、最近新しい治療薬が出ているものの、手術が出来なければ5年以内に殆どの方が亡くなってしまふ、きわめて重大な疾患です。またCOPDも、徐々に進行する病気で、年のせいと思って見過ごされている場合が多く、息切れがひどくなって医師に発見された時には、禁煙しても間に合わない事が多いのです。COPDに関しては一般向けの拙著がありますので、興味がある方は是非読んでみて下さい。（杉山幸比古著：よくわかる慢性閉塞性肺疾患の基本としくみ. X-Knowledge（エクスナレッジ）刊）

タバコの問題点は、吸っている本人のみに害が及ぶだけではなく、周辺にいる人にも害が加わる（受動喫煙）点です。時々私たちの病棟にも全くタバコを吸わないのに扁平上皮癌（タバコによる肺癌）の診断で入院される女性がおられます。夫が部屋の中で毎日タバコを吸っていて、受動喫煙さ

せられ、肺癌になってしまった訳です。

表1. タバコにより発症リスクが高まる病気

<p>〈がん〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・肺がん ・口腔／咽頭／喉頭がん ・食道がん ・胃がん ・膵臓がん ・腎臓がん ・膀胱がん ・子宮頸がんなど
<p>〈呼吸器系の病気〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・COPD（慢性閉塞性肺疾患） ・肺炎
<p>〈循環器系の病気〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・狭心症／心筋梗塞 ・脳卒中 ・腹部大動脈瘤 ・末梢動脈疾患
<p>〈その他〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・低出生体重 ・不妊 ・妊娠合併症 ・白内障 ・糖尿病 ・胃潰瘍 など

何故タバコはやめられないか

喫煙者の8割はタバコをやめたいと思っていますが、禁煙しようとしても7～8割は失敗に終わるといわれています。何故タバコはやめられないのでしょうか。この原因は、喫煙者がニコチン依存症になっているからです。ニコチン依存には身体的依存と心理的依存があり、両者が複雑に絡み合って強固な依存症を形成しています。タバコを吸うとニコチンは7,8秒で脳内に達し、脳の中のニコチン受容体に結合して、気分が良くなる物質ドーパミンが産生されます。さらに日常的にタバコを吸っていると、ニコチンがない状態では脳内のある細胞群の機能が低下して、不安感などが生じるとされます。この2つが合わさって、ヒトはタバコを吸いたくなり、やめられなくなってしまいます。これが身体的依存で、心理的依存とは、喫煙が習慣化してしまい、生活の一部になってしまっている状態です。ですから、禁煙することが中々難しいことも御理解頂けると思います。

ニコチン依存度のチェックが(表2)で出来ますので、喫煙者の方はやってみて下さい。合計点が5点以上の方はニコチン依存症という病気です。

表2. ニコチン依存度テスト

5点以上になると立派な「ニコチン依存症」です。

ニコチン依存症を判定するテスト TDS(Tobacco Dependence Screener)

設問内容	はい 1点	いいえ 0点
①自分が吸うつもりよりも、ずっと多くタバコを吸ってしまいましたか。		
②禁煙や本数を減らそうと試みて、できなかったことがありましたか。		
③禁煙したり本数を減らそうとしたときに、タバコがほしくてほしくてたまらなくなることがありましたか。		
④禁煙したり本数を減らしたときに、次のどれかがありましたか。(イライラ、神経質、落ち着かない、集中しにくい、ゆううつ、頭痛、眠気、胃のむかつき、脈が遅い、手のふるえ、食欲または体重増加)		
⑤④でうかがった症状を消すために、またタバコを吸い始めることがありましたか。		
⑥重い病気にかかったときに、タバコはよくないとわかっているのに吸うことがありましたか。		
⑦タバコのために自分に健康問題が起きているとわかっていても、吸うことがありましたか。		
⑧タバコのために自分に精神的問題 ^(注) が起きているとわかっていても、吸うことがありましたか。		
⑨自分はタバコに依存していると感じることがありましたか。		
⑩タバコが吸えないような仕事やつきあいを避けることが何度かありましたか。		

合計 点

(注)禁煙や本数を減らしたときに出現する離脱症状(いわゆる禁断症状)ではなく、喫煙することによって神経質になったり、不安や抑うつなどの症状が出現している状態。

Kawakami, N. et al.: Addict Behav 24(2):155,1999



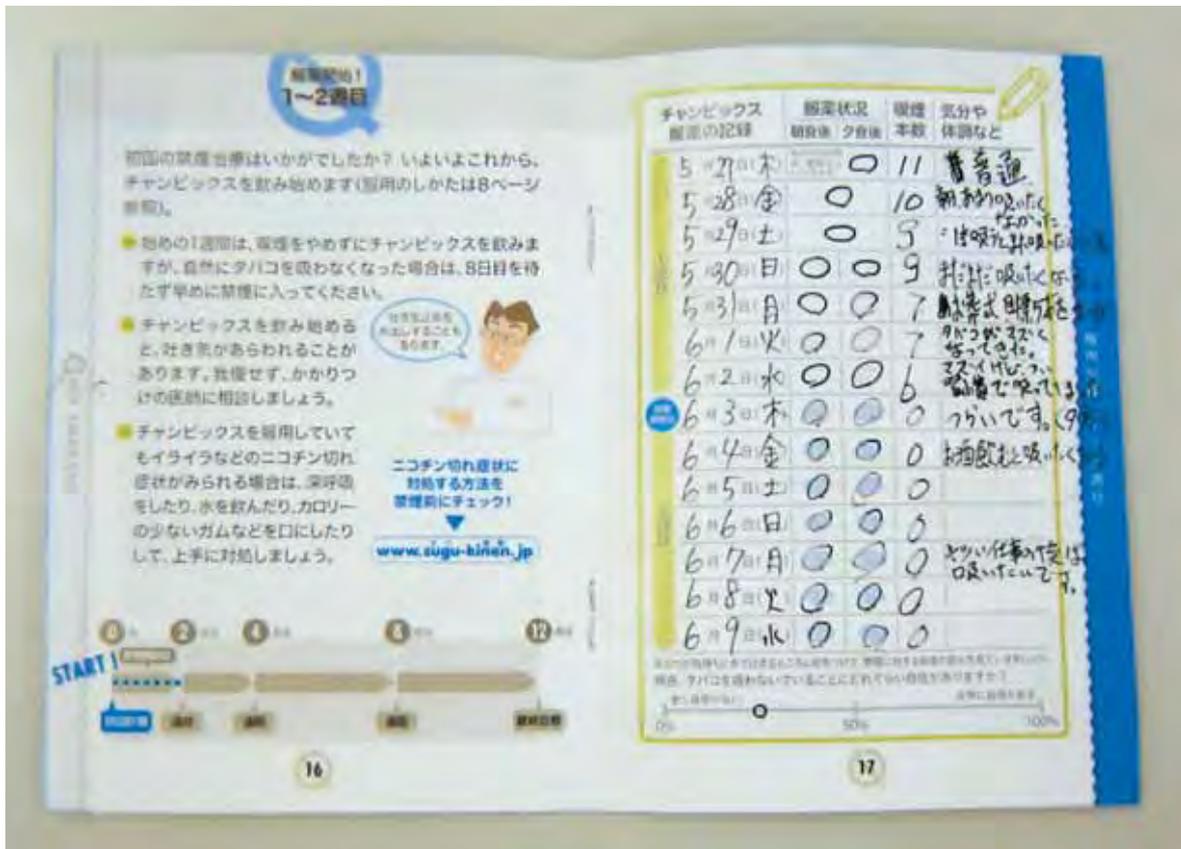
禁煙の方法

禁煙のためのお薬としては、現在3つのタイプがあります。ニコチンガム、ニコチンパッチとニコチンが入っていない飲み薬の3つです。ガムとパッチは一般の薬局でも購入可能ですが、飲み薬(チャンピックス®)は医師から処方してもらい、禁煙を進めていくことになります。ニコチンガム、ニコチンパッチは共にニコチンを含有しており、ニコチンを微量、体内に取り込むことで禁煙時のイライラなどの症状を緩和して、禁煙をサポートしていくものですが、実際にニコチンが体内に入ってしまうという問題があります。チャンピックスはニコチンを含まず、脳内のニコチン受容体に優先して結合するため、タバコを吸っても以前程

おいしくない、かつ禁煙時の不快感も和らげるとい作用があります。チャンピックスによる禁煙は他の方法に比べ、効果が高いことが示されていますが、吐き気や頭痛、下痢といった副作用が出る人もいます。

具体的には第1週目には徐々にチャンピックスを増量し、その間はタバコを吸ってもかまいません。8日目からは頑張って0本にして頂き、それを続けて頂きます。2週間ごとに来院して頂き、その間の様子を聞かせて頂き、次のお薬を出していきます。実際にチャンピックスによって禁煙治療をスタートした方の日記を見て頂きます。(図1)

図1. チャンピックスを用いた禁煙治療
スタートから2週間の日誌。



禁煙のメリット

禁煙はいつ始めても、遅いということはありません。禁煙により、食べ物の味がよくなったという方もいます。禁煙を継続することにより、最初にかいたような様々な病気のリスクが減少していきます。最近の例ですが、禁煙により長年悩んでいた偏頭痛が全くよくなってしまった、という方がおられました。禁煙すればまた、経済的なメリットも大きなものがあります。健康にもよく、経済的にもメリットがある。良いことづくめなのです。よく、禁煙すると体重が増えてしまい、メタボになってしまう、という話があります。確かに、タバコを吸うとTNF- α という体重を減少させるサイトカインが増加するのですが、このサイトカインは炎症をおこし、きわめて有害なのです。ですから、禁煙して食事が今までよりずっと美味しくなっても、食べ過ぎないようにコントロールすることも大事です。

図2. COアナライザー

煙草を吸っていると呼気中にCOが増加し、「吸っていません」といってもこの機械で測定すると吸っていれば判ってしまいます。外来で毎回、呼気（吐く息）中のCOを測定し、禁煙をはげましています。



おわりに

2006年より、条件を満たせば禁煙治療に健康保険が適用され、患者さんの負担も軽くなっています。是非、年初にあたり、今年を禁煙の年にして頂き、将来年をとったときに後悔しないようお願いしたいと思います。また当院は敷地内全面禁煙です。病院内はもちろん、周辺でもタバコを吸わないように、お願い申し上げます。

患者サービス検討委員会 からのお知らせ

平成22年10月14日(木)に実施しました「外来アンケート」の集計結果をお知らせいたします。自治医科大学附属病院と子ども医療センター合わせて、1,200人を超える回答をいただきました。回答していただいたご意見を真摯に受け止め、これからもより良い病院を目指していききたいと思います。

配布数 2,128件 (本院 1,958件、子ども170件)

【21年度実績 1,847件 (本院 1,629件、子ども 218件)】

回収数 1,278件 (本院 1,173件、子ども 105件)

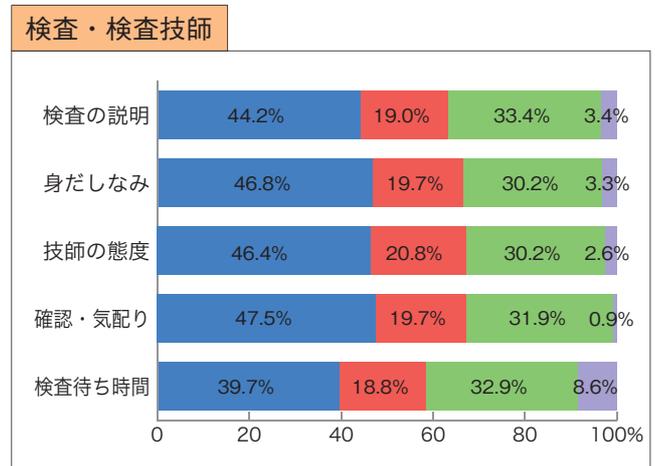
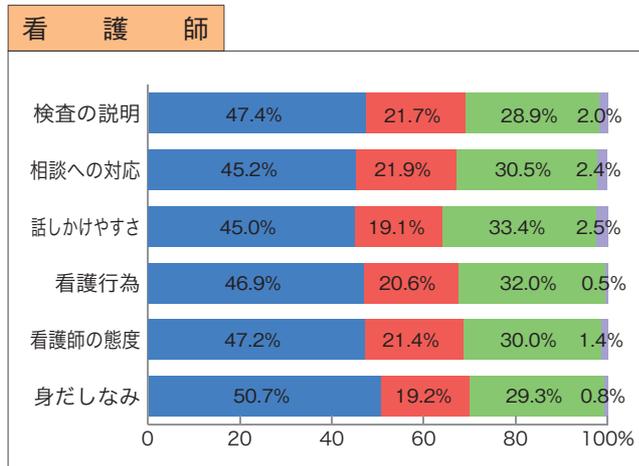
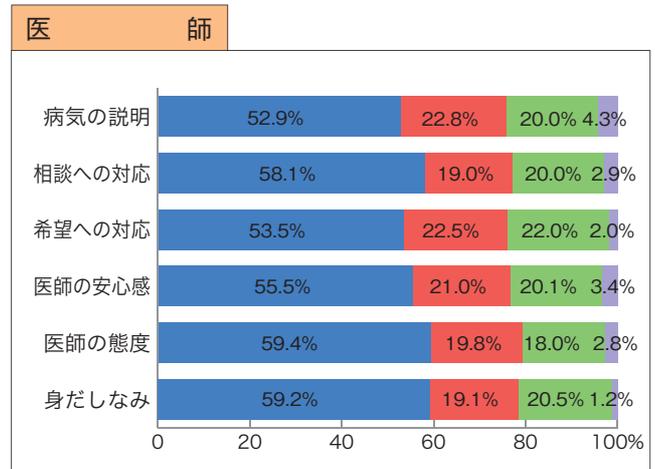
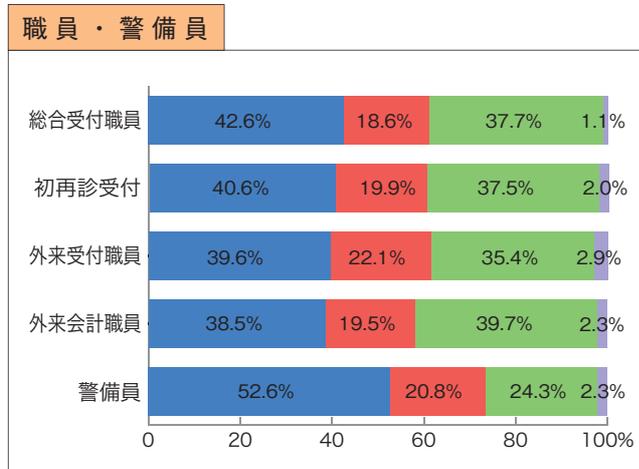
【21年度実績 890件 (本院 793件、子ども 97件)】

回収率 60.1% (本院 59.9%、子ども 61.7%)

【21年度実績 48.2% (本院 48.7%、子ども 44.4%)】

職員・施設及び施設に対する満足度について

■満足 ■やや満足 ■普通 ■やや不満+不満



待ち時間について



自由意見欄

以下の通り、多くのご意見をいただきました。尚、紙面掲載の関係上、全ての意見を掲載しておりませんのでご了承ください。

	ご意見の内容	返 答
【 待 ち 時 間 】	<ul style="list-style-type: none"> ●待ち時間が長くてつらい。 ●診療科によって随分待ち時間が違う。 ●予約時間をきちんと守ってほしい。 ●予約変更の電話を終日対応にしてほしい。 	⇒各診療科の待ち時間を調査し、改善の努力をしていきたいと思えます。
【 職 員 の 接 遇 】	<ul style="list-style-type: none"> ●もっと患者の立場になってほしい。 ●職員はブスっとしていて、無愛想。 ●笑顔で対応できている。 ●全体的に明るく、教育が良い。 ●医師・看護師の努力がすごい。 	⇒接遇に関しては、各部署で見直しを行い、研修等に前向きに取り組んでまいります。
【 設 備 面 】	<ul style="list-style-type: none"> ●トイレの清潔感をもっと高めてほしい。 ●トイレをもう少し使いやすいものにしてほしい。 ●待合スペースが狭い、椅子が足りない。 ●再来受付機がJプラザ側にもあるとよい。 ●身体障がい者用駐車場を増やしてほしい。 	⇒いただいた意見は今後の外来リニューアルの参考とさせていただきます。
【 そ の 他 】	<ul style="list-style-type: none"> ●これからもこの病院に通い続けたいです。 ●安心して診療を任せられます。 	

アンケート調査を終えて…

今回のアンケート調査では、多くの項目で、概ね良好な結果を得ることができました。

しかし、待ち時間に関しては、予約のある患者さんでも、約2割の方を1時間以上お待たせしており、予約のない場合にも、3割以上の患者さんを2時間以上お待たせしているという現状を把握することができました。

自由意見欄においても、「予約時間を守ってほしい」・「待ち時間が長い」等、待ち時間への意見が目立ちました。

これらの意見を真摯に受け止め、更なる患者サービスの向上に努めていきたいと思えます。

今後とも皆様のご理解・ご協力をよろしくお願いいたします。

トピックス

「救命救急センター」

救命救急センター 米川 力



救命救急センターの場所をご存じですか？

自治医科大学付属病院を訪れる皆さま方は救命救急センターの場所をご存じでしょうか？普段は正面玄関から入ることが多く、センターの場所をご存じではない方も少なくないと思います。当院の救命救急センターは病院正面から見て東側に位置し、入口に赤い看板を掲げています。当センターは1992年に附属病院に設置された救急部が発展して、平成14（2002）年9月より、県内5番目の救命救急センターとして開設、現在に至っております。センター所属スタッフ14人及が交代で24時間365日救急車で来院される患者の対応を行っております。また、夜間休日の診療は救命センタースタッフ1～2名に加え、外科系・内科系の当直医5名とが救急患者の窓口として勤務しています。救急車で来院される患者は主に救急部スタッフが対応、その他の比較的軽症の患者は他の窓口当直が対応しております。その他に、病院全体で20名以上の各科の当直が勤務していますの

で、必要に応じてこれらの医師と連携し、夜間休日といえども高度な医療を提供できる体制を整えています。

昨今の患者数を見ますと、患者の大病院志向・一次救急を診る診療所の減少・二次救急施設の疲弊等により増加の一途をたどっております。そのような状況の中で、当救命センターは病院全体で救急患者を診療する体制を作り、患者の診療を拒否することなく、地域の基幹病院としての役割を果たしながら救命救急センターの運営を目指しています。さらに、平成22年1月12日よりドクターカーの運行を開始し、地域住民の救命率向上のため邁進しております。極力私たちスタッフとはお顔を合わさないに越したことはありませんが、救命センターを受診・入院された際には皆様が安心・信頼できるような救急医療を提供してまいりたいと考えております。皆様のご声援をよろしくお願い申し上げます。

※平成21年度 救命救急センター患者数 23,209人



救命救急センターの入口



平成22年1月12日より運行を開始したドクターカー

お知らせ掲示板

自治医科大学附属病院の各部署のご案内

自治医科大学とちぎ子ども医療センター支援基金について

当院では自治医科大学とちぎ子ども医療センターの機能の充実・療養環境の維持向上等を図ることを目的とした寄付を受け入れております。

平成21年度に御寄付いただきました方々のお名前を掲載させていただくとともに、寄付金の使途について御報告させていただきます。



平成21年度寄付受入れ状況

〈寄付金〉

● 収入合計金額 1,484,406円

● 寄付者様のご芳名 (順不同)

- ・青木 節子 様
- ・杉山 瀬平 様
さつ 様
- ・井上 安子 様
- ・下野市ボランティア連絡協議会
代表 村尾 光子 様
- ・自治医科大学小児科学同門会 様

その他、とちぎ子ども医療センターに設置しております募金箱にも多くの方々から御協力をいただいております。

〈書籍寄付〉

- ・宇都宮大学教育学部 附属小学校 様
- ・坂本 純子 様
- ・原口 史子 様
- ・坂本 健 様

主な使途内容

- ・ホワイトボード付き展示版1台
- ・ホームシアター プロジェクター1台
- ・CDプレーヤー4台
- ・ゲームソフト (Wii)4個
- ・DVD4枚
- ・はっぴ10着
- ・紙芝居・絵本 (大型絵本含)・児童書65冊
- ・クリニックラウンの訪問4回
- ・スカイパーフェクトTV受信契約
- ・その他、ボランティアの方々の活動費用にも使用させていただいております。

御寄付いただきました方々にこの場をお借りして感謝申し上げます。

なお、随時、御寄付の申込みを受けております。お問合せ等は下記へ御連絡下さい。

〈連絡先〉 自治医科大学附属病院 経営管理課

電話番号 ☎0285-58-7103 または ☎0285-58-7518
担当 加納、川村

ボランティア募集

自治医科大学附属病院

- 活動日 月～金（祝日除く）
- 場 所 自治医科大学附属病院
- 内 容 外来中心 診察申込書記入の代筆、院内の案内、
車椅子の患者様の介助など



お問い合わせ先

自治医科大附属病院 経営管理課 総務係

TEL 0285-58-7103 (直通)

とちぎ子ども医療センター

- 活動日 月～金（祝日除く）8：30～17：00
- 場 所 子ども医療センター
- 内 容 外来（案内・見守りなど）
病棟（保育・学習・読み聞かせなど）
作業（手芸・園芸・装飾など）



花咲jii

- 活動日 毎月第3又は第4日曜日（午前中）
- 場 所 子ども医療センター 外庭
- 目 的 美しい花、香りのある木、実のなる樹木
を植え、季節感を与え、病気で闘う子ども
たちや家族を元気づける
- 内 容 花木の植栽、除草、花床の整備など



お問い合わせ先

とちぎ子ども医療センター ボランティア室

TEL 0285-58-7815 (直通・鈴木)

病院統計

区分	外来患者数				入院患者数			
	延数(人)		一日平均(人)		延数(人)		一日平均(人)	
月	平成22年	平成21年	平成22年	平成21年	平成22年	平成21年	平成22年	平成21年
7月	55,077	57,411	2,623	2,610	29,150	28,940	940	934
8月	53,726	52,068	2,442	2,479	28,214	27,703	910	894
9月	53,969	53,299	2,698	2,805	26,730	26,152	891	872
10月	53,286	55,375	2,664	2,637	29,130	27,517	940	888
11月	53,766	50,229	2,688	2,644	28,359	26,930	945	898
12月	53,399	52,664	2,810	2,772	27,724	26,557	894	857

自治医科大学附属病院の理念・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. 地域に開かれた病院
4. 地域医療に貢献する医療人の育成

基本方針

1. 患者の皆様の立場に立った人間味豊かな医療を提供し情報公開を積極的に推進します。
2. 患者の皆様へ安全でかつ根拠に基づく質の高いチーム医療を提供します。
3. 地域の医療機関との連携を深め、高度で先進的な医療を提供します。
4. 地域医療に気概と情熱を持ち、全人的な医療を実践する医療人を育成します。

患者の皆様の権利と義務について

【患者の皆様の権利】

- 1 個人として尊重された上で適切な医療を受ける権利があります。
- 2 安全に配慮した高度で良質な医療を平等に受ける権利があります。
- 3 病状や治療内容について十分説明を受ける権利があります。
- 4 十分な説明を受けた上で、治療方法等を自らの意志で選択決定する権利があります。また、治療方法等について、他の医療機関(医師)にセカンドオピニオンを求める権利があります。
- 5 申し出により診療録の開示を受ける権利があります。
- 6 診療に関する個人情報保護が尊重される権利があります。

【患者の皆様の義務(ご協力いただきたいこと)】

- 1 ご自身と他の患者の皆様の療養環境に支障を来さないよう、法令と当病院の規則を守り、当病院スタッフの指示に従って行動してください。
- 2 適切な医療を行うために、ご自身の健康状況について出来るだけ正確にお話してください。
- 3 特定機能病院であり教育機関でもある当病院の役割をご理解の上、医学生・看護学生等の見学・実習・研修にご協力ください。
- 4 当病院の敷地は、建物内、外周ともに全て禁煙ですので、喫煙は絶対にしないでください。

各診療科の受付時間について

初診・予約外再診 受付時間

月曜日～金曜日 8:30～11:00

(再診予約のある方を除く。)ただし、次の診療科を受診する場合は曜日にご注意ください。

曜日指定 診療科

■本館

診療科名	初診の方	予約のない再診の方
形成外科	月～木	月～木
心臓血管外科	火・木	火・木
産科	月～金	【予約制】※急患は電話または受付にて応相談
婦人科	月～金	【予約制】※急患は電話または受付にて応相談
美容外科	月曜(午後) 【完全予約制】 初診の方は月～金の11時までに予約を取ってください。但し、月曜日に予約を取った方は翌週以降になります。	

※ 乳腺・総合外科は、他の病院・医療機関での受診の結果、当院での検査・治療が必要と判断され紹介状をお持ちになった患者様を優先的に診療しています。

※ 眼科・緩和ケア科は、完全紹介状・予約制を取っておりますので、予約のない患者様は近隣の医療機関の紹介状をご持参いただきますようお願いいたします。

※ 歯科・口腔外科は、原則として他の医療機関からの紹介状が必要となります。

■子ども医療センター(受診は中学生の方までです。)

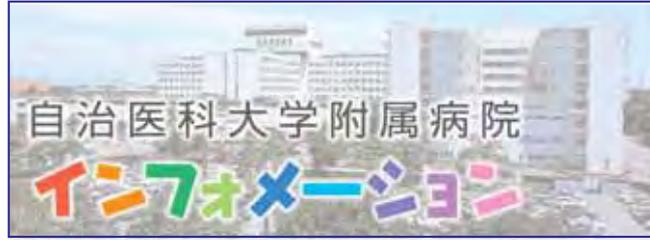
診療科名	初診の方	予約のある再診の方	予約のない再診の方
小児科	平日毎日	平日毎日	平日毎日
小児外科	平日毎日	平日毎日	平日毎日
小児・先天性心臓血管外科	水(午前)・金(午後)	水(午前)・金(午後)	水(午前)・金(午後)
小児泌尿器科	火(午前・午後)・水(午後)	火(午前・午後)・水(午後)	火(午前・午後)・水(午後)
小児整形外科	月(午後)・木(午前)	月(午後)・木(午前)	月(午後)・木(午前)
形成外科	月(午前)・木(午前)	月(午前)・木(午前)	月(午前)・木(午前)
小児脳神経外科	火(午前)・金(午後)	火(午前)・金(午後)	火(午前)・金(午後)
子どもの心の診療科	【完全予約制】	【完全予約制】	【完全予約制】
移植外科	【完全予約制】	【完全予約制】	【完全予約制】

休診日

●土曜日・日曜日・祝祭日

●本学創立記念日(5月14日) ●年末年始(12月29日～1月3日)

診療科の曜日指定に関しては変更になることがありますので、電話にてご確認ください。



交通案内

access map



●電車をご利用になる場合

JR宇都宮線「自治医大駅」下車、徒歩15分または接続バスで5分
 (東北新幹線を利用の場合は「東京方面からは小山駅」、「東北方面からは宇都宮駅」で下車し、宇都宮線の普通電車に乗り換え)

●お車で来院される場合

国道4号線、新国道4号線で小山市内より約12km、宇都宮市内より約25km

病院概要

hospital summary

病床数

1,130床

(一般1,074床 精神56床)

診療科目

40科

循環器センター

内科部門(循環器内科)

外科部門(心臓血管外科)

消化器センター

内科部門(消化器・肝臓内科)

外科部門(消化器外科)

呼吸器センター

内科部門(呼吸器内科)

外科部門(呼吸器外科)

脳神経センター

内科部門(神経内科)

外科部門(脳神経外科)

腎臓センター

内科部門(腎臓内科)

外科部門(腎臓外科)

血液科

総合診療部

内分泌代謝科

アレルギー・リウマチ科

臨床腫瘍科

感染症科

緩和ケア科

放射線科

精神科

皮膚科

乳腺・総合外科

移植外科

形成外科

美容外科

整形外科

産科

婦人科

泌尿器科

耳鼻咽喉科

眼科

麻酔科

リハビリテーション科

歯科口腔外科

〈とちぎ子ども医療センター〉

小児科

小児外科

小児・先天性心臓血管外科

小児泌尿器科

小児整形外科

小児脳神経外科

子どもの心の診療科

小児画像診断部

小児手術・集中治療部

小児リハビリテーション部

第13号

自治医科大学附属病院だより

〒329-0498

栃木県下野市薬師寺3311番地1

TEL 0285-44-2111(代)

FAX 0285-40-6016

URL <http://www.jichi.ac.jp>

発行日/平成23年2月1日

編集・発行/自治医科大学附属病院
 病院事務部 経営管理課

印刷/(株)松井ピ・テ・オ・印刷

ご面会について

ご面会の時間は次の通りです

本館・新館 ●平日 15:00~19:00

●土・日・祝日 13:00~19:00

(ただし、産科病棟は、毎日 15:00~19:00)

・ご面会の方は、必ず本館1階総合案内「面会者受付」で受付し、**バッジ**を付けていただき各病棟のスタッフステーションで**許可**を受けてから病室にお入りください。

子ども医療センター 15:00~19:00

・ご面会の方は総合案内にて受付をして、**面会カード**を首から提げて病院の入り口でインターホンを押し、お名前とお子様との関係をお話ください。

※ご面会は決められた時間内に短時間をお願いします。

※大勢のご面会をご遠慮ください。

※お子様は感染防止のため、お連れにならないでください。

面会の際には、
 時間を守りま
 しょう。

