



Tea Time

日赤医療センターの基本理念
赤十字精神『人道・博愛』の実践

『人道・博愛』の赤十字精神を行動の原点として
治療のみならず
健康づくりから
より健やかな生涯生活の維持まで
トータルでの支援サービスを提供します

特集

足を大切断から 救う努力

HOT TOPIC

PETセンターを 開設しました

Series

薬のはなし
ママと赤ちゃんの
HAPPY BIRTH ROOM
ほっと。プレイス
アロマセラピーの魅力



HOT
TOPIC



日赤医療センターは がん診療の地域拠点

日本人の死亡原因の第1位はがんです。2007年4月のがん対策基本法施行に伴い、日赤医療センターは区西南部地域(渋谷区・世田谷区・目黒区で構成される二次保健医療圏)における「地域がん診療連携拠点病院」に指定され、これまで病院全体で地域のがん診療に積極的に取り組んできました。その結果、当センターの入院がん患者数、外来がん患者数は年々増加の傾向にあり、特に手術件数は著しく増加しています。

PETセンターを 開設しました

日赤医療センターでは、2013年10月1日にPET^{ペット}センターを開設しました。センター長は、日本医科大学健診医療センターで10年近くPET診療に携わった核医学専門医の佐藤英尊医師です。医師、放射線技師、看護師など多職種医療スタッフによる質の高い連携の下、皆さんの健康な人生の一端を担うべく、PET検査を有効に活用していきます。

PET-CTは転移・再発の 精密な診断に不可欠

がんの診断を行う上で欠かせないのが画像検査です。一般的なレントゲン検査(X線撮影)をはじめCT検査(コンピュータ断層撮影)、MRI検査(磁気共鳴画像撮影)、PET検査(陽電子放射断層撮影)などがあります。

CTやMRIが臓器の形を見る検査であるのに対し、PETは「活発ながん細胞はブドウ糖を多量に取り込む」という性質を利用して「細胞の活動状況」を見る核医学検査です。具体的には、ブドウ

糖に放射性同位元素を付けた、FDG(フルオロデオキシグルコース)という放射性医薬品を体



PET-CTの特徴

- 1回の検査でほぼ全身の観察が可能。
- 小さながんの早期発見に役立つ。
- 腫瘍の良性・悪性の判別や悪性度の診断に優れる。
- がんの転移・再発の確定的な診断と治療法の選択に欠かせない。
- 化学療法や放射線治療の効果の判定に有効。
- 検査の際の苦痛や不快感がない。
- 検査の被ばく線量は6～9mSv(ミリシーベルト)で、医学的に問題となる可能性は極めて低い。
- がん以外にも、アルツハイマー病、てんかん、心筋梗塞などの疾患の診断にも利用される。



PETセンター長
佐藤 英尊
さとう・ひでたか

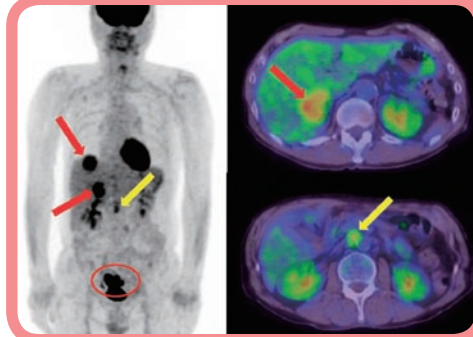


副院長
遠藤 健
えんどう・たけし

PET-CTの目的は、大きく分けて「がんの治療前に転移などを検索する全身精査目的」「がんの治療後の再発・転移の検索目的」「無症状の段階でのがん検診目的」の3つが挙げられます。左記に紹介する症例から、PET-CTの有用性を垣間見ることができると思います。

症例1 大腸がん手術前の全身精査目的

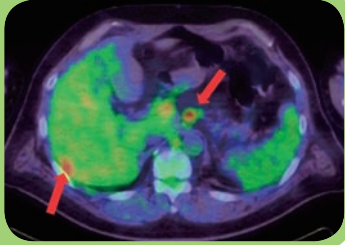
直腸がんの手術前にPET検査を受けた患者さんの画像です。直腸がん(赤丸)に加え、肝臓(赤色矢印)とリンパ節(黄色矢印)に、転移と考えられる薬(体内に投与した放射性医薬品)の集まりが認められます。このようにPET検査を治療前に受けることで、ほかの検査では見つからなかった転移病変が見つかり、治療方針が変わることもあります。



左：PET全身画像 右：PET-CT融合画像
(日本医科大学健診医療センター提供)

症例2 大腸がん手術後のフォローアップ

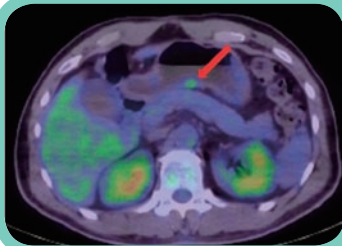
上行結腸がんの手術後にPET検査を受けたところ、肝臓の表面や胃の裏側に、CTだけでは診断が難しかった播種性病変(がん細胞がおなかの中に散らばった小さな転移)と考えられる薬の集まりが認められました(赤色矢印)。



PET-CT融合画像
(日本医科大学健診医療センター提供)

症例3 検診目的

がん検診でPET-CT検査を受けたところ、胃の後壁に胃がんを疑う小さな薬の集まりが認められました(赤色矢印)。検査を受けた時点では無症状でしたが、幸い早期の段階で発見できました。



PET-CT融合画像
(日本医科大学健診医療センター提供)

内に投与し、放出される陽電子(ポジトロン)を画像化する。ことよって、がん細胞の位置や広がり調べます。従来の核医学検査に比べると、解像度・定量性・感度が格段に優れている診断技術です。FDGを使用することから、別名「FDG-PET」とも呼ばれています。

PETとCTの画像を同時に撮影できる「PET-CT」は、双方を融合させた画像の作成により、PET単体よりも詳細ながんの位置や形態を診断することができます。

大腸がんや甲状腺がんの早期発見に有効

PET-CTは苦痛が少なく、全身を一度に調べることができ、予想外のがんや早期がんの発見に有効なことから、全身のがんスクリーニング検査[※]として注目されています。

PET-CTが早期発見を得意とする代表的ながんは、大腸がんや甲状腺がんですが、肺がん、乳がん、頭頸部がん、すい臓がん、悪性リン

パ腫、転移性肝がん、悪性黒色腫、食道がん、子宮がん、卵巣がん、原発不明がんなどの診断にも威力を発揮します。これに対し、胃や食道の早期がんや、腎臓・尿管・膀胱・前立腺など泌尿器系の悪性腫瘍、原発性肝がん、白血病などの診断にはあまり有効ではありません。

がん診療に際しては、治療につながる精密な診断が重要です。実際の臨床の現場では、CTやMRIなどのがんの転移・再発の確定診断が困難な場合、PET-CTによる情報がぜひとも必要です。PET-CTの稼働開始により、地域がん診療連携拠点病院としての機能がさらに充実するものと確信しています。

PET-CTは日赤医療センターの人間ドックでもオプションメニューとして受けられますので、ぜひご利用ください。

[※]症状がまだ現れない段階で、がんの可能性を調べる検査

特集

足を大切断から 救う努力

糖尿病や閉塞性動脈硬化症などの病気が原因で起こる足の潰瘍^{※1}や壊疽^{※2}の治療には、専門的な技術が必要です。

その技術を持つ日本有数の医療チームが、日赤医療センター専門外来「創傷ケアセンター」です。私たちは「足の大切断^{※3}を回避して、自分の足で立つ」ことを目標に、チームの総力で治療に当たり、全力で患者さんを応援します。

※1 傷が悪化してえぐれた状態

※2 細胞や組織が完全に機能しなくなった状態

※3 膝上や膝下で切断すること



創傷ケアセンター
センター長
糖尿病内分泌科 部長

日吉 徹
ひよし・とおる

創傷ケアセンター
副センター長
皮膚科 部長

今門 純久
いまかど・すみひさ

創傷ケアセンターの役割と特徴

糖尿病内分泌科部長であり、創傷ケアセンターのセンター長を務める日吉徹に、同センターを開設した目的や、センターの特徴などを聞きました。

「創傷ケアセンター」はあまり聞き慣れない言葉ですが、何をするといいのでしょうか。

糖尿病の患者さんや透析治療を長く受けている患者さんの中には、神経障害や血流障害などが原因で足に潰瘍や壊疽が起こり、重症になると命を救うために足を切断せざるを得ない方がいらつしやいます。創傷ケアセンターが目指しているのは、膝上や膝下での足の大切断を回避することです。そのために、まずは潰瘍・壊疽をきたした原因をいち早く見極め、適切な治療を迅速に行なっていく必要があります。併せて傷の悪化や再発予防のため、日常の足のケア（フットケア）や装具（フットウエア）の着用にも力を入れていきます（10～11ページ参照）。

——足に潰瘍や壊疽ができる患者さんは多いのでしょうか。

糖尿病の恐ろしい点は、血糖値が高い状態が続くと、全身の血管が傷ついて動脈硬化や神経障害が起こり、心筋梗塞や脳卒中、足の切断や失明

といった事態になりかねないことです。2002年の厚生労働省「糖尿病実態調査」によると、糖尿病有病者は約1620万人です。このうち「糖尿病が強く疑われ、現在治療を受けている人」は347万4000人で、その1.6%に足壊疽が見られ、0.6%が



足切断に至っています。本調査から現在までの間に、高齢化などによって糖尿病の患者数もほかの生活習慣病と同じく増加していることや、糖尿病になつていても治療を受けていない人が何百万人もいることを踏まえると、足の壊疽や切断件数は相当数に上ると

傷が小さいうちに治療を始めることが大切

想像できます。

——糖尿病の専門医でも、先生のように足の傷の治療に力を入れていらっしゃる医師は少ないと聞きます。

私は若いころから、足を切断して車いすや寝たきりになる患者さんを大勢見てきました。足を使わなくなれば、全身の活動量が低下して、脳や心臓の血流も悪くなります。すると、動脈硬化が進んで脳梗塞や心筋梗塞を起こし、命を落としてしまう。足を切断して長く生きるのは難しく、5年生存率は肺がんに匹敵するくらい悪いんです。この状況を何とか改善できないものか、本当に切断するしかないのだろうか……ずっとそう思っていました。

しかし、今から10年くらい前までは、専門的な創傷治療を行える医療施設は数えるほどしかなく、その技術も米国と比べて未発達でした。

そこで日赤医療センターは2005年に、創傷治療の専門的なプログラムを確立して

米国で高い実績を挙げている医療コンサルティング会社「ミレニア・ウンド・マネジメント社」と提携して創傷ケアセンターを開設しました。糖尿病内分泌科医、皮膚科医、整形外科医をはじめ、ミレニア社の専門トレーニングを受けた医師や看護師によるチーム医療で治療に取り組んでおり、7年間の患者数は345人、治癒率は約7割です。大切断に至った患者さんの数も、5%前後まで低下しています。

——最後に、患者さんへのメッセージをお願いします。

足を大切断から救うには、傷が小さいうちに発見し、一刻も早く治療を始めることが大切です。壊疽が進んでいても、かかとさえ残っていれば、自分の足で立つことができます。傷が悪化していく場合や、3カ月以上たつても治らない場合は、創傷ケアセンターにご相談ください。あきらめず、希望を捨てずに、一緒に治療に取り組んでいきましょう。

皮膚科部長であり、創傷ケアセンターの副センター長を務める今門純久に、創傷治療の内容について聞きました。

—どんな理由で来院する患者さんが多いですか。

足の傷がなかなか治らず、他院から紹介状を持って来院する患者さんがほとんどです。慢性の傷に対応する診療科は、病院によって外科、皮膚科、内科などさまざまで、軟膏を塗るなどして経過を見ているうちに悪化してしまう方が少なくありません。紹介されてくる段階で診断名が付いていない患者さんもいらつしやいます。

—足に難治性の傷ができる原因は何でしょうか。

主に「糖尿病」「閉塞性動脈硬化症」「静脈性皮膚潰瘍」の3つです。閉塞性動脈硬化症は足の太い血管に動脈硬化が起こる病気で、最大の危険因子は糖尿病ですが、喫煙、高血圧、脂質代謝異常などで起こります。静脈性皮膚潰



原因を見極めて適切な治療法を選択する

の力がないので、血流を改善するための治療が必要になります。食生活や運動習慣の改善、禁煙、薬物療法などを行い、それでも改善しない場合や症状が重い場合は、カテーテル治療やバイパス手術を行います。

療用のうじ虫が、動物の腐敗組織だけを摂食する性質を利用して行うデブリードマンもあります。さらに状態に応じて、局所陰圧閉鎖療法(8ページ参照)や植皮などを追加することがあります。

原因にかかわらず共通して行われる治療は「傷の洗浄」「軟膏の塗布」「デブリードマン(感染した組織や壊死した組織を外科的に切除すること)」の3点です。壊死した組織を放っておくと、細菌感染を起こしたり、傷の治りを妨げた

—傷の悪化や再発を防ぐために、患者さん自身にできることはありますか。

りするため、デブリードマンは欠かせない処置です。ただし、毎日傷を洗って薬を塗っているうちに、自然に穏やかなデブリードマンがなされる場合が多いので、それで十分な場合に限り、麻酔をしてメスやハサミを使って行います。また、マグットという医

傷は、足から心臓に戻る静脈の血液の流れが悪いために傷ができる病気です。

このほか血管炎でも足指に潰瘍や壊疽が起こる場合があります。壊疽性膿皮症という特殊な皮膚潰瘍もあります。また皮膚がんが進行して潰瘍を形成する場合があります。

—どのような治療を行うのでしょうか。

創傷ケアセンターを受診し

ていただいた後、早い段階で傷の原因を見極め、検査や治療の計画を立てます。治療法は、傷をもたらしめている病気が何であるかによって異なります(詳細は7〜10ページ参照)。

糖尿病や閉塞性動脈硬化症が背景にある場合、まず行うのは、皮膚の表面にある毛細血管の状態を確認することで、血流が一定値以上なら傷には「治る力」が備わっていますが、血流が少なければそ

身に着けることも重要です(11ページ参照)。特に、過去に一度でも潰瘍や壊疽を起こしたことがある人は再発率が高いので、正しいフットウェアの着用を心がけましょう。

糖尿病

特徴



神経障害や
血管障害のために
足先の血流が悪くなり、
たこや靴擦れをきつかけに
傷が悪化していく。

糖尿病によって足に難治性の傷ができる原因は**神経障害、血管障害、感染症**の3つです。神経障害による感覚の低下、血行不良による治癒力の低下、免疫の働きの低下などにより、足の傷や感染が重症化しやすい傾向にあります。

●神経障害

「運動神経」に障害があると、足の筋肉のバランスが乱れて足指が変形し、うおのめや靴擦れができやすくなります。「感覚神経」が麻痺すると痛みや熱さを感じにくいため、靴擦れや低温熱傷に気づくのが遅れ、重症化しやすくなります。

糖尿病に特徴的な「シャルコー足」は、自律神経に障害が生じ、皮膚の動静脈シャントが開大し、骨への血流が異常に増加するために起こります。自

律神経障害があると、汗の分泌が低下して皮膚が乾燥し、ひび割れができやすくなります。



シャルコー足は、土踏まずから足首の関節がつぶれてしまう進行性の関節破壊です。

●血管障害

足に傷のある糖尿病の患者さんの多くは、「閉塞性動脈硬化症」(9ページ参照)を合併しています。

●感染症

糖尿病があると、免疫の働きの低下し、細菌やウイルスに感染しやすくなります。感染を起こすと、血糖値はさらに上昇しやすく、コントロールが難しくなります。

治療

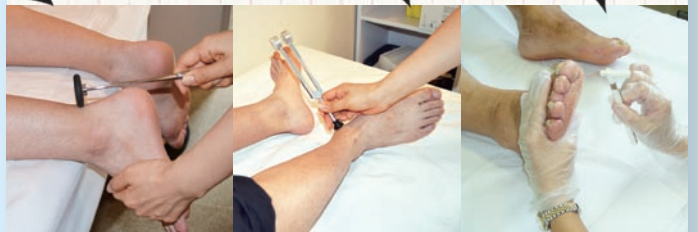
食事や薬で 血糖値をコントロールする

治療は**食事療法、薬物療法、運動療法**が基本です。食事や薬で血糖値をコントロールし、良い状態に保ちます。糖尿病に伴う神経障害を改善する薬を服用することもあります。

閉塞性動脈硬化症を合併している場合は、足の血流を改善するための治療を行います(9ページ参照)。シャルコー足の患者さんは、歩きすぎると骨破壊・関節破壊が進行する場合がありますので、歩行の指導を行います。

検査

- 神経障害の程度は、**モノフィラメント検査**、**アキレス腱反射**、**振動覚検査**などで評価します。



- 閉塞性動脈硬化症と同じ検査**を行い、閉塞性動脈硬化症の有無を調べます(9ページ参照)。
- シャルコー足による骨破壊や、細菌感染による骨髄炎の可能性を調べるため、**骨のレントゲン撮影**や**MRI検査**を行います。

創傷ケアセンターでは糖尿病内分泌科、皮膚科、整形外科の医師が診察に当たっています。看護師は病歴や生活習慣、傷のできた経緯をお聞きし、傷の状態などから原因を推測し、それぞれの医師に診察を依頼します。一方、足の潰瘍・壊疽は、糖尿病や閉塞性動脈硬化症に伴う神経障害や血流障害、うおのめ、たこ、足の変形など、局所（体の一部分）疾患から全身疾患までいろいろな原因で生じます。複数の専門科の医師と看護師が専門性を生かして協力し、診療に当たっています。

創傷治療の一つに「局所陰圧閉鎖療法」(NPWT: Negative Pressure Wound Therapy)があります。これは、傷口を密封・吸引して陰圧状態をつくることにより、傷を修復する組織（肉芽組織）の形成を促す治療法です。感染性のある老廃物や、傷口からの滲出液を

難治性の
足の傷に

局所陰圧閉鎖療法

傷を密封し、吸引装置を使って陰圧をかけることで血流を増やし、傷を修復する組織の形成を早めます。



ドレープで閉鎖環境を形成し、傷の汚染防止や保護に寄与します。

傷の保護

滲出液と感染性老廃物の除去

陰圧による吸引力が傷の縁を引き寄せるとともに、過剰な滲出液や感染の原因となる物質を除去します。

肉芽形成の促進

陰圧による吸引力で傷の面に微小変形が生じ、肉芽形成を促進する作用が誘発されると考えられています。

吸引して排除することにより、

傷の周囲の血流が増加して血行が促進され、傷を治すための環境が整ってきます（上図参照）。そのため、傷の治りがより早くなります。

写真は治療中の足の様子です。足の傷に専用のスポンジ（ポリウレタン・フォーム材）を当て、上からフィルム状の被覆材をかぶせて密閉し、小さな穴を開けて吸引用のチューブを密着させます。そして、陰圧状態をつくるコンピューター制御の専用機器に接続します。この陰圧状態をつくる専用機器は、センサーで密閉状態の維持や圧力を確認しながら、陰圧をコントロールする機能を持っていますので、陰圧の状態を常に把握するこ

とができます。

局所陰圧閉鎖療法は、以前は各医療機関が独自の陰圧方法を工夫し、保険診療外で行われていました。しかし近年は、簡便で安全な専用の機器が開発され、健康保険での治療が普及しています。

足の慢性的な傷は、治療に長期間を要し、再発を繰り返す場合も多く見られます。傷の治療はもちろん大切ですが、普段から患者さんが自分の足をよく見ること、足を清潔にすることが、予防という大切なケアにつながります。この基本的な日常ケアが継続できるように、私たち医療スタッフは根気強く関わっていききたいと考えています。



10B 病棟
皮膚・排泄ケア
認定看護師
大沢 順子
おおさわ・じゅんこ

●局所陰圧閉鎖療法システムの一例

閉塞性動脈硬化症

閉塞性動脈硬化症は、糖尿病や高血圧、脂質代謝異常などを背景として足の血管に動脈硬化が起こり、血管の内腔が狭くなったり詰まったりする病気です。

動脈硬化が足に起こると、酸素や栄養を運ぶ血液が足の先まで十分に行き届かなくなります。初期の症状は**足のしびれや冷え**で、動脈硬化が進むと**間欠性跛行**が現れます。「間欠性跛

行」とは、一定の距離を歩くと、足、特にふくらはぎが締めつけられるように痛んで歩けなくなり、休むとまた歩けるようになるという状態を繰り返す症状です。症状が進行すると、歩かずにじっとしていても痛みを感じるようになります。治療せずに放置していると、足の組織に酸素と栄養が行き渡らなくなって壊死し、足の切断につながることもあります。

特徴



動脈硬化により足先の血流が悪くなると、組織に酸素や栄養が届きにくくなり、潰瘍ができやすい。

検査

- 足関節上腕血圧比検査(ABI)**で、腕と足首の血圧を測り、その比率を調べます。上腕と比べて足首の血圧が著しく低い場合は、足の動脈硬化が進行していると考えられます。
- 皮膚の表面にある毛細血管の血流の状態を**皮膚かん流圧検査(SPP)**で調べます。この検査によって、潰瘍などで傷んだ組織に回復の見込みがあるのかを判断できます。
- 足のどの部分に動脈硬化が起こっているかを、**CT検査**や**MRI検査**で調べます。さらに**血管造影検査**をして、血管が狭い部分や詰まっている部分を特定します。



足の甲、足の裏、足首など数カ所にセンサーを付け、そこに体に負担のないレーザーを当てて、波長から血流の状態を確認します。

治療

悪化した足の血流を改善させる

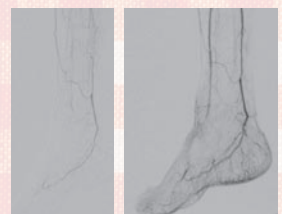
治療は**食事療法**、**薬物療法**、**運動療法**が基本です。適切なカロリーの食事を摂り、脂質の過剰摂取を控えるなど食生活を改善します。薬は、糖尿病がある場合は糖尿病に対する薬、血流を改善する薬、降圧剤などを投与します。加えて、自分に合った運動を適切な範囲で行うようにします。歩かないと、さらに血流が悪くなって症状が悪化するので、歩ける場合はできる

だけ歩きましょう。ただし、足に傷や痛みがあるときに歩いたり走ったりすると、かえって症状が悪化するのでやめましょう。

これらの治療では十分な効果が得られない場合は、血管手術を行います。血管手術には、狭くなった血管の内腔を広げる**カテーテル治療**と、詰まってしまった部分を迂回して新しい血管の通り道を作る**バイパス手術**の2とお

りがあります。カテーテル治療は、動脈硬化の程度の軽い比較的早期の患者さんが対象です。バイパス手術は、カテーテル治療が困難な重症の患者さんが対象ですが、手術に伴うリスクもあるので、すべての患者さんに実施できるわけではありません。

カテーテルによる治療前は、足部の動脈の抽出が悪いが(左)、手術後は改善している(右)。



フットケア

日頃から足のケアを心がけることで、傷を予防したり、症状が悪化するリスクを減らすことができます。



9B病棟
糖尿病看護認定看護師

今野 康子
いまの・やすこ

看護師と一緒にフットケアを学びます

週2回、火と木の午前中に「糖尿病フットケア外来」を開き(完全予約制)、専任の看護師が患者さんの足を拝見して見ます。また、足のみならず、

血糖コントロールをはじめ生活習慣の客観的な評価も適宜行い、患者さんに合った必要なフットケアを判断し、提供しています。

「神経障害や血流障害がある」「足の変形がある」「過去に足に潰瘍や壊疽ができたことがある」「足を清潔に保つことが困難」などの理由によ

り、糖尿病内分泌科医がフットケアの必要があると判断した患者さんや、創傷ケアセンターの外来で傷が完治した後、フットケアが重視される患者さんが対象です。患者さんやご家族だけでなく、担当看護師も一緒に、下欄の目標に向かって歩いていくことを大切にしています。

糖尿病フットケアの目標

患者さんが自分の足に関心を持ち、一生涯、自分の足で歩くことができる。

- ①「自分で自分の足を見る」習慣を付ける。
- ②「トラブルになる原因は何か」「万一、傷をつくった場合どうするのか」を知る。
- ③「自分で足を守る」ケアを継続する。



爪の伸びすぎや変形、切りすぎは、皮膚を傷つける恐れがあるので要注意。

傷の原因別

検査と治療 3

静脈性皮膚潰瘍

特徴



静脈弁の機能が低下して血流が滞ると、膝からくるぶしまでの間が浮腫んで、皮膚の色が悪くなり、潰瘍ができる。

足の静脈の血液は、血液の逆流を防ぐための静脈弁と、ふくらはぎのヒラメ筋に代表される筋肉の収縮によるポンプ作用により、重力に逆らって足先から心臓に向かって戻っていきます。しかし、長時間立ち仕事をしている方や肥満の方は、静脈弁に絶えず負荷がかかり、逆流が起こりやすくなります。また、関節痛がある場合や杖で歩行する場合にポンプ作用が十分に働かないと、静脈内に血液がたまりやすくなります(うっ滞)。これらの状態が何年も続くと、血液が蛇行したり、こぶのように膨れ上がり(静脈瘤)、重症になると皮膚潰瘍を生じます。

検査

- 血管エコーで、静脈の逆流や血栓の有無などを調べます。
- 血管造影CTで、足の深部の静脈の血栓や閉塞の有無、静脈の逆流の程度を調べます。

治療

ストッキングの着用や手術などで、静脈のうっ滞を回避する

静脈のうっ滞を防ぐために、弾性包帯や弾性ストッキングの着用による圧迫療法を行います。重症の場合は、静脈を引き抜いて静脈瘤をすべて切除する手術や、血液の逆流を止める手術を行う場合もあります。

フットウエア

足に傷をつくらないためには、自分の足に合ったサイズ・形状の靴や中敷きなどの装具(フットウエア)を履くことが大切です。
義肢装具士の山口さんにお話を伺いました。



日本フットケア
サービス株式会社
義肢装具士

山口 篤史さん
やまぐち・あつし

靴や中敷きなどの装具には、足への荷重をコントロールする役割があります。病気で足の変形が強い人や、手術で足の指を切断した人は、足の特定の部分や残っている足指で体重を支えることとなります。そうすると、靴を履いたときに特定の部位に過剰な圧力がかかって歩きにくくなる上、たこやうおのため、靴擦れができやすいので、せっかく傷が治っても再発してしまいます。大きすぎる靴も、中で足がずれて傷の原因になります。そこで、ご自身の足にぴったりフィットした装具を用いて患部周辺の圧力を分散し、足の負担を取り除く必要があります。

フットウエアの役割を
教えてください。

足の状態や関節の動きを検査して、評価を行います。



評価を基に義足を作製し、足と適合させることで歩行の補助を行います。



患部を浮かせながら歩行ができるよう、装具の採型を行います。

フットウエアは
どんなときに必要ですか？

荷重コントロールは、傷の治療中も、傷が治った後の状態維持のためにも必要です。治療中は「できるだけ早く治す」ために、治癒後は「状態の維持と再発予防」のために、傷の大きさや関節が動く範囲、生活状況などを考慮して、最適な装具を選択します。

フットウエアの
効果を上げるために
重要なことは
何でしょうか？

傷ができる原因を見つけ出すことです。どこかにぶつけたからなのか、血の巡りが悪いからなのか。歩き方に問題があるなら、なぜそういう歩き方になるのか。原因さえ分かれば、あとはそれを解決するための装具を作るだけです。

もう一つは患者さんのご理解とご協力です。装具は、定期的に正しい方法で身に付けてもらわなければ意味がありません。中には、病院に来るときだけ着けてくる患者さんもいらっしゃるのですが、診ればすぐに分かります。装具の効果を最大限に引き出すためには、患者さん自身が目的をきちんと理解することが重要です。

早期より歩行訓練を開始できることにより筋力を維持し、日常生活への復帰を助けます。





薬の正しい飲み方



薬剤部 薬事管理課
医薬品管理係長
薬剤師

田尻 優吏亜
たじり・ゆりあ

皆さんは普段薬を飲むとき、
どういったことに注意しながら飲んでいるでしょうか。
薬は正しく飲むことによって本来の効果を発揮します。
今回は薬の正しい飲み方についてお話しします。

水と一緒に飲みましょう

一般的に飲み薬はコップ1杯約200ccの水またはぬるま湯で飲むように作られています。薬が溶けて体に吸収されなければ、十分な効果が発揮されません。コップ1杯の水には、「薬を溶かす」という役割があるので。

水なしで飲むと、吸収が遅れて効果が現れにくくなったり、場合によっては溶けずに便として出てしまうこともあります。また、食道に引っかかったり、くっついていたりして、食道潰瘍を起こしてしまう場合があります。粉薬などでは、気管から肺に入り、肺炎を起こしてしまったりもあります。

では、薬を水以外の飲料で飲むとどうなるのでしょうか。
ジュースや牛乳などで飲むと、薬の成分にもよりますが、一般的には

200ccの水またはぬるま湯で飲む



コーヒー、牛乳、ジュース、お酒などはNG!



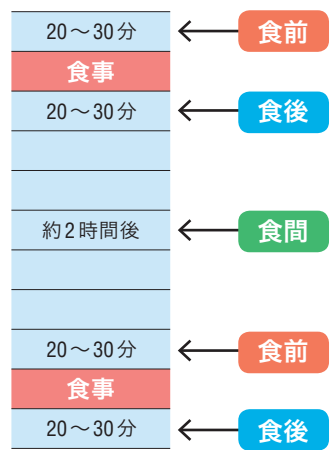
吸収が遅くなったり、悪くなったりして、効果が弱まる傾向が見られます。特にグレープフルーツジュースについては、一部の血圧降下薬の分解を抑え、作用が強くなってしまふことがあります(グレープフルーツの果肉も同様です)。緊急の場合を除き、水以外の飲料では飲まないほうがよいでしょう。

また、薬をアルコールと一緒に飲むと、肝臓はアルコールを優先的に分解しようとしてしまいます。そのため薬の分解が遅れ、結果として強い作用が起こります。アルコールとは、絶対に一緒に飲まないでください。

服用時間を守りましょう

薬の多くは、「食前」「食間」「食後」など飲む時間が指定されています。このほかにも、食事の直前や食事の直後、就寝前、起床時といった飲み方があります。「薬は食後に飲む

「食前」「食後」「食間」とは？



あるので、絶対にやめましょう。
処方薬は患者さんの体調や症状に合わせて医師が処方したものです。自己判断で服薬量を調節したり、服薬を中止したりすると、症状の悪化や思わぬ副作用が出たりすることがあります。

自己判断は危険です

もの」と思い込まず、服用時間は必ず薬袋を見て確認し、守ってください。正しい飲み方をしないと効果が出なかったり、副作用が現れたりすることがあります。
万一、飲み忘れた場合は、気づいたときにすぐ飲みます。しかし、次の服用時点までに時間間隔がないときは、無理して飲む必要はありません。薬の種類によっても対応が異なりますので、基本的には主治医の指示に従いましょう。副作用の危険などがありますので、まとめて2回分を飲むことはしないでください。



新しい命の誕生・家族のスタートの瞬間を一緒に！



分娩室 MFICU
看護師長
馬目 裕子
まのめ・ゆうこ



その瞬間を
誰と迎えますか？

待ちに待った赤ちゃん誕生の瞬間を、あなたは誰とどのように迎えますか？

日赤医療センターでは新しい家族を迎えるにあたり、パートナーと相談しながらバースプランを作成することをお勧めしています。バースプランの中でも、今回は出産に立ち会ってくれる「人」について考えてみましょう。

立ち会い出産といえば、真っ先に「パートナー」が浮かぶと思います。男性は、妊娠して身体が変化したり、陣痛を乗り越えようとしているあなたに、何かしてあげたいという気持ちを持っているものです。しかし、何をしたらいいのか分からない、というのが正直な気持ちかもしれません。また、同じように双方のご両親も、孫の

誕生を心待ちにして、何かお手伝いしたいと考えているのではないのでしょうか。

出産のとき、あなたは心身ともにリラックスできる人と一緒にいたいと思うかもしれません。時にはイライラをぶつける相手が欲しくなるでしょう。その時、寄り添ってほしいのは誰ですか？ 必ずやってくるその瞬間を誰とどう迎えたいか、ご家族と話し合っておくといいでしょう。



「人」も環境の一部

妊娠中や分娩のときは、部屋の明るさや匂い、音など、出産する環境に敏感になります。また、次々に押し寄せる陣痛に精いっぱい、周囲を気遣う余裕がなくなります。出産のときにはできるだけストレスを和らげ、リラックスした状態で、周囲の環境に影響されず出産に集中できるかどうか、分娩の進行に大きく影響します。実は「人」もその環境の一部です。そこで助産師は、産婦さんが出産に集中できるように、声のトーンや話し掛けるタイミング、歩き方



出産まで30時間！ 疲れたけど、家族みんな幸せな笑顔

など、産婦さんを取り巻く環境にも気を配るようにしています。

産婦さんは、初めて出会う医師や助産師に対し、気を使ってしまふこともしばしば。そんなときには、何よりご家族が産婦さんに安心感を与える大切な環境の一部となります。立ち会おうといったけれど何をしたらいいのだろうか？と悩む方もいらっしゃるかもしれませんが、まずは産婦さんの気持ちに寄り添うことが大切です。



望む方なら
誰でも立ち会えます

昨年は、9割近くの方が立ち会い出産をしました(帝王切開での出

産も含む)。分娩室での出産では、出産するあなたが「そばにいてほしい」と思う方ならどなたでも立ち会っていただくことができます。過去に出産経験のある方(経産婦)なら上のお子さんも立ち会うことが可能です。また出産する方の希望を第一に考え、ご両親やご家族、親しいご友人なども立ち会うことが可能です。

また、帝王切開の場合でも、分娩室内の手術室で、原則1名までのご家族が立ち会えます。

なお、出産が間近に迫り分娩室に移動するまでを過ごす分娩準備室と分娩室が一体となったLDRルームでは、陣痛開始後から出産後2時間程度までを、皆さんでリラックスしてお過ごしいただけます。

家庭での分娩が当たり前だった時代には、家族総出で出産を手伝い、新しい家族の誕生を迎えていました。病院に場所が変わっても、それは同じこと。生まれてくるお子さんにとって一度しかない誕生の瞬間を、ご家族の立ち会いで温かく迎えてはいかがでしょうか？



東邦警備保障株式会社

日本赤十字社医療センター派遣隊

日赤医療センターには、患者さんをはじめお見舞いのご家族や小さなお子さんなどいろいろな人が訪れます。今回は、皆さまに安心してご利用いただけるよう、当センターの警備を一手に引き受ける「東邦警備保障 日本赤十字社医療センター派遣隊」をご紹介します。隊長の山下さんにお話を伺いました。



隊長の **山下 芳彦さん**
やました・よしひこ

私たちは、施設内の治安を維持するために、規則を遵守してご利用いただけるよう努めています。医療施設という場所柄、皆さまのご事情に合わせた臨機応変な対応が必要になる場面も多いので、厳しくなり過ぎないように配慮しながら、「笑顔で明朗快活に」をモットーとして日々の任務に当たっています。

病棟案内



一部外来と病棟への出入り口付近に警備員を24時間体制で配置し、不審者の侵入を防止しています。ご面会の際は、病棟案内にお申し出ください。

面会時間は
14時～20時です！

皆さまが安心して
医療センターを
利用できる環境を
24時間守ります。
不安なことがあれば、
お気軽にお声をかけてください。



守衛室

守衛室の任務は幅広く、医療センターを訪れる関係者の確認をはじめ、駐車券の検印や拾得物の管理などを行っています。当日の忘れ物や落し物は守衛室で保管していますので、お気軽にお問い合わせください。当日以外の拾得物は総務課で保管しています。

当日の忘れ物を
保管しています！

地下駐車場



駐車券は紛失しても
再発行できます！

機械式駐車場の出入庫を管理しています。駐車券を紛失した場合は再発行できますので、警備員にお申し出ください。なお、地下へのバイク進入は禁止となっています。バイクをご利用の場合は、地上のバイク置き場をご利用ください。

ロータリー管理



歩行者の安全確保
車やタクシーの誘導をすることで、歩行者の安全確保に努めています。

防災センター



防災
災害発生時に迅速に対応できるよう、スプリンクラーや自動火災報知機を24時間体制で管理しています。

防犯
60台以上の監視カメラの管理や、扉の解錠などを、24時間体制で行なっています。

**24時間体制で
防犯・防災**

アロマセラピーの魅力 第16回 ペットと楽しむアロマ〈犬・猫〉

ペットは、大切なパートナーです。ペットが心身ともに健康であるように、体調管理を心がけてあげましょう。特にストレスの管理は大切です。ストレスで体調を壊してしまう場合もあるといわれます。そこで役に立つのがアロマセラピー!! 人と同じように、リラックスできる精油を使ってストレスケアをしてみませんか。消臭効果や虫除け効果も期待できます。アロマセラピーを上手に活用して、ペットと一緒に快適な日々を過ごしましょう。



芳香浴

- CASE 1** アロマポットを使用する。
*キャンドルなど火を使うものは避けましょう。
- CASE 2** マグカップにお湯を入れ、好みの精油を1滴垂らす。
*ペットが誤飲しないよう、置く場所に気をつけましょう。
- CASE 3** 綿を芯にして布でボールを作り、好みの精油を1滴染み込ませた「香りのボール」で遊びましょう。



足浴

お湯を入れた洗面器に、好みの精油をバス用キャリアオイルに混ぜて入れ、足湯をしましょう。

*真正ラベンダーの精油は、直接お湯に入れてもOKです。

スプレー

- CASE 1** 室内やペット用トイレの消臭、虫除けに。

レシピ例

消毒用エタノール50mlに、好みの精油50滴、精製水またはミネラルウォーター 450mlを加えてよく混ぜ、スプレーボトルに入れて噴霧する。フローラルウォーターを使うと簡単です。

- CASE 2** ブラッシングに。フローラルウォーターをスプレーしながらブラッシングすると、良い香りとともに毛がサラサラになる効果も期待できます。



マッサージ

皮膚に直接オイルを付けるのではなく、毛並みに沿って塗布して優しくマッサージしましょう。

レシピ例

ホホバオイル50mlに、好みの精油を2〜3滴混ぜる。

ペットの好みを優先しましょう

お勧めの精油とその効用

●リラックス(消臭・抗菌も含む) 効果

真正ラベンダー、カモミール、ゼラニウム、ローズウッド、サイプレス、プチグレン、ベルガモット、ティートゥリーなど

●虫除け効果

シトロネラ、ユーカリ・レモン、レモングラスなど

ペットアロマの注意点

- ・動物は優れた嗅覚を持っているので、人が使用するときより薄い濃度で使用しましょう。
- ・ペットの香りの「好き嫌い」を見極め、精油の効能に左右されず、ペットの好みを優先しましょう。
- ・ペットがいたずらしたり誤飲したりしないよう、精油の置き場所には注意を払いましょう。
- ・妊娠中は使用しないでください。
- ・治療中の病気があるときには主治医に相談しましょう。
- ・ナチュラル&ピュアな精油を使用しましょう。



健康管理センター 看護師
日本アロマセラピー学会認定看護師
堀川 富美子 ほりかわ・ふみこ

「糖尿病教室」を無料で開催しています



健康運動療法士によるストレッチの指導

開催日程 原則として毎月第2木曜日13:30～

参加方法 「申し込み制」です。糖尿病内分泌科の外來受付にある申込書にご記入の上、同受付にご提出ください。

*ご不明な点があれば、糖尿病内分泌科 外來受付までお問い合わせください。

日赤医療センター糖尿病内分泌科では、糖尿病の患者さんやそのご家族をはじめとする皆さまに「糖尿病について、正しく知っていただく」ことをモットーに、「糖尿病教室」を無料で開催しています。糖尿病は、1型や2型、妊娠糖尿病といった病気のタイプや、合併症とその予防などを合わせて考え、「自分に合った病気との付き合い方」を見つけることが大切です。当教室をぜひご活用ください。

なお、今号の特集「足を大切断から救う努力」(4～11ページ)では、糖尿病が原因で生じる難治性の創傷治療についてご説明しています。併せてご覧ください。

診療のご案内

診療科目 外來診療を行わない科もあります

- | | | | |
|------------------|-----------|----------------|--------------|
| ●糖尿病内分泌科 | ●血液内科 | ●感染症科 | ●アレルギー・リウマチ科 |
| ●腎臓内科 | ●緩和ケア科* | ●神経内科 | ●呼吸器内科 |
| ●消化器内科 | ●循環器内科 | ●小児保健 | ●メンタルヘルス科* |
| ●呼吸器外科 | ●乳腺外科 | ●胃・食道外科 | ●肝胆脾・移植外科 |
| ●大腸肛門外科 | ●心臓血管外科 | ●骨・関節整形外科 | ●脊椎整形外科 |
| ●脳神経外科 | ●皮膚科 | ●泌尿器科(紹介のみ) | ●眼科 |
| ●耳鼻咽喉科 | ●産科* | ●婦人科 | ●新生児科 |
| ●小児科 | ●小児外科 | ●麻酔科 | ●集中治療科 |
| ●化学療法科 | ●放射線特殊治療科 | ●放射線診断科 | ●放射線治療科 |
| ●リハビリテーション科 | ●内視鏡診断治療科 | ●救急科(救命救急センター) | |
| ●健康管理科(健康管理センター) | | | |

※初診予約制

健康管理センター ☎内線2213・2217

病気の早期発見・発症予防につながる各種プログラムをご用意しています(原則、予約制)。

- 人間ドック ●一般健診 ●海外渡航健診 ●予防接種 ●禁煙外来 ●特定保健指導

小児保健 ☎内線2836

- 乳幼児健診 ●予防接種 ●心理相談(完全予約制)

受付時間

- 初診の方：午前8時30分～午後3時 ●再診の方：午前7時50分～午前11時30分

※初診の受付時間については、診療科により異なりますので、診療科受付窓口へお問い合わせください。また、診療科が異なる場合や最終来院日から1カ月以上経過した場合は、初診扱いとなりますのでご注意ください。

急病の場合：曜日・時間に関係なく救急外来で診療します。ご来院の前にお問い合わせください。

診察カード：全科共通で永久に使用します。ご来院時には必ずお持ちください。

健康保険証：ご来院時に確認させていただいております。特に、更新・変更の際は必ずご提出ください。

院外処方せん：すべての診療科で発行しております。全国の保険薬局でお使いいただけます。

外來休診日

- 土曜日 ●日曜日 ●祝日 ●12月29日～1月3日 ●5月1日(日本赤十字社創立記念日)

お問い合わせ

☎03-3400-1311

交通のご案内

- JR 渋谷駅東口から 都営バス「学03」系統 日赤医療センター行 終点下車(約15分)
- JR 恵比寿駅西口から 都営バス「学06」系統 日赤医療センター行 終点下車(約10分)
- 港区コミュニティバス「ちいばす」 青山ルート「日赤医療センター」下車 徒歩(約2分)
- 地下鉄(東京メトロ) 日比谷線広尾駅から 徒歩(約15分)
- 首都高速道路3号線 (下り) 高樹町出口で降り、すぐの交差点(高樹町交差点)を左折。
(上り) 渋谷出口で降り、そのまま六本木通りを直進。青山トンネルを抜けてすぐの交差点(渋谷四丁目交差点)を右斜め前方に曲がる。東四丁目交差点を直進し、突き当たり左の坂を登る。

総合医療相談

医療相談 (月)～(金) 9:00～16:30

ソーシャルワーカーがご相談を承ります。患者さんやそのご家族と一緒に、さまざまなお悩みについて考え、問題解決へのお手伝いをします。どうぞお気軽にお越しください。

主な相談内容 経済的な問題(医療費、生活費)/家族など人間関係/社会復帰/医療機関や福祉施設の紹介/社会保障制度や福祉サービスの利用

看護相談 (月)～(金) 9:00～16:30

療養生活全般に関する、患者さんやご家族からのご相談を承ります。
主な相談内容 在宅医や訪問看護の紹介/介護保険の利用方法/福祉用具・医療機器の紹介

栄養相談

主に生活習慣病(糖尿病・脂血症・高血圧など)、心臓病、妊娠中毒症の方の食事について、医師の指示に基づき管理栄養士が栄養指導を行います。ご希望の方は主治医にお申し出ください。

主な食事療法 腎臓食、肝臓食、糖尿食、肥満、胃潰瘍食、貧血食、膵臓食、高脂血症食、痛風食、濃厚流動食、無菌食

お薬相談

薬に関するご相談・ご質問について、薬剤師がお答えします。

がん相談支援センター

(月)～(金) 9:00～16:30

がんの療養に関するさまざまな疑問やお悩みをご相談いただけます。

主な相談内容 がんに関する療養上のご相談/セカンドオピニオンについて/緩和ケアについて/医療費について

当センターは患者さんの個人情報保護に 全力で取り組んでいます。

当センターは、個人情報を定められた目的のみに利用し、その取り扱いには細心の注意を払っています。個人情報の利用目的や、個人情報の取り扱いについてお気づきの点は、総合医療相談の窓口までお気軽にお問い合わせください。

日本赤十字社医療センター院長

ホームページ
アドレスのご案内

日赤医療センターに関すること <http://www.med.jrc.or.jp/>
赤十字全般に関すること <http://www.jrc.or.jp/>

●外來診療の最新スケジュールは、当センターのホームページでご確認ください。『TeaTime』のバックナンバー(PDF版)もご覧いただけます。



QRコード
モバイルサイトは
こちらから。
(docomo/au/SoftBank対応)