

Tea Time

Your Healthy life by
advanced medical care

vol. 65 2017 * AUTUMN



日本赤十字社医療センター情報誌
Japanese Red Cross Medical Center

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】

長引く咳に 悩んでいたら



【Series】

専門看護師・認定看護師の
知恵袋

【抗がん剤の副作用を乗りきるコツ】

ママと赤ちゃんの

HAPPY BIRTH ROOM

【子育てで重要なのは、お母さん自身の心と身体の健康です】

ここからのひと

日赤を識る

【看護師誕生】

なんでも大事典

【医療事務作業補助者】

いつも貴重なご意見をありがとうございます

長引く咳に悩んでいたら…… すぐに専門医へ相談を！

呼吸器疾患は 265万人へと増える見込み

長引く咳、しつこい咳で悩んでいませんか。喘息や慢性閉塞性肺疾患（COPD）、間質性肺炎、肺がんといった重篤な病気が隠れている可能性があります。つい軽く考えがちな咳ですが、放置してはならないのです。まずは、専門医を受診することが大切です。

265万人へと増える見込みの呼吸器疾患に対応して、日本赤十字社医療センター呼吸器内科では一般的な喘息の治療だけではなく、重症・難治性喘息のすべての治療を、今春から行うことが可能となりました。また肺がんなどの治療においても、それぞれの患者さんに適したプレシジョン・メディシンといった最新医療にも取り組んでいます。その全容を紹介します。

急増する「咳喘息」

冬のインフルエンザの流行期や春秋の花粉症の時期ならいざ知らず、季節を問わず長引く咳に悩んでいる人が増えてきています。

風邪が治っても空咳^{かぜき}が何カ月も続き繰り返し起きる、夜中や明け方、寒暖の激しいとき、また受動喫煙による悪化する咳、こうした症状を「咳喘息」といいます。これは喘息にな

る一歩手前の症状で、主にアレルギーが原因による慢性的な咳です。

実は、この咳喘息の患者が10年ほどで急速に増えているといえます。

その原因は、PM2.5などの空気の汚れ、食品添加物や建材などの化学物質、ホコリやダニなどのハウスダストなど、私たちを取り巻く生活環境の変化によって、アレルギーに反応する人が増えたことにあります。その結果、気管支に負担がかかり、気温や気圧など急激な大気の変化はもちろん、ストレスや過労などによっても、引き起こされるようになったのです。

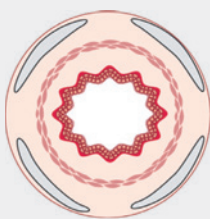
では、この咳喘息と喘息はどんな違いがあるのでしょうか。

「咳喘息は1カ月以上の空咳が続く、ひどい場合は1年以上も続くこともあります。ただし、喘息にみられる喘鳴や呼吸困難、発熱や痰などの症状がないのが特徴です。呼吸器系の持病を抱えている人だけでなく、いまやアレルギー体質の人もありやすく、喘息へと進行する可能性があります。咳喘息とは喘息の前段階と捉えてください。放置しておくと、咳喘息の約3割は喘息へと移行します。そうなる前に正しい治療、健康管理が大切です」と、日本赤十

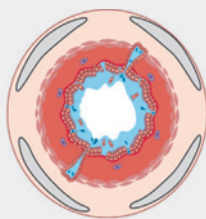


正常な気道と喘息患者の気道を比較すると...

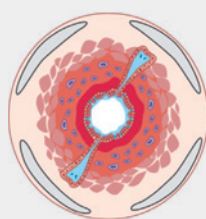
正常な気道



喘息患者の気道



初期



重症

「咳喘息」と「喘息」症状の違い・共通点

こんな症状が出たら、「咳喘息」か「喘息」の疑いがあります。
すぐに医療機関へかかりましょう

咳喘息

- 3~4週間以上、空咳が続く
- 喘鳴はなく、聴診器で聴いても聴こえない
- 咳を引き起こすアレルギー物質などに反応する
- 安静、身体を休めているときも発作は起きる

喘息

- ヒューヒューやゼーゼー（喘鳴）と、あえぎながらの呼吸
- 粘り気のある痰が出る
- 突然の息苦しさ
- 激しく咳き込む

【共通点】

- 夜間の睡眠中、特に明け方に多発する
- 発作は一時的だが、繰り返し起きる

宇社医療センター呼吸器内科部長の出雲雄大医師は指摘します。
しかし、その要因は複合的で限定するのが難しいといわれています。だからこそ、長引く咳が続いたら放置せず、専門医のきちんとした診断のもと治療をしなければなりません。咳を止めるだけの治療では、根本原因の究明ができておらず、病氣

自体を進行させてしまうからです。このように大人の咳喘息・喘息はとも困りもの、やっかいな代物なのです。

小児喘息は寛解するが……

喘息と聞くと、小児喘息を思い浮かべる人が多いことでしょう。苦しき経験をした人や、いまご家族で治

療されている人もいらっしゃるかも知れません。

この小児喘息は1、2歳から発症することが多く、風邪を引きやすくなったり、咳が長引いたり、下痢を伴ったり、症状が重い場合は過度な運動を制限されることもあります。

ですが、徐々に体力がつき、日常生活に支障のない程度に改善される（寛解^{かんかい}という）ことが多いのです。

喘息の症状には、痰が出て、胸痛を伴い、ヒューヒュー、ゼーゼーと喘鳴と呼ばれる音が出ることはご存知かと思います。これは、どのようなメカニズムで引き起こされるのでしょうか。

喘息とは、気道（空気の通り道）の粘膜に繰り返し起きる炎症です。で、発作が起きると気道が狭くなり、呼吸がしにくくなるのです。気道の粘膜は、ほこりや塵、細菌やウィルスなどを排除するフィルターの役割を担っています。喘息の人の気道粘膜は、わずかな刺激物にも敏感に反応をするものなのです。この反応が起きると、気管支を取り巻く筋肉が収縮し、粘膜にむくみが生じ分泌液が増えます。これによって、気道が狭くなり、空気を十分に吸ったり吐いたりできず呼吸困難が起こるのです。

重症難治性喘息から解放される 気管支サーモプラスティ治療



もしも**重篤な喘息**になったら

現在、喘息の患者さんは推定400万人とも言われています。このうち多くは、吸入ステロイド薬で自己管理による治療を行い、症状をコントロールすることができている患者さんです。これは、喘息の発作で救急外来を受診する患者さんが減少していることから明らかです。

一方、5～10%の患者さんにはこうした薬の効果がなく、発作を繰り返し、ステロイド薬で一時的に症状

が改善されても、その後の副作用の大きなダメージに苦しんでいます。

これは喘息が一時的に落ちついたとしても、気道内の炎症細胞がなくなっただけではなく、適切な管理を怠ったため症状を悪化させてしまい、さらに気道を狭めてしまっているのです。

それゆえ、咳の原因は複合化しており、合併症を引き起こしやすくなるのです。長引く咳を甘く考えないと、大変怖い結果を招く理由がここにあるのです。

もしも呼吸困難になってチアノーゼ（指先や唇などが青紫色になる）が見られるようなら、一刻も早く病院へ搬送して治療を行う必要があります。処置が遅れるとなると死につながるケースもあり、全国で年間2000人の患者さんが喘息で亡くなっています。

劇的な改善が期待される新治療

重篤な喘息症状の人に向けた新たな治療法である「気管支サーモプラステイ」を、当センターでも行えるようになりました。

この気管支サーモプラステイとは、専用のカテーテルを通して高周波エネルギーを気道壁に通電加熱することで、肥厚した気道平滑筋の量を減少させる非薬物療法です。これにより、喘息発作は劇的に緩和されます。

手術室で麻酔をかけてからカテーテルを挿入するため、患者さんは痛みを感じることなく、手術自体は20〜30分程度で終了します。また、治療期間は1回の手術に3日程度の入院、これを3〜4週間あけて合計3回実施します。この治療により、通学や通勤といった日々の生活、患者さんのQOLが大きく改善されます。

特集

長引く咳に悩んでいたら……



この治療は重症喘息患者が対象で、吸入ステロイド薬や長時間作用型 β 2刺激薬によって喘息症状がコントロールできない18歳以上の人に限られます。その他の薬物療法を併用しても、日々のコントロールがうまく出来ない人、症状の悪化を繰り返している人、オマリズマブやメポリズマブ使用の人、ステロイド内服の患者さんも対象となります。2015年からは保険の適用となっています。

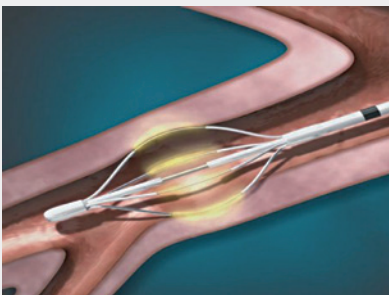
当センターでは重症・難治性喘息

に対するすべての治療が可能です。現在は、渋谷区内の開業医の先生からの患者さんの紹介はもとより、他区や都外からも多くの患者さんが受診しています。

地域との連携を密に

こうした新治療の実践には、地域の医療機関との連携が成功の要となります。当センターでの取り組みを知ってもらうため、今年6・9月には最新の喘息治療を紹介する講演会を実施し、積極的にこの新しい治療

◀気管支サーモプラステイ専用のカテーテルによって気道を温めて気道平滑筋を減少させる、重症喘息に対する非薬物療法。内径3〜10mmの気管支が対象となり、カテーテルのバスケットを開いて65℃で10秒間通電。高周波エネルギーを気道壁へ通電加熱することで、気道平滑筋による気道の収縮能力を抑え、肥厚した気道平滑筋の量を減少させる



◀手術室で気管支鏡下に気管支サーモプラステイを施行しているところ（上段の拡大写真が専用のカテーテルを気道壁に接触させて治療中）



◀呼吸器内科の出雲・栗野両医師によるサーモプラステイの施行



を広めています。喘息治療の日常的な管理は、患者さんの住む地域のクリニックで行い、手術などの高度医療は当センターで行うという、医療の地域連携がこれからの時代に求められています。

地域・医療機関連携は、患者さんのさらなるQOLの向上を狙い、正確な診断のものと確かな治療を実践していくために必須なのです。

「気管支サーマーモブラスティ治療の効果は海外の研究ではありますが、劇的に喘息の改善がなされたという結果が出ています。たとえば、重度増悪の発現頻度が32%減少、喘息による仕事や学校、その他の日常生活の損失日数が66%減少、救急外来の受診頻度が84%減少。その成果は目を見張るものです。さらに自覚症状でも、咳・痰などが減り、発作頻度や治療薬が減少しているという患者さんの声もあります。また夜間に覚醒する頻度の減少があったという報告もあります」と、出雲医師はその効果に大きな期待を寄せます。

その研究成果を高めるべく、当センターが主施設となつて、気管支サーマーモブラスティの多施設共同研究も始めました。これは臨床試験を当センターだけで行うのではなく、い



くつかの施設で共同して行うもので、多数の患者さんの治療結果を集めて数多くの医療機関で共有していくものです。

より効果の高い治療をめざすべく、当センターでは臨床研究にも積極的に取り組んでいます。

院内チーム連携で 間質性肺炎に挑む

肺の中には、肺胞とよばれる小さな囊（空気袋）があり、これが長期にわたって繰り返し傷がつくと、肺胞の壁（間質）が厚く、硬くなる線維化が起こります。これが「間質性肺炎」です。

そのなかでも原因がはっきりと特定できないものを、特発性間質性肺炎^{とくはつせいかんしせいはいえん}といい、さらにそのなかで最も頻度が高く、難治性であるのが特発性肺線維症です。空咳、息切れ、バチ状指（指先が太鼓のバチのように膨らむ）が特徴的な症状です。その患者数は日本ではおよそ1万数千人と推定され、女性よりも男性に多く、加齢とともに発症する割合が増え、高齢社会においては、決してまれな病気とはいえなくなりました。

空咳が長引く場合、間質性肺炎かもしれません。症状がでるまで2年

以上かかることがあり、あまりに進行すると少し動くだけでも息苦しくなってしまうため、早期発見がとても大事なのです。

さらに特発性肺線維症は、完全に治ることが難しい病気と言われています。そのため病気の進行を抑える治療を行います。これまで使われてきたステロイドや免疫抑制剤では、病気の進行を抑えることはできませんでした。

しかし、最近では肺の線維化を抑える新薬が登場し、呼吸の機能を保つことができます。これは世界的に認められた薬であり、特発性肺線維症治療では最も重要な薬の一つとされています。この抗線維化薬は、間質性肺炎治療の歴史を変えました。これらの治療薬を待ち望んでいた患者さんも多く、当センターでは積極的に使用しています。

さらに治療にはしっかりとした診断が重要となります。必要な医療を必要とする患者さんに届けるために、当センターでは放射線科、呼吸器外科、病理部と連携して治療にあたっています。長引く咳というありふれた症状から始まる間質性肺炎ですが、時期を逸することなく最善の治療を提供していきます。

プレシジョン・メデイスンが 肺がん治療に 光を照らす

風邪の初期症状に似ている

日本人の死因で最も多いのが
ん、そのなかでも肺がんは難治性
んの一つとされ、毎年、約7万人が
肺がんで亡くなっています。

肺がんの初期症状は風邪の症状と
よく似ています。渴いた咳が出て、
胸のあたりが痛くなることはあつて
も、大きな痛みでないため、そのま
ま放置してしまい発見が遅れがちに
なることがあります。それゆえ、進
行性のものが多い肺がんは手遅れに
なりやすいのです。

ですから、初期症状で見つけるこ
とができれば治療もしやすく、効果
も出やすいため、早期発見がとても
大事なのです。

また、日本で肺がんを発症する人
が諸外国に比べてやや多いのは、喫
煙率が高いからだといわれています。
禁煙はもちろんのこと、周囲へ



特集

長引く咳に悩んでいたら……

の配慮として受動喫煙のない環境整
備も大切なのです。

がん治療の革命

最近では患者さんに適したプレシ
ジョン・メデイスン（Precision
Medicine）が注目を浴びています。
まだ聞き慣れない言葉ではありますが
が、2015年に当時のオバマ・ア
メリカ大統領が一般教書演説のなか
の科学技術に関する施策で、「プレ
シジョン・メデイスン・イニシアチ
ブ（Precision Medicine Initiative）
を開始する」と宣言してから、日本
でも一躍注目を浴びました。

これは、がんの遺伝子解析を行い、
その解析結果にもとづいて適切な抗
がん剤などの治療薬を投与する治療
法です。つまり、患者さんの遺伝情
報を把握し、その人に合った薬の効
き方を分析し、「効果があると確認
できた薬だけ」を使っていくのです。
そのため最適な種類と量の薬を投与
できる最新医療なのです。

まず、がんの遺伝子解析をするこ
と、これがポイントなのです。

日本でもプレシジョン・メデイス
ンに向け産学連携による全国のがん
ゲノムスクリーニング「SCRUM-Japan」
が始動しています。2015年に発

足し、全国約200の医療機関と10
数社の製薬会社に参加しています。

当センターでも LCSCRUM-
Japan (SCRUM-Japan) のなかの肺が
んの組織」という全国規模の肺がん
遺伝子診断ネットワークに参加して
います。

肺がんの治療には確定診断だけで
なく、最善と思われる治療の選択も
必要となります。そのためにはがん
組織の量も必要のため、鉗子サイズ
や生検に用いる器具であるガイド
シースのサイズにこだわった気管支
鏡も行っています。当センターの化
学療法科、呼吸器外科、サイバーナ
イフセンター、病理部とも、最新医
療に関する情報共有と綿密なカン
ファレンス（カンサートボード）を
行い、それぞれの患者さんにとって
最善と思われる治療の検討を重ねて
います。

プレシジョン・メデイスンは、こ
れまでのがん治療を根本的に大きく
変えていくパワーを秘めています。
がん治療の革命とも呼ばれている理
由です。

長引く咳を放置せず、気がかりな
ことがあれば、まず専門医を受診す
ることが呼吸器疾患にとっては大事
なのです。

知恵袋

5

当センターには、日本看護協会が認定している専門看護師9人、認定看護師23人がおり(2017年1月現在)、それぞれの分野に特化した看護ケアを患者さんに提供しています。本連載は、私たち「専門看護師」「認定看護師」を皆さんによりいっそう知っていただくため、耳寄りな情報をリレー形式でお伝えします。



抗がん剤の治療中は、さまざまな副作用を伴います。なかでも、洗髪、口のケアは多くの患者さんが一番気にしていること。それを乗りきするためのヒントを紹介します。

さっぱりとした髪でいたい

抜毛を気にして、洗髪をためらうことがあるかもしれません。しかし、洗髪をしないと毛穴が詰まったり、炎症を起こすことがあります。頭皮は清潔にしておくことが大切です。頭皮が敏感になっている場合は、次のような点に注意をして洗髪をしましょう。

【髪の毛の洗い方】

- ①髪や頭皮はぬるま湯で十分にぬらす。
- ②シャンプーはよく泡立てて洗う。泡が汚れを落とすので、泡立てネットやスポンジを使うと泡立てが簡単。
- ③爪をたてず、手指の腹を使って頭皮を優しくマッサージするように洗う。
- ④十分にすすぐ。この時に髪の毛がきしむ、絡む場合はリンスやコンディショナーをできるだけ頭皮につけないよう毛先につけ、よくすすぐ。
- ⑤洗髪後は、水分を吸収させる感で抑えるようにタオルをあてる。ドライヤーは髪の毛の傷みを防ぐために同じ部位に10秒以上は当てない。

【シャンプーの選び方】

シャンプーは、これまで使用していたも

抗がん剤の副作用を乗りきるコツ

のか、または低刺激性のシャンプーの使用をおすすめします。髪の毛が抜けた頭皮は、これまで通りのシャンプーを少なめの量を泡立てて使用します。

いずれの場合にも頭皮に異状が出たら、すぐに皮膚科を受診しましょう。

口腔ケアで食事美味しく

治療をしていない人でも、口の中の炎症(口内炎など)の痛みで食事の時などつらい思いをした方は多いと思います。抗がん剤治療を受けている場合には口腔内の副作用が起こる確率が高くなります。がん治療の影響で生じる口内炎は「口腔粘膜炎」と呼ばれます。

【口腔粘膜炎の原因とは】

口のなかの粘膜の細胞に抗がん剤が直接、または血液を介して間接的に作用することでダメージを受けた部分に、口腔粘膜炎が発症します。

多くの抗がん剤は白血球を減少させる作用があり、それにより、口腔粘膜の細胞の抵抗力が低下するからです。

【歯科受診のすすめ】

虫歯や歯周病などがある場合や、義歯(入れ歯など)が合わないとい口腔粘膜炎になりやすいだけでなく、悪化もしやすくなります。抗がん剤治療の前には歯科受診をして、必要に応じて歯の治療や義歯の調整を済ませておくことが大切です。

【口腔ケアと保湿の仕方】

✓歯ブラシは、毛はナイロン、やわら

かめ、ヘッドは小さめのものを選ぶ。
✓歯磨き粉は、発泡剤を含まない刺激の少ないものを選ぶ。

✓義歯は、義歯清掃用のブラシで汚れを落としてすぐ。市販の入れ歯洗浄剤につけておく。夜間は、はずしてきれいな水に浸して保管。

✓口腔内が乾燥すると唾液の抗菌作用が働きにくくなり、虫歯の発生や炎症をおこしやすくなる。うがいや市販の保湿剤を使用するとよい。

【低刺激のうがい液のつくり方】

生理食塩水(0.9%)は人間の体液に近い食塩水です。粘膜への刺激がもっと少ない濃度(0.5%)に調節することで口腔粘膜炎があるときのがい液として利用できます。つくったその日に使いきりましょう。

1リットルの容器(ペットボトルなどに小さじ1杯(約5g)の食塩とボトルいっぱいの水またはぬるま湯をいれて、ふたを閉め、溶かせば出来上がりです。

塩小さじ1+水1ℓ



「専門看護師」は看護ケアのスペシャリストであり、「認定看護師」は臨床現場におけるエキスパートです。両者ともに高い専門性が求められているものの、能力・知識・技術・ポジション・業務内容には大きく違いがあります。【専門看護師/CNS: Certified Nursing Specialist】専門看護分野の11分野で、患者だけではなくその周囲の人たちを含めてケアを行い、人間関係までもサポートする【認定看護師/CN: Certified Nurse】専門看護分野は21分野で細かく分かれており、特定の分野において高い水準の看護技術によって看護にあたる





子育てで重要なのは、 お母さん自身の心と身体の健康です

「お母さんの健康管理」を妊娠中からサポート



産科外来・小児保健部
師長
坂上とし子
Toshiko Sakae

妊娠・授乳期は、自らの生涯の健康を予測する時期でもあります。妊娠高血圧症候群や妊娠糖尿病の既往者は、加齢とともに高血圧、脂質異常症、糖尿病などの生活習慣病を発症する可能性が高くなるからです。

妊娠をきっかけに自分の身体や生活を振り返り、大事にしていきたいのです。赤ちゃんは、いつも笑顔で元気なお母さんがそばにいてくれることを望んでいます。お母さんと赤ちゃんが常に健康でいられるように、産科外来・小児保健部では、心と身体の両面から母子の健康管理を支援していきます。

妊婦健診と自己管理が大切！

産科外来では、血圧、体重、血液・尿検査、子宮頸がん、乳がんセルフチェックのすすめ、超音波検査による母子の検診を行っています。

なかでも日ごろの乳がんセルフチェックは重要です。これは妊娠中だけでなく出産後も継続的な実施が望ましく、乳がんの早期発見につながります。

妊婦健診は医師と助産師のチームで担当し、妊娠時期によっても異なりますが4週間～1週間ごとに行います。その間の自己管理が非常に重要です。胎児が順調に経過していれば、生活・過ごし方に問題がなかったといえます。

もし、少しでも気がかりなことがあれば、妊婦健診時には必ず不安を解消しましょう。どのようなことでも質問してください。インターネットなど各種の情報が氾濫しているいま、正しい情報を得てこそ、安心して赤ちゃんの成長を見守ることができます。次の妊婦健診まで、安心して過ごせるように支援するのが、私たちスタッフの役目です。

現在、働く妊婦さんも増加しています。仕事、家事の両立には、家族のサポートがこれまで以上に重要です。私たちスタッフも、産休まで無事に働き続けられるように、仕事の内容を伺いながら、働き方の情報を提供していきます。

妊婦検診で配布されるマタニティーノートには自己健診のやり方が記されています



育児相談ポスター



心配なことがあったら

妊娠中・出産後は、眠れない、不安なこと、心配なことが増えてくることでしょう。このようなときも、健診時にご相談ください。臨床心理士やメンタルヘルス科の医師とともにサポートしていきます。

また、薬の内服が心配な場合は、お薬相談外来で薬剤師とともに、安心できる服用の情報を提供します。副作用を心配して無闇に薬を中止するのではなく、お母さんの健康こそが子どものためにもなりますので、必要な薬はきちんと服用することが大切です。

さらに産後の育児支援には、小児保健部の「育児相談」で臨床心理士がサポートしていきます。上の子の育児に困っているなど、何でもお話しください。電話予約が可能です。日本赤十字社医療センターでは、お母さんの心と身体の健康の維持には、妊娠中だけではなく、産後のサポーターの必要性も説いています。

安心して分娩できるよう妊娠中からの準備として、産後のサポーターについて考えておきましょう。そして、産後はサポーターに頼ることも、健やかに赤ちゃんを育てていくには大事なことです。さまざまな支援態勢も整っており、医療ソーシャルワーカーがお住まいの地域の制度についても紹介いたします。



健康管理センター
健康運動指導士
渡辺久美
Kumi Watanabe

身体

美しい姿勢になる

あまり意識的に使われることのない「もも裏の筋肉（ハムストリング）」は、座っている時間が長いと硬くなり、姿勢にも影響します。

- ① 椅子の前方に座り、膝を伸ばす
- ② 背筋を伸ばした状態で、上体を前に倒していく
- ③ もも裏の筋肉を伸ばす（つま先を天井方向に向けると、ふくらはぎも伸びます）息を止めずに、10秒程度、気持ちよく伸びる感を味わいましょう



脳

脳トレーニング

空間を意識しましょう！

- ① 目をあけたまま、両腕を広げたポジションから、ゆっくりとひとさし指を近づけ、最後に合わせます

*目を開けているときに、ひとさし指の軌道を頭と体にインプット



- ② 目をつむったまま、①と同じようにトライ！ひとさし指同士が合えば成功です



- ③ 隣の人がいれば、互いの人差し指で①を行い、②へチャレンジしてみましょう



西南戦争時の救護員は、最前線に赴くこともあり

1877年（明治10）、いまから遡ること140年前――。西南戦争のときに明治政府軍と薩摩軍の激しい戦闘で多くの死傷者を出しました。当時の元老院議員であった、のちの初代社長となる佐野常民と大給恒が設立した救護団体だったのです。疾病兵の救済のために、ヨーロッパにある赤十字と同じ団体の設立をめざして奔走したものの、この願いは明治政府に認められなかったのです。

しかし、佐野は征討総督である有栖川宮熾仁親王に直接、設立趣意書を提出。有栖川宮親王の英断によって、日本赤十字社の前身である「博愛社」の設立が決まったのです。そのときの博愛社の救護員の活動は、目を見張るものがありました。まさに赤十字における「人道・博愛」の精神が実践されたときだったのです。



130周年式典で当時の制服が紹介されました

日本赤十字社医療センターは昨年2016年に「創立130周年」を迎えました。当センターの歴史を語る前に、日本赤十字社についてお話ししましょう。



医師事務作業補助者



わが国では、医師の長時間過重労働を軽減するための施策の一つとして、平成20年に医師の業務のうち事務的な業務をサポートする職種「医師事務作業補助者」が誕生しました。

病院によって“ドクターズクラーク”や“メディカルアシスタント”などと呼ばれますが、当センターでは「医療秘書」と呼んでいます。平成20年当初は10人のスタッフでスタート、業務範囲を拡大しながら現在は28人で行っています。

業務内容は、診療報酬の施設基準によって決められ、「①診断書等の文書作成補助業務」「②外来補佐業務」「③手術等の症例を登録する医療の質の向上に資する事務業務」があります。今回は、②について紹介します。

診察に同席し、医師の隣で電子カルテを操作している職員を見かけたことはありませんか。それが、私たち医療秘書です。

現在、8人の医師の外来補佐業務を行っています。業務内容は、医師の指示の下に行うカルテの代行入力、診察や検査の予約取得、処方・注射オーダー、紹介状の作成や患者さんへの検査のご案内などです。

患者さんの住所、病名などの個人情報を取り扱うため、個人情報の保護には特に留意しています。そして、私たちが代行入力したカルテが患者さんの治療に直結するため、絶対にミスは許されません。正確かつ迅速な対応を常に心がけています。（医療秘書課）

▼医療秘書が同席する診療一覧（平成29年10月現在）

診療科名	医師名	外来日
脊椎整形外科	久野木順一	月・金
泌尿器科	石川晃	月・木
小児科	土屋恵司	月・火・木
眼科	濱中輝彦	月
呼吸器外科	田中勲	月
血液内科	鈴木憲史	火・金
婦人科	安藤一道	木
肝胆脾・移植外科	丸山嘉一	金

◀外来補佐が配置されている医師の診察室の扉には、医療秘書が同席していることを示す案内を掲示しています

医療センター
受診される皆様へ

久野木医師の診察においては、医療秘書が同席させていただきますので、あらかじめご了承ください。

医療秘書とは、医師の指示のもと、電子カルテの代行入力や検査のご案内などを担当する職員です。

院長

▼診療室の様子



ここからのおと

「心」と「身体」と「脳」の
健康のために

脳の活性化は、

心や身体の健康のためにもよいのです。

健康な毎日を送るためのヒントをご紹介します。

心

いつの時代も「健康十訓」

健康のための生活様式や気持ちの持ちようを著した「健康十訓」。心に留めてみましょう。どれも大事な所作ですね。江戸時代に著されたこの教え、現代にも通ずる内容です。



健康十訓

- 一、少肉多菜
- 二、少塩多酢
- 三、少糖多果
- 四、少食多嚼
- 五、少衣多浴
- 六、少言多行
- 七、少車多歩
- 八、少欲多施
- 九、少憂多寢
- 十、少憤多笑

男性ばかりでした。しかし当時、ヨーロッパの赤字活動では女性が活躍しており、救護には女性が適していることが指摘されていました。日本はそうしたヨーロッパの事情を見るにつけ、日本での導入を考え、救護員養成機関としての病院設立が提唱されたのでした。

博愛社の設立から9年経った1886年に、「博愛社病院」が設立されました。初代院長は軍医であった橋本綱常、東京・麹町の地に開院しました。その翌年には赤十字国際委員会から承認され、博愛社は「日本赤十字社」と改称。これに伴い博愛社病院も日本赤十字社病院となりました。

いつも貴重なご意見をありがとうございます

Q 病院内で走り回るお子さんや、大きな足音などの騒音、大声での会話や携帯電話を使用している人がいます。体調がすぐれず、うまく動けない身体には、とてもつらく感じます。こんな状態が続くと不安です。

A 日本赤十字社医療センターに来院される方の年齢層や国籍はさまざまです。生活習慣や文化の違いから、ご意見いただいたような気遣いがなぜ必要なのかについては思いが至らないこともあります。そのため、病院という特殊な環境にご配慮いただくよう、ポスターなどと呼びかけています。また、引き続き院内アナウンスでも注意を呼びかけていきます。ご理解ご協力のほどお願いいたします。

皆さまからのご意見は、該当する部署で検討し改善に役立てています。よりよい院内環境を実現するために、多くの皆さまからご意見をお待ちしております。

配置場所：院内 15 カ所（外来6カ所、入院病棟各フロア1カ所）

回収方法：外来は毎日、病棟は週2回収。入院患者さんには年4回、ご意見収集強化期間を設け、より多くのご意見をいただいています。

ご意見の活用：いただいたご意見はスタッフ全員で共有し、病院幹部も目を通しています。検討の結果、そのご意見と改善策は、院内の掲示コーナーでも紹介しています。

院内での
ご配慮の
お願い



皆さまのご意見を
病院内の環境改善に
役立てています！

日本赤十字社の
公式マスコットキャラクター
ハートラちゃん

周囲へのご配慮をお願いします

- 走る、大きな足音や騒音、大声をあげるなどは、周囲の迷惑となりますのでおやめください
- エスカレータでの追い越し、駆けながらの上り下りは、危険ですのでおやめください
- 物を放置するなどの行為も、事故につながりますのでお控ください

電話の使用について

- マナーモードを基本としてください
- 診察室、検査室、待合室での通話はおやめください
- それ以外の場所では、周囲に人がいないところで、小声でお話ください

ながら歩きについて

- ながら歩きは、事故につながります
- 電話やゲームだけでなく、物を食べながら歩くのもおやめください
- 飲み物の持ち歩きは、フタつきの容器をお願いします

お子さんの待ち時間対策について

- 退屈をしのげる物を持参するなどの配慮をお願いします
- 2階小児科前のプレイコーナー、ボランティアのいる図書室をご利用ください
- 天候のよいときは、中庭のスペースもご利用ください

診察のご案内

日本赤十字社医療センター 代表 TEL 03-3400-1311

●受付時間 初診の方：8:30～15:00 再診の方：7:50～15:00

* 受付時間は診療科によって異なりますので、事前に診療科受付へお問い合わせください。また、「かかりつけ医からの紹介状」をご持参いただくと、初診時に係わる保険外併用療養費 5,400 円が免除されます。

* 再診の場合は、診療科が異なるとき、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了承ください。

● **急病の場合**：曜日、時間に関係なく、救急外来で診察します。ご来院の前にお問い合わせください。

● **診察カード**：全科共通で永久にご使用できます。ご来院のときは必ずご持参ください。

● **健康保険証**：ご来院のときに確認していますのでご持参ください。また、保険証の更新・変更時には必ずご持参ください。

● **院外処方せん**：全国の保健薬局でお薬をお受け取りください。

● **外来休診日**：土曜日／日曜日／祝祭日／年末年始：12月29日～1月3日／日本赤十字社創立記念日（5月1日）

交通のご案内



JR渋谷駅東口から 約15分

都営バス「学03」系統 日赤医療センター行 終点下車

JR恵比寿駅西口から 約10分

都営バス「学06」系統 日赤医療センター行 終点下車

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、突き当たり左坂の坂を上る



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

* 外来診療の最新スケジュールは、ホームページでご確認ください。* 本誌のバックナンバーはPDF版でご覧いただけます。

モバイル
サイトは
こちら▶

