



## 巻頭言 副院長 臨床研修管理委員長 深貝 隆志

昭和大学江東豊洲病院は2014年3月に開院し、早くも5年が経過しました。当院はその名前の通り大学の附属病院であり日々の診療、研究に加え、医療関係者の教育にも大きな役割を果たしております。そこで、今回は当院で働いている研修医についてご紹介をしたいと思います。医系総合大学である昭和大学には医、歯、薬、保健医療学部と多くの学部があり、それぞれの学部の学生が当院で最新の医療を勉強しています。この中で医学部の学生は卒業後に医師国家試験に合格した後、実際に診療を行うには厚生労働省の認可を受けた臨床研修指定病院で2年間研修することが義務づけられています。都内には非常に多くの臨床研修指定病院がありますが、当院は最新の設備と充実した教育システムを備えることより、学生から非常に人気の高い病院となっております。そのため毎年、高い倍率の採用試験を乗り越えたモチベーションの高い学生が当院の研修医に採用されています。当院の研修プログラムの特徴は小児科、産婦人科、外科系診療科、救急の研修に力を入れている点が挙げられます。「女性と子供に優しい病院」が理念であることより小児科、産婦人科の研修が必修になっています。また、多くの患者さんが来院する救急センターを生かし、研修医も通年、定期的に救急センターの当直を行い救急疾患に対する対応力のある医師を育成することを目指しております。こういった実臨床の研修以外にも、各科専門医による毎週の勉強会、定期的に消化器、循環器、脳血管センターなどがシミュレーター等を使用したスキルス・ラボを実施し研修医の知識や技術を高める努力をしております。研修医はこのように2年間の厳しいトレーニングを受けた後、初めて独り立ちすると共に、さらに各自が希望する専門医を目指した「専攻医プログラム」へ進んでいくことになります。

当院ではこの3月に11人の研修医が巣立っていくと共に、4月からは新たに13人の研修医を迎える予定です。さらに、これから各科の専門医を目指す専攻医16人が当院で診療を始めることになります。今後当院はますます地域医療に貢献していくと共に、未来に向けて若く優秀な医師たちを育てる教育機関として一層努力していきたいと考えております。



左から5人目、深貝副院長  
(後列研修医)



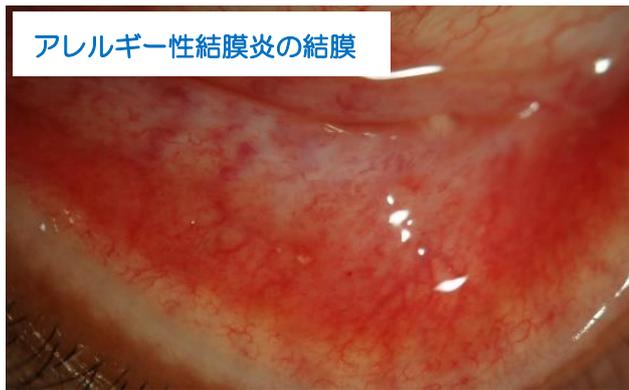
### 第59号のトピックス

- 巻頭言
- 花粉症について①
- 花粉症について②
- 「ご意見・ご要望」についての回答
- 編集後記

## アレルギー性結膜炎

2月になるとアレルギー性結膜炎の季節がやってきて、憂鬱になる方もいらっしゃると思います。今回は少しでもアレルギー性結膜炎を軽くする工夫をお伝えします。

アレルギーは本来身体が持っている免疫反応のひとつですが、細菌やウイルスに対するものとは違い、本来無害なものに対して身体が過剰に反応してしまっただけです。アレルギー性結膜炎は色々な原因（ハウスダスト、花粉、動物の毛など）で起こりますが、その中で花粉によるものが花粉症に分類されます。2月からはじまるスギ花粉症が有名ですが、ほぼ通年で発症しております。5月頃までは樹木によるものが多く、それ以降は草花によるものが多くなっています。しかし多くの人は毎年2月になると目のかゆみやくしゃみ、鼻水などにお困りの事と思います。



アレルギー性結膜炎の結膜

原因で一番多いのがスギ花粉ですので、眼科クリニックではその時期にアレルギー性結膜炎の患者さんの来院が多くなります。所見としては写真のように結膜充血や濾胞<sup>ろほう</sup>と呼ばれる小さな円形の突起が見られます。

最近、アレルギー性結膜炎では花粉の飛散予測時期の2週間ほど前からステロイド薬ではない抗アレルギー点眼薬を使用すると、症状が軽くなる事がわかってきております。特に症状の強い方、花粉が大量に飛

ぶと予報が出た年には有効と言われております。毎年花粉症に悩まされている方や、花粉の飛散が多いと予想される年は早めに眼科を受診して、目薬を処方してもらうことをお勧めいたします。

ほかには、コートに花粉が付いてしまうと、いつも花粉に暴露されている状態になってしまう事を避けるために、家に入る前にコートを叩いて花粉を落としたり、花粉が付着しないように毛の多いコートを避ける事で、症状を軽くする事もできます。実際花粉症に悩まされている患者さんのコートには花粉がたくさん付いていたこともありました。これらの工夫で、辛い花粉症の季節を乗り切りましょう。



細隙灯顕微鏡検査の様子

今年も花粉症のシーズンがやってきました。花粉症とはアレルギー性鼻炎の中でも原因が「花粉（一般的にはスギ花粉）」とされているものの通称です。諸説ありますが、日本人の4人に1人は花粉症だと言われています。

### どのような症状が出てくるのか？

主な症状は「くしゃみ」「鼻水」「鼻づまり」ですが、鼻の症状以外に目の症状（かゆみ、涙、充血など）、皮膚のかゆみ、のどのかゆみを伴うことが多いです。



### なぜ鼻の症状がでるのか？

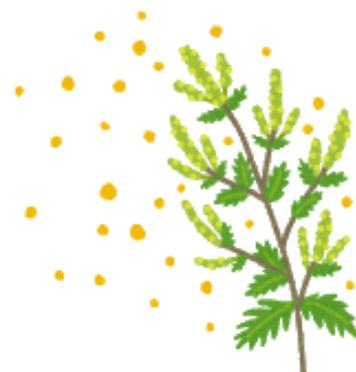
人間は1日の多くを鼻呼吸で過ごしています。そのためスギ花粉が飛散している時期には多量のスギ花粉が鼻の中に入ってくることになります。鼻に入ったスギ花粉を人間の体は異物と判断して排除しようとし、その際に起こるのが「抗原抗体反応」というものです。この反応の中でアレルギー誘発物質が放出されて鼻の粘膜が腫脹して鼻づまりが起きたり、鼻水の分泌が増えたりします。

### どうするのが正しい対策なのか？

1番大事な対策は、花粉を体内に入れないことです。外出時にはマスク・花粉症対策メガネ・帽子を着用し、洋服に関しても花粉が付きにくい表面がツルツルした素材を選びましょう。さらに帰宅時には家に入る前に着ていた上着をはたいて花粉を落として家の中に花粉を持ち込まないように心がけるのもよいとされています。

それでも症状がでてしまう場合には薬での治療となります。アレルギーの薬は様々なメーカーから販売されています。ご自身と薬の相性というのもあり必ずしも評判通りの薬の効果が出なかったり、副作用で眠気やだるさが出てしまうこともあります。最近は薬局で買えるアレルギーの薬も増えてきました。病院に行かずに購入できる気軽さもあり便利になったと感じますが、効果が乏しかったり、副作用が出てしまう場合には耳鼻咽喉科を受診して薬の種類の相談をされると良いと思います。

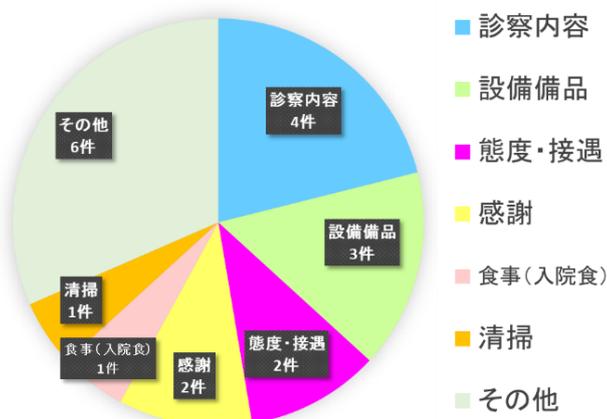
鼻水・鼻づまりがひどいと、イライラしたり仕事や勉強のパフォーマンスが低下してしまうこともあります。今回の内容を参考にいただき、適切な予防と治療をすることで皆様が健やかに生活できることを願っております。



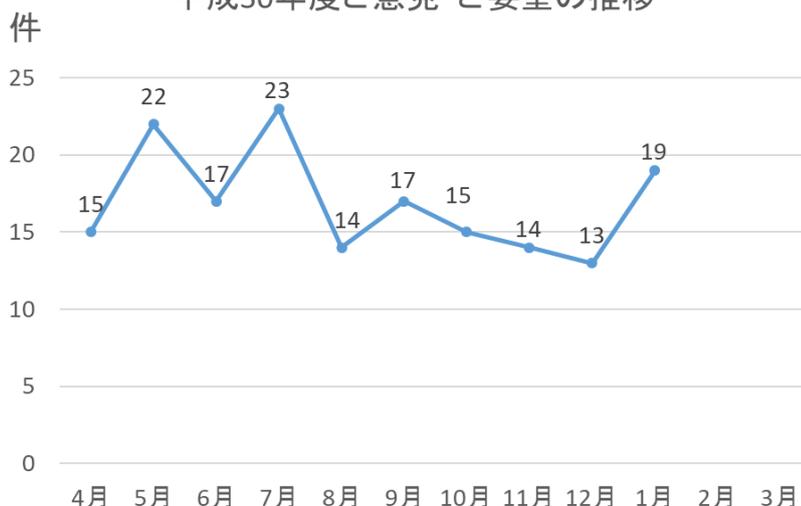
## ◆「ご意見・ご要望」についての回答

ご意見・ご要望	回答・改善策等
<p>外来が寒いので、空調の調整をしてほしい。</p>	<p>この度は、ご不快な思いをさせてしまい申し訳ございません。外来の空調温度は、夏は冷房 24℃、冬は暖房 23℃に設定されており、院内で一括に管理しているため個別での調整は難しくなっております。ブランケットの貸し出しをご希望の方は、スタッフにお声掛けください。また、患者さんによっても気温の感じ方が異なる旨ご理解いただきたくお願い申し上げます。</p> <p style="text-align: right;">回答部署：管理課</p>
ご意見・ご要望	回答・改善策等
<p>意見や要望を意見箱に入れても、どのように話し合わせ、どのように改善されたのか患者の目からは全く分からず、意見や要望を無視されているように感じる。ノートや掲示板などで示すような対策を取って患者に分かるようにしてほしい。</p>	<p>この度は貴重なご意見ありがとうございました。患者さんからのご意見については、該当の部署にて回答をしており、全て病院長に報告をしております。また、回答の内容を会議にて検討し、多くの患者さんに周知が必要と判断しました内容については、1階西入口横の掲示板、病院だよりに掲載をしております。ご理解のほどよろしくお願いたします。</p> <p style="text-align: right;">回答部署：クオリティマネジメント課</p>

平成31年1月分  
ご意見・要望の内訳  
総件数19件



平成30年度ご意見・ご要望の推移



### 編集後記 消化器外科 教授 横山 登

久しぶりに映画館で映画を鑑賞しました。その映画は『ボヘミアン・ラブソディ』です。高校時代にロスアンゼルス(LA)に留学した時に買った QUEEN の LP レコードのことを思い出しました。毎日飽きもせず聞いていたあの頃が懐かしく、青春時代に戻ったような気がしました。

1991年にフレディ・マーキュリーが AIDS でこの世を去ったことも衝撃的でしたが、その約 30 年後には AIDS の治療薬が開発され不治の病でなくなっていることにも医学の進歩を実感しました。インフルエンザが今年は過去最高に流行しました。いつかインフルエンザに罹らないワクチンが開発されることを期待しましょう。



昭和大学江東豊洲病院 <http://www.showa-u.ac.jp/SHKT/>

〒135-8577 東京都江東区豊洲 5-1-38

TEL03-6204-6000(代表)

発行責任者：笠間 毅 編集責任者：長谷川 真



昭和大学江東豊洲病院  
Facebook ページ



Showa University Koto Toyosu Hospital