



- 巻頭言『大震災と呼吸器病』  
昭和大学藤が丘病院 呼吸器内科 准教授 國分二三男
- 『基準値のお話し』  
昭和大学藤が丘病院・藤が丘リハビリテーション病院 臨床検査部
- 『食中毒に注意しましょう』  
昭和大学藤が丘病院・藤が丘リハビリテーション病院 感染管理室
- 『昭和の百合』  
昭和大学藤が丘病院 院長 真田 裕
- 昭和大学公開講座を開催しました
- ワークショップ開催について
- ミラクルサマーコンサートを開催しました

## 巻頭言 『大震災と呼吸器病』



呼吸器内科  
准教授・医長 國分二三男

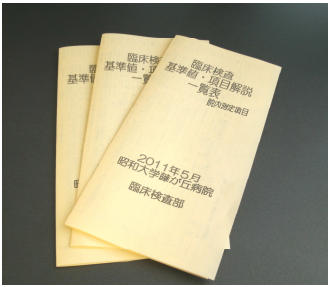
本年3月11日に起こった東日本大震災は、東北地方や北関東地域など広い地域で多くの方々に甚大な災禍をもたらしました。横浜市でも震災当日は、私鉄や地下鉄など交通機関が麻痺し道路は大渋滞で一部地域では停電となりました。呼吸器疾患においては呼吸不全の患者さんに在宅での酸素療法を保険医療の中で施行させて頂いております。その際使用する酸素濃縮機は電気により駆動しており、停電時には携帯ボンベによる継続的使用が円滑に行われることが必要です。幸い私共の患者さんにおいては、酸素の供給に支障が生じ体調異常などの変化が見られた方はおられません。通常の日常診療の中での対応とは異なり、地震などの広域な災害時にどのような対応が出来るのかということは、常日頃からの準備が必要です。患者さんは、自身の病気に対する理解を深めること。すなわち呼吸不全の基

礎疾患としては、COPD 結核後遺症 肺癌 肺高血圧など様々な疾患がありますが、これらに病気に関しその病気の特徴や治療法などにつきしっかりとした認識をもつことが大切です。当然のことながら医療者側は、その疾患に対する具体的な説明や指導を行うことが重要と考えます。さらに在宅療法を支える訪問看護の方や酸素濃縮機の業者の方との連携も大切です。このような観点より当科においては、年二回すこやか息いき教室(第五回6月4日開催)という呼吸不全などの患者さんを対象にした集まりを行っております。時間に制限のある外来診療時には難しいと思われる病気や治療についての理解を深めることや、さらにお互いの連携を強化し意思疎通を図ることなどを、この会の目的にしております。

また避難所では日常生活の制限による生活不活発病に関連する下肢の深部静脈血栓症の肺血栓塞栓症や、集団生活による種々の感染症も問題となっているようです。このような疾患についても当科で対応させて頂いておりますが、その予防や診断に関し医療施設のみならず地域社会における対応が大切です。震災に限らず地域医療の一翼を担うという意味で、藤が丘病院の位置する青葉区はもとより都筑区、旭区などの横浜市さらに東京都町田市などの医師会の先生方との連携を今後もさらに強化し、地域に密着した医療を提供することが大切であると考えます。

## 基準値のお話し

昭和大学藤が丘病院・藤が丘リハビリテーション病院 臨床検査部



自分の検査結果が基準値から外れているのは実に気になるものです。この基準値は、以前正常値と呼んでいました。

しかし、この範囲から外れたらすべて異常であるような響きがあり、目安としての「基準値」がよろしいでしょうと改名されました。この基準値の求め方ですが、まず健康な人の検査結果を集めます。すると多くの結果が中央に集まり、すそが左右に広がる山が示されます(正規分布と言います)。次に、その両すそから全体の 2.5 パーセントずつを切り捨て、全体の 95 パーセントが含まれる幅をもって、これを基準値とします。したがって、健康な人でも 20 人に

ひとりには基準値から外れる計算になりますが、少し範囲を狭めて病気を見逃さないようにする配慮です。

また、検査結果をみる際の注意点として、病気以外の理由で検査結果の数値がゆらぐことです。その原因は直前の食事、喫煙、激しい運動などがあり、日内変動(朝高く夕方低いなど)も検査項目によっては考慮しなければなりません。そこで「通常の生活で早朝空腹時」と採血条件を決めればある程度生理的なゆらぎを押さええることができます。一方、どんなに検査室が頑張っても検査試薬と機器の固有のばらつき(分析誤差)が数パーセントは生じます。100 という数値もわずかな幅を持っているとお考えください。

病院によって検査の基準値が異なる場合がありますが、病院間で結果を比較するときに不都合ですので、全国的に検査法の標準化と基準値の統一を図る難事業が展開されています。

採血室や総合受付でお配りしています『臨床検査の基準値・項目解説一覧表』をお手にされた節はこの基準値のおはなしを思い出してご覧いただければ幸いです。

## 食中毒に注意しましょう

昭和大学藤が丘病院・藤が丘リハビリテーション病院 感染管理室

食中毒が流行しやすい時期となりました。

食中毒の原因は、腸管出血性大腸菌カンピロバクター、ノロウイルスなど様々です。特に、腸管出血性大腸菌は、ペロ毒素を産生し、出血を伴う腸炎や溶血性尿毒症症候群(HUS)を起こすため、十分な注意が必要です。食中毒菌の多くは、症状出現までの期間が 2~14 日(平均 3~5 日)と長いものもあるため、汚染された食品と分からないまま流通したり、調理器具などを介して、またヒトからヒトへの二次感染によって広まる可能性があります。



今年度は震災に伴う節電対策のため、各家庭例年より室内温度を高めに設定していることが考えられ、細菌がより増えやすい状況にあると言えます。そのため、家庭でもより厳重な予防が必要です。

下痢や嘔吐などの症状があるときには、食中毒の可能性を考え、我慢せずに医療機関を受診しましょう。特に子どもや高齢者は症状が重くなることがあるので要注意!

### ●食中毒予防のポイント

① 菌をつけない: 手や食材、調理器具をよく洗いましょう!

- ・食中毒を起こす菌は、お肉やお魚についていることがあります。この菌が手や調理器具から移り、食中毒になることがあります。
- ・焼肉など摂取する際は、生肉を扱った箸で、食べないように気をつけましょう。

② 菌を増やさない: 食品は冷蔵庫で保管しましょう! また、できるだけ早く使用しましょう。

- ・細菌は、通常冷蔵庫の温度(4~10℃)で増えにくくなります。
- ・お刺身など生物を摂取する際は、新鮮なものを摂取しましょう。

\* 冷蔵庫のつめすぎは、よくありません。7 割を目安にするとよいでしょう。

③ 菌をやっつける: 火を通す時、十分に加熱しましょう! 調理器具を消毒しましょう!

- ・食中毒を起こす菌のほとんどが熱に弱く、食品についても加熱すれば死んでしまいます。



梅雨が明けた。病院の前庭に昭和大学学旗が真夏の青空を背景に高々とたなびいている。心地よい早朝の風に校章の百合がはためき、立ち止まって暫し眺めている。

校章の由来を大学の記録から拾ってみると敗戦直後の昭和21年(1946年)に遡る。この年 医学専門学校から医科大学への移行に伴い、大学予科(教養課程)の記章を新たに作ることになった。そこで、学内に公募し、その作品の中から百合が選ばれた。薬学部を開設し、昭和医科大学から昭和大学に改名した際に百合の中心の文字を変更したが、基本的な図柄は六十数年後の今迄変わっていない。学旗の白百合の中心はあたかも花蕊の如く昭大と黄色く染め抜かれている。スクールカラーの紺を背景に咲く様は匂い立つように美しい。この図柄を応募された名も知らぬ先輩に感謝したい。学旗の紺はスクールカラーで、その由来は校章制定より更に古く、昭和6年(1931年)に当時の学生が学校に寄贈した校旗の色調をそのまま引き継いでいる。紺は“青と紫が和合した深みのある青”である。青が“けがれなく澄み切った感じ”で若ましさを象徴である反面 未熟さを意味するのに対し、紺は いにしえより 清潔でしかも高貴な色 として愛されており、医系大学のが校に相応しい。ここでも 医専開設時に紺の校旗を作っていたいただいた先輩方に感謝したい。

青空を背景に翻る旗旗を見あげる度に、私達職員全員が此の旗のもとに厳しくも楽しい日々を刻み、医療人として力をつけて行きたいと願っている。



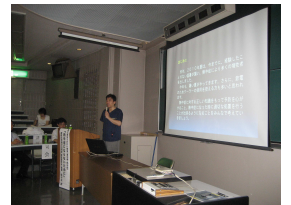
## 昭和大学公開講座

平成23年7月2日(土)午後2時より昭和大学公開講座を開催いたしました。当日は約60名の方にご参加頂き、『勉強になった』『役に立つ内容だった』といったご感想を頂きました。

今回は、当日講演した『バイ菌と食中毒』についてご紹介いたします。

### ● 「バイ菌と食中毒」 臨床検査部 中村 久子

食中毒は一年を通して発生していますが、梅雨から夏にかけての時期は特に注意が必要となります。なぜなら食中毒の原因となる細菌の増殖がこの時期に活発になることが多いからです。



#### Ⅰ. 食中毒の種類と発生状況

食中毒を引き起こす原因は、「細菌」や「ウイルス」などの微生物によるもの、「きのこ」や「ふぐ」などの自然毒によるもの、「ヒスタミン」や「農薬」などの化学物質によるものに大別されます。昨年の厚生労働省食中毒統計によると微生物が原因となる事例が約8割を占めました。原因微生物の内訳では「ノロウイルス」と「カンピロバクター」が約4割ずつの発生事例がありました。



#### Ⅱ. 原因となる主な微生物

##### 1) 細菌

- ・ カンピロバクター 家畜など動物の腸管に生息(特に鶏の保菌率が高い)。潜伏期間は2~7日と長め。感染予防には食肉の十分な加熱が有効。
- ・ サルモネラ 家畜などの腸管や自然界に生息。卵や加熱不足の卵加工品、食肉が原因となりやすい。感染予防には卵の冷蔵庫保管や肉、卵の十分な加熱が有効。
- ・ 腸炎ビブリオ 海に生息し、海水温度が上昇する夏場に増殖する。魚介類が原因となりやすい。菌の増殖が速く、潜伏期間も2~24時間と短い。感染予防には魚介類の冷蔵庫(4℃以下)保管が大切。
- ・ 下痢性大腸菌 動物の腸管に生息。腸管出血性大腸菌O157やO111など「ベロ毒素」を産生する菌種は特に注意が必要。感染予防には食肉の十分な加熱が有効。
- ・ 黄色ブドウ球菌 人や動物に常在。潜伏期間が1~6時間と短い。傷や化膿巣、荒れた手などに菌が潜みやすく、「にぎりめし」等に付いて時間とともに菌が増殖し産生された耐熱性毒素で食中毒を起こす。手洗いの励行と、手指に傷がある人は食品に直接触れない方がよい。
- ・ ウェルシュ菌 動物や人の腸管や自然界に生息。酸素の無い状態で増殖し耐熱性の毒素を産生する。大釜で作る煮込み料理が原因となりやすい。調理後は、なるべく早く食べるか冷蔵保存することが大切。

##### 2) ウイルス

- ・ ノロウイルス 11月~3月の冬季を中心に食中毒を起こす。カキ等の二枚貝が原因となりやすい。感染予防には食材の十分な加熱と、石鹼と流水による手洗いが有効。

食中毒予防の3原則は「つけない」「増やさない」「やっつける」です。トイレの後や調理前、食事前には流水でよく手を洗いましょう。また食品は適切な保存を心がけ、生食用と加熱用の食材を同じ器具で扱わないようにしましょう。加熱調理用の食材は中心部分まで十分に加熱するようにし、調理後の食品は出来るだけ早く食べるようにしましょう。

## 昭和大学藤が丘病院 藤が丘リハビリテーション病院 ワークショップ開催について

7月2日土曜日リハビリ病院にて、ペットコントロールをテーマにワークショップを開催いたしました。オブザーバーの先生方も含め、約60名の方々にご出席いただきました。1グループ7～8名程の医師・看護師・事務・ソーシャルワーカーで構成された、5グループに分かれ、討議・発表を行い、病院を見つめる有意義な時間を過ごしました。今後もワークショップは継続していき、9月には報告会を行う予定です。



## ミラクルサマーコンサートを開催しました 藤が丘リハビリテーション病院

平成23年7月9日(土)15時からリハビリテーション病院G階ロビーにてサマーコンサートが開催されました。

今回も湘南スウィングシスターズのみなさんがボランティアとしてお越しく下さいました。

演奏後に行ったアンケート調査には「久しぶりに楽しいひとときを過ごせました」「皆で歌えて、良かったです」などと多数のご意見をいただきました。多くの患者様に参加いただき、無事終えることができました。ご協力ありがとうございました。



	藤が丘		リハビリ	
	5月	6月	5月	6月
外来患者数	32,649人 (1,419.5人)	35,174人 (1,358.5人)	5,675人 (218.3人)	6,402人 (246.2人)
入院患者数	15,286人 (493.1人)	15,341人 (511.4人)	5,448人 (181.6人)	5,259人 (175.3人)

【診療統計】2011年5月～6月( )内は1日平均

### 編集後記

短い梅雨があげ、夏本番を迎える季節となりました。隣の公園でも盆踊りの準備が始まり季節は早足で駆け抜けて行きます。ところで、みなさんはセミの寿命をご存知ですか？ほとんどの方が「1週間」と答えるでしょう。これは、人間が捕まえた場合のことであり、自然の中では約1ヶ月生きるそうです。短命であると思いがちですが、幼虫として土の中で7年前後も生き続けており昆虫の中でも上位に入るほど長生きなのです。セミにもクールビズがあればもっと生きるのでしょうか？

(広報委員 上ノ宮 彰)

広報委員 三邊武幸  
谷山松雄 扇谷浩史  
上ノ宮彰 西山謙一  
高橋良治 庄司博 佐  
太田麻美 豊巻美里(順)