

巻頭言 —新病院長からのご挨拶—



〈病院長〉

坂下 暁子

門倉光隆前病院長の後を引き継ぎ、2024年6月1日から昭和大学横浜市北部病院の病院長を務めさせていただくことになりました。

北部病院は2001年4月1日に横浜市北部医療圏の急性期医療を担う中核病院として開院してから、早くも24年目を迎えました。開院後にはマタニティハウス、病院歯科、外来化学療法室、総合サポートセンターの開設や新たな診療科として女性骨盤底センター、甲状腺センター、脳血管センター、臨床遺伝・ゲノム医療センター、乳腺外科を設置し、常に最良の医療を提供することをめざし実践しております。2023年1月からは最新型ロボット支援手術を導入し、2024年4月には月30件まで手術件数は増加いたしました。

開院時より引き継がれている「病院の理念」である、患者さんの権利や尊厳を守り、患者さんとともにチーム医療を実践することで、今後も患者さんからの深い信頼に応えられる品格のある病院づくりを目指したいと思います。また大学附属病院として診療の充実だけではなく、年々当院での比重が増してきた今後の医療を担う学生達の教育・指導、および臨床研修医や専攻医の指導や研究にも引き続き力を注いでいきたいと考えています。

医療の現場では患者さんやそのご家族を中心とした多職種によるチームが必須です。医師・看護師・薬剤師・検査技師・療法士・栄養士・ソーシャルワーカー・事務職のみではなく院内で働くすべての職員相互のコミュニケーションを密にすることで、心のこもった最高の医療が提供できると考えています。病棟の医療チームは主に医師・看護師・薬剤師・栄養士・療法士ですが他に病院内を横断的に活躍する専門医療チームがあります。開院以来徐々にチームが増え現在は栄養サポート、褥瘡ケア、摂食嚥下口腔ケア、認知症ケア、リエゾン、緩和医療、医療安全、感染制御、抗菌薬適正使用支援、院内迅速対応の10チームになりました。専門医療チームと病棟の医療チームが協力し合って、より安全で質の高い医療を提供できるよう努めて参ります。

近年の新型コロナウイルス感染症の際には、クルーズ船ダイヤモンド・プリンセス号からの患者さんを始めとし、中等症以上の多くの感染患者さんを治療するとともに、本来当院で治療すべき患者さんの治療が継続できるよう全職員が一丸となって戦いました。この間、地域医療機関の先生方やスタッフの方々とも連携が深まり、共に地域の医療を支えていくチームとして大きな力が生まれたと感じています。地域中核病院としての役割を今後もしっかり果たし続けて参ります。引き続きご支援をよろしくお願い申し上げます。



- P1. 【巻頭言】新病院長からのご挨拶
- P2. 病院長退任のご挨拶
- P3~4. 【医学講座コーナー】日焼け
- P4. 【編集後記】

病院長退任のご挨拶

当院は、横浜市の医療政策によって市内を6ブロック（東・西・南・北・北東・南西）に分け、民設民営の病院を誘致する医療圏配置計画に基づき、高度急性期医療を担う横浜市北部地域の中核病院として、ここ都筑の地に2001年4月1日開院しました。その後、早や23年が経過しましたが、これまで多大なご支援、ご協力いただきました皆様に心より御礼申し上げます。

当院が開院時から目指してきました“患者さんからの深い信頼と期待に応えられる病院づくり”を継続するなか、2017年4月1日に病院長着任後7年が瞬く間に過ぎました。後半4年間は、未だ終息しない未曾有の感染症COVID-19との戦いであり、その易感染性や、中等症として入院された患者さんが重症化する傾向の強さに頭を悩まされました。

そういった状況に対し、病院内へのウイルス持ち込み回避や院内クラスター発生防止のため、各種感染防止対策の強化や、それらの改定作業を繰り返しながら今日を迎えています。そこには当院で働く2,200人超の常勤・非常勤職員や業務委託・派遣職員、パート・契約職員らによって病院全体が一つのチームとなり、その総力戦で補完し合った結果を示せたものと感謝しております。

さて、このたび学校法人昭和大学理事会の役員改選時期となり、横浜市内に昭和大学の附属病院として展開する「藤が丘病院」「藤が丘リハビリテーション病院」ならびに「当北部病院」、3病院の担当理事に小生が就任することとなりました。そこで、令和6年5月末日をもちまして昭和大学横浜市北部病院長を退任させていただきますが、この先も各附属病院の更なる発展を目指すとともに、地域医療機関や関連する皆様方との連携がより強固なものとなるよう尽力したいと考えています。

病院長在任中、皆様方から賜りましたご高配に心より感謝申し上げますとともに、後任の新病院長に対しましても変わらぬご支援の程よろしくお願い申し上げます。

学校法人昭和大学 理事 門倉光隆



昭和大学理事

門倉 光隆



ありがとう
ございました



日本語の「日焼け」という言葉は紫外線によるヤケドのことで、紫外線により皮膚が赤くなる「サンバーン」と、その後黒くなる「サンタン」を含めて使われています。

サンバーンは紫外線による皮膚の皮膚炎、サンタンはその結果おこるメラニン増加です。

【サンバーン】

「日光皮膚炎」とも言われ、紫外線を浴びて2～6時間後経過すると皮膚が赤くなり、その後痛みが現れる日焼けです。肌の弱い人や色白の人に多く見られます。

【サンタン】

紫外線を浴びてから3～8日後に皮膚が浅黒く変色した状態で痛みがほとんどない日焼けです。

大気中のチリの量などにより大きく左右されます

対処法

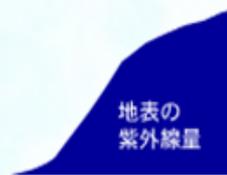
・赤くヒリヒリしている場合は、早めに冷やすことが効果的です。

→冷却シートではなく、冷たく濡らしたタオルや保冷剤にタオルを巻いて冷やしたり、水のシャワーを浴びて、しっかりほてりを落ち着かせてください。そして十分に冷やした後は保湿しましょう。間違っても温めないようにしてください。

水疱が出来てしまったり、痛みやかゆみが引かない場合は、早めに病院を受診しましょう。

原因となる紫外線

紫外線(Ultraviolet, UV)は生物に与える影響を基に波長の長い方から UVA、UVB、UVC に分けられています。波長が短いほど傷害性が強く、UVC は殺菌灯などに使われていますが、幸い地球を取り巻くオゾン層により吸収され、地表の我々に届く紫外線は少量の UVB と大量の UVA です。また地表の紫外線量は緯度、標高、天候、大気中のチリの量などにより大きく左右されます



©社団法人日本皮膚科学会

UVB は波長 280-320nm、UVA は 320-400nm です。波長が短いほど生物に対する影響が強いのですが、波長が長いほど皮膚の深くに入りこむという性質もあります。日焼けを起こす力で比べると、UVB は UVA の 600-1000 倍強いといわれています。しかし、UVA は日光に大量に含まれていますので、海水浴などで真っ赤に日焼けした場合（サンバーン）、その責任割合は UVB が 7-8 割、UVA が 2-3 割と見積もられています。

UVB、と UVA の一番大きな違いは、UVB は細胞の核内にある DNA に直接吸収されて DNA を傷つけてしまうところです。そのため、シミ、しわの原因になるだけでなく、皮膚がんを引き起こす原因にもなります。

また、日焼けサロンなどでマシンを使って日焼けする方もいらっしゃいます。有害な波長の紫外線をコントロールして焼くため、肌にダメージがないとうたってはいるものの

色が黒くなるのは皮膚に傷害が起こった結果メラニンがたくさん作られたためであって、皮膚のダメージなしに褐色の肌は得られません。マシンを使う使わないにかかわらず、若いときの見かけだけのために日焼けすることは皮膚科医としてはお勧めできません。

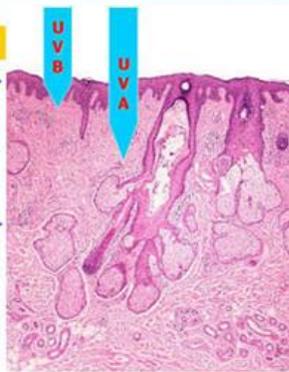
紫外線はどこまで入るか？

表皮

角化細胞
メラノサイト
ランゲルハンス細胞

真皮

膠原線維
弾性線維
基質



©社団法人日本皮膚科学会

条件	防御対象波長	防御効果		備考
		SPF	PA	
日常生活	UVB UVA	5	+	光老化予防
軽い屋外活動、ドライブなど		10	++	サンバーン、光老化予防
晴天下のスポーツ、海水浴など		20	+++	サンバーン、光老化予防。耐水性のあるもの
熱帯地方での屋外活動		30以上	+++	

紫外線から皮膚を守るために

1. ライフスタイルの変更

太陽の下、屋外で様々なスポーツなどを楽しむことは、心身のリフレッシュにとっても有意義なことです。小麦色の肌を求めて海岸で身体を焼くというような、不必要な日光浴は避けるべきです。特に、小児期から無用な紫外線暴露を避ける生活態度が望まれます。

2. 特殊な場

赤道近くの国へ旅行する場合も、紫外線防御を忘れず励行しましょう。スキー、特に春スキーは照り返しによる紫外線暴露が大きいので注意が必要です。山では空気の層が薄く、澄んでいるため平地より紫外線が強いことも覚えておきましょう。

3. 物理的遮断

日傘、広いつばが全周にある帽子、長袖、長ズボンなどにより、皮膚に到達する紫外線をできるだけ減らすことが第一です。そして、皮膚には最後の砦として日焼け止め（サンスクリーン剤）を塗りましょう。日焼け止めは塗る量、塗る頻度も重要ですのでしっかり厚めに頻回塗るようにこころがけましょう。

編集後記

7月3日に新紙幣が発行されることはご存知でしょうか。発行の主な目的は偽造防止ですが、それ以外にも様々な思いが込められているようです。

紙幣のデザインは数字を大きくし、識別マークの位置を変え、障害の有無・年齢・性別・人種にかかわらず多様な人々が利用できるように工夫されているそうです。

一万円札に描かれる渋沢栄一は道徳と利益を両立し新しい産業の発展に貢献した人で、現代を生きる我々も学ぶことが多いのではないのでしょうか。五千円札の津田梅子は女性の地位向上と女子教育の実現に尽力した人で、男女問わず対等に力を発揮できる社会の実現という願いがあるそうです。また、千円札に描かれる北里柴三郎は予防医学の普及と研究に生涯を捧げた人で、コロナ禍を経験した現代において感染症で命を落とす人が減るようという思いが込められているそうです。このようないろいろな思いが詰まった新紙幣を手にするのを楽しみに待つのは私だけでしょうか。

(臨床検査室 岡 弥生)

北部病院だより 第193号 (2024年7月1日発行)

発行責任者 坂下 暁子 (昭和大学横浜市北部病院長)

編集責任者 緒方 浩顕 (広報委員会 委員長)

発行 昭和大学横浜市北部病院

〒224-8503 横浜市都筑区茅ヶ崎中央 35-1

電話 045-949-7000(代表)

URL : <https://www.showa-u.ac.jp/SUHY/>

北部病院ホームページにて最新・過去の『病院だより』がご覧いただけます。