



# に と な 便 り

第39号

令和4年1月

独立行政法人 国立病院機構 千葉東病院 〒260-8712 千葉県千葉市中央区仁戸名町673 Tel. 043-261-5171

## 新年度のご挨拶

明けましておめでとうございます。皆様には穏やかでよいお年を迎えられたことと思います。新年を迎えまして年頭のご挨拶申し上げます。

新型コロナウイルス感染症が蔓延しはじめてほぼ2年が経過しました。蔓延当初から医学の進歩の速さを信じ、いつかは克服できるものと期待しておりますが、もう少し時間がかかりそうです。しかしながら、新型コロナウイルス感染症の病態はかなり解明され、ワクチン、治療薬など医薬品も目に見えて進歩してきています。最初は患者さんを隔離する事しかできない時期もありましたが、今はできることも増えてきています。私どもも最新の情報をチェックし、いざというときに最善の医療を提供できるよう努めさせていただきます。

また、患者、家族の皆様には面会制限などにご協力いただき感謝しております。おかげさまで今まで何とか院内にクラスターが発生することなく、病院としての機能を維持できております。これからもご協力をお願いさせていただくこととなりますが、その時々が発生数などを、制限のレベルを適宜強化、緩和し調整していきたいと考えております。よろしくお祈り申し上げます。

連携していただいている医療施設の皆様には新型コロナウイルス感染症蔓延後、挨拶にうかがう

機会が減ってしまっております。昨年は、医療関係の皆様との接点を少しでも増やしたいと考え、WEBによる症例検討会、地域連携の会を計4回開催させていただきました。



院長 西村 元伸

た。新年もこの試みは続けていきたいと思っております。ただ、症例検討会は情報が一方通行になってしまいがちで、本当に皆さんが必要としていることをお伝えできているか気になるところです。そこで、今年新たな試みとして、医療機関の先生を対象にWEBコンサルテーションを始めることとしました。日常診療で悩んだり困ったりしている事例について、千葉東病院の各診療科の専門医がWEBで相談にのらせていただく試みです。申し込み方法は病院ホームページ\*注で紹介しております。また郵便でも送らせていただく予定です。皆様にご活用いただけると幸いです。

最後になりましたが皆様のご健勝とご多幸をお祈りし新年のご挨拶とさせていただきます。今年も患者の皆様、医療機関の皆様のお役に立てる病院目指して職員一同頑張らせていただきます。どうぞよろしくお願い申し上げます。

\*注：国立病院機構千葉東病院ホームページは2020年より下記に変更になりました。

<https://chiba-east.hosp.go.jp/>

右のQRコードもご利用ください。「千葉東病院」で検索すると旧ホームページが上位にきてしまいますのでご注意ください。



## 目 次

新年度のご挨拶 .....表紙

国立病院機構千葉東病院  
WEB診療コンサルテーション開始のお知らせ...2~3

病院各科紹介「歯科」.....4

重症心身障害病棟「病院 de あかり展 2021」...5

季節の健康レシピ.....6

災害研修を通じた地域との連携.....7

慢性腎臓病(CKD)および透析を受けている  
患者さんと運動について.....8

当院の大王松のご紹介.....8

## 国立病院機構千葉東病院 WEB診療コンサルテーション開始のお知らせ

千葉東病院では  
連携してくださっている施設の皆様が日常診療で悩んだり困ったりしている事例について、各診療科の専門医が対応してお答えするWEB診療コンサルテーションを開始します。個別症例の相談に限らず、一般的な診療法についての相談も可能です。

ご希望の先生は以下の要領で予約を申し込んでください。  
概ね2週間以内に日時を設定して対応させていただきます。

なお、緊急を要する症例の相談は従来通り地域医療連携室に電話をいただければ対応させていただきます。

### コンサルテーションまでの流れ

#### ①コンサルト申し込み

月～金曜日(祝日・年末年始を除く)の9:00～16:00の間に  
千葉東病院代表電話(043-261-5171)に連絡し、  
「WEBコンサルテーション希望」とお伝えください。

#### ②連絡をいただいた際、以下の点を確認させていただきます

- ・施設名、診療科名、氏名
- ・コンサルトを希望する診療科、症例の病名あるいは病状
- ・希望日時  
(当院担当医師の日程調整のため候補日を2-3頂きたいと思います)
- ・コンサルテーション時に使用するメールアドレス
- ・使用するアプリは、Microsoft TeamsかCisco Webexとなります

#### ③日程などが決まりましたらメールにて連絡させていただきます

その際、コンサルテーション当日までに提出していただきたい  
症例やご相談事項の概要を記載する簡単な専用書式も  
送らせていただきます

## コンサルテーション対応診療科紹介

診療科	主な対応疾患、状況
糖尿病・内分泌内科	<p>糖尿病一般</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・指導方針で悩む症例</li> <li>・注射製剤（インスリン、GLP-1受容体作動薬）導入</li> <li>・血糖コントロール困難、低血糖頻発、高齢者、認知機能低下者</li> <li>腎機能低下者、透析患者の血糖管理</li> <li>・合併症、特に腎症、神経障害、足病変（フットケア）への対応</li> </ul> <p>内分泌疾患</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・甲状腺、副甲状腺、副腎、脳下垂体など</li> </ul> <p>二次性高血圧のチェック</p> <p>電解質異常</p> <p>肥満症</p> <p>（注）シックデイ、著明な高血糖、糖尿病性昏睡など緊急を要する場合は電話にて直接連携室にご連絡下さい</p>
腎臓内科	<p>以下は例として挙げてありますが、腎臓内科系疾患全般のご相談を受け付けます。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・健診等での尿検査異常や腎機能低下（血清クレアチニンの上昇やeGFRの低下）を指摘された方への対応</li> <li>・腎臓内科への紹介の必要性やタイミングの判断</li> <li>・腎機能が低下している人への薬剤投与方法（このご相談の場合、あらかじめ薬剤名や薬剤のカテゴリーなどをお知らせください）</li> <li>・腎性貧血の有無の判断</li> </ul> <p>（注）以下の場合にはweb診療コンサルテーションではなく電話にて直接連携室にご連絡ください。対応できる腎臓内科医に繋がります。（疾患名）ネフローゼ症候群、急速進行性腎炎、急性腎障害、高K血漿、尿毒症など緊急性を有する場合。</p>
リウマチ・アレルギー内科	<p>膠原病、血管炎のご相談を受け付けます。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・感染症、腫瘍以外の原因と考えられる発熱疾患。</li> <li>・多関節の疼痛疾患。</li> <li>・全身筋肉の疼痛、筋力低下。</li> <li>・皮膚の硬化。</li> </ul> <p>（注）発熱疾患で、高熱が出ている場合は早期の転院が必要な場合が少なくないため、コンサルトでなく直接お電話をいただければ幸いです。</p>
脳神経内科	<p>神経変性疾患の診療に関する相談を受け付けます。</p> <p>&lt;対象疾患&gt;</p> <p>パーキンソン病、筋萎縮性側索硬化症、脊髄小脳変性症、多系統萎縮症、進行性核上性麻痺、皮質基底核症候群、アルツハイマー型認知症、レビー小体型認知症、クロイツフェルトヤコブ病など。</p> <p>&lt;相談内容の例&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・症状から神経変性疾患の可能性と脳神経内科への紹介の必要性について。</li> <li>・パーキンソン病やレビー小体型認知症の薬物治療について。</li> <li>・胃ろう造設や気管切開など医療処置の必要性やタイミングについて。</li> <li>・レスパイト入院など在宅療養環境に関する相談。</li> </ul>
循環器内科	<p>循環器科としては、心エコー、ABI/PWV、24時間ホルター心電図、下肢静脈エコー、下肢動脈エコー、心筋シンチグラフィ、睡眠時無呼吸症候群についての簡易診断装置やポリソムノグラフィによる検査を提供できます。</p> <p>また、千葉大学循環器内科から外来の派遣協力(月、金の午後)をいただいているため取り次ぐことも可能です。</p> <p>心不全、弁膜症、不整脈、狭心症、静脈血栓塞栓症、睡眠時無呼吸症候群など循環器疾患全般について、千葉大学医学部附属病院等の上位医療機関に紹介するか迷う症例があればお気軽にご相談ください。定期フォローや診断補助として上記検査のみを目的としたご紹介にも対応します。</p>
小児科	<p>小児腎臓病全般、検尿異常、小児膠原病、IgA血管炎、夜尿・遺尿症、起立性調節障害、高血圧、不登校（原疾患があるもの、精神疾患は除く）</p>
外科	<p>腎移植後患者について</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・免疫抑制剤の調整</li> <li>・腎移植後患者の合併症の対応</li> <li>・移植腎機能低下時の対応 等</li> </ul> <p>消化器外科疾患について</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・消化器癌の治療:胃癌、大腸癌、直腸癌の手術・化学療法</li> <li>・胆嚢結石の手術</li> <li>・鼠径ヘルニアの手術</li> <li>・胃癌検診、大腸癌検診</li> </ul>

## 病院各科紹介 歯科

歯科医長 大塚 義顕

歯科は、国立療養所千葉東病院が開設されたころから在って、私が3代目となります。

開設当初の対象患者は、結核と障害者が中心でした。1976年には障害児の歯科治療のための患児固定装置レストレーナ<sup>®</sup>が開発されました。一般治療でも特殊な症例以外は全身麻酔によらなくても治療できるようになりました。これを使ったパノラマレントゲン撮影も行われていました。また、早期から障害児者の食べる機能の障害に着目し、大学の諸先生方のご尽力により1981年から病棟の摂食機能訓練を開始しています。1982年には県内の在宅の障害児の親からの要望があって摂食外来が開設されました。この頃から、歯科医師を中心とした多職種による摂食嚥下リハビリテーションに取り組んでいます。院内の栄養サポートチームにも参加して活動しています。

私は、2001年4月に当院に着任しました。現在の主な対象患者は、重症心身障害、知的障害、染色体異常、脳神経疾患・難病、糖尿病、慢性腎不全（透析中など含む）、ネフローゼ、リウマチ・内分泌疾患などです。診療は、入院患者が中心で完全予約制です。退院後に引き続き歯科受診を希望される場合は、担当医師に申し出てください。感染対策と医療安全面については、毎年講習を受けたスタッフが対応しています。口腔外バキューム、換気、診療ユニットの清掃消毒、切削器具の滅菌消毒と歯科器材の個別使用など徹底しています。尚、障害者の歯科治療に関しては、全身麻酔や鎮静法に頼らない行動調整法のみでの治療ですので、物理的な行動調整器具を使用させていただく場合があります。摂食外来は、主に県内外の医療機関からの紹介を基に完全予約制となっています。嚥下造影検査のみも行います。食事に関する相談だけでも受け付けます。診察室では、食事の様子を診察するために常時換気、入室は少人数、飛沫防止用ビニールカーテンを設置させていただいております。歯科外来と摂食外来ともに安心して受診して下さい。



### 【診療時間】

歯科：月曜日から水曜日の週3日間 9時から15時30分まで  
 摂食外来：木曜（午前のみ新患受付）、金曜日の週2日 9時から15時まで  
 スタッフ；常勤歯科医師2名、非常勤歯科衛生士1名、非常勤看護師1名

このように重症心身障害をはじめ脳神経筋疾患、小児慢性疾患、糖尿病、慢性腎不全、リウマチ・内分泌疾患など幅広い疾病・年齢層のハイリスクの患者を対象に口腔の形態および機能の健全化をめざす方向に努力をしています。

よろしくお願いたします。

## 重症心身障害病棟「病院 de あかり展 2021」

療育指導室 保育士 齊藤 のどか

2013年から実施している「病院 de あかり展」は、「あかりバンク」(心のケアが求められる病院などに手作りのあかりを届ける活動を展開している団体)の主催者・橋田裕司さんとの出会いから始まりました。例年、橋田さんのご協力を得て「病院 de あかり展」を開催し、当院重症心身障害病棟の方や他病棟の方、また地域の皆様をご招待し、たくさんの方々に参加していただきました。しかし、コロナ禍の影響で、昨年度より外部の方を招いた行事を行っていません。一度は行事の中止も考えましたが、当院に寄贈していただいたあかりを使って療育指導室職員のみで設営を行い、従来の「病院 de あかり展」に近いものを届けたいという思いから、昨年と今年は院内のみで企画しました。昨年は、あかり展示範囲としては縮小した形で行いましたが、重症心身障害病棟の方々とあかり環境を通して穏やかな空間で一緒に過ごす時間を持つことができました。

今年は、重症心身障害病棟の方々や小児病棟患児が手作りのあかり製作に挑戦しました。あかり展の看板は、ブラックライトで光るように蛍光絵の具で色付けした紙を利用者の方と一緒にちぎって貼りつけました(写真①)。花の灯りは、イルミネーションにお花紙を貼りつけたもので、世界に一つだけの花を作りました(写真②)。ミニちばとんが建物に向かっていている場面のあかりは、小児患児によるものです(写真③)。「千と千尋の神隠し」の映画をイメージして牛乳パックに絵を描いたり貼り絵をしたりして灯籠を作りました。

たくさんのおあかりができあがり、昨年よりもあかり展示の範囲を広げて開催することができました。また、来場した際に「〇〇さんの作品ありましたね!」と職員が声をかけると微笑む利用者様子もみられました。

昨年も今年も、重症心身障害病棟と小児病棟患児のみへのご案内でした。利用者家族の皆様や地域の皆様も開催を心待ちにして下さっていると思います。その日が早く訪れることを願って、心温まる癒しの空間「病院 de あかり展」を今後も企画していきたいと思ひます。



会場の様子

## 季節の健康レシピ 里芋と長ねぎのヘルシーグラタン



### 1人当たりの栄養価

エネルギー 288kcal

たんぱく質 11.7g

食塩相当量 1.5g

### ～材料 (2人分)～

里芋	4個 (200g)
長ねぎ	1本 (100g)
バター	大さじ1強 (15g)
小麦粉	大さじ1強 (10g)
豆乳	1カップ (200cc)
味噌	小さじ1弱 (5g)
とろけるチーズ	40g
パン粉	大さじ3強 (10g)
塩	ひとつまみ
こしょう	少々
乾燥パセリ	少々

### ～作り方～

- ①里芋は皮をむいて一口大に切り、やわらかくなるまで水から茹でる。長ねぎは長さ3cmの筒切りにする。
- ②鍋にバターを入れ弱火でじっくり長ねぎを炒める。火が通ったら、一旦火を止めて小麦粉を加えよく混ぜる。
- ③②に豆乳を数回に分けて加えて混ぜ、弱火にかけ、とろみがつくまで焦げ付かないよう鍋底からかき混ぜる。
- ④とろみがついたら火を止め、味噌、塩、こしょうを加え、味噌が溶けるまでよく混ぜる。
- ⑤グラタン皿に里芋を並べ、④を流し入れ、とろけるチーズ、パン粉をかけて180℃のオーブンで8～10分焼く。
- ⑥焼き色がついたら取り出し、パセリを振る。  
※オーブンから取り出す時は高温になっているので気をつけましょう。



### ★おすすめポイント★

牛乳の代わりに豆乳を使ったヘルシーなグラタンです。旬の長ねぎと里芋に味噌を合わせ、和風のグラタンにしました。  
里芋をよく茹でることで、やわらかくて食べやすい仕上がりになります。

### ★塩分制限の方へ★

バターを無塩バターに変更したり、香辛料を加えることで減塩でも美味しく食べられます。  
味噌の代わりにカレー粉(大さじ1弱)で味付けをすると、塩分を0.3g抑えることができます。

## 災害研修を通じた地域との連携

血液浄化センター 副看護師長 古宮

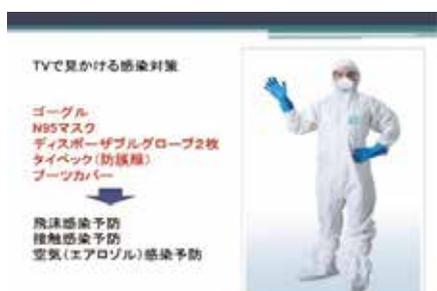
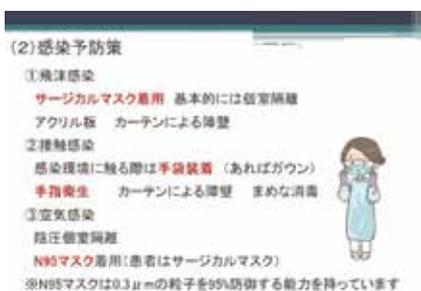
本院の看護部では、2018年より、松ヶ丘地区防災担当の方々に招かれ、年に2回程、研修会や防災訓練に参加していました。しかし2年前からは新型コロナウイルスの蔓延により、そのほとんどが自粛となっていました。そして今回、ようやく新型コロナウイルスの流行が落ち着いたところで、少人数の研修会への講演依頼を受け、「避難所における感染対策」との演題で講義をさせていただきますので、ご報告いたします。

研修日は令和3年10月3日日曜日で、場所は松ヶ丘小学校 図書室、参加者は千葉市役所職員の方2名、松が丘小学校校長、教諭4名、松ヶ丘災害対策役員2名と委員の方々22名で、参加者総数は31名でした。

講義の内容として、1) 災害時の健康被害

2) 避難所生活により生じる健康被害 3) 感染について

4) 避難所における感染対策などについて お話ししました。



今回の研修に対して、参加人数は最小限としたものの、地域の方々が多く参加いただきました。皆一様に新型コロナウイルスに関する意識が高く、講義内容も前半部分を基本的な災害時の避難



所について説明、後半に新型コロナウイルス対応の避難所運営の話、千葉県が推奨しているガイドラインに沿って一般の方にも分かりやすく、かみ砕いた内容にして説明しました。

質疑応答でも積極的に質問があり、「ワクチンを打った場合に若い人と、老人の免疫に違いがあるのか?」「現在の避難所を、ガイドライン通りに設営するのは不可能。一度訓練してみないと分からない事が多すぎる」「沢山の検討項目があるが、これだけは絶対外せないものは何か?」など、地域住民の災害対策に対する意識の高さを感じました。今日の講習が地域の方々の知識

向上に役立ち、避難所設営の場面において活用され、災害に対する意識の更なる向上に繋がれば良いと考えます。

今後も地域と連携し災害対策に取り組んで行きたいと思っております。



# 慢性腎臓病(CKD)および透析を受けている患者さんと運動について

透析看護認定看護師 石井 益代



現在、日本の成人 8 人に 1 人が慢性腎臓病 (CKD) であり、人口の高齢化に伴い、今後さらに増加すると予想されています。

近年、慢性腎臓病の患者さんは腎機能が低下するにつれて運動機能や身体活動量が低下することが明らかになってきました。



私が透析の看護師になったときは、50 歳代の働き盛りの患者さんが多数で、その時代はできるだけ「ベッドの上で安静にする」が大切とされていました。運動をしている患者さんは、ほとんどいませんでした。



現在「腎臓病リハビリテーションガイドライン」では、無理のない範囲で有酸素運動（ウォーキングやジョギング、サイクリングなど）を行うことが提案されています。運動能力や身体機能を



改善、維持する可能性があるだけでなく、eGFR（腎臓にどれくらい老廃物を尿へ排泄する能力があるかを示しており、この値が低いほど腎臓の働きが悪いということです。）を改善する可能性も示唆されました。

運動は気分転換にもなります。ぜひ無理のない範囲で生活にとり入れてみてください。

## 当院の大王松のご紹介

慢性呼吸器疾患看護認定看護師  
副看護師長 佐藤 孝宏

当院の正面玄関前の駐車場には、ひと際 背の高い大王松がそびえたってます。松の葉の長さ 20～30 cm で、松ぼっくりの大きさも 20～30 cm と大きく、下から見上げると巨大な松ぼっくりができあがってきています。運がよければ、おおきい松ぼっくりが落ちているかもしれませんね。

是非、ご来院の際はお車に気を付けてご覧下さい。

