

日 暖

D A N

ご自由に
お持ち帰り
ください

2023.Autumn
No.4

Contents

- | ごあいさつ
- | 血液内科って？
- | 安心して治療を受けて頂くために
- | 西2病棟のご紹介
- | 筋肉・体力の健康プランを立てよう



中核医療センター・地域医療支援病院

霧島市立医師会医療センター

ごあいさつ

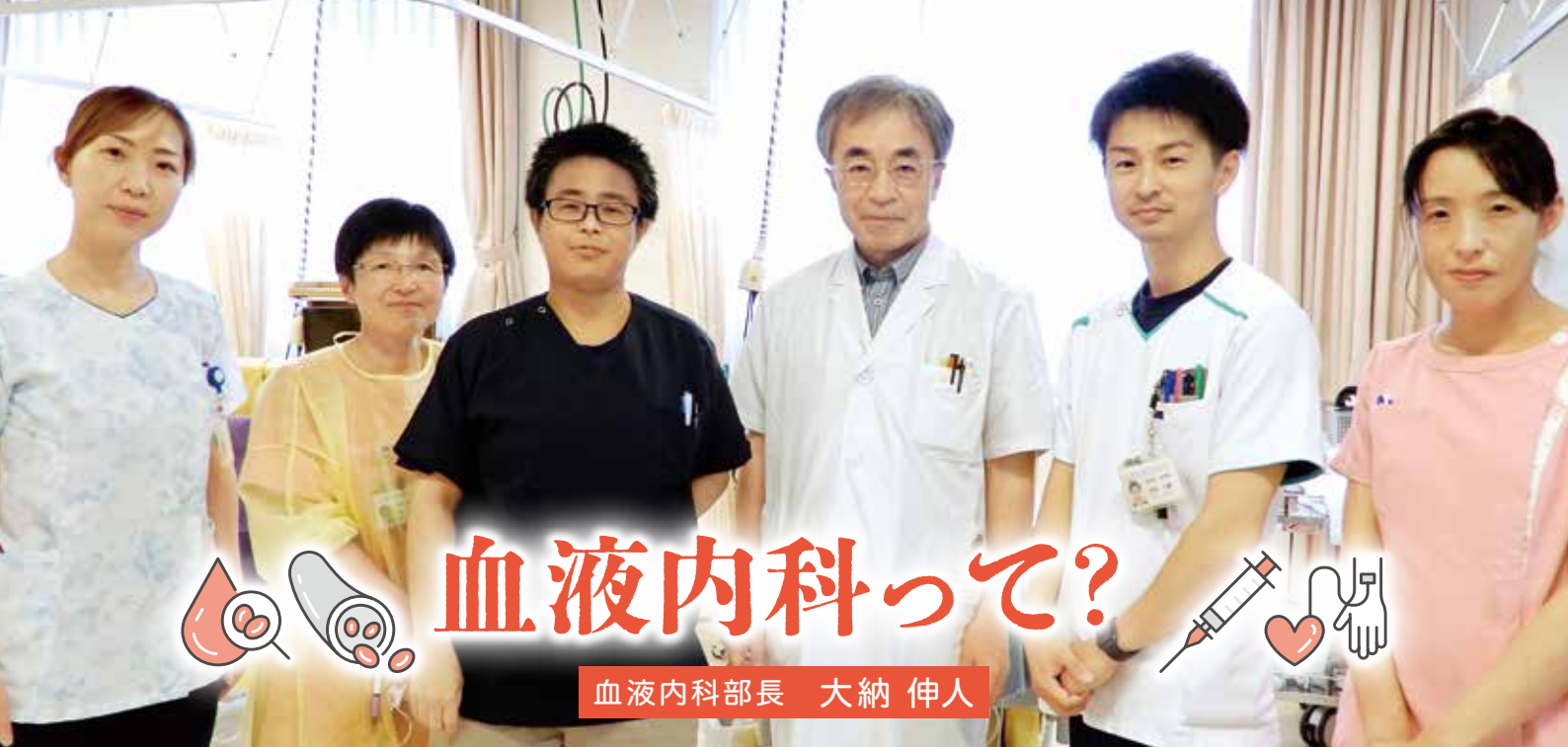
病院長 河野 嘉文

二〇二三年一月から始まった新病院工事も八月の段階では順調な進捗状況のようです。ただ、今後の台風の影響がどの程度になるかは不明なため、二〇二四年一〇月竣工はあくまで予定ということとなります。

新病院の工事を眺めていますと、そのありように三〇〜四〇年前とは隔世の感があります。夕方十七時過ぎには工事は終了しますし、土日は休まれています。ゴールデンウィークには九連休で工事がありませんでした。建設工事現場の激務はよく知られており、竣工予定日間近になると休日返上で夜中までの突貫工事が当たり前と思っておりましたが、医療界同様に二〇二四年四月からの働き方改革導入が大きな課題になっていくことを感じさせます。技術の伝承が必要で、後継者となる若者の参入を促すために四苦八苦しているのも医療界と同様の事情だと推測いたします。それでも、わずか一年半で病院をきちんと建築できるのは、進歩した重機、効率的な生産、さらには労働環境の整備がもたら

したものと推測します。日本発の製造業における「カイゼン」運動の賜物なのでしょうか。休日夜間の勤務をなくすことができないのは医療界の宿命ですが、長期的に労働者の確保は最重要課題になると思われます。

新病院の工事はかりでなく診療内容の整備も進んでおります。耳鼻咽喉科・頭頸部外科の手術も年間二〇〇件以上になっていますし、婦人科がん相談外来の設置（月一回）、入院患者さんのための歯科診療、救急科の充実と高機能病床（HCU：ハイケアユニット）の稼働準備など、新病院運営に向けての人材確保と育成に力を入れております。霧島市をはじめ始良・湧水地区の住民の皆さまにご協力を仰ぎながら、地域基幹病院として発展させていきたいと考えております。何卒よろしくお願ひ申し上げます。



血液内科って？

血液内科部長 大納 伸人



二〇二二年七月から血液内科の診療を常勤で再開しました。約二〇年ぶりになります。国立時代から隼人町立までは鹿児島大学第二内科の血液グループから常勤で医師が派遣されていきました。その後非常勤になり、数年間は派遣がなくなることもありました。霧島市立になって非常勤で再開され、消化器内科との兼任の医師で続けてきて、昨年からは血液内科専門医として常勤となり、日本血液学会認定研修施設ともなりました。

血液内科は受診される機会が少なく、何をしているのと思われている方も多いと思います。健康診断で白血球・赤血球・血小板などの血球数の異常を指摘されたり、または血が止まりにくかったり、首やわき・そけい部のリンパ節が腫れたり、皮膚の発疹やしこりができたり、全身の倦怠感や三八度以上の発熱が続いたりして近くの病院を受診し、そこから血液外来に紹介・受診されることがほとんどです。

血液細胞（白血球、赤血球、血小板）は骨の中にある骨髄で作られます。血液細胞に異常が疑われると骨の中にある骨髄に針を刺さして造血の状態や染色体検査の異常などについて調べます。リンパ節が腫れたり皮膚に異常がある場合には外科にお願いしてリンパ節の生検を行ったり、皮膚の生検を行ったりして原因を明らかにします。

鉄分やビタミンB12の不足からの貧血はその補充療法を行いながら他科と協力して原因を調べます。意外にもピロリ菌の除菌で貧血や血小板減少が改善することもあります。

血液内科が治療の対象としている血球数の異常やリンパ節が腫れる原因の多くは白血病や悪性リンパ腫などの造血器悪性腫瘍で、各種抗がん剤を用いた化学療法を行います。悪性腫瘍を根治することはまだまだむずかしいですが、血液領域では急性前骨髄球性白血病に対するレチノイン酸、B細胞性悪性リンパ腫に対する抗CD20抗体製剤、慢性骨髄性白血病に対するチロシンキナーゼ阻害剤などの分子標的薬剤が開発されて、治療や長期生存が望めるようになりました。蛋白質に異常が起る多発性骨髄腫に対してもこの数年で一〇種類以上の新規薬剤が使用可能となり治療効果が劇的に改善しています。鹿児島県を含む南九州に多い成人T細胞白血病リンパ腫については抗CCR4抗体製剤と各種分子標的薬剤が開発されて少しずつ治療成績が向上してきました。また、治療そのものが難しかった高齢者の急性骨髄性白血病は新薬の登場で大きな副作用がなく治療が可能となりました。

このように血液悪性腫瘍の治療は、特に分子生物学の進歩により、めまぐるしく変化・進展しています。今後、二重抗体製剤やゲノム編集のテクニクを用いた遺伝子そのものを置き換える薬剤などの登場も期待されています。当院でも治療薬の進歩に遅れることがないように多職種で協力して最善の治療を提供していきます。

検診で血球異常を指摘されたり、リンパ節腫大に気づいたり、原因不明の発熱が続く場合などで心配な時には、当科の受診もお考え下さい。

安心して治療を受けて 頂くために

薬剤部 屋敷 大輔



血液内科の診療が常勤で再開後、抗がん剤を使用する化学療法を受ける患者さんが増えています。我々薬剤師は、患者さんやご家族の方が安心して治療を受けられるように診療を支援しています。

化学療法の導入が決まった際に、患者さんやご家族に、薬の効果や副作用、治療方法について説明を行っています。また、治療が行われるまでに医師が処方した薬について確認を行い、薬の投与量や投与スケジュールの管理を行っています。治療当日は、治療がスムーズに行えるように専用の設備で薬剤の特性に配慮しながら、抗がん剤を調製し準備を行っています。化学療法後は治療の影響が現れることがあります。副作用が疑

われる際は、主治医へ副作用を軽減する薬や副作用を回避できるように次回以降の治療計画の提案を行います。また、血圧や血糖値などに影響が出た際は服用中の薬の調整の提案を行っています。

化学療法では、シクロホスファミド、ドキシソルビン、ビンクリスチンといった長年使用されてきた殺細胞性抗がん剤と近年開発されたリツキシマブ、モガムリズマブといった抗体製剤を組み合わせる治療を行うことが多くなっています。これらの薬は注射剤で、入院で治療をされる方もいますが、ご自宅で生活しながら通院し外来で治療を行う方も増えてきています。また、イマチニブやダサチニブなど分子標的薬と呼ばれる飲み

薬も多く開発されており、かかりつけ薬局と連携し外来通院で治療を行っています。

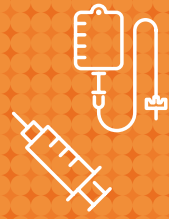
血液悪性腫瘍の治療薬は、近年開発が進んでおり、悪性リンパ腫や多発性骨髄腫など様々な病気で新薬が多く登場しています。当院では、医師・薬剤師・看護師・リハビリスタッフなど多職種で治療方針の確認や情報の共有を行うカンファレンスや治療薬についての勉強会を開催し、常に最新の情報を取り入れながら最善な治療を提案できるように努めています。

薬についてのご相談や疑問などありましたら、お気軽に薬剤師に声をお掛けください。



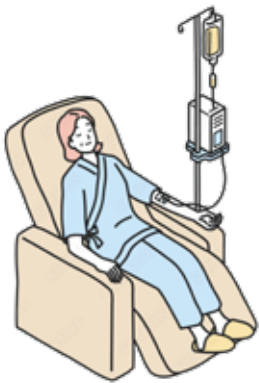
西2病棟のご紹介

西2病棟師長
がん化学療法看護認定看護師
新村 弥生



西2病棟は内科・消化器内科・血液内科の病棟です。消化器疾患の治療では、血管造影を用いた治療・化学療法・超音波治療・内視鏡治療など、血液疾患の治療では、化学療法・輸血療法などを行う患者さんの看護ケアを行っています。血液内科の化学療法では、内服・注射・点滴での抗がん剤治療を行っています。薬の投与量やスケジュールについて、医師や薬剤師からの説明のあとに、わからないことがなかったか、もう少し聞いてみたいことがなかったか、治療について不安なことがないかなどをお聞きして、看護師も一緒に考えさせていただきます。治療の日にはアレルギーや副作用症状がないか確認しながら、点滴管理を行っています。治

療は外来で継続していくことも多く、入院中に副作用症状への対応や日常のセルフケアについて、どのように対応したらよいのか、どんな準備をしたらよいかなどを説明して、実際に患者さんが自宅に帰っても行えるようにしています。病気や治療、療養のことでの不安を抱えている患者さんの思いに寄り添い、治療による苦痛や不安が軽減し、安心・安全に入院生活が過ごせるように看護スタッフで支援していきます。



筋力・体力の健康プランを立てよう

自分の筋力・体力はどんな感じか簡単にまずはチェックしてみましょう！
(安全性に十分に配慮して行ってください)

方法 椅子から5回立ち上がるのにあなたは何秒かかりますか??

10秒以下の人 現在の筋力・体力を維持する運動習慣を続けましょう。

12秒以上の人 足の筋力注意警報!筋トレを少しずつはじめましょう。



アクティブプラン 少しきついな?レベルの筋トレ



膝とつま先は真っ直ぐ。正面にゆっくりやるとさらに効果的。



- ①手を合わせてスクワットのポーズをとります。(おしりをつき出す)
- ②そこから天井をみるようにからだを回せますか?

マイペースプラン ながら筋トレはじめてみましょう



もも上げ・スクワット
少ない回数から増やしていきましょう。



TVやYouTubeをみながら、仕事の合間に
Y・T・Wの肩こり対策。

そのほか身体活動

家事が一番身近な運動時間になります。普段、家事をしない方も健康のために、お皿あらい、下準備などできることからはじめてみましょう。テレビをみながらの手足の運動も◎。人と話す場へいくことも健康長寿のためにはとても大切なことです。

※ご自身で体調の管理の下、危険のない環境にて無理のない範囲で行ってください。事故怪我についてはこちらは責任をおいかねます。

編集後記



昨年よりリニューアルした「暖」ですが、表紙はいつも新病院の模型をメインに季節感のある写真に仕上げてお届けしています。
模型は正面玄関入口内に設置しています。

Instagram



@KIRISHIMA_MEDICAL_CENTER

看護部Instagram



@KIRISHIMAMC_JOBOFFER

ホームページ



〒899-5112 鹿児島県霧島市隼人町松永3320番地

霧島市立医師会医療センター

TEL 0995-42-1171 (代表) FAX 0995-42-2158

受付時間 8:30~11:00

診療時間 8:30~17:00

休診日 土・日・祝・年末年始