

JAとりで通信

NO.411
2025.1.28

連載

連携医のご紹介

連載

呼吸器によく
ある疾患



令和七年

新しい年を迎えて

院長 富満 弘之



新年あけましておめでとうございませう。1年前の元旦に震度7の能登半島地震、翌2日は飛行機事故が起こり、昨年は気分の重いスタートとなりましたが、2025年の年始は天気も良く、大きな事件もなく、穏やかなお正月を過ごされた方が多かったと思います。私はお正月に行われる恒例のスポーツの試合を観戦して、自分の能力以上のパフォーマンスを出して戦っている選手たちに刺激を受け、激動が予想される一年に向けて気を養う日々になりました。

2025年の始まりにあたり、まずは昨年を振り返ります。前述の通り、元旦の夕方に能登半島で大地震が発生、多くの家屋が倒壊し、地震後の津波や大火事も発生して、震源に近い輪島市等では大きな被害が出ました。私は6年ほど前に輪島の朝市を訪れたことがあります。その1400年続く伝統の輪島の朝市が行われてきた通りの建物がほぼ崩壊、焼失している映像を報道で見ました。これま

でも国内外で起きた大きな災害の被害状況をテレビで見えてきました。が、実際に知っている景色がなくなっただけは、私にとってこれ以上には衝撃であり、自然災害の恐ろしさを再認識しました。

翌日には羽田空港における自衛隊機と旅客機の衝突事故が起こり、炎上する飛行機2機を見ながら、あり得ないことが起きている、今年は何が起こるのだろうと不吉な気持ちになりました。地震の関係で500名近い人と飛行機事故で4人の犠牲者が出ました。さらに悪いことに能登半島では、9月に相次いで線状降水帯が発生して水害による犠牲者も出ました。亡くなられた方のご冥福をお祈りするとともに、被災された方々が1日も早く、以前の落ち着いた生活を取り返すことが出来るように祈念いたします。

備えあれば

憂いなし

8月には宮崎県沖で震度6の地震が起きました。幸いに人的犠牲者は出ませんでした。この地震が、30万人近い犠牲者を出すと懸念されている南海トラフ地震と関連があると報道されて緊張感が高まりました。南海トラフ地震臨時情報は一週間程度で解除され、今日まで巨大地震は起きていません。当院のある茨城県南部も地震多発地帯として知られ、震度4〜5の地震は毎年のように起きています。一昨年起きた洪水も加えて、当地域で暮らす私たちは、一層のこと災害についての知識を持ち、準備をしておくことが大切です。

そこで話しておきたいことがあります。それは先に記載した自衛

隊機と旅客機の衝突事故の件です。旅客機も炎上して後に爆発しましたが、乗客乗員で死者は出ませんでした。日本ではあまり取り上げられなかったように覚えていますが、この死者ゼロの避難・救出劇は、海外で非常に賞賛されています。この時、衝突後わずか10分余で乗客乗員約380人を機外に脱出させることに成功したのです。この奇跡を現実に変えたものは間違いなく訓練です。この旅客機が日航機でなかったらこの奇跡は起きなかったとも言われています。

全ての航空会社で厳しい訓練は行われている筈ですが、日本航空は1985年に墜落事故を起こして以来、特に乗客の安全に重点を置き、事故等を想定した避難訓練を繰り返している、その訓練は非常に厳しいものようです。今回も衝突による大きな衝撃が起きた直後、キャビンアテンダント(CA)達は機体停止を確認した後に停止位置や機体状況を即座に分析、火が出ていることを確認して、訓練



通りに乗客を落ち着かせることから開始しました。火の回り具合から解錠する扉を決めて3か所を開け、脱出用スライドを下ろしました。CAが落ちつかせたとはいえ、機内はパニック状態となつていてと容易に想像される中、我先に避難・・・、これを持って避難・・・という人々を制し、一人ずつ順番に出口でジャンプを促したと言われます。訓練通り行くと、このようにスムーズな救出は出来るのです。

訓練が大切と私が感じた更なる理由が、今回救出に関わったCAの半数は入社1年以内の新人で、非常時の実経験はなかったと言われていることです。つまり、CAが行った的確な指示・行動は、シミュレーションによる訓練で培ったものと断言できます。実際には乗客同士が声を掛け合つて秩序を作り、非難に協力したことも成功に大きく関与したようですが、いずれにしても全員が冷静になり、訓練通りに行動することが大切であることを証明した貴重な例と思います。当地域は地震が多いため準備が必要であると話しました。皆さんが非常時を想定して訓練を繰り返しておくことが重要です。「備えあれば憂いなし」は本当です。皆さんもご家庭、職場内で非常時に対する準備、訓練を行うことを強くお勧めします。

信頼され、選ばれる 病院を目指します

2025年について考えてみます。2025年は団塊の世代の人々が75歳以上になる年です。高齢者が増加して高齢化が急速に進みます。一方、年間に70万人ほどしか子供は生まれていませんので、人口減少が急激に進みます。その高齢者数もあと5年ほどでピークを迎え、その後は減少に転じるため、人口減少に拍車がかかると言われています。そのような環境の中で病院は医療を行うことになり、当院にとつても厳しい時代と考えています。

そこで年始にあたり、病院の理念と基本方針を一新しました。病院の理念を「信頼され、選ばれる病院を目指す」にしました。具体的には①「患者さんとその家族」から、②「地域住民と地域医療機関」から、そして③「職員」から信頼され、選ばれる病院を目指すことにしました。

具体的な策を基本方針として挙げましたが、(1)患者さんに寄り添った医療を実践する、(2)医療

の質の向上と安全な医療の提供を行うことで、「患者さんとその家族」から選ばれ、(3)地域の健康福祉対策に貢献する、(4)地域医療機関からの要望に応えることで、「地域住民と地域医療機関」から選ばれ、(5)働きがいのある職場を作り、(6)健全な経営基盤を確立することで「職員」から選ばれる病院になることを目指します。これらの基本方針に基づいて職員が協力して取り組むことで選ばれる病院になり、選ばれ続けられれば厳しい環境下でも事業を継続することが可能となり、そうなれば地域住民や医療機関も安心できるという正しい状況を支えることができます。そのような方向に進んでいると皆が実感できるように、スタッフ、病院を牽引していきます。

脱皮し、強く、 大きくなるよう努力

2025年は「乙巳(きのとみ)」になります。巳年の蛇は見た目がらネガティブなイメージが付きまとう生き物ですが、古くから豊穡や金運を司る神様として祀られ、

神聖な生き物として認識される一方、たくましい生命力や脱皮のたびに表面の傷が治癒することから医療のシンボルともされています。WHO(世界保健機関)のロゴをご存じですか。中心に杖に巻き付いた蛇を見ることが出来ます。実は米国医師会のロゴも同様の杖が描かれています。それ以外にも注意して見てください。日本の救急車の多くにも蛇が巻き付いた杖を見ることが出来るはず。この杖はアスクレピオスの杖と呼ばれ、ギリシャ神話に登場する名医(アスクレピオス)が持つていたもので、医療・医術の象徴とされています。

乙は発展途上の状態を、巳は最大限まで成長することを表し、この組み合わせ(乙巳)はこれまでの努力が実を結び始める時期とされます。このように巳年は私たち、医療関係者にとつては特別な年であり、粘り強く目標に向けて取り組み、蛇のように脱皮するたびに強く、大きくなることを信じて努力したいと思えます。

このような所存で私たちは精進しますので、本年もJAとりで総合医療センターを宜しく申し上げます。



連載

呼吸器によくある疾患

呼吸器内科部長 山下 高明

非結核性抗酸菌症

●結核を上回る死亡者数

非結核性抗酸菌症は、結核菌以外の抗酸菌が起こす呼吸器疾患です。結核菌と違って人から人へは感染しないので隔離の必要はありません。

この抗酸菌は繁殖力が弱いですが感染した場合の初期症状は咳と痰です。進行すると血痰が現れ、最終的には喀血を繰り返して亡くなる場合もあります。毎年、2000人以上の方が亡くなっており、これは結核による死亡を上回っています。(図1、2) 専用の治療薬はなく、「リファンピシン」、「エサンブトール」、「アジスロマイシン」という3種類の薬剤を同時に内服し、およそ1年半からそれ以上継続します。病気が進行して肺に空洞や気管支拡張病変が出現すると内服による治療が難しくなるため、こうした病変が増加する前に手術で切除するしかないとされています。

●免疫力維持のため規則正しい生活を

確かな予防法はありません。抗酸菌は自然界の水や土壌に生息しています。土の匂いの一つは、

抗酸菌などが生成するゲオスミンという物質です。これらを吸い込んで感染すると推測されています。感染力は弱く、人口10万人あたり20人弱しか罹患していません。免疫力が弱った人や一度に大量に吸った場合に感染する可能性があると考えられています。このため免疫力を維持するために規則正しい生活（私は快食、快眠、快便、運動を指導しています）を心掛けること。またエビデンスはありませんが、井戸水や風呂に貯めた水など、よどんだ水に用心して下さいということですが、早期発見のためには是非とも健診を受けることをお勧めします。

呼吸器疾患について、7回にわたり概説してきました。COPD、喘息、肺癌、睡眠時無呼吸症候群、間質性肺炎、非結核性抗酸菌症。これらの疾患は、初めのうちは症状も軽く、放置してもなんとかなる疾患です。ただし進行すると治すのが難しくなりますので、今回の連載をよんで「あれ？」と思ったらお気軽に呼吸器内科を受診してみてください。

図1

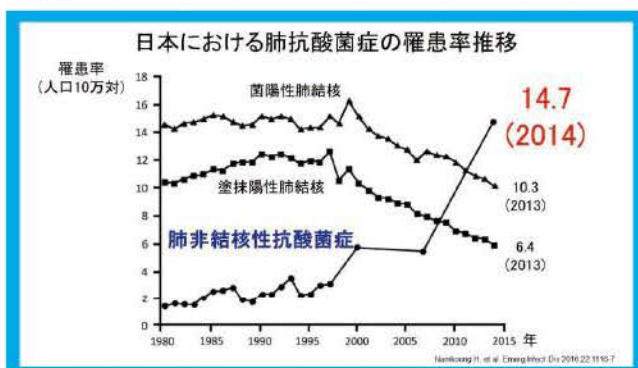


図2



連携医のご紹介

アイ歯科医院

院長 馬場園 健一



診療時間		月	火	水	木	金	土
午前診療	9:00~13:00	○	○	○	休	○	○
午後診療	14:00~18:20	○	○	○	休	○	○

休診日 木曜日・日曜日・祝祭日

連絡先 〒302-0024 茨城県取手市新町2-2-8
取手パークハイツ102
☎ フリーダイヤル 0120-418-640
☎ 0297-74-1861

貴院の先生方と同じく東京医科歯科大学（現：東京科学大学）の出身で、連帯感を感じつつ医療連携で大変お世話になっています。

今では欠かせない技術としての歯質への接着治療の可能性に卒業以来取り組み、東京医科歯科大学が大学院大学に改編された年に大学院社会人コースに入学して、仕事を終えてお茶の水の大学に通い深夜、未明まで様々な条件下での接着試験を繰り返す研究生生活を日常診療と両立させて6年間継続しました。

日本接着歯学会の茨城県で唯一の学会認定医として基

礎から学んだ接着技術を今の最新の治療に役立てています。根管の中まで感染した歯を救う歯内治療にも力を注ぎ実績を積み上げています。これらの技術を生かし破折した歯の歯髄を保護しながら破折片を歯へ接着で戻し、形態を回復し20年以上の良好な長期予後の治療実績を積み重ね学会や学会誌で報告して来ました。

近年、高度な接着技術が要求される金属を使わない新しい、歯と同じ色調の修復材料が保険治療に導入され続けています。これからも貴院と緊密な連携をとりながら地域医療に貢献していきたいと願っています。

新人のご紹介

4階南病棟



今年度、4階南病棟には4名の新人看護師が入職しました。忙しい日々ではありますが、一人一人の患者さんと丁寧に関わることに、コミュニケーションをとること、細やかに気を配ること等が出来ており私達の誇れる仲間です。これからも4人4色、それぞれの原色に磨きをかけ、支え合いながら一步一步成長できるように病棟全体でサポートしていきたいと思

4階南病棟スタッフ一同

全国厚生連栄養士協議会 全国統一献立

おすすめ郷土料理

富山県

ぶり大根

令和7年1月17日の昼食に
患者さんにお出ししました



富山はぶりの消費量が日本一の県です。初冬に猛烈な風が吹き荒れ雷が激しく鳴り響く天候を富山では「ぶり起こし」と呼び、富山湾のぶり漁が最盛期を迎える合図といわれています。

この時期に捕れる寒ぶりは特に脂がのってて身が締まっており「ひみ寒ぶり」としてブラ

ンド化もされています。

ぶりは出世魚と呼ばれ、成長とともに名前が変わり、縁起の良い魚とされています。あらを使った「ぶり大根」は大根とともにじっくり煮込み、体の温まるぶり料理の代表格で広く親しまれています。

材料 4人分

・ぶり	60g4切
・大根	60g4切
・人参	20g4切
・生姜	10g
・しょうゆ	28g
・砂糖	8g
・みりん	12g
・料理酒	適宜
・だし汁	

作り方

- ① ぶりに酒を振りかけておく。熱湯にさっとくぐらせ湯通しする
- ② 大根・人参を食べやすい大きさに切り下茹でする。生姜はせん切りにする。
- ③ だし汁に調味料・生姜を入れて煮立て、ぶりを入れて煮込む。
- ④ ③の汁の一部をとり、大根・人参を煮る。
※ぶりのあらを用いる場合は、水洗いして熱湯にくぐらせ、血合いやぬめりを取ってから煮込む。

1人分の栄養価

エネルギー (kcal)	蛋白質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
171	13.4	10.4	1.2

助産師便り



当院でお産した方からのメッセージ

- 授乳室や病室でこまめに声をかけていただき、心配事等なく過ごすことができました！夕飯もおやつもずっと豪華で頑張れました。
- 出産際にはお世話になりました。初産で初めてのことで分らなくて辛い時があったのですが分かりやすく優しく教えて下さって前向きな気持ちになれて頑張ろうって思えました。とても心強かったです。ありがとうございました。
- 右も左も分からず、授乳もなんも上手くいかずでしたが、産婦人科の皆様には仕事上のこととはいえ、大変親切に色々教えていただき感謝しています！ありがとうございました☆
- 総合病院で安心して出産できました！夜中の緊急入院でしたが、対応も丁寧で、安心するような声掛けもしてくれました。病院のため食事は期待してなかったのですが、毎夕食にお祝い膳のような食事で楽しく美味しくいただきました。入院中におっぱいの悩みや赤ちゃんのケアのことたくさん聞いて安心して退院することができました！
- お腹の中にいる時から大きくて早めに出てきてもらうのに誘発してもなかなか出てこなかった娘でした。なかなか出てきてくれず心折れていましたが優しい声かけに救われました。出産の時は痛くてまったく余裕ありませんでしたがたくさんサポート及び声掛けをして頂き4kg級の元気なビッグベビーを産むことができました。最高のお産でした。退院するまで色々お話しを聞いていただいたり、教えて頂いたり…ここに書ききれないくらい感謝しています。本当にありがとうございました！
- 看護師の皆さんから、母乳育児等、きめ細かにサポートいただき、大変感謝しております。4年前に出産したときよりアメニティや食事、設備(スキャン&ゴーの導入)等、改善されている点が多く、より快適に入院生活を送らせていただきました。



Hulaの優しさにつつまれて



クリスマスイベントの様子

昨年の12月21日の午後、当院のエントランスホールで久しぶりに患者さん向けのクリスマスイベントを開催しました。例年、七夕とクリスマスの時期にエントランスホールでコンサートを開催していましたが、コロナ禍の間は開催を見合わせ、病室のテレビで入院患者さんに観ていただくビデオコンサートを開催してきました。

今回は「ハーラウマヒナ ポーマイカイ」の皆様に出演して頂き、ハワイアンらしい音楽と踊りにつつまれたひと時でした。子供さんがクリスマスソングに合わせた踊りを披露すると患者さんから「かわいいね」と声がかけていました。

お知らせ

地域医療講演会「高齢に向けての準備」

- 1 年をとることで起こる身体の変化 JAとりで総合医療センター院長 富満 弘之
- 2 転倒予防に必要な体操 JAとりで総合医療センターリハビリテーション部
理学療法士 板垣 昭宏
- 3 誤嚥予防に必要な体操 JAとりで総合医療センターリハビリテーション部
言語聴覚士 岡崎 颯士

2025年 **2月15日**(土) 14時～入場無料(先着順、受付開始13時30分)

会場:JAとりで総合医療センター 新棟3階講堂

取手市本郷2-1-1 ☎ 0297-74-5551

お問い合わせ:取手大和根ライオンズクラブ事務局 ☎ 0297-74-1226

共催 :取手大和根ライオンズクラブ・取手市身体障害者福祉協議会

協賛 :JAとりで総合医療センター



「JAとりで通信」のアンケートにご協力をお願いします

右のQRコードからアンケートを開きお答え頂くようお願いいたします。



今月の表紙

富士市のフリー写真素材集を参考にして描きました。

本年もJAとりで通信をお読み頂き、ご感想、ご意見を頂ければ幸いです。