

move on



金澤 右 病院長

- TOPICS
- 執行部より
- リレーエッセイ
- レシピ紹介
- 各診療科から

Vol.13 秋号 2020年10月発行

◆TOPICS: 岡山大学病院の感染対策について

新型コロナウイルス感染症の流行収束が見通せない現在、患者さん・病院・地域の医療体制を守るためには継続的な感染対策が必要です。当院の多層的な取り組みをサッカーに例えながらご紹介いたします。

1. **FW(フォワード)**的な防衛策として、可能な限り“ステイホーム”し、“ソーシャル・ディスタンス”を意識した生活を送ることで、病院外(社会全体)における流行を抑えることが重要です。当院職員に対しては、県外への出張や会合の禁止令が出されています。
2. **MF(ミッドフィルダー)**の役割にあたるのが、水際対策として実施している外来でのトリアージ、面会の制限、外来・入院の制限です。患者さんやご家族にはご不便をおかけしている部分もあると思いますが、ウイルスが院内に持ち込まれるリスクを下げるための対策ですので、ご理解いただけますと幸いです。
3. **DF(ディフェンダー)**として機能するのが各種検査体制の整備です。PCR検査・抗原検査・画像検査の実施環境を充実することで、発熱者・濃厚曝露者について迅速な対応が可能となっています。
4. **GK(ゴールキーパー)**として院内感染から患者さん・病院を守る最後の砦は、医療者一人一人の感染対策の技術と意識です。新型コロナウイルスは、FW・MF・DFの守りを掻い潜り、いつの間にか私たちの目の前にすり抜けてくる特性を持っています。「手指衛生」「標準予防策」「ユニバーサル・マスキング」を徹底することで、自分たちを感染から守り、病院機能を守ることにつながります。個人の感染対策レベルが向上することは、インフルエンザ・ノロウイルス・薬剤耐性菌など、他の感染性疾患の拡大を防ぐことにも直結することであり、今後も院内の感染対策の向上に努めてまいります。

ゴールを守る(=感染から病院を守る)ためには、それぞれのポジションにおける役割を果たす(=一連の感染対策を徹底する)ことが重要です。私たちはこれからも病院一丸となって感染対策に取り組んでまいります。

(総合内科・総合診療科 萩谷 英大)



【写真提供】IVRセンター(脳神経外科) 准教授 杉生 志志 先生

塚原 宏一 副病院長の「今年やり残したこと」

秋の満月を感じながら、この原稿を書いています。私は子ども医者ですが、診療・研究・教育だけでなく、保健・福祉・保育・学校・行政など多領域に携わっています。この8か月間は岡山県内外で新型コロナ対応に係っていますが、こちらでも、究極的に子どもサイドです。コロナによって親子に負担がかかる岡山県にたくない、という思いです。本年1月に予定した行動や成果はなかなか達成されませんが、化学平衡の法則か、自分の弱かった能力部分が強化されました。目標達成へより強靱になった、より現実的・創造的になった、技術・環境・デザインに高い価値を見出した、IT・Netに慣れてしまった...つまり、進化した部分も多かったというのが実感です。

「小児医療センター」関連の案内書で紹介しているスケッチ



宗宮 昌子 副病院長の「病院の秋」

この原稿を書いているのは10月1日で、昼間でも風が涼しく感じるようになりました。今年の秋は少し遅いようで、彼岸花はこれかららしいです。そこで病院の秋はないかと昼休憩にぶらついてみました。季節イベントがないためか建物内に秋は見つかりませんでした。入院棟横のガーデンに行ってみると夏花に紛れて秋桜(コスモス)をやっと見つけました。秋本番になると外来棟前の樫の木や、Jホール前のメタセコイアが綺麗に紅葉するのが今から楽しみです。今年はコロナの影響で落ち着かない日々ですが、皆様が季節を感じることで少し心に余裕ができればいいと思います。

★ リレーエッセイ ★

手術室で看護助手として働いているワタキューセイモア(株)の日名です。私達の業務内容は、翌日の手術器材の準備、使用後器材の回収、術中の物品要請の対応、検体運搬、術間の入れ替えや環境整備等多岐に渡ります。業務は正確、迅速さが求められ、責任感を感じながら業務にあたっています。手術室の皆さまや患者さんが安心して円滑にオペが出来るように、細かい所までの気配りを日々心掛けています。忙しい毎日ですが、優しいスタッフに囲まれ、楽しくお仕事させていただいております。

(日名 清子)



★さつまいもとキノコのグラタン風★

食欲の秋がやってきました！今回はさつまいもとキノコを使って、簡単にできるグラタン風レシピをご紹介します。さつまいもやキノコには、整腸作用のある食物繊維や、体の調子を整えるビタミンが豊富に含まれています。旬の食材を食べて、寒い冬に備えましょう。



★作り方★

- ① さつまいもは一口大に切り、水にさらしてアクを取る。皿に移し、ラップをかけ電子レンジで2～3分程加熱する。
- ② しめじは石づきを切り落とし、エリンギと鶏肉は一口大、玉ねぎは薄切りにする。
- ③ フライパンに②の食材と塩・こしょうを入れて炒める。
- ④ 火を止めて、1、のさつまいもとマヨネーズを加えて混ぜる。
- ⑤ 器に盛りつけ、チーズをかけてオーブン(トースター)で2～3分程焼く。チーズに焦げ色がついたら完成。

材料(2人分)

さつまいも・・・小1本(180g)
 鶏もも肉・・・120g
 しめじ・・・1/2株(90g)
 エリンギ・・・中1本(45g)
 玉ねぎ・・・1/4個(50g)
 塩・・・少々(0.8g)
 こしょう・・・少々
 マヨネーズ・・・大さじ2
 ピザ用チーズ・・・20g



エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩	食物繊維
<1人分> 370kcal	14g	20g	36g	0.8g	5g



救命救急科

◆目の前で人が倒れたときに自分にできることは？

目の前で人が倒れたときは、まず「大丈夫ですか？」と声をかけてみましょう。反応がなければ、大声で助けを呼び、救急車・AED・応援を要請します。普通の呼吸でない、あるいは息をしていないときには、胸の真ん中あたり(胸骨の下半分)を5-6センチの深さで1分間に100-120回の頻度で圧迫します。胸骨圧迫(心臓マッサージ)は途切れないように、疲れたら交代します。AEDがきたら、スイッチをいれてあとはAEDの指示に従って電気ショックを行います。ショックのあとは、胸骨圧迫を再開し、救急車が来るまでこれを繰り返します。たったこれだけのことで、一つの大切な生命が救われることがあります。



(救命救急科 中尾篤典)

臨床遺伝子診療科

◆私って「がん家系」でしょうか？

がんの約1割が遺伝性であると考えられています。遺伝情報は血縁者の中で共有しています。がんに「かかりやすい」という遺伝情報を持っている家系の方は、原因となる遺伝子を調べることで、自分自身だけでなく家系員のがん予防につなげることが可能になります。臨床遺伝子診療科では遺伝性腫瘍の原因遺伝子の採血検査(遺伝学的検査)を行っております。ご自分やそのご家系の遺伝情報が気になる方は、遺伝カウンセリング外来を受診してください。

(臨床遺伝子診療科 平沢 晃)



クラウンブリッジ補綴科

◆顎関節症とはどんな病気ですか？

顎関節症とは、顎顔面の痛み(あごの痛み)、関節雑音(ポキ、ジャリ)、開口障害(口が開きづらい)などの症状を示す病気の総称です。これには、咀嚼(そしゃく)筋や顔面の痛み、顎関節の関節円板のずれ、変形性関節症などの病気が含まれます。それらの誘因には、睡眠障害、昼間の噛みしめ、歯ぎしり、噛み合わせの不調和、精神的なストレス、慢性疼痛疾患などがあります。また、それらの治療法としては、お口を動かす練習、マウスピースの装着、薬物療法、精神心理学的療法などがあります。歯科では、顎関節症・口腔顔面痛み外来が対応します。ご心配な場合には、担当医にお気軽にご相談ください。

(クラウンブリッジ補綴科 窪木拓男)

