



絵描き 海太郎展やっています

自閉症の画家・海太郎さんの作品を、現在、岡山大学病院内でご覧いただけます。岡山大学「国吉康雄記念・美術教育研究と地域創生講座」、福武教育文化振興財団、そして岡山県のご協力のもと、院内の売店付近の通路に展示を行っています。さわやかで温かみのある画風は、眺めているだけで心が洗われるような安らぎを与えてくれます。ぜひ足をお運びいただき、ご鑑賞ください。

前田病院長
メッセージ

Q. リウマチと加齢に伴う関節痛はどう見分ける？

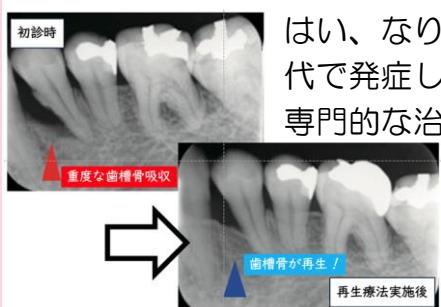
リウマチ・膠原病内科 松本 佳則

関節リウマチは、自分の免疫が自分の関節を敵だと思って攻撃して炎症を起こす病気で、腫れや痛みが続くと関節が壊れていきます。加齢に伴う関節痛は、加齢や使いすぎで軟骨がすり減り、骨と骨が当たることで生じます。リウマチは通常2つ以上の関節が腫れ、じっとしていても押さえても痛く、朝のこわばりが1時間以上続きます。一方、加齢性の関節痛は通常1か所に限られ、動作時のみ痛みが出て、こわばりは10分程度です。ご心配の際は早めに受診ください。



Q. 若くとも歯周病になるの？

歯科・歯周科部門 大久保 圭祐



はい、なります。歯周病は中高年の病気というイメージがありますが、10~30歳代で発症して進行が重度な「侵襲性歯周炎」という歯周病があります。早期発見と専門的な治療がとても大切ですが、自覚症状が乏しいまま進行することが多いため、毎日の歯みがきに加えて定期的な歯科検診の受診が大切です。現在、当部門では歯周病で失われた歯の周囲の骨の再生治療効果を高める臨床研究に取り組んでいます。

より詳しい
情報は
こちらから！

侵襲性歯周炎センター
ホームページとパンフレット

輸血と細胞療法に関する検査・調製・管理をしています。輸血は、手術や病気で足りなくなった血液成分を血液製剤で補う治療です。安心して輸血療法が受けられるよう、血液型検査やクロスマッチを慎重に行ってています。細胞療法は、自分や他人の細胞を利用した治療法です。末梢血幹細胞移植や骨髄移植、臍帯血移植などの造血幹細胞移植や、難治性がんに対するCAR-T細胞療法において、原材料となる細胞の採取・調製・管理を行っています。

日本人の血液型の
割合をご存じですか？



輸血・細胞療法部 浅野 尚美

どなんところ？

＼輸血・細胞療法部／

総合診療棟西棟
3階にあります

2024年4月「輸血部」から
「輸血・細胞療法部」に
改称しました



執行部より

大塚 基之 副病院長 『長寿の島のこと』

最近、ある講演で聞いたのですが、イタリアのサルデーニャ島は「長寿の島」だそうです。しかも日本と決定的に違うのは「男性も長生き」なのとか。長寿の秘訣は、よく笑い、よくしゃべり、仲間とよくつながっているから、らしいです。ひるがえって自分のことを考えると、うーん…長生きは難しそうです。せめてこの記事が人とのつながりの第一歩になれば幸いです。

イタリア サルデーニヤ島 = 長寿の島（イラストは生成AIで作成）

リレーエッセイ

本号は 伊永 俊雄さん

(研究・イノベーション共創機構 産学官連携コーディネーター)



赤池さんよりバトン！



タマサート大学医学部との意見交換会

コーディネーターとして、企業や医療従事者の「こんなことできないかな?」という声をもとに、医療機器の研究開発や技術展開を支援しています。AMED事業では、ニーズに応じたマッチングから海外展開まで幅広く関わっています。

9月にはタイの大学や病院を訪問し、意見交換を行いました。ASEAN地域との連携の可能性を探る貴重な機会となりました。



タイ最終日の 空港にて

ほうれん草ときのこのチーズリゾット

臨床栄養部監修 レシピ

冬が旬のほうれん草を使い、きのこの旨みとチーズのコクを加えた、やさしい味わいのリゾットです。不足しがちな野菜をおいしく補える、寒い冬にぴったりの温かいメニューです。

- ① 鍋にお湯を沸かし、塩（分量外）、ほうれん草を入れて茹で、冷水にとり、水気を絞って葉と茎の部分を分けて粗みじん切りする。
 - ② たまねぎ、薄切りベーコンはみじん切り、マッシュルームは薄切りにする。
 - ③ 中火で熱したフライパンにオリーブ油をひき、たまねぎを炒めた後に、①の茎の部分とたまねぎ以外の②を入れてさっと炒める。
 - ④ 米飯とコンソメ顆粒を入れ、中火で炒める。
 - ⑤ 牛乳を入れ、米が柔らかくなるまで中火で煮詰める。
 - ⑥ ①の葉の部分を入れ加熱し、塩、黒こしょうで味を整えてお皿に盛り付けた後、最後に粉チーズをかけたら完成。



栄養量 (1人分)

| エネルギー | たんぱく質 | 脂質 | 炭水化物 | 食物繊維 | 食塩相当量 |
|---------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 391kcal | 13.6g | 15.6g | 49.1g | 1.7 g | 3.5g |

材料 (1人分)

| | | |
|---------|-------------|--------|
| 米飯 | • • • • • | 110g |
| ほうれん草 | • • • • | 60g |
| マッシュルーム | • • | 40g |
| 玉ねぎ | • • • • • | 40g |
| 薄切りベーコン | • • | 10g |
| コンソメ顆粒 | • • • | 小さじ1/2 |
| 牛乳 | • • • • • • | 60ml |
| 塩 | • • • • • • | 少々 |
| こしょう | • • • • • | 少々 |
| オリーブ油 | • • • • | 小さじ1 |
| 粉チーズ | • • • • • | 大きじ1 |



臨床研究のご案内

カルテ情報等を使用させていただく研究について「公表」しています。

カルテ情報等を研究に使用されることを望まれない場合は、お申し出ください。

岡山大学病院 臨床研究・治験

検索

