

move on

Vol.4 2018年 夏号 2018年7月末発行

トピックス
診療科から
リレーエッセイ
レシピ紹介
執行部より
病院長の小話

ト
ピ
ッ
ク
ス

西日本豪雨で岡山大学病院DMATが被災地支援活動を行いました

6月の大阪北部地震に続き、7月の西日本豪雨では岡山県内でも各地で浸水や土砂崩れ等の被害に見舞われ、自然災害の怖さを目の当たりにした数カ月でした。岡山大学病院は災害拠点病院に指定されており、災害派遣医療チーム「DMAT」(Disaster Medical Assistance Team)の被災地への派遣を行っています。7月の西日本豪雨では災害当初



から院内に災害対策(支援)本部を設置し、DMATを現地派遣するとともに、「まび記念病院」からの患者さんの受け入れ・入院等の支援を行いました。岡山大学病院は地域を支える大学病院として、今後も院内一丸となった協力体制で災害時の診療および支援活動を行っていきます。

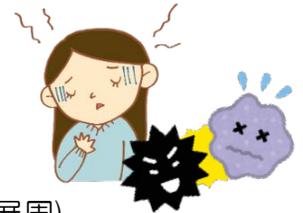
▲院内のDMAT本部には近県の医療機関からもDMATチームが参集しました

(企画・広報課)

感
染
症
内
科

夏に流行する感染症はありますか？

夏場に流行する感染症としては、ウイルス感染では、「手足口病」「ヘルパンギーナ」「咽頭結膜熱(プール熱)」があります。小児に多い感染症ですが、成人においても認めることがあります。細菌感染では、食中毒としての感染性胃腸炎があります。ウイルス性胃腸炎は冬場に多いですが、夏になると細菌性が増加してきます。特に腸管出血性大腸菌(O157など)によるものが増加して、集団感染を認めることがあります。岡山県では6月になって症例の報告が増加しており、腸管出血性大腸菌感染症注意報が発令されています。(感染症内科 草野 展周)



肝
胆
膵
外
科

飲み会シーズンで気をつけること

梅雨明けとなり、ビールのおいしい季節になってきます。飲酒に伴う健康被害については、急性中毒、肝炎・肝硬変、(慢性・急性)膵炎、メタボリック症候群、糖尿病などの原因となります。特に前3者は患者さんが致命的な状況に陥る重篤な病態です。なかでもアルコール依存症は結果的に肝炎・肝硬変の形で現れますが、本質は精神疾患です。死という結果がわかっているのに、飲まなくてはならない心の病です。アルコールが原因の肝移植患者さんが増加中ですが、肝移植にあたっては本人の依存症脱却の意思表示と6ヶ月以上の断酒期間(生体、脳死は1年半)が必要です。酒は百薬の長、適量を守って健康維持をお願いします。(肝・胆・膵外科 八木 孝仁)



リ
レ
ー
エ
ッ
セ
イ

CLR1周年記念講演会を開催します

臨床研究コーディネーター(CRC)は、治験/臨床研究に参加する患者さん・医師・関連部署・製薬会社等を調整する役割を担っています。関わった薬剤が診療ガイドラインに登場し、「これまでの治療では治らなかったのに、ついに治った!」と患者さんが喜ばれる瞬間が感慨深いです。CRCという職業を多くの人に知ってもらいたいと思います。8月3日にCLR1周年記念講演会がJホールで開催され、宗宮看護部長が【CRCから看護部長へ】のタイトルでご講演されます。ぜひ、みなさん来てくださいね。私個人は、肝疾患治験を担当していることもあり、CRC業務の傍ら、肝疾患診療連携拠点病院として行う活動の効果検証研究を消化器内科医師と行っています。研究をするのって準備が大変って皆さん思いませんか? 次回は、院内の臨床研究の体制整備に多大なる尽力をされている、小さな体なのに大きな縁の下の力持ちの事務職の方が担当です。(新医療研究開発センター 難波志穂子)



岡大治験

トマトそうめん



夏が来た！暑い夏を乗り切る涼しいメニューはいかがですか？
トマトに含まれるリコピンが持つ強い抗酸化作用は、コレステロールの酸化を抑制し動脈硬化の予防につながる事が期待されています。
お好みで大葉やサラダチキンなどをトッピングしてオリジナルそうめんを作り、夏バテを予防しましょう。

材料 (2人分)

- そうめん(乾燥) — 2束 (200g)
- トマト — 1個 (100g)
- なす — 60g
- サラダ油 — 小さじ2
- オクラ — 2本 (20g)
- めんつゆ(2倍濃縮) — 大さじ6
- オリーブオイル — 大さじ1



作り方

1. 沸騰した湯でそうめんを硬めに茹で、茹であがったら冷수에さらして水気をよくきる。
2. トマトは1cmのさいの目切りにする。
3. なすは1cmのさいの目切りにしてサラダ油で軽く炒める。
4. オクラは塩茹でして斜め切りにする。
5. めんつゆとオリーブオイルを合わせておく。
6. 1、2、3、5を混ぜ合わせて、オクラを添えたら完成！

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩
478kcal	10.7g	14.1g	73.0g	2.0g

(1人分)

宮脇 卓也 副院長の『日課にしていること』

小さな達成感：たまたま見たテレビ番組で、15の質問で分かる「運の良い人診断」をしていました。いつもため息をついている私は、やはり最悪でしたが、実は3年ぐらい前から、運気を上げるために寄付や募金をすることにしています。コンビニでも募金箱を見ると小銭を入れます。街頭募金にも応じます。たとえ運気が上がらなくても、小さな達成感があって、悪い気持ちにはなりません。皆様もどうでしょうか。また、自分のためでなくても寄付社会になるのはいいことだと思います。



大塚 文男 副院長の『さわやか話』

癒し(いやし)のホルモン：心地よさを感じさせてくれる「癒しのホルモン」について話題提供いたします。不安やいらいらを抑える「セロトニン」、快感を感じる「ドーパミン」、心を落ち着かせる「オキシトシン」など脳内ホルモンの役割が科学的に注目されています。意欲・やる気に関わるドーパミンは仕事面で重要ですし、心を落ち着かせるセロトニンや、人とのコミュニケーションで分泌されるオキシトシンは、幸せで温かい気持ちにさせてくれます。セロトニンの分泌にはバランスの良い食事と運動が、ドーパミンの分泌には仕事の達成感が、オキシトシンの分泌には大切な人との関係が大事とされています。来院の患者さんと各部署の職員が、むきあい・つながることで癒しのホルモン分泌が高まり、その効果がさわやかに広がるような環境づくりを目指したいと思います。

金澤 右 病院長の『とっておきの小話』

『英語の発音、なかなかです』：昔ヒューストンに留学していた頃、車をぶつけました。辞書で修理屋さん調べたら、body shopと書いてあったので、車を買った店に行って、「ボディショップ」を教えて頼んだのですが、まったく通じません。そこで、body shopと書くと、「オー、バリソー」。試しに、後日米国人に「バリソー」といったら、body shopと通じました。数年後、ボストンで若い先生と一緒にカフェに入りました。彼が大きな声で「コーヒー」と注文したら、なんと、コークが出てきました！ちなみに、彼は今、某大学の教授です？



金澤病院長

■ 岡山大学で実施されている臨床研究のご案内 ■
患者さんの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。アドレスはこちら ↓ 又はQRコードを読み込んで下さい。
<http://www.hsc.okayama-u.ac.jp/hos/research/index.html>

