

雪わり草

安曇野赤十字病院広報誌



日本赤十字社
Japanese Red Cross Society

2020 59号

Contents

- 02 院長あいさつ
- 03 X線透視撮影装置が新しくなりました
- 04 こどもの病氣、川崎病について
- 05 こどもの病氣、川崎病について
- 06 ご自宅で血圧を測りましょう
- 07 トピックス・レシビ
- 08 お知らせ



表題（愛称）雪わり草

冬の厳しさに耐え
春の訪れを告げるように
雪を割って可憐な花を
咲かせる雪わり草。
この小さな花の希望を持って
逆境に耐え抜く力強さを
紙面に載せ、地域の皆さまへ
お届けしたく
「雪わり草」と名付けました。
花言葉：忍耐・信頼・はにかみやなど

写真解説

「カワセミ」と翡翠（宝石）

カワセミは、羽色が鮮やかで、その美しい姿は『飛ぶ宝石』とも呼ばれ、古くから注目されてきた野鳥です。

宝石の翡翠は、この鳥の羽の色に由来して名付けられ、翡翠のいずれの漢字にも「羽」の文字が入っています。「翡」は赤い羽、「翠」は青い羽を指しているとも、「翡」はオス、「翠」はメスを指しているとも言われているそうです。



新年のご挨拶

安曇野赤十字病院 院長 中野 武



新年あけましておめでとうございませう。今年の安曇野のお正月は穏やかな陽気であったと思ひます。皆様いかがだったでしようか。

医療を通じての地域貢献が私達安曇野赤十字病院の使命です。今年もこれまでと同様に、地域に良質な医療提供を行ってまいります。地域医療支援病院として、地域住民の皆様、医療

機関様に信頼される病院として、住民の健康を支えるべく努力してまいります。

一方で世界中では、年々地震のみならず台風や豪雨など自然災害が増えています。昨年秋には長野県でも東北信を中心に、大きな台風災害に見舞われました。常日頃から、備えを十分に行い、災害時には赤十字病院としての使命を果たしてまいります。

さて昨年9月に厚生労働省は、当院はじめ全国424の公立・公的病院に病院機能の見直しを指示いたしました。超少子高齢化、人口減少など、地域社会の変化、それに伴うニーズに対応して、病院も変わってゆく必

要がありましようが、直ちに病院が形や規模を大きく変えるということではありません。地域医療構想調整会議などの場で、地域医療確保の視点で対応してまいります。地域の中核的な医療機関として、地域に安心・安全・最新の医療を提供するという基本方針は変わりありません。

改革を継続し地域の医療機関、介護、福祉との連携をさらに推進し、地域の皆様のご期待に沿えることができるよう確実に前進していきたいと考えております。皆で頑張ってくださいませので、今年一年、宜しくお願ひします。皆様のご多幸を祈念してお正月のご挨拶とさせていただきます。

2020年1月1日



X線透視撮影装置（TV室）が新しくなりました

放射線科 透視撮影技術係長 藤原 匡範

TV装置は TVモニターで体の透視像をリアルタイムに見ながら検査する装置です。代表的な検査としては、造影剤を使用しての消化管造影検査、尿路造影検査、脊髓腔造影検査、胆道造影検査があります。また、骨折や脱臼した場合に骨を元通りにする時にも使用します。内視鏡を併用して検査をする時にも使用します。

Cアーム型X線テレビ装置 『Ultimax-i』

を紹介します。

今回、キヤノンメディカルシステムズ社製の多目的X線TV「Ultimax-i」を2台導入しました。高画質、低線量検査をコンセプトに開発された装置となります。

診断目的だけではなく、治療目的に行われることも多くなってきており、患者被ばくだけではなく、術者にも、低被ばくにて高画質の画像を提供出来る装置となっております。従来比ではありますが、65%の照射線量を低減し、最大80%の被ばく低減を実現しております。

さらに、コントラスト分解能も向上しており、より安全に検査を行うことが可能になりました。

Ultimax-i は8つの新しい技術「octave」を搭載し、新開発のリアルタイム画像処理技術により、患者、術者の両方に安全、安心を提供し、より高度な検査が可能になりました。



胆道膵管造影



胃（背臥位二重造影）

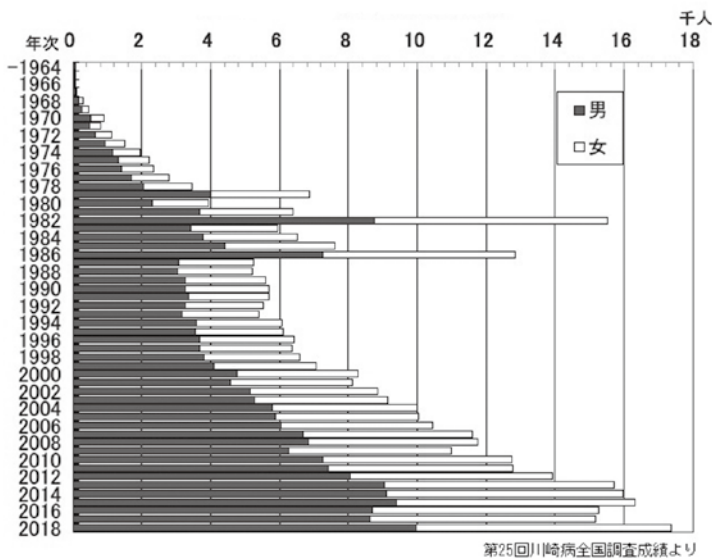


腰椎ミエロ



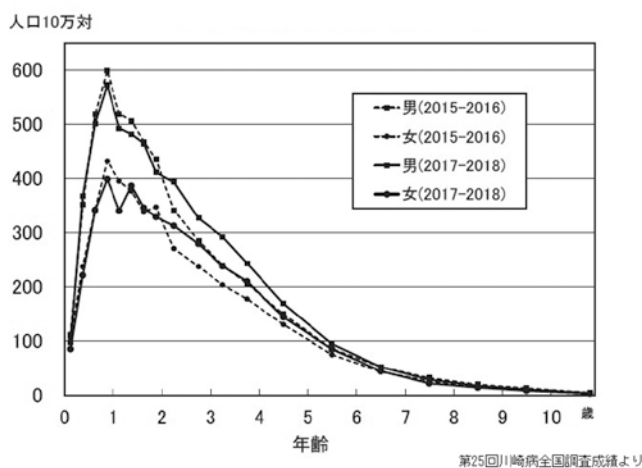
尿管ステント

〔図1〕 年次別、性別患者数



はじめに
第25回川崎病全国調査によると、2018年の患者数は17364人で過去最高を更新しました。少子化にもかかわらず患者数は増加しています。〔図1〕

〔図2〕 年次別、性別、年齢別罹患率
(2015 - 2016年平均、2017 - 2018年平均)



川崎病とは・・・
川崎病は主として4歳以下（1歳頃にピーク）の乳幼児に好発する、全身の血管に炎症が起きる病気です。〔図2〕 特に問題となるのが血管炎によって心臓の冠動脈

「ごどもの病気」川崎病について

小児科部長 瀧澤 正浩

に動脈瘤ができてしまう場合です。狭心症や心筋梗塞を起こす危険性が高まります。1967年に小児科の川崎富作先生が世界で初めて報告しました。それから50年以上経ちますが、いまだに原因はわかっていません。

主要症状

- ① 5日以上続く発熱
- ② 眼球結膜充血
- ③ 口唇の発赤やいちご舌
- ④ 不定形の発疹
- ⑤ 手足の浮腫や紅斑
- ⑥ 頸部リンパ節腫脹



これら6つの主要症状のうち5つ以上の症状を認める、または4つに加えて冠動脈病変が確認されれば川崎病と診断されます。

治療

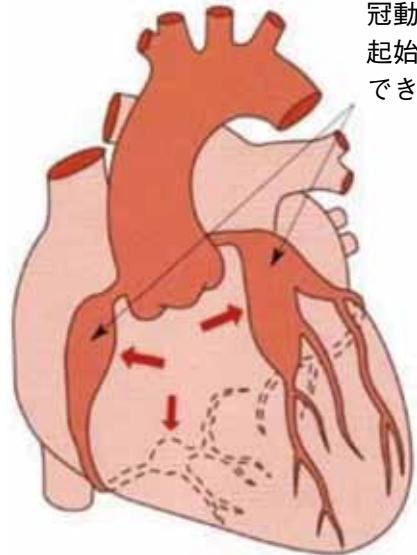
急性期の炎症が強かったり、発熱が10日以上続いたりすると、冠動脈瘤〔図3〕ができてやすくなるので、少しでも早く炎症をおさえる治療が必要です。

1977年頃からアスピリンなど抗炎症作用をもつ薬が使用されるようになり、1982年から免疫グロブリン大量療法が行われるようになりました。（免疫グロブリン製剤は、献血された人の血液からガンマグロブリンというたんぱくを取り出したものです。）

これらの治療によって約80%の患児で解熱が得られますが、15〜20%の患児では効果が見られません。（ガンマグロブリン不応例）この場合、免疫グロブリン製剤の追加投与、その他の薬（ステロイド、抗TNF・ α 薬など）や血漿交換療法による治療などが行われます。

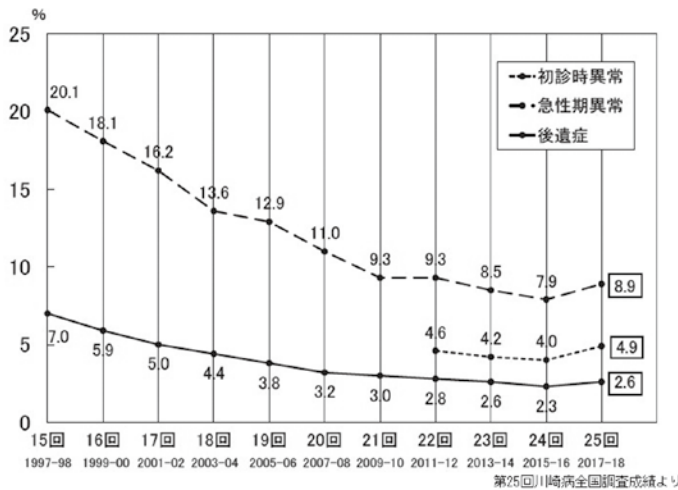
当科では年間に10人前後が川崎病で入院治療をされています。

冠動脈
起始部に
できやすい



〔図3〕冠動脈瘤

〔図4〕心障害の出現割合の年次推移



後遺症

川崎病の後遺症（冠動脈病変や弁膜病変）の出現割合は第15回調査では7.0%でしたが、その後ゆるやかに減少しており、第25回調査では2.6%でした。〔図4〕

初回のガンマグロブリン治療不応例では冠動脈瘤の発生リスクが7倍に増加するといわれています。

最後に

川崎病はいまだに原因不明のこどもの病気であり、増加の一途をたどっています。治療法は改善されてはいますが、心障害の後遺症は第25回調査の実数では845人のほります。原因の究明、そして後遺症0を目指すさらなる治療法の改善が待たれます。



ご自宅で血圧を測りましょう

保健師 柴田由衣子

冬は「気温が低い」「忘新年会など飲酒の機会が多い」「鍋物や汁物などで塩分摂取が多くなりがち」など、血圧が上がる要因が多い時期です。血圧についての理解を深め、ご自分の健康を守っていきましょう。

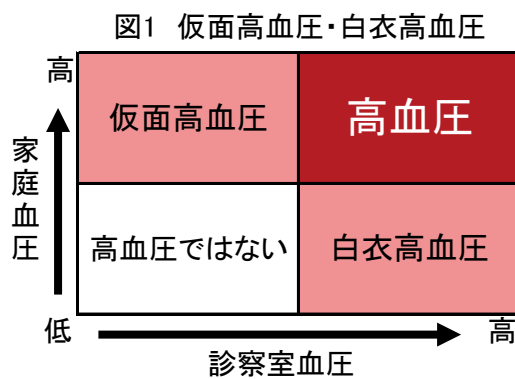
① 健診で正常血圧なら大丈夫？

図1のように高血圧には、診察室血圧(医療機関で測定する血圧)は正常であっても家庭血圧(自宅で測る血圧)が高い「仮面高血圧」や、診察室血圧が高く、家庭血圧が正常の「白衣高血圧」があります。

健診時に正常血圧であっても、家庭血圧が高ければ「仮面高血圧」となりますが、実は仮面高血圧は、脳卒中や心筋梗塞などを引き起こす危険性が通常の高血圧と同程度あると言われています。

健診や医療機関受診時の血圧測

定だけでは発見することができない高血圧を見逃さないためには、家庭血圧の測定が重要です。

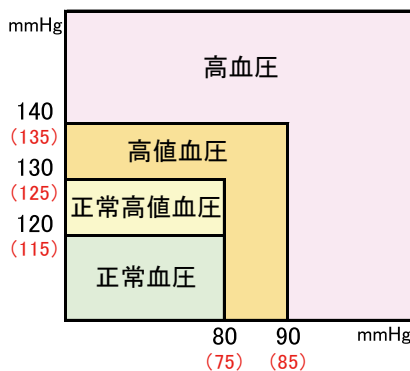


② 「年齢+90が高血圧」は古い！

高血圧予防は、脳卒中や心筋梗塞など、血管の傷みにより起こる病気の予防につながります。血管のダメージを抑え、より確実に我々の日常生活、そして生命を守るため、調査や研究が進められ、現在の血圧の分類は図2のようになっています。

高血圧予防のためには、生活習慣の改善(減塩・運動など)が重要ですが、それだけでは十分な降圧効果が得られない場合には、治療

図2 血圧の分類 ()内は家庭血圧



を検討する必要があります。高血圧が続くようであれば、家庭血圧測定値の記録を持って医療機関を受診しましょう。血圧の記録方法については、図3をご覧ください。

高血圧治療中の方、糖尿病や慢性腎臓病など高血圧以外の疾患をお持ちの方、高齢者などは、血圧について個別の判断が必要になりますので、主治医とご相談ください。



図3 血圧測定記録表 (例)

測定日	1/10 (金)	
測定時刻	朝	夜
	6:00	22:30
1回目	138/86	124/75
2回目	122/82	118/77
メモ	新年会で飲み過ぎて二日酔い	夕方から咳・鼻水

朝と夜に測ります。条件を揃えて測ることで、日々の血圧値の変動を見ることができます。

朝：起床後1時間以内、排尿後、食事・服薬前
夜：入浴・食事・飲酒直後以外、服薬前

測定は2回程度にしましょう。数値が高かったからといって何度も測り直す必要はありません。良い数値だけでなく、高かった数値も記録しておきます。数値を折れ線グラフにすると、さらに日々の変動が見やすくなります。

血圧は、食事・運動・飲酒・喫煙・周囲の環境・心理状態など様々な要因による影響を受けます。血圧値とあわせてその日の体調や出来事なども記載しておきましょう。

トピックス

安曇野市による出前展覧会を開催しました

令和2年1月22日（水）～2月5日（水）に当院赤十字プラザにて安曇野市内の美術館、博物館でつくる市ミュージアム活性化事業実行委員会による出前展覧会を開催しました。

この展覧会は安曇野市の美術品をより多くの市民の方に鑑賞していただくことで、安曇野市の美術品を身近に感じていただく目的で開催されています。

当院での開催は昨年に続き2回目です。今回は「田淵行男記念館」や「安曇野高橋節郎記念美術館」などの収蔵作品の展示を行いました。



りんごドレッシング 🍏🍏

ご自宅にたくさん『りんご』はありませんか？ “食べ飽きた”なんて方はいらっしやいませんか？
今回は、りんごで簡単に作れるドレッシングを紹介します。ぜひ作ってみてください！！

材料

りんご……………1/2ケ
（芯は取り除き皮ごと使用）
にんじん……………1/2本
たまねぎ……………1/4ケ
油……………100cc
※オリーブ油は固まりやすいので、なたね油がおすすめ

A

酢……………70g
レモン果汁…小さじ1
塩……………小さじ1
こしょう…少々
砂糖……………小さじ1/2



作り方

- ①ボウルにAの調味料を入れ、泡立て器で混ぜ合わせる。
- ②りんご、にんじん、たまねぎをすりおろし①に加える。
- ③ ①に油を少量ずつ加え、しっかり混ぜ合わせたら出来上がり。

お好みの生野菜や温野菜にかけてお召し上がりください。

ミキサーやフードプロセッサーがある場合は、全ての材料を入れてまわすだけで簡単でなめらかなドレッシングに仕上がります。

野菜や果物を使うことで塩分や油分が抑えられ、自分好みのドレッシングを作ることができます。ぜひ素材の味をそのまま！！

安曇野赤十字病院 公開講座

安曇野赤十字病院では、糖尿病患者会「りんどう会」とともに、毎年公開講座を行っています。どなたでも聴講できますので、どうぞ、お気軽にご参加ください！

日 時：令和2年3月13日(金)
午

場 所：安
内 容：「高
「加

中止

糖尿病専門医 石井 宏明

「これだけは気をつけたい生活のポイント」

袁田 順子

新型コロナウイルス
感染拡大の影響を考慮し、
開催を中止することになりました。



経営企画課 電話 0263-72-3170 (代表)

かかりつけ医を持ちましょう

<かかりつけ医とは>

かかりつけ医とは「風邪かな?」「ちょっと調子がよくないな…」という時、気軽にかかれる地域の開業医さんのことです。

<かかりつけ医と病院の役割>

かかりつけ医



紹介

逆紹介

病院



- ・初期治療 (まずは**かかりつけ医**へ)
- ・慢性疾患の継続診療
- ・自宅への往診
- ・症状に応じて**病院に紹介**

- ・手術、専門的検査などの入院治療
- ・24時間対応の救急体制
- ・かかりつけ医からの**紹介患者の診察**

「かかりつけ医」と「安曇野赤十字病院」が協力して患者さんを支えます