



つくしんぼ

2017年 新年号
vol.177



① 新年のご挨拶 ② 北里研究所病院の人間ドック
③ 【呼吸器内科】 患者さまとしっかり向き合い、
QOLを保ちながら治療ができる環境



さあ出勤へ、ニュー北研DMAT! / 管理栄養士が教える! つくしんぼレシピ
この日、何の日? ~11月5日~ / 高齢患者さまの医療支援に対する取り組み⑤
イベントスケジュール / 市民公開講座のご案内
新任医師・退職医師紹介 / 編集後記

新年のご挨拶



新年明けましておめでとうございます。旧年中は皆さまより数々のご厚情とご支援を賜り、ありがとうございました。医療事情の厳しい環境にもかかわらず、なんとか順調に運営することができました。心より感謝申し上げます。

当院は慶應義塾創立者・福澤諭吉翁のご支援で、白金の地に、北里柴三郎博士が創立した日本最初の結核サナトリウム「土筆ヶ岡養生園」を前身としており、今年で124年目を迎えました。北里先生、福澤先生の精神は「世のため人のため・社会貢献」であります。この教えは私たちに脈々と受け継がれております。平成11年の新病院開院の際には、新たに病院理念へ心ある医療を明文化し、それに基づき基本方針（診療・予防）・教育・研究・危機管理（医療安全）を定め、皆さまに信頼される、安心していただける、選ばれる、満足していただける病院を目指し、発祥の地、この白金において、終始一貫（北里先生の理念・座右の銘）、社会貢献に努めてまいりました。

基本方針の一つである臨床（診療・予防）において、昨年度、①病院完結型医療すなわち「治す医療・強い専門性をもった都市型急性期病院・レベルの高い標準医療から先進医療までを提供する病院」をビジョンの一つとしてスタートしました。今年はそれに引き続き②地域完結型医療すなわ

ち「治し支える医療・病気を治して社会生活に戻す・病氣、要介護状態で社会生活に戻す」を加え、社会において、近年求められている総合的な医療を展開します。

さらに佐伯理一郎著の「普通看病学（1895年）」に寄せた北里先生の前文（撰生は本にして、治療は末なり）の言葉に象徴される予防医学において、③病氣にならない、要介護にならないための予防・健康増進の強化を推進します。このため予防医学部門にすでに設置しているメンタルヘルスセンターおよび総合スポーツ医学センターの充実を図り、「心とからだの健康」を目指します。

最後に、当院は今後とも患者さまとその家族の皆さま、つくし会をはじめとする企業や経済同友会など団体、健康友の会、ボランティア会の皆さま、関連企業の産業医、医師会、薬剤師会の先生方のご支援、ご指導を仰ぎながら、全職員の力を結集し、歩んでまいります。



病院長
土本 寛二



北里研究所病院の人間ドック

年に1回は、健診を受けましょう!!

検査・診断を担当するのは、当院の各科外来で働く医師。各分野の専門医であり、臨床の最前線で活躍しているので、最新の知見にも精通しています。

1 臨床医が診断を担当!

当院の人間ドックのポイント



当院の人間ドックは今年開設35周年を迎えます。北里研究所を設立した北里柴三郎先生は予防医学の礎を築き、『医の使命は予防にあり』との理念を掲げました。当院は古くからその理念を受け継ぎ予防医学に力を入れています。病気の早期発見は予防医学の観点から見てもとても重要です。年の初めに、もう一度ご自身の健康について考えてみてはいかがでしょうか。

2 診断結果をトリプルチェック!

診断結果は、①医師②看護師③事務方でトリプルチェックを行い、ヒューマンエラーを防ぎます。気になる所見について、関連する他の検査でもコメントがきちんと入っているか、毎年ドックを受けている方であれば、経過観察になっている所見について、状況に変化がない場合でもコメントを忘れていないかなど、きめ細やかなチェックを行っています。

3 こだわりの食事

検査後には、こだわりの食事を提供しています。「病院食だから美味しくない」と言われないように、カロリー、塩分量も計算し健康的でありながら、美味しいと思っただけのように努めており、受診者さまにも好評をいただいています。期間限定にはなりますが、ご希望の方には低糖質食の提供もしています。

少し前になりますが、2011年に世界的に有名な医学雑誌『ランセット』で、「なぜ日本人の寿命はこんなに長くなったのか?」という内容で日本特集号が組

Profile

山田 悟 (やまだ さとる)

予防医学センター長／糖尿病センター長

1994年 慶應義塾大学医学部 卒業、慶應義塾大学医学部内科学教室腎内分泌代謝学研究室などを経て、2002年北里研究所病院。2016年10月より予防医学センター長

日本医師会(認定産業医)、日本内科学会(認定内科医、総合内科専門医)、日本糖尿病学会(糖尿病専門医、指導医、研修指導医)ほか

2016年10月より予防医学センター長に就任しました。北里柴三郎先生の志を継承し、患者さまとより真摯に向き合っていきたいと思います。

山田 悟



まれました。理由として①日本人全体の衛生に関する意識が高いこと②健診制度が発達している病気の早期発見ができ、健康保険があるため医療機関に対するアクセスがよいこと③日本食が健康によいこと、と書かれていました。

世界的に見ても、日本の健診制度は誇れる制度です。ぜひ、この制度を活用し、病気の予防を心がけましょう。

ご予約・お問い合わせ

TEL: 03-5791-6146 月～金曜9:30～16:00、土曜9:30～11:30

呼吸器内科

患者さまとしっかり向き合い、
QOLを保ちながら治療ができる環境です

呼吸器内科部長 鈴木雄介

呼吸器内科では、急性期～回復期まで幅広い呼吸器疾患の治療にあたっています。今回は代表的な呼吸器疾患である「肺がん」と「喘息」について、当院の取り組みをご紹介します。

でに進行している場合が多い疾患です。

当院では肺がんの診断、手術、抗がん剤治療、放射線治療、緩和治療まで対応できる設備、環境が整っていますので、多くの場合、無理な転院などをせずに治療を続けることができます。そういった継続して治療ができる特性をいかし、がんリハビリテーションに力を入れています（がんリハビリテーションについては下記を参照）。そのため、リハビリテーションのスタッフも積極的に介入し、呼吸器内科の症例カンファレンスにも毎回参加して、医師、看護師、リハビリスタッフでのチームを組んで治療にあたっています。

**診断～手術～緩和治療まで
すべてを院内で行える「肺がん治療」**

肺がんは日本におけるがん罹患数2位、死亡数1位という、がんの中でも非常に身近といえますが、症状が出づらく、自覚症状が出た時にはす

緩和治療に関しても、院内で緩和ケアチームを結成し、悪性疾患の緩和に取り組んでいます。疼痛コントロールだけではなく、病状に寄り添い、患者さまの社会的背景を考えながら行っています。

注目される「がんリハビリテーション」

昨今、がん治療の一環として行われている「がんリハビリテーション」が注目されています。がんになると病気が原因だったり、治療の副作用や後遺症などで、障害が出たり身体能力が低下してしまいます。そこにリハビリを取り入れることで、患者さまが持っている力を引きだしQOL（生活の質）を保てるようにすることが「がんリハビリテーション」です。

内容は、いわゆる皆さまが考えるリハビリに近いものになり、がんの初期の段階から終末期まで、患者さまの

状況に応じて行っています。2010年に保険診療が認められました。

当院はがんリハビリテーションの認定施設として、がん治療にリハビリを積極的に取り入れています。



どんな病状でも安心して 治療が受けられる環境

肺がんは進行が速いこともあり、治療にはつきりとした境目がなく、がんの治療をしながら緩和治療に入っていく場合が多いです。これ以上の処置はこの病院では行えないと言われてしまったら、患者さまとしては不安ですね。

治療の形態が変わるごとに転院を考えるといられることで患者さまに安心して治療を受けてもらえればと思います。



症例カンファレンスのようす

病状に寄り添った「喘息治療」

喘息の治療は投薬治療が中心です。発作の場合は入院になることもありますが、現在、国内では治療ガイドラインの普及により喘息によって亡くなられる方や入院する方は少なくなってきました。

また、近年抗体製剤の登場で、重症喘息治療が格段に進歩しました。アレルギー反応を引き起こすIgE抗体や、好酸球と呼ばれる白血球の働きを直接抑える薬で、2009年にはじめて日本でも製造が認められました。比較的新しい製剤ですが、重症喘息患者に適応され、高い効果が認められています。

当院では、軽度の症状から重症喘息まで状態にあわせたスタンダードな喘息の治療を行っています。院内に研究部・臨床試験センターがあり、敷地内に大学の薬学部もあるため、さまざまな薬の情報が入手しやすい環境にあるので、新薬の臨床試験も行うことがあります。

患者さま一人ひとりに向き合い 適切な診療を

喘息の治療は、スタンダードな治療で効果が出ればよいのですが、うまくいかないと治療に行き詰ってしまうことがあります。そういう場合の対処が、専門医の腕の見せ所です。

治療がうまくいかずいくつかの医療機関を

経て、当院にたどり着く方もいらっしゃいます。薬を処方するということは同じですが、喘息の治療薬には吸入する薬が多く、患者さまがきちんと吸入薬を使えているかの見極めが大事です。場合によっては薬を誤って使っている可能性もありますから、きちんと薬を使っているか、吸入薬が正しく吸い込まれているか、実際に外来で患者さまを診て、話を聞き、患者さまに薬の重要性を理解してもらえよう診療しています。

当科の受診に
関しましては、
かかりつけ医か
らの紹介状をお
持ちいただくこ
とが望ましいで
すが、初診の患
者さまも受け付
けています。



Profile

鈴木 雄介 (すずき ゆうすけ)
呼吸器内科 部長

1996年 慶應義塾大学医学部 卒業、
2000年 慶應義塾大学医学部呼吸循環器内科(現呼吸器内科)、以後、喘息、アレルギー領域の研究に従事。2012年 慶應義塾大学医学部MSDアレルギー研究寄附講座 特任講師。2013年4月より北里大学北里研究所病院 呼吸器科 部長。

日本内科学会(認定内科医)、日本呼吸器学会(呼吸器専門医)、日本アレルギー学会(アレルギー専門医(内科)、指導医(内科))ほか

さあ出動へ、 ニュー北研DMAT!



DMAT (Disaster Medical Assistance Team) は、大規模災害や多傷病者が発生した現場で48時間以内に活動できる機動性と専門性を持った災害派遣医療チームのことです。医師、看護師、業務調整員(医師・看護師以外の医療職および事務職員)で構成されます。東日本大震災や今春に起きた熊本地震では、日本全国からDMATが被災地に参集し、災害支



援活動が行われました。地震以外にも、御嶽山噴火や鬼怒川の堤防が決壊した関東・東北豪雨災害でもDMATが派遣され、あらゆる種類の災害へとDMATの活動範囲は拡大しています。

東京都災害拠点病院である当院も、平成25年度にDMATを編成し、来る有事に備え医療資機材等の整備やDMAT研修・実働訓練へ積極的に参加してきました。今秋からは猪又循環器内科部長が北研DMATの新たなリーダーに就任し、防災活動を牽引する心強い存在となりました。新体制となった北研DMATは、首都直下型、東



海・東南海・南海地震など今後起こり得る大規模地震に備え、災害医療に関しスキルアップに務めてまいります。ご声援下さい。

(文責 荒井孝)

写真は自衛隊の航空機を使用した
広域搬送訓練のようす

管理栄養士が教える!

つくしんぼ レシピ

● 食物繊維たっぷり
栄養満点メニュー ●

「けんちんうどん」

食物繊維は、野菜や海藻、きのこ、こんにやく類に多く含まれ、食後の高血糖やコレステロールを抑制し、便秘コントロールにも効果があります。国民健康・栄養調査の結果からも若者中心に不足傾向が見られるため、意識して摂るように心がけましょう。当院でも食物繊維を摂るように献立を工夫しており、今回は冬にぴったりな「けんちんうどん」をご紹介します。野菜は生よりも加熱したほうが量も食べられますし、蛋白質も入っていますので、お勧めです。つけ合せの「煮豆(写真右上)」、「わかめときゅうりの酢の物(写真左上)」も作り置きしておくくと便利です。



けんちんつゆ 材料(1人分)

豚もも肉	50g	人参	10g
油揚げ	5g	長ねぎ	10g
里芋	25g	サラダ油	小さじ1
こんにやく	20g	だし汁	1カップ
ごぼう	15g	醤油	小さじ2
大根	20g	みりん	小さじ1・1/2

＜作り方＞

- 1 豚もも肉、湯通しした油揚げ、里芋、下茹でしたこんにやくは食べやすい大きさに、ごぼうはさがきにして水にさらし、大根・人参はいちょう切り、長ねぎは小口切りにしておく。
- 2 鍋にサラダ油をひき、豚もも肉を炒める。色が変わったら、ごぼう、大根、人参、里芋を順に入れる。
- 3 鍋にだし汁、油揚げ、こんにやくを入れ、灰汁をとる。
- 4 醤油、みりんを味を整える。

この日、何の日? ～11月5日～

みなさまは11月5日が何の日かご存知ですか。

北里柴三郎先生が「北里研究所」を設立した日、その日が11月5日なのです。

1914年11月5日、国立伝染病研究所を退官した北里柴三郎先生は、私立北里研究所を設立しました。北里研究所は、1918年に社団法人として認可され、その後、2008年に北里学園と統合し、学校法人北里研究所として現在に至ります。

当院では、職員一人ひとりが北里精神を受け継ぐ者として、この日を大切にしています。



11月5日に職員食堂の各テーブルに置かれた北里研究所の沿革

北里研究所病院の

高齢患者さまの医療支援に対する取り組み⑤

食は楽しみですが、高齢の患者さまにとっては、短期間の食事摂取不良でも体力・筋力の低下に繋がるため、十分な食事の摂取がより重要です。「最近、食事量がぐっと減ってしまった」、「ここ何日か水も十分に飲めていない」という状態で入院される患者さまは多いのですが、要因はさまざまです。そうした中で、早期に医師による診断がされ適正な食事環境を整えることで、体力低下を避けることができ、治療やリハビリの効果がやすくなります。当院では、ご自宅やご施設の環境にあわせた食事の相談もお受けしています。普段の食事で何かお気付きのことがございましたら、お気軽にご相談ください。

(管理栄養士 島田 真理子)

栄養相談

入院中の患者さまおよび外来を受診されている患者さまを対象に、管理栄養士による栄養相談を行っています。是非ご利用ください。

◎入院中の患者さま

嗜好にあった食事内容、または退院後の食事についてのご相談をお受けしています。担当医もしくは病棟看護師にお知らせください。病室へ管理栄養士が訪問いたします。

◎外来を受診されている患者さま

治療に必要な食事についてご相談をお受けいたします。(有料)(保険)
実施日時: 月・水・金曜日 9:30～12:00(30分間)
予約方法: 外来受診時に担当医にご依頼いただき、栄養指導の予約をお取りください。

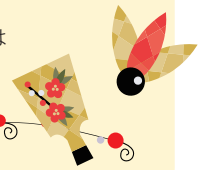


炎症性腸疾患 (IBD) 市民公開講座 (無料)

テーマ 『炎症性腸疾患 (IBD) 治療の疑問と実際』
 開催日 2017年3月5日 (日)
 時 間 午後1時30分～午後4時00分
 (午後1時00分開場)
 場 所 北里大学薬学部2201教室
 対象者 どなたでもご参加いただけます。
 定 員 200名 (予約制・先着順)
 演 題 ① IBDについて皆様にご覧いただきたいこと
 IBDセンター長 日比紀文
 ② IBDに今求められるチーム医療
 IBDセンター医員 齊藤詠子
 ③ 今日から役立つ! IBD治療薬の基礎知識
 薬剤部 八木澤啓司、中村俊貴
 ④ これからのIBD治療薬について
 IBD副センター長 小林拓
 申込方法 TEL 03-5791-6143 (総務課) または
 IBDセンター受付窓口で直接申し込み

整形外科市民公開講座 (無料)

テーマ 『健康寿命を生きる』
 開催日 2017年3月4日 (土)
 時 間 午後2時00分～午後4時30分
 (午後1時30分開場)
 場 所 北里大学薬学部コンベンションホール
 (北里研究所病院となり)
 対象者 どなたでもご参加いただけます。
 定 員 300名 (予約制・先着順)
 内 容 「健康寿命を生きる」をテーマに、ロコモティブ症
 候群や、大腿骨・股関節・膝関節・肩関節・脊椎など
 の運動器疾患について講演します。当院の整形外科
 医やトレーナーの他に、港区整形外科医会から講
 師をお招きします。
 申込方法 TEL 03-5791-6143 (総務課) または
 整形外科受付窓口で直接申し込み



新任医師紹介

◆10月1日付



整形外科 医員
高野 盛登
 (たかの もりと)
 脊椎を専門としています。
 よろしくお願いたします。



◆1月1日付

臨床試験センター センター長
蓮沼 智子
 (はすぬま ともこ)

眼科 医員
鈴木 亜鶴
 (すずき あづ)

整形外科 後期研修医
小川 亮
 (おがわ りょう)

退職医師紹介

◆9月30日付

循環器内科 **馬場 彰泰**
 整形外科 **辻 崇**
 内分泌代謝内科 **田畑 光久**

◆12月31日付

眼科 **安藤 靖恭**
 循環器内科 **島田 恵**
 整形外科 **大矢 昭仁**

編集後記

昨年は皆さまにとってどのような1年でしたか。私にとっては、当院の広報活動について大きく考える1年になりました。いまお読みいただいています広報誌「つくしんぼ」をはじめ、外来の待合にあるモニター、お持ち帰りいただけるリーフレットなどの媒体を通して当院の情報を発信しています。また、既にご覧いただいている方も多いと思いますが、昨年10月に当院のWebサイトがリニューアルしました。

今年は昨年以上に皆さまにご活用いただける情報を発信できるよう努めて参ります。

(渡部)

イベントスケジュール

■生活習慣病予防教室 (無料)

開催日 2017年1月14日 (土)
 時 間 午前10時00分～午前11時30分
 場 所 予防医学センターラウンジ
 定 員 30名
 内 容 高血圧について
 申込方法 TEL 03-5791-6146 (予防医学センター)

■リビングウィルセミナー (有料)

開催日 2017年2月4日 (土)
 時 間 午前10時00分～午後0時00分
 場 所 アネックス棟 (東洋医学総合研究所棟)
 5階A・B会議室
 定 員 30名
 内 容 リビングウィル作成について、
 延命治療についての講習
 受講料 2,000円 (税抜・テキスト代を含む)
 申込方法 TEL 03-5791-6345 (予約センター)

■眼瞼下垂セミナー (無料)

開催日 2017年2月22日 (水)
 時 間 午後2時00分～午後3時30分
 場 所 アネックス棟 (東洋医学総合研究所棟)
 5階A・B会議室
 定 員 20名
 内 容 眼瞼下垂の診察、手術を希望される方への
 事前説明会
 申込方法 TEL 03-5791-6148 (美容医学センター)

■生活習慣病予防教室 (無料)

開催日 2017年3月11日 (土)
 時 間 午前10時00分～午前11時30分
 場 所 予防医学センターラウンジ
 定 員 30名
 内 容 受動喫煙と健康について
 申込方法 TEL 03-5791-6146 (予防医学センター)