

TAKE FREE

2022
SEPTEMBER

vol. 7

NCGM

National Center for Global Health and Medicine

PRESS



CONTENTS

NCGM PRESS 再開のご挨拶

NCGM Front Line

・腎臓内科ご紹介

NCGM Voice

・臨床工学室

NEWS

・産婦人科にて無痛分娩受付開始

ストレッチ/レシピ



新型コロナウイルス感染症のため、長らくNCGM PRESSをお休みしていましたが、ようやく再開できるようになりました。

日頃、連携医の皆様方に大いにお世話になっているにもかかわらず、適切な情報発信ができなかった事をお詫びいたします。

今回のコロナ禍を通して、病診連携、病病連携の大切さを再認識いたしました。今後は従前にも増してお互いの連携を深め、地域医療に貢献してまいりたいと考えております。今後ともよろしくお願いいたします。

国立国際医療研究センター病院
病院長

杉山 温人

みなさま、こんにちは。

6月1日付けで病院広報管理部門長の併任をすることになりました副院長の丸岡豊でございます。この度、図らずも休刊しておりましたNCGM PRESSを再発刊することになりました。当院の様々な診療科のほか、パラメディカルスタッフの仕事の紹介やその時々の特集などを取り上げ、当院の魅力を発信して参りたいと思っております。今年度は1号のみですが、来年度からは定期的に発行いたします。どうぞよろしくお願いいたします。

国立国際医療研究センター病院
副院長（病院広報管理部門長）

丸岡 豊

腎疾患のすべての病期に対応し、科学的に正しい診断をもとに一人ひとりに最適な治療を提供します

腎臓内科の体制と特徴

おいて連続性を持った医療の提供を行っています。

とが重要だと考えています。

当院は国立高度専門医療研究センター（ナショナルセンター）としては唯一の総合病院として、すべての診療分野の専門医・スタッフが連携した高度急性期医療を提供しています。この医療体制を基盤とし、腎臓内科では急性期から慢性期まで腎疾患すべての病期に

私のモットーは、科学的に正しい診断を行い、一人ひとりの患者さんに最適な治療を提供していくことです。腎生検（腎臓の組織の一部を顕微鏡で評価する検査）をはじめ、正しい治療法を決定するために必要な検査をきちんと行い、個々の病態に応じた治療を行うこ

近年は糖尿病・高血圧などの生活習慣病の増加を背景とした慢性腎臓病（CKD：Chronic Kidney Disease）の増加が社会的にも問題になっていきます。CKDの治療には大きく2つの目的があります。1つは、人工透析が必要な末期腎不全の状態にならないよう腎機能の低下をできるだけ抑制することです。もう1つは、心臓病（心筋梗塞）や脳卒中といった心臓や脳の血管の障害を防ぐことです。慢性腎臓病ではこれらの病気を発症する確率が高くなるため、こうした合併症のリスクも視野に入れながら治療を進めることが大切になります。

高野 秀樹 [たかの ひでき]

腎臓内科診療科長
(腎臓内科医長、透析室医長)
病院広報管理室長

そのため、当科では10余名の医師を中心とした診療体制で、1人

の患者さんに対し3名の医師が担当し、院内各診療科医師と綿密に連携をとりつつ、栄養士・臨床工学技士・薬剤師・看護師・ソーシャルワーカーとともにチーム医療を推進しています。

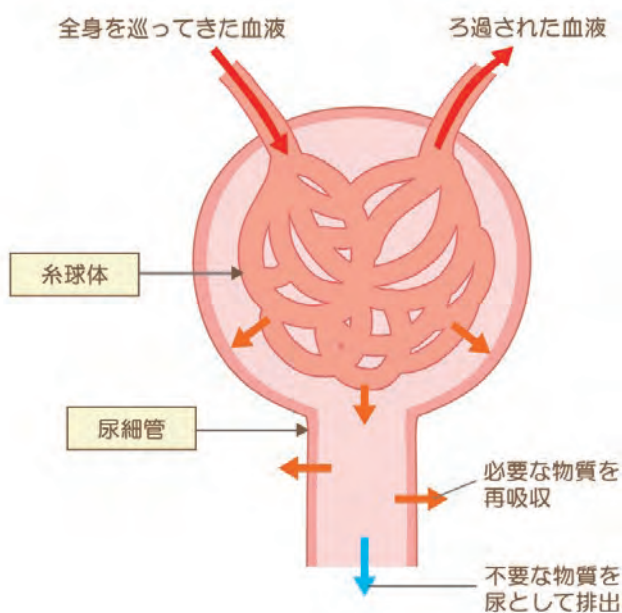
また、設備面では高性能な移動式血液浄化装置を複数台有し、急性期医療に強みを持つ一方、今後の新たな取り組みとして外来透析にも注力していく予定です。

2022年度に人工透析室を全面リニューアルし、最新型の透析機器・システムを導入しています。オンラインHDF（血液ろ過透析）治療の拡充や、入力システムの電子化や透析液作製の自動化、





腎臓のはたらき (イメージ)



URL : <https://medicalnote.jp/contents/211119-001-NX>

©MedicalNote, Inc.

慢性腎臓病について

透析中に視聴できるテレビやインターネットといったアメニティーの向上など、さらなる安心・安全・快適な透析医療体制の構築をはかっています。

腎臓は、血液をろ過するフィルターの役割を担っています。腎臓内部にある網目状の組織（糸球体）がフィルターとなって余分な

水分や老廃物を取り除いて血液をきれいにし、ろ過された液体は尿として排出されます。また、もう一つ大切な役割として、体に必要な物質（糖分やアミノ酸、電解質など）を再吸収するはたらきがあります。糸球体では1日に約150Lもの血液がろ過されており、尿細管で体に必要な物質を再吸収することで、体外に排出される尿量は1日1L〜1.5L程度に収まっています。

さらに腎臓はホルモンに関わる臓器でもあり、貧血や血圧の低下を抑えるホルモンを分泌したり、ビタミンDを活性化させカルシウム代謝を促すなど、多様なはたらきによって体全体のバランスを保つ役割を果たしている臓器なのです。

こうした腎臓の機能が何らかの原因によって慢性的に低下する疾患の総称が慢性腎臓病（CKD）です。初期のCKDは目立った自覚症状は現れません。気付かないうちに時間をかけてゆっくりと進行していくため、症状に気付いた段階ですでに人工透析が必要な状態にまで進行しているケースもあります。

CKDは一度進行すると完治は難しいため、早期発見・早期治療が大切です。そのためには、やはり定期的な健康診断が欠かせません。腎機能の低下は健康診断で比較的早い段階で見つけられることがほとんどです。特に慢性腎臓病のリスクとなる糖尿病、高血圧、脂質異常症などの生活習慣病があ

る方は、日頃からの生活習慣の改善に加えて、きちんと定期的な検査を受けていただくことをおすすめします。





臨床工学室

高度な医療工学機器の

管理・操作・保守・点検を通じて

すべての患者さんに

安全かつ先進の医療を

病院のエンジニア
「臨床工学技士」

私たち臨床工学技士は、生命維持管理装置の操作と保守・点検を行う国家資格の医療職種です。病院のエンジニアとして、院内で使用するさまざまな医療機器の保守・点検などの安全管理、機器操作や医師のサポートといった業務によりチ

ム医療の一端を担っています。取り扱う代表的な機器としては、人工呼吸器や心臓手術に使用する人工心臓、腎臓機能を代行する透析装置などが挙げられます。このほかにも植込み型心臓デバイス（ペースメーカー）や血管造影（カテーテル）検査機器、各種モニタリング装置、ロボット支援手術（ダヴィンチ）やステントグラ

夫院内4000台の医療機器を管理
当院臨床工学室では、現在14名の臨床工学技士がローテーションにより、これらの業務を担っています。また、ME (Medical Engineering) 機器と呼ばれる輸液ポンプ、シリッジポンプ、生体情報モニター、保育器といった機器を中央管理するME室を設置し、院内で使用する約4000台の機器の管理・貸

出から返却後の点検・保守・洗浄消毒までの一連の業務をアウトソーシングスタッフとともにを行っています。加えて、計画的な機器の購入・廃棄により院内で使用する機器の統一化を図ることで、医療安全面の向上や機器運用の効率化を推進しています。また、医師や看護師、コメディカルスタッフに対し、新規に導入する機器の取り扱い・操作についての動画・Eラーニングなどを用いた安全研修を行うことも重要な業務のひとつです。

深谷 隆史 (ふかや たかし)

臨床工学室
臨床工学技士長





ECMO人工肺カバー「サクビタ」

機器操作を通じた 治療への参加

集中治療室（ICU）、高度治療室（HCU）、脳卒中治療室（SCU）では、人工呼吸器や各種のモニタリング装置などの高度な生命維持管理装置の管理・操作を通じて、担当の医師や看護師と連携しながら専門的な立場で積極的に治療に参加しています。特に新型コロナウイルス感染症への対応においては、重症者に対して人工呼吸器ばかりでなく非侵襲的陽圧換気療法（NPPV）や、人工



血管造影室での業務風景

肺とポンプを用いた体外循環による治療（ECMO）を行うなど、重要な役割を担っています。

また、救急医療においては心停止や循環補助を必要とする心臓・大血管手術に用いる人工心肺装置や心筋保護装置の操作を担うため、臨床工学室もまた365日24時間対応できる体制を整えています。

そのほか、研究活動では各種学会での発表や、さまざまな診療科と連携した臨床研究に参加しており、新たな医療機器・技術の開発を目的とした「医工連携」にも積極的に取り組んでいます。最近で

は、ECMO装置に装着するウィルス飛散を軽減する効果のあるカバーを研究・開発し、効果が認められて製品化されています。ほかにも現在、多様な医療関連機器の研究・開発を進めています。

機器を介した患者さんとの つながりを大切に

私たち臨床工学技士は、透析治療やペースメーカーに関する業務などを除けば、患者さんと直接に接する機会はほとんどありません。

ですが、医療機器と向き合う業務の中でも常に患者さんへの想いを

忘れず、使用する場面を想像しながら、安心・安全な医療の提供に努めています。

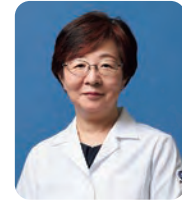
医療分野における工学技術の進展にともない臨床工学技士の業務範囲は拡大しており、求められる知識・技術も多様かつ高度化しています。高度先進医療の場においても責任のある重要な役割を担っていることを自負し、より多くの方の病気の克服や健康の増進に与えられるよう、臨床工学室一同これからも励みたいと思います。



人工心肺装置



経産婦さんを対象とした 無痛分娩を始めました



産科医長

定月 みゆき



麻酔科無痛分娩チームとの連携

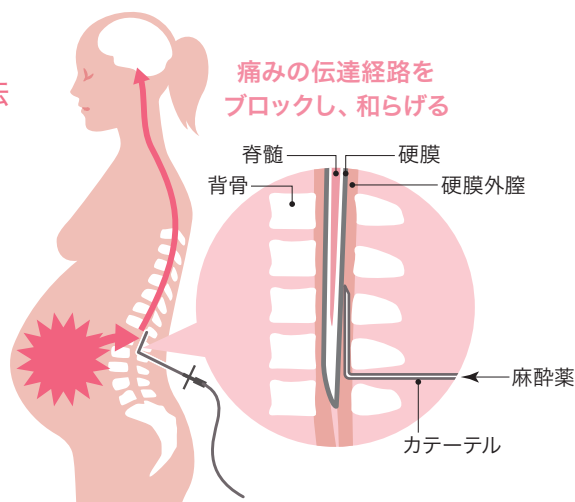
令和4年6月から、経産婦さんを対象とし、主に硬膜外麻酔を用いる計画無痛分娩を始めました。安全に無痛分娩を行うために硬膜外麻酔カテーテルは麻酔科専門医が挿入します。また、麻酔管理中のトラブルに備えて麻酔科医がすぐに駆けつけられるよう、平日（月・水・木）の日勤帯の計画分娩を原則としています。無痛分娩麻酔科チームは、自らが無痛分娩で出産した女性医師により編成されていますので、経験に基づいた具体的なアドバイスやサポートを受けることができ、安心して分娩に臨むことができます。



安全で快適なお産の選択肢のひとつとしての無痛分娩

当科ではこれまで個人の価値観や性格、社会背景などに合わせて、可能な限り産婦さんの希望に寄り添うケアを提供してきましたが、このたび、かねてより希望の強かった無痛分娩を導入することができました。無痛分娩の対象者はまだ限定的ですが、全ての産婦さんに対して、従来通り安全かつ快適なお産を目指して、医師、助産師の協力のもと、より良いお産となるよう支援してまいります。分娩中に食べやすい陣痛食や産後のお祝い膳の改良、産後過ごす病室の改装など療養環境の向上にも努めています。当院での分娩を希望される妊婦さんがいらっしゃいましたら、是非ご紹介ください。

無痛分娩で行う 硬膜外麻酔の方法



自分のペースで体をほぐそう
ゆるすとれっち

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、「新しい生活様式」を実践し、中長期に渡り感染症対策と向き合う中で、運動不足から身体的及び精神的な健康を脅かす健康二次被害も懸念されています。

子どもの健全な発育・発達、テレワークの推進に伴う身体活動量の低下のほか、特に、中高年齢者については、生活習慣病等の発症や体力・生活機能の低下（骨や筋肉等運動器の衰え、認知症等）をきたすリスクが高まります。

意識的に運動・スポーツに取り組むことは、健康の保持・増進だけでなく、ストレス解消、自己免疫力を高めてウイルス性感染症を予防することにも役立ちます。

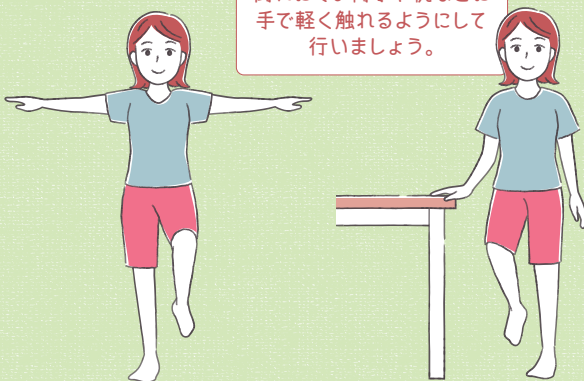
安全・安心に運動・スポーツに取り組むポイント、手軽な運動事例などをご紹介します。

基本の運動

①片足立ち体操（立位バランス能力の強化）

左右の足で1分間を目標に1日3回行いましょう。

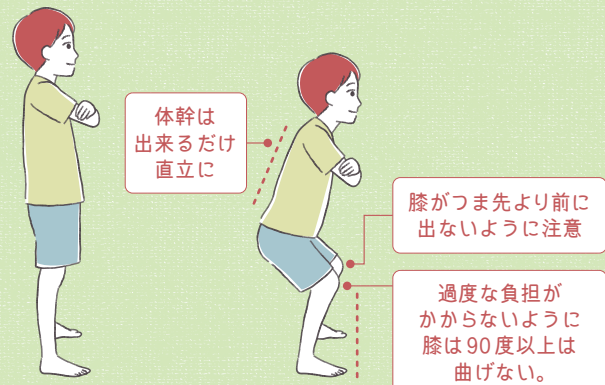
バランスに不安のある方は倒れにくい椅子や机などに手で軽く触れるようにして行いましょう。



②スクワット（下肢【太もも・殿筋】の筋力強化）

深呼吸するペースで5～6回繰り返します。

1日3回を目安に行いましょう。



カラダが喜ぶ
いきいき
ごはん。

「旬の味覚」豆栗ご飯

栄養量（1人分あたり）エネルギー 277kcal 塩分 1.0g



材料 (2人分)		
むき栗(生)		10個
金時豆		30g
米		0.5合
もち米		0.5合
昆布(10cm)		1枚
酒		大さじ1.5
塩		2g
ごま塩(お好みで)		適量

作り方

- ①金時豆は10時間ほど浸水しておく。むき栗は軽く洗い水気を切る。（皮付きの栗は皮を除いて洗い水気を切る。）
- ②米ともち米を合わせ、炊く30分以上前に水洗いしてザルにあげておく。
- ③だし昆布はかたく絞った濡れ布巾で汚れを軽くふき取る。
- ④炊飯器に洗った米、酒、塩を入れ、普通の米を炊くときと同じ水加減でひと混ぜし、むき栗・金時豆・だし昆布を入れてスイッチを入れる。
- ⑤炊きあがったら昆布を取り出し、軽く混ぜて茶碗に盛り、お好みでごま塩をふる。

ひとくちメモ

栗は秋の味覚の代表的な食材です。栗の実にはビタミンCやカリウム、食物繊維といった栄養素が豊富に含まれています。特に、一般的なビタミンCは熱に弱いので加熱すると成分が壊れてしまいますが、栗に含まれるビタミンCはデンプンに包まれているため加熱しても壊れにくく、焼き栗や栗ご飯にしてもビタミンCをしっかり摂ることができます。ビタミンCには美肌効果や免疫力を高める効果などがあります。秋は意外と乾燥しやすく、朝晩の気温差で体調を崩しやすい季節です。おいしい秋の味覚で栄養を摂り体調を整えましょう。

■人間ドックセンターのご案内

長い歴史をもつ当人間ドックセンターは、その歴史と経験に基づき、お客様からの安心と信頼をいただいております。その期待にお応えできるよう全スタッフが心を込めてお迎えしております。施設内は広めのフロアでゆったりとしており、スムーズに検査を受けていただけることはもちろん、病院の専門診療科とも常に連携を取っており、ご病気が発見された際には、迅速に専門診療科へご紹介しております。

また当院の特徴として、胃と大腸の内視鏡検査が同日に行えるコースや専門診療科とタイアップしたコース、PET-CT検査などの様々なオプション検査をご用意しており、皆さまの生活習慣や既往歴などに合わせて、ご自身でご自由にお選びいただけます。日帰りコースだけでなく、ご宿泊コースもご用意しており、お部屋からの夜景やお食事を楽しみながら、時間にゆとりをもって検査をお受けいただけます。



[人間ドックセンター]

ご寄附のお願い

医学研究の発展と優れた人材の育成のために

当センターは、センター病院・国府台病院という2つの診療拠点に加え、研究所・臨床研究センター・国際医療協力局および国立看護大学校を擁し、高度総合医療を提供するとともに、特に感染症・免疫疾患ならびに糖尿病・代謝性疾患に関する研究・診療を推進し、これらの疾患や医療の分野における国際協力に関する調査研究および人材育成を総合的に展開しております。

当センターの活動を推進し、使命を十分に果たすためには、その活動財源を安定的・多面的に確保することが必要不可欠です。課せられたミッションを実現して国民の皆さまに成果を還元するための財源に関して、企業や個人の皆さまからの寄附によるご支援をお願いいたします。

何卒、当センターの寄附の趣旨にご理解頂き、お力添えを賜りますようお願い申し上げます。



[ご寄附のお願い]

診療時間

- 外来診療時間 8:30~17:15
- 初診受付 8:30~11:00
(紹介状を必ずご持参ください)

※休診日や完全予約制を設けている診療科もありますので、必ずホームページをご覧ください。



[外来のご案内]

アクセス

- 地下鉄をご利用の方
都営地下鉄大江戸線 若松河田駅(河田口)から徒歩5分
東京メトロ東西線 早稲田駅(2番出口)から徒歩15分
- 都営バスをご利用の方
JR大久保駅 又は 新大久保駅より都営バス新橋行、
JR新宿駅西口より都営バス医療センター経由女子医大行
「国立国際医療センター前」下車

