



月刊 織本

GEKKAN ORIMOTO

2

2016年2月1日 Vol.258

発行 医療法人財団 織本病院

印刷 〒204-0002

東京都清瀬市旭が丘 1-261

TEL 042-491-2121

URL <http://www.orimoto.or.jp/>

発行人 高木 由利



スノーゲース

岡田知子さんのコンサート — ショパンと私 —



理事長・院長 高木 由利

当院は、雪が降ると事務系を中心としたスタッフ達が一斉に雪かきをしてくれます。私は安心して診療ができることをいつもスタッフに感謝しています。

* * *

そんな雪の心配をしながら、1月21日（木）岡田知子さんのコンサート講演が開かれました。私のわがままを聞いて頂き、テーマは“ショパンの心と音楽”でした。午後の1時間、ショパンについて歴史的に語って頂き、ショパンの演奏をして下さり… 何とも贅沢なひとときを味わいました。岡田さんは私の姉の伴奏者として親しくさせて頂いていましたが、当院でお母様を看取らせて頂いたこともあり、お忙しい時間をやりくりしていらして下さいました。

私がショパンをお願いした理由は、ピアニストである叔母、クロイツァー豊子が生涯ショパンを弾き続け、私は幼い頃から曲名もわからないのにショパンが親しい存在だったからです。私は叔母のピアノもショパンも大好きでしたのに、何故かイイノホールなど大きなコンサートホールで行われる叔母のピアノリサイタルに行くのが嫌でした。叔母だけではなく全てのリサイタルが嫌でした。

岡田さんのお話しとピアノを目を瞑って聴いている

時、私は不思議な体験をしたの

です。それは遠い昔の思い出でした。私が7～8歳の頃でしょうか。ある夏の日、私は生まれて初めて一人で電車に乗り叔母の家に向かいました。家の門を出て歩きながら振り返ると、母がずっと手を振っていました。大泉学園から電車に乗り目黒まで行き、そこから池田山の叔母の家に歩いていきました。夏の陽射しがとても熱い日でした。大きな門から玉砂利の中を歩き、木造平屋の家に着くと玄関の呼び鈴を鳴らします。家の中から叔母のハイヒールの音が足早に聞こえドアが開き、“よく来たわね”と言って私の頬にキスをしてくれます。私が室内履きに履き替えると、叔母は“ピアノを弾いてあげるわ。来てくれたお礼よ。”と言いながら、私の手を引いて石の廊下を歩いて、ガラス張りの小さな音楽堂に連れて行ってくれるのです。冷たいジュースを飲みながらフカフカのソファに座ると、叔母はショパンを弾いてくれました。優しい色白の叔母の横顔を見ながらグランドピアノから流れ出てくる美しいショパンの音色で、私の心の緊張は溶かされていったのです。

岡田さんのコンサートの最後の曲が“幻想即興曲”でした。ある時の叔母のピアノもこの曲でした。岡田さ



んの演奏する姿、音色、その全てから私は忘れかけていた叔母とのひとときを思い出したのです。私にとってショパンの演奏は、こじんまりとしたサロンのようなホールでなければならなかったのかもしれませんが。

岡田さんのコンサート講演が終わると、涙を流して感動する多くの患者さん達の姿を見て、私はこの日オリモトホールにいらした全ての方々が本当の音楽を味わわれたことを知りました。

岡田知子さん、ありがとうございました。

第19回 日本病態栄養学会 学術集会

管理栄養士 岡本 啓吾



第19回日本病態栄養学会年次学術集会が1月9日・10日の2日間、パシフィコ横浜で開催されました。この学会は、疾病治療における栄養管理の重要性が認識される今、医師・管理栄養士・その他メディカルスタッフなど、病態栄養学の研究者・臨床家が職種を超えて一堂に会し、最先端の知識を学び・議論する場として毎年開催されているものです。今年は、「栄養食事療法—そのサイエンスとヒューマニティー—」のテーマに基づき、来場者数4914人、パシフィコ横浜場内の11会場で熱い議論が繰り広げられました。学会は人の幾度の努力・英知が結集し、最新の情報を学ぶ事が出来る素晴らしい場で、興味深い講演が数多くありました。私が聴講した「糖尿病」「慢性腎臓病(CKD)」の内容を一部紹介致します。

【糖尿病について】

食べる順番を変えることで、食事療法のポイントである、「食後高血糖抑制、低血糖を起こさない、血糖変動を緩やかにする」ことが可能です。しかし、ただ順番を変えるだけではあまり効果は期待できません。順番だけでなく、食べ方も大切です。順番は野菜→たんぱく質→炭水化物。野菜を食べ始め、炭水化物を食べるまでの間が10分以上であること。野菜には「糖質・脂質の吸収抑制、消化速度遅延」、魚・肉には「消化速度遅延」という特性があります。この特性の相乗効果で食後高血糖抑制に繋がります。また、噛む事は

糖尿病・肥満の予防・改善など様々な健康促進効果があります。1口30回噛むことで、食事時間が延び、消化速度が遅くなり、噛むことも運動になるのでエネルギー摂取量は半分になるといわれています。近年、バランスを考慮したエネルギー制限食に対し、糖質に重きを置いた糖質制限食が注目されています。肉・魚・豆類・野菜中心の糖質制限食とエネルギー制限食では、6か月試験において、糖質制限食の方がHbA1c・BMIで有意に改善がみられました。しかし、糖質制限食はエネルギー制限に比べ継続が難しく、たんぱく質・脂質過剰にも繋がるなど問題点があります。糖質制限食は予想以上に継続が困難で、栄養バランスも崩れやすく、誤った方向に進んでしまう可能性が大きいです。

【CKDについて】

筋肉・栄養素・塩分・食習慣・CKD教育入院・低たんぱく食など、様々な観点からの検証についての発表がありました。透析患者の心疾患・栄養・筋肉の関連について。無機リンが有機リンより悪影響を与えた検証。透析患者の食習慣実態検証。CKD教育入院の検証。CKDに対する0.5g/kg/day以下のLPDの有用性について。特にCKD教育入院検証による改善は、とても興味深く、本院でもマニュアルを作成するなど力を入れているので、更なるマニュアルの検討や質の高い栄養指導が必須と感じました。日本人食事摂取基

準 2015年版では、策定目的に生活習慣病発生予防とともに「重症化予防」が加わりました。CKDの重症度分類が18段階に増えるなど、エビデンスが増え続ける中でガイドラインが複雑化してきています。また、高齢化に伴い、腎血流低下、GFR低下、Na排泄障害、高K、尿濃縮力低下、脱水など様々な観点が必要であり、より厳格なたんぱく質制限では、サルコペニア・低栄養のフォローアップが重要です。

栄養指導では、患者様と同じ視線・共感・傾聴・信頼関係の構築が行動変容に繋がると信じて日々行っています。患者様の、性格・育った環境・趣味・嗜好・

食生活など様々な角度から問題点を掘り下げて、患者様の最優先課題と実行しやすい方法を、患者様と一緒に見つける、患者様中心の医療を実践していきたいと思えます。

今後更なる超高齢化を迎えるにあたり、低栄養・サルコペニア・フレイルサイクル・認知症など高齢化による様々な対策を踏まえた医療が必須になっており、チーム医療の質も問われています。他部署間の垣根を越え、病院一丸となって患者様に最大限の医療を提供できる一員になれるように精一杯努力していきたいと思えます。

◎ 感染経路
主に飛沫感染。咳やくしゃみなどに含まれたウイルスが喉から入り感染する。

◎ 症状
1〜2日の潜伏期の後、突然の熱発（38度以上）、悪寒。次いで、関節痛、全身倦怠感、頭痛など。のどの痛み、咳、鼻水などもそれに続く。

くインフルエンザの流行が遅れてきましたが、東京近郊でもインフルエンザの報告が増え流行域に入りました。インフルエンザは急性の呼吸器感染症ですが、いわゆる風邪とは全く違う疾患です。肺炎や脳炎などを併発することもあり、最悪の場合は死に陥ることもあります。

暖冬の影響
もあり例年にな

インフルエンザの流行が始まりました



内科・糖尿病外来

佐藤 潤一
さとう じゅんいち

◎ 治療

発症48時間以内ならばタミフルなどのインフルエンザ治療薬が有効。そのため、発症6時間以降48時間以内に医療機関受診を受診することが必要。

◎ 経過

治療により発熱などの症状が治まっても、解熱してから最低2日間は自宅安静。1週間程度はウイルスを持っており第三者に感染させる可能性がある。そのため、5〜7日程度はマスクを着用する、過度な残業や出張などを避けるなどの注意が必要。咳エチケットもとても大切。なお、幼児や学生は発熱後5日を経過し、かつ、解熱した後2日（幼児は3日）を経過するまでは出席停止の決まりがある。

◎ 予防

流行前であれば、予防接種をすることが基本。手洗い（石鹸と流水）、うがいを頻回にする。また、アルコール消毒も有効。出来るだけ人ごみに出ない様に。人ごみではマスクを着用する。室内の換気を良くする。十分な睡眠をとり、過労を避ける。暴飲暴食を避け、バランスの良い食事をする。

外来診療表

午前受付 8:30 ~ 11:30 (診療開始 9:00) / 午後受付 13:30 ~ 16:30 (診療開始 14:00)

		月	火	水	木	金	土
内科	午前	上杉 夫彌子 齋藤 圭子	齋藤 圭子	福島 嗣郎 梶本 克也	齋藤 圭子	上杉 夫彌子 大徳 聖哲	高橋 隆一 (第1.3) 本間 仁乃 (第2.4.5) 工藤 宏一郎 (第2)
	午後	担当医	上杉 夫彌子	担当医	饗庭 了	岩川 俊輝	市川 健一郎 (第2) 村瀬 忠 (第3.5) 担当医
外科	午前	藤木 達雄	藤木 達雄	担当医	担当医	担当医	藤木 達雄
	午後	担当医	担当医	担当医	担当医	藤木 達雄	担当医
脳神経外科	午前		山口 竜一 ※2			吉田 裕毅	担当医 (第1.3.4.5)
	午後						担当医 (第1.3.4.5) ※3
整形外科	午前				新藤 正輝 (月1回)	岩川 俊輝	新藤 正輝 (月1回)
	午後				新藤 正輝 (月1回)	岩川 俊輝	新藤 正輝 (月1回)
形成外科	午前			最上 真理子			
	午後			最上 真理子			
心臓血管外科	午前	藤木 達雄	藤木 達雄				藤木 達雄
	午後					藤木 達雄	
循環器科	午前	藤木 達雄	藤木 達雄	梶本 克也	藤木 達雄		高橋 (1.3)・本間 (2.4.5)
	午後				饗庭 了	藤木 達雄	市川 健一郎 (第2)
呼吸器科	午前	齋藤・上杉	齋藤 圭子		齋藤 圭子	上杉 夫彌子	工藤 宏一郎 (第2)
	午後		上杉 夫彌子				
消化器科	午前	生形之男 (第2.4)		福島 嗣郎	池田 宣昭 (第2除)		
	午後						
肛門科	午前		高木 由利 ※1				
	午後						
泌尿器科	午前		佐々木 秀郎			大徳 聖哲	
	午後		佐々木 秀郎				
皮膚科	午前						
	午後	池谷 田鶴子					
内視鏡検査	午前	生形之男 (第2.4)	曾 義家 (第2)	竹下 俊隆	池田 宣昭 (第2除)	丁 守哲	昭和大病院 Dr.
	午後				須田 浩晃 (第3除)		
専門外来	腎不全外来	午前		高木 由利 ※1		高木 由利 ※1	
	糖尿病外来	午後					佐藤 潤一
	乳腺外来	午前					北野 敦子 (月2回)
	睡眠時無呼吸外来	午前	齋藤 圭子	齋藤 圭子		齋藤 圭子	工藤 宏一郎 (第2)
	サラリーマン外来	午前					高木 由利 (第4)
	血管外科特別外来	午後			萩原 博道 (第4)		

(※1 完全予約制 / ※2 10:00 から / ※3 15:00 まで)

第174回 腎疾患ゼミナール

腎不全の理解を深めましょう ⑩

肝機能 (GOT・GPT・γ-GTP) について

腎臓内科：高木 由利

看護部からのワンポイントアドバイス

『睡眠について』

看護師：福井 美由紀

2016年 2月18日 (木)

午後 1:00 ~ 2:00

オリモトホール (織本病院 4F)

参加費無料



糖尿病教室のご案内

テーマ『薬のはなし』

薬剤師：境 茂雄

2016年 2月13日 (土)

午後 1:00 ~ 1:30

第1会議室 (織本病院 4F)

参加費無料

予約不要 (直接会場へお越しください)

