

T.M.P.H.ニュース

2016 Summer Vol. 15

Tokyo Metropolitan Police Hospital News

CONTENTS

- 膠原病リウマチ科の紹介
- 病理診断科の紹介
- 医師コラム「紫外線対策していますか？」
- 手洗いは感染予防の基本です
- 薬の基礎知識
- 区民健康講座のご案内
- ホームページの紹介

膠原病リウマチ科の紹介

内科(膠原病リウマチ科)部長 中島 敦夫

膠原病リウマチ科は、関節リウマチ、全身性エリテマトーデス、多発性筋炎・皮膚筋炎、強皮症、血管炎などの膠原病、そして、その類縁疾患や関節症状を有するリウマチ性疾患を主な診療対象としています。

当診療科で扱う疾患は、いずれも原因不明の難病ではありますが、近年の免疫学的研究から病態にかかわる異常が明らかにされつつあります。関節リウマチの治療を飛躍的に進歩させた生物学的製剤は、それらの研究の一つの成果です。有効な治療法のない難治性病態も数多く残されていますが、今後、画期的な治療法が開発されるものと信じております。

当診療科では、可能なかぎり速やかに診断し、診断後は科学的根拠に基づいて、それぞれの患者様の病態、合併症、社会的背景に応じて治療方針をたてています。

また、膠原病は多臓器に病変を有することも多く、皮膚科、呼



中島部長と日本リウマチ財団登録リウマチケア看護師の二人、小池看護師(左)と阿部看護師(右)

吸器科、腎臓内科や整形外科など複数の診療科と連携して集学的治療法を行っております。患者様を病気としてではなく、病気や障害を抱えながら家庭や社会とのかかわりの中に生きる人間(ひと)としてとらえる全人的な医療を心がけ、日々診療に当たっております。

病理診断科の紹介

病理診断科部長 横山 宗伯



病理診断科のスタッフ

職員は、常勤病理専門医2名(内細胞診専門医1名)、非常勤病理専門医1名、臨床検査技師兼細胞検査士5名です。業務内容は、各科で患者様から採取された組織や細胞を顕微鏡で観察するための標本作成と病理学的診断です。「病理診断」には病変の有無や病名の決定、今後の見通し(予後)や手術や薬剤治療

の効果判定など種々の医学的判断が含まれます。診断を依頼する診療科は、麻酔科などを除く全ての科に渡り、件数は組織診断、細胞診断共に約5,500件/年(平成27年度実績)です。その他の業務として、亡くなられた患者様の病理解剖(剖検診断)も重要な任務です。

病理診断は、診療におけるキーポイントになるので、その役割と責任は重大です。病院内に診断科があることは、的確な病理診断に有利です。なぜなら依頼科と同一の診療情報を共有できるからであり、手術中の迅速診断も常時可能です。当院では放射線画像所見や内視鏡所見について病理医が特に迅速にアクセスできるよう工夫されています。

また、重要な病理診断報告が依頼側で見逃されないように、定期的に未参照病理報告をチェックする仕組みを平成27年度より運用しています。User friendly pathology(依頼科・患者様が求める診断を迅速・的確に行う)が当科の理念です。システムや手順の改良に努め、診断精度向上や、最新情報収集のための講習会、学会に積極的に参加しています。

平成27年6月の日本医療評価機構による病院機能評価では、特に優秀な部署との評価(S評価)を受けました。私どもは、それぞれの依頼科の、もう一人の職員であるという気持ちで日々業務に取り組んでいます。今後ともよろしく願いいたします。



東京警察病院
Tokyo Metropolitan
Police Hospital

東京警察病院の頭文字「T」をモチーフに、3つの「意味」を込めてつくられました。

Thoughtful(ソートフル)……患者様の立場に立った医療を目指していきます
Technical(テクニカル)……医療レベルの向上に努めていきます
Trustworthy(トラストウォーシー)……皆様の信頼に応えていきます

紫外線対策していますか？

皆様、紫外線の対策はしっかりされているでしょうか？
そんなに大袈裟に騒ぐようなことではない？そんな声が聞こえてきそうです。

ちょっと待ってください！紫外線による傷害は、ひどければ命にかわることもあるし、そうでない場合も、年月を経てその因果を思い知ることになるのです。何も対策していないということとは「無防備」を公言していることと同じことになるのです。



皮膚科部長
いおすみ けん
五十棲 健
〔専門領域〕
皮膚科全般、特に皮膚感染症、
皮膚真菌症、爪疾患、脱毛症
〔主な資格〕
日本皮膚科学会 認定皮膚科専門医
日本医真菌学会 認定専門医
東京大学非常勤講師



紫外線による皮膚傷害

太陽は莫大なエネルギーの電磁波を放射しています。もし、太陽から放射される電磁波のすべてが地表に届いたとすると、そのエネルギーは地球上のほとんどの生命を破壊するくらい強大だといわれています。幸い地球には大気があり、また、オゾン層があって、X線、宇宙線、大部分の短波長紫外線(UVC)を反射または吸収していますので、我々地球上の生物群も無事でいられるわけです。

しかしながら、中波長紫外線(UVB)と長波長紫外線(UVA)は地球上にも到達し、さまざまな傷害をもたらすことになるのです。

では、いったい紫外線でどんな傷害がおきるのでしょうか？ 紫外線による皮膚傷害には、おおまかには次のようなものがあげられます。

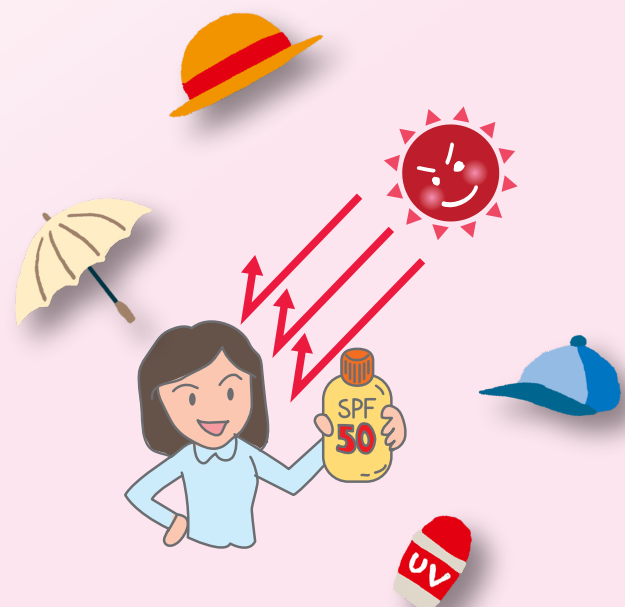
- ① 日焼け(日光皮膚炎solar dermatitis・熱傷sun burnと炎症後色素沈着)
- ② シミ、シワ、腫瘍の形成(光老化【ひかりろうか】)
- ③ 皮膚癌の形成(発癌)
- ④ その他(特殊な体質や免疫力の低下にともなう感染症の誘発等)があげられます。



急性の日光皮膚炎solar dermatitisは、重症化すれば熱傷様となり、欧米ではsun burn と表記され、まさしく"日光によるやけど"と表現します。また、紫外線は急性の傷害だけでなく、蓄積性の変化をひきおこし、慢性的な紫外線による皮膚傷害を招くことを知っておく必要があるでしょう。さらには、免疫を低下させ、帯状疱疹、単純疱疹など内在しているウイルスなどによる感染症を誘発することもあります。ゆくゆくは皮膚の老化現象や皮膚癌など、年月を経て思い知る諸症状の元凶となるのです。

いつまでも若々しい皮膚でありたいなら、帽子、日傘、サンスクリーン(SPF:UVB防御の目安。15以上推奨。PA:UVA防御の目安。++以上推奨。数時間程度で塗りなおす。)などにより、常日頃から紫外線対策をする必要があります。

もちろん、具体的な皮膚症状について疑問がある場合には、皮膚癌など重要な疾患が紛れ込んでいる可能性もありますので、最初が肝心というがごとく、当院皮膚科または皮膚科専門医療機関などを受診して、専門的なアドバイスを受けるのがよいでしょう。



【手洗いは感染予防の基本です】

感染制御対策室
看護師長 莊子 久美子

家庭で出来る感染予防策は、病院内と同様に「手洗い」が有効です。皆さんは、いつ手を洗いますか？消費者庁が行った手洗いに関するアンケート結果によると、「トイレの後に手を洗わないことがある」方が15.4%、「食事前に手を必ず洗う」方が、52.6%に留まるという結果でした。＊

細菌やウイルスは目に見えないため、いつ手に付着したか判りません。トイレの後、食事の前に手洗いを徹底することで感染することを減らす事が出来ます。

【ノロウイルスにご注意下さい】

これからの季節は食中毒に注意が必要です。食中毒は、加熱不十分な食物や傷んだ生鮮食品などから細菌やウイルスが胃や腸に感染し、引き起こされます。

冬に流行する事が多いノロウイルスは、夏にも集団発生した事例もありますので注意が必要です。ノロウイルスは、感染者の糞便1gあたり数億個のウイルスが含まれており、10～100個の少ないウイルスでも感染が成立するとされています。

【家庭内での二次感染にも注意が必要】

ノロウイルスは、長時間存在しますので感染者の嘔吐物などを適切に処理しないと、家庭内での二次感染の原因になります。感染者の嘔吐物や便の処理は、ゴム手袋とマスクを着



用して行います。嘔吐物が飛び散らないように上から濡れたキッチンペーパー等を被せてからビニール袋に入れ、密封して捨てます。汚れはきれいに拭き取り、塩素系漂白剤などで消毒しましょう。

また、嘔吐物は四方に飛び散っていますので、広範囲を消毒する事がポイントです。最近よく見かけるアルコールの手指消毒剤は、ノロウイルスには効果がありませんので処理が終わったら、石鹸と流水で十分に手洗いをしましょう。

水分摂取が出来ないほどの嘔吐や下痢が激しい時や、ぐったりするなどの症状があれば、すぐに病院を受診して下さい。下痢止めや吐き気止めなどの使用は自己判断せずに医師にご相談下さい。

＊消費者の手洗い等に関する実態調査(消費者庁消費者安全課)より



薬の基礎知識

薬は正しい時間に服用しましょう
薬が十分な効きめを発揮するためには、
正しい時間に服用することが大切です。

☆食前：食事の20～30分前です

食べ物や胃酸の影響を避けたい薬などはこの時間に服用します。

☆食直後：食事のあとすぐです

食事後10分以内に服用します。

☆食間：食事のあと2時間ほどです

食事と食事の間という意味ですので、食事を終えてから約2時間後が目安です。

☆起床時：朝起きてすぐです

骨粗鬆症の薬の中には食事の影響を全く受けないよう、起床時に服用するものがあります。

薬の飲み方

服用の時間はおおよその目安です。必ず30分後でないといけないというわけではありません。ただし、糖尿病の薬のように指示された時間をきちんと守らなければいけない場合もあります。

薬の飲み方

薬はコップ1杯ぐらいの水かぬるま湯で服用しましょう。水なしで服用すると薬が食道に引っかかり、食道の粘膜を荒らしたり潰瘍をつくったりすることがあります。特にカプセルはくっつきやすいので注意が必要です。漢方薬のエキス剤は、お湯に溶かしてから服用してもかまいません。



☆食直前：食事の5～10分前です

糖尿病の薬の中には、食後の高血糖を抑えるために食直前に服用するものがあります。

☆食後：食事のあと20～30分後です

一番多い飲み方です。胃の中に食べた物があるので刺激が抑えられます。食事のあとならば飲み忘れも少なくなります。

☆寝る前：寝る30分ほど前～寝る直前です

睡眠薬や便秘薬などがあります。

☆頓服：必要に応じて服用します

時間に関係なく、症状が出たときだけ指示されたとおり服用します。鎮痛薬や解熱薬などがあります。

薬剤科長 高橋 哲三



区民健康講座のご案内

地域の皆様を対象に医療の様々な分野と健康の知識について
当院の医師がわかりやすく解説する健康講座を開催しています。

第74回

8月20日(土)

テーマ **膀胱がん**

～診断と治療の最前線～



泌尿器科部長 松島 常

第75回

9月10日(土)

テーマ **子宮癌について**

～診断と治療と予防～



副院長 産婦人科 今西 由紀夫

※テーマ未定につきましては、
決定次第当院のホームページ、院内掲示等でご案内いたします。

講演後には、皆様からのご質問も承ります。
たくさんの方のご参加を心よりお待ちしております。

◆時 間：10:30～11:30(開場10:20)

◆場 所：東京警察病院 9階 大会議室

◆参加申込：経営企画課へお申し込み下さい。

① 電話：TEL 03-5343-5611(内線14552)

受付時間：8:30～17:00(日曜・祝日除く)

② FAX：ホームページよりFAX用紙を印刷頂き送信して下さい。

FAX 03-5343-5612

※電話番号・FAX番号をお確かめのうえ、お間違のないようお願いいたします

※各回とも定員になり次第、締め切りとさせていただきます

※当日、お車の方は病院の駐車場をご利用下さい(30分/100円)

参加者の声

● 分かりやすい説明で、とても勉強になりました。 ● 今後も、いろいろな講座に参加したい ● 大変有意義な時間でした。

過去に開催されたテーマ

● 人工股関節 ～痛みなく歩く～ ● 甲状腺 身近な疾患 ● 当院人間ドックの画像検査で見つかった重大な疾患 ● ペインクリニックについて ● 知っておきたい皮膚感染症

東京警察病院
〒164-8541 東京都中野区中野4丁目22-1 電話番号：03-5343-5611 (代)

ホーム 外来で受診 診療科のご案内 入院とお見舞い 医療関係者 地域の皆さま 採用情報 病院紹介 交通アクセス

大切な人を守る医療がここにある
どなたでも受診いただける地域の病院
Tokyo Metropolitan Police Hospital

患者・家族の皆さまへ
外来・入院・診療科のご案内
東横相談・医療福祉相談はこちら

医療関係者の皆さまへ
当院へのご紹介について

採用情報
求人情報はこちら

ホームページの紹介

<http://www.keisatsubyoin.or.jp/>

当院のホームページでは、健康講座の開催予定や広報誌
バックナンバーなど、さまざまな情報を提供しています。



地域の皆様病院として患者様の健康に役立つ情報を！

2015 Winter vol.9
● 新年のあいさつ
● 健康づくりに関するお知らせ
● 医療関係者の皆さまへ
● 採用情報
● 地域の皆さまへ

2015 Spring vol.10
● 乳がん検診のご案内
● 健康づくりに関するお知らせ
● 医療関係者の皆さまへ
● 採用情報
● 地域の皆さまへ

2015 Summer vol.11
● 乳がん検診のご案内
● 健康づくりに関するお知らせ
● 医療関係者の皆さまへ
● 採用情報
● 地域の皆さまへ

診療のご案内

受付
時間

月曜日～土曜日 午前 8:00～11:30
午後 12:30～16:00

■ 自動再診受付機 稼働時間……7:30～16:00

■ 自動入金機 稼働時間……7:30～17:00

※防災センター自動入金機：24時間稼働

■ 休診日：日曜日・祝日・年末年始(12/29～1/3)



レストラン「憩」

9F

営業時間：7:30～18:00



ナチュラルローソン

1F

ATMあり

営業時間：6:00～21:00

案内地図



P 屋外駐車場 119台 一般料金：200円/30分 受診者料金：100円/30分

理 念

私たちは、医療の質の向上と患者さまの
満足を目指し、日夜努力いたします

基本方針

- 私たちは、患者さまの権利と意志を尊重し患者さまの立場に立った医療を実践します
- 私たちは、常に医療モラルと医療レベルの向上に努め、良質で信頼される医療を提供します
- 私たちは、地域の皆さまの信頼のもと、地域医療の発展に貢献します
- 私たちは、医療を通じて職域をサポートし社会の安全に寄与します
- 私たちは、患者さまが安心して療養に専念していただけるよう、健全な経営を推進します

患者さまの権利と責務

● 基本的権利

良質で安全な医療を、
等しく受けることができます

● 情報を得る権利

十分な説明と情報提供を受けることができます

● 自己決定と選択自由の権利

自己の意志に基づき、治療を選択すること、
あるいは拒むことができます

● 情報保護の権利

個人の医療情報ならびにプライバシーは、保護されます

● 責任と義務

他の患者さまの診療、ならびに医療従事者の業務を
妨げるような行為は、慎んでいただきます