

# さんま通信

厚生中央病院だより 第62号 2020年

夏・秋

合併号



## 新任のご挨拶

整形外科部長 すなかわ 砂川 たかひで 隆英

令和2年4月1日付で東邦大学医療センター大橋病院より出向し、厚生中央病院整形外科部長に赴任しました砂川隆英と申します。大学から私を含め4名の医局員が当科へ派遣され、これにて今後当科は日本整形外科学会専門医機構における東邦大学整形外科専門研修プログラムにおける都市型総合病院連携施設（整形外科専門医研修施設）になりました。患者様が安心して医療を受けていただけるように、大学と同じレベルで初期研修医と後期研修医を教育していきます。

これまで小杉副院長と佐々木統括部長が築き上げた土台に大学の高度先進医療を調和させて、患者様に安心かつ安全、痛みの少ない優しい医療を提供して、ご家族と一緒に過ごすことが出来るように早期退院を目指し、患者様の満足度を高いものにします。

そして近隣医療機関と連携して、検査や手術が必要な患者様の受け入れを行い、慢性期の安定した患者様の逆紹介をして地域医療に貢献します。近年、高齢者の脆弱骨折が多くなってきました。骨折手術はもちろんのこと骨粗鬆症の定期的な検査と有効な投薬治療が大切になります。開業医の先生とコメディカルスタッフと一緒に途切れることのない骨粗鬆症診療を行います。

私は大学で講師を務め、股関節外科（低侵襲筋間進入による人工股関節置換術、股関節鏡による関節形成術・股関節唇形成術など）を専門にしております。手術の前に関節可動域訓練や筋力増強訓練の運動療法、消炎鎮痛薬以外にも選択肢が広がった投薬治療も行っています。

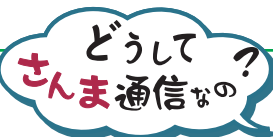
今後とも何卒宜しくお願いいたします。

### 目次 contents

新任のご挨拶..... 1~3

**特集** 新型コロナウイルス感染症の ..... 4~5  
現状と感染対策

ZOOMによる骨盤底筋体操  
電話による栄養指導 ..... 6  
電話診療による院外処方せん交付の対応について



目黒で野駈けをしていた殿様が、初めて召しあがる“さんま”にいたく感激。お城で再び食べてみたが、美味しくない。即座に『さんまは目黒に限る！』当院も“目黒のさんま”でありたいとの願いを込めて。



## 新任のご挨拶

循環器内科部長 おさ 長 しんいち 慎一

令和2年6月1日より着任致しました。どうぞよろしくお願い申し上げます。

今年は、新型コロナウイルスにより、これまで普通だと思っていた生活が一変する事態になっております。

外食、旅行、スポーツ、レジャー、文化的な活動など、様々なことを制限せざるを得ない状況となっており、例えば、プロ野球は開幕が遅れ、無観客試合から始まり、現在では観客数を制限した上で行われています。歓声や鳴り物の応援がなく静寂になりました。しかしその一方で、ベンチの声や審判の判定、打球やミットの音、観客の手拍子などが、テレビを通して良く聞こえ、これまでとは違った感覚もあります。

わたくしは、心臓病、透析を含めた腎臓病を中心として診療に携わってきました。心臓と腎臓は、心腎連関と言われるように密接な関係にあり、心臓、腎臓互いを考えた治療が大切です。先ほどの野球で例えると、心臓はサード、腎臓はショートに当てはまるのではないかと常々思っております。隣にいて互いをカバーし、また、サードには強烈な打球が飛んできて身を挺して守る、ショートにはセカンド、バッテリー、外野手と様々な連携をする、という役割がありますが、心臓（病）、腎臓（病）について日常診療を通して考えると、この関係に似ているように思えるのです。

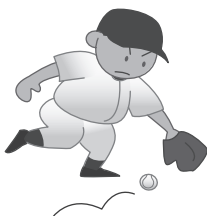
生物が進化する過程で、生きるために必要な塩分と水分を保持するため、レニン・アンジオテンシン系など神経体液性因子が発達したと言われております。しかし、最近ではバランスの悪い食事や運動不足などにより高血圧や糖尿病が増加し、心臓、腎臓疾患の原因として重要になっております。生命維持のために発達した装置を抑える治療が必要になっており、皮肉なことのようにも思えます。

近年、医学の進歩により様々なことが解明され、治療薬も次々に開発され、我々はその恩恵を受けることが出来るようになっております。

医学に限らず、技術の進歩により道具、特に工業製品は目覚ましく進化し、使い易くもなっており、物質的に大変有難い時代になりました。

コロナ禍にあって、お盆も含めた帰省などがままならなくなり、先人に思いを致し祈ることにより自分と向き合ったり、世代の違う家族と接し学ぶ機会が減ってしまうこともあると思っております。

この有難い時代に生きていくことが出来るのは一体誰のお陰であるのか、改めて考え感謝したいと思っております。（この原稿は8月初旬に執筆しました）



神経内科 くぎもと 釘本 ちはる 千春



皆様、初めまして。4月より総合内科（神経内科）に赴任した釘本千春と申します。私は3月まで横浜市民病院に勤務しており、脳梗塞、パーキンソン病や認知症などの診療に携わってきました。この度ご縁があり、厚生中央病院にお世話になることになりました。前任の北川尚之医師から多くの患者様を引き継ぎました。神経内科には、“思うように動けなくなる病気”が多く、“お薬を飲んで治療する事”に加えて“療養環境を整える”事も大切です。ご家族や地域の医療スタッフの力をお借りし、微力ながらこの地域の医療に貢献できればと思っています。趣味について一言。本来はジムで泳ぐ事が好きなのですが、stay home期間に40年ぶりにピアノを始めました。うまく弾けずに、ひどい肩こりになっています（笑）。

眼科 しみず 清水 ももこ 桃子



2020年（令和2年）7月より厚生中央病院の眼科に赴任いたしました清水桃子と申します。前職は大学での勤務を経て、江戸川区の病院で4年間勤務しておりました。得意分野は白内障手術です。合併症の少ない丁寧な手術・診療を心がけており、患者さんの喜ぶ姿を励みに眼科医として働ける幸せを日々感じております。当院では常勤医3人＋非常勤医1人体制で診療を行っております。眼科の病気には早期発見が大切な疾患もあり、最適な治療方針を説明・提案し、安心できる診療をご提供したいと思っております。眼のことで、お困りがございましたら、スタッフ一同、患者さんの立場に立った診療をモットーにお待ちしております。皆様のお役に立てるよう頑張りますのでどうぞ宜しくお願い致します。

耳鼻咽喉科 はやし 林 まさお 政男



皆さま、初めまして。2020年7月より厚生中央病院耳鼻咽喉科に赴任いたしました林政男と申します。私は、2017年に東京医科大学を卒業後、東京慈恵会医科大学附属病院にて2年間の初期研修を修了し、2019年より東京医科大学病院耳鼻咽喉科・頭頸部外科分野に入局致しました。入局後より、熱心な諸先輩方に日々温かくご指導を頂いており、充実した毎日を過ごす事ができております。医師になってから今までは、大学病院でしか働いた経験がなく、本病院が初めての市中病院での勤務になります。かねてより志していた地域に密着した医療に貢献する事ができ、大変嬉しく思います。これからもより一層、患者様一人一人に真摯に向き合い、寄り添うような医療を目指していきたいと思っていますので、宜しくお願いいたします。

## 新型コロナウイルス感染症の現状と感染対策

感染管理認定看護師

佐々木 圭子

新型コロナウイルス感染症の患者が確認されてから8ヶ月が経過しました。日本だけでなく、世界各地でも再感染が広がる中、「今、日本は第2波のまただ中」と言われています。

これからの「With コロナ」時代を乗り切るためには、新型コロナウイルス感染症を正しく知っておく必要があります。

### 1. 新型コロナウイルス感染症とは

ヒトに感染するコロナウイルスは、4種類の風邪ウイルスのほか、病原性の高いSARS（重症急性呼吸器症候群）、MERS（中東呼吸器症候群）の6種類があり、主に呼吸器症状を引き起こすことが知られています。新型コロナウイルスは7番目に見つかったヒトに感染するコロナウイルスですが、これまでにどんなことがわかったのでしょうか。

国内の新型コロナ症例をまとめた「COVIREGI-JP」の報告によれば、新型コロナウイルス感染症は、入院までの日数が7日、入院日数は15日で、発熱、咳など風邪やインフルエンザに似た症状で発症し、発症後7～10日くらいに呼吸苦などが出現します。入院までに7日というのは、風邪と違ってよくなるしないと自覚したり症状が悪化する時期に前後して入院される方が多いようです。

男女では男性の方が若干多く占めます。

入院患者の重症度は、軽症（酸素投与を要しない）約62%、中等症（酸素投与を要する）約30%、重症（人工呼吸管理やECMOを要する）約9%で、年齢別にみると60代以降では重症化しやすい傾向がみられました。死亡率は7.5%です。入院中に軽症だった患者の約8割が予後良好で自宅退院しています。

重症者の中では、男性、高齢者、喫煙者が占める割合が多く、海外からの報告と矛盾しない結果となっています。

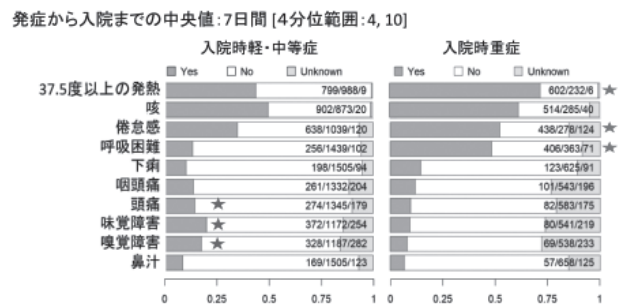
年齢分布を見てみると、全体的にみて20歳未満が少なく、また、20～30代くらいまでの若い世代では軽症例が多く、高齢になるほど中等症、重症になる頻度が高くなります。

### 2. 新型コロナウイルス感染症の現状

日本の感染再拡大のペースは、世界的には非常に緩やかです。

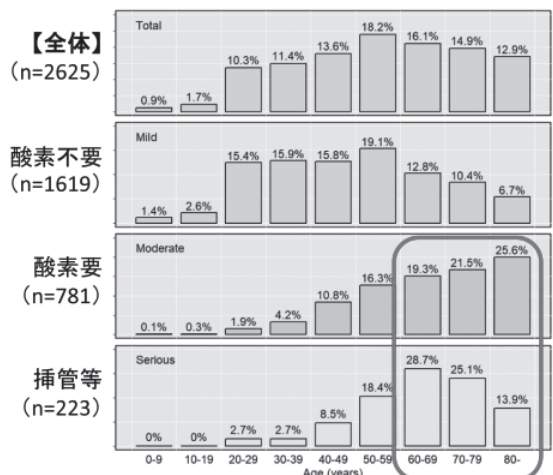
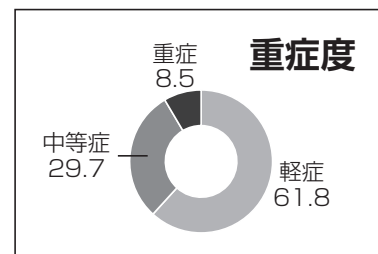
「第1波」となった4～5月は、医療崩壊につながりかねない重症患者が急増し、5月初旬には患者全体に占める重症患

### 入院時の症状



- 発熱、咳、倦怠感、呼吸困難感が多い(他国の報告よりは少な目)
- 重症度により割合が異なる症状もあり

Docherty AB. BMJ. 2020, Petrilli CM. BMJ. 2020, Garg S. MMWR. 2020, Stokes EK. MMWR. 2020.

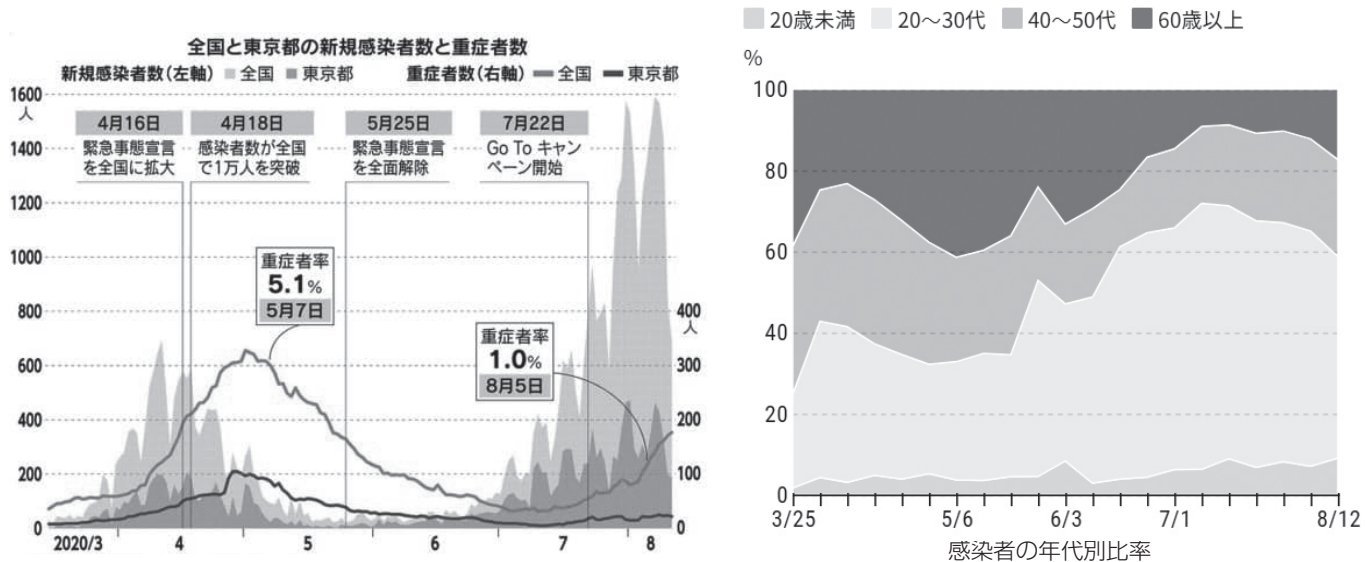


COVIREGI-JP 中間解析の2,636人患者の重症度別の年齢分布 (国際医療センター発表資料より)

者の比率が5%台に達しましたが、感染再拡大が始まった7月以降は1%台にとどまっています。これは緊急事態宣言解除後、夜の店を中心に若い世代に感染が広がったことが影響しています。8月に入ってから、重症患者数が増えています。

第1波では感染者数のピークが過ぎた後に高齢者比率の増加と重症化率のピークが来ています。これから若者中心の感染から高齢者中心に推移していくと、重症患者や死者が増えていく可能性が増大します。

今後、政府が緊急事態宣言を再発令する可能性は低く、人の移動もある程度維持した状態で、感染を広げない努力が必要です。そのためには、感染予防対策を徹底することはもちろんですが、感染者を早期に把握し、自宅待機や入院などによって日常生活環境から離し、接触機会そのものをコントロールしていくことも重要です。



### 3. 感染対策

#### ①3密(密接・密集・密閉)を避ける

病院や介護施設を除いて感染を広げた事例はレストランやバー、職場、コンサートや劇場などのイベント関連、スポーツジムが多く、3密の環境で広がっています。一方、密集や密接に近い空間でもクラスター発生の報告がないのは電車です。電車は窓をわずかに開けておけば換気が容易で、密閉を避けることができます。3密のうち、1つでも密を解消できれば感染リスクを大きく減らすことができます。

#### ②咳エチケットを徹底する

感染者がマスクをすれば、飛沫が広がるのをある程度防げるため、有用です。WHOや厚生労働省などは外出時でもマスクの着用を促しています。しかしマスクをつけると熱中症の危険も高まるため、屋外で周りの人から2メートル以上離れている場合はマスクを外すことも重要です。

#### ③手をきれいに

新型コロナウイルス感染症は、飛沫だけでなく汚染された物品や環境、手指を介して感染をおこします(接触感染)。顔に触れる可能性のある動作や飲食の際に手指が汚染されていると、ウイルスが体内に入り感染する可能性があります。マスクを触るような行動も要注意です。それらの動作をする前後には手を洗う、アルコール手指消毒剤を使用して手指消毒をするなど手指をきれいにしてから行いましょう。

#### ④すこしでも体調が変だと思ったら無理をしない

新型コロナウイルス感染症の初期症状は風邪に似ています。症状が出る前から感染力がありますので、風邪かな?と思った時には、食事を共にするなど他人との行動は避けるようにしましょう。

新型コロナウイルス感染症は一部の感染者に重症肺炎を引き起こすこともありますが、多くは無症状か軽症であることが分かってきました。このままいけば5番目の風邪ウイルスとして認識されることになるかもしれません。

## ZOOMによる骨盤底筋体操

# おうちで体操 はじめませんか？

Zoomで

**厚生中央病院では、10月からZOOMで骨盤底筋体操教室を始めます。**

**対象：当院の診察券をお持ちの方  
全国土木建築国民健康保険組合被保険者の方**

今年度のみお試し価格1回540円です。(振込となります)  
\*2021年度からは2,160円の予定です。

申し込み方法は厚生中央病院ホームページまたは、院内ポスターをご覧ください。

**\*医師から運動を制限されている方はご参加いただけません**

## 電話による栄養指導

令和2年4月の診療報酬改定に伴い、情報通信機器(電話)を使用した外来栄養指導が行えるようになりました。

当院で初回の外来栄養指導を行った方は、2回目以降から来院することなく自宅や外出先から管理栄養士のサポートが受けられます。医食同源という言葉があるように、健康であり続けるには食事はとても大切です。そこで、栄養面の管理を当院管理栄養士がしっかりサポートいたします。

費用は保険診療で行うため、糖尿病・高血圧・脂質異常症・がん・小児アレルギーなど診断された方は、保険診療の3割負担(540円)になります。

その他、骨粗鬆症や肥満、低体重など食事に不安がある方は自由診療にて相談可能(2,000円)となります。

**問合せ先：厚生中央病院 栄養科 03-3713-2141 (代表)**

### 電話で気軽に栄養相談

① 初回栄養相談を受ける方は、2回目以降から来院いただけます。  
電話で栄養相談が受けられます。

② 予約は院内に管理栄養士が電話帳・電話帳がけです。

③ 1回(初回)の費用は540円です。

④ 料金は保険診療の3割負担(540円)です。  
自由診療は別途料金がかかります。

⑤ 支払方法は、次回診療時にお支払い(現金・クレジットカード)のいずれかになります。

### スケジュール

① 初回栄養相談(月 日 時 分)

予約あり

予約なし

② 2回目以降の栄養相談(月 日 時 分)

予約あり

予約なし

③ 自由診療による栄養相談(月 日 時 分)

予約あり

予約なし

### 栄養士紹介

「金カゴサポートします！」

管理栄養士 田中 優子 (9時～18時)  
管理栄養士 月本 由希 (9時～18時)  
管理栄養士 山口 舞子 (13時～18時) ※勤務日以外に行方

## 電話診療による院外処方せん交付の対応について

新型コロナウイルスが発生し早半年以上経過しているところです。日本全体として陽性患者は、緊急事態宣言が2020年4月7日から同年5月25日まで出されたこともあり、4月中旬を境に一旦減少しましたが7月に入りまた増加傾向になっております。

当院におきましては、緊急事態宣言が発せられる前日の4月6日から電話診療による院外処方せん交付の対応を行っております。実績として4月739件、5月430件、6月134件と減少傾向であったものの、7月204件と増えてきております。

同一患者さんに対し、いつまでも電話診療での対応とはいかず、場合によっては、対面での診察や検査が必要になることがあります。その際は、感染リスクも懸念されますがマスク及び手指消毒等による感染予防対策を徹底していただきご来院いただければと思います。

ここ最近、各所でクラスターが目立ち感染が広まってきており、まだまだ電話診療が求められていると感じております。事務レベルでは出来る範囲も限られておりますが、患者さんには誠心誠意を持って対応していきたいと考えております。

医事課 徳田貴幸



**厚生中央病院** **さんま通信** No62 2020

発行元：総合病院 厚生中央病院 地域連携広報室

〒153-8581 東京都目黒区三田1-11-7  
TEL：03-3713-2141 FAX：03-3713-8021  
E-mail:renkeisitu@kohseichuo.jp  
URL http://www.kohseichuo.jp