

北野病院からのお知らせ

オンライン・セカンドオピニオンをご利用ください。

北野病院では、新型コロナウイルス感染症の流行に伴って、ご来院いただかなくてもセカンドオピニオンを受診できるよう昨年11月よりオンライン・セカンドオピニオンを開始しました。まずは脳神経外科と乳腺外科でお申込みを受け付けていますので、他の医療機関を受診して当院でのセカンドオピニオンをご希望される場合はぜひご利用ください。カメラ付きのパソコンやスマートフォンがあれば、日本全国どこからでもご利用いただけます。

なお、オンライン・セカンドオピニオンの受診には株式会社メドレーが提供するCLINICS(クリニック)というサービスを利用します。事前準備等が必要となりますので、まずは当院のホームページをご確認ください。

スマートフォン、タブレットで右のQRコードを読み取るか、下記のアドレスをパソコンで入力してアクセスしてください。




https://www.kitano-hp.or.jp/section/local/online_2nd




CLINICSとは

株式会社メドレーが提供するアプリを利用した、スマートフォンやパソコンなどを使ったビデオ通話によるオンライン診療サービスです。CLINICSを利用することで、診療を受けることができます。事前登録が必要になりますので、右上のQRコード、またはアドレスをパソコンに入力いただき、ガイドに沿ってアカウントを作成してください。



 **北野病院 公式Facebookをご覧ください!**
携帯電話やスマートフォンからカンタンにアクセスいただけます。



 **北野病院 公式Twitterを開設しました!**
携帯電話やスマートフォンからお気軽にご利用ください。



～表紙写真撮影者からのコメント～

撮影者：画像診断クリニック(放射線科) 係長 伊藤 寿夫

奈良県宇陀市榛原の鳥見山公園の頂上から極寒の冬の日に撮影した日の出の写真です。頂上で撮影の準備をして待っていると、太陽が昇り始める前から空を朱色に染め初め、朝ぼらけ、山の端を照らす光と山間に流れゆく雲海に神々しさを感じたのも束の間、あっという間に明るくなりました。夜明けの来ない夜はないと思います。新型コロナウイルスの暗いイメージも、夜明けのごとく明るく変わるよう一刻も早い収束を願うばかりです。

寄附者一覧 (2020年10月～12月)

【法人】 株式会社安藤忠雄建築研究所様 ナカジマ鋼管株式会社様 公益財団法人武田科学振興財団様
匿名 21社様

【個人】 岡田 修様 大橋健次様 中條憲治様 大住弘明様 中筋吉孝様 松本 明様 市川 顯様
細谷謙一様 江岡俊次様 匿名 14名様 (順不同)

患者様と北野病院をつなぐ連絡帳

きたの通信

No.75 2021. 冬号

公益財団法人 田附興風会 医学研究所
北野病院



奈良県宇陀市 鳥見山公園より

特集

よりよい治療の提供に向けて、
今年、2月より新館の運用を開始します。

これって何?

「世界腎臓の日」について

かんごホットToday

新型コロナウイルス感染症予防のためのポイント
一人ひとりが

かからない うつさない ため感染対策が大切です。

きたのトピックス・北野病院からのお知らせ

ご自由にお持ち帰り
ください

特集

より良い治療の提供に向けて、「いよいよ完成しました。令和3年2月より新館の運用を開始します。」

北野病院 病院長 吉村 長久



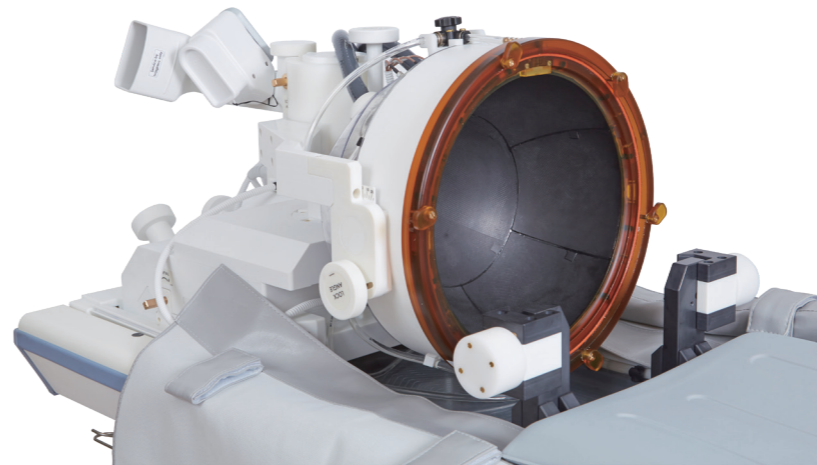
より良い治療の拡充のために、北野病院 新館の運用が始まります。

明けましておめでとうございます。皆様には良いお年をお迎えになったことと思います。

北野病院にとって、2021年は特別な年となります。待ちに待った新館が昨年11月末に完成しました。そして、いよいよ今年の2月から使用が始まります。現在の北野病院本館が完成したのは、2000年10月ですので、それから既に21年が経過しました。この間、医療の進歩はとどまることがなく、奔流のような勢いで新しい治療が導入されています。北野病院も本館だけでは十分な最新医療を提供することが難しくなってきました。

今年から使用を始める新館では、放射線治療(強度変調放射線治療と密封小線源)、アイトープ診断、PET-CTの最新鋭機器を整備しました。北野病院では、旧来の放射線治療装置の老朽化により、がんの放射線治療には一歩譲るところがありましたが、最新鋭の機器を導入することにより、「北野病院がん診療センター」が、がんの外科的治療、がん化学療法、放射線治療、そして緩和ケアと集学的な治療を行う体制がしっかりと出来上がりました。スタッフのチームワークも抜群ですので、がん患者さんに最新の治療を提供できるようになります。

もう一つの目玉は、MRIガイド下集束超音波治療装置の導入です。この治療は、特別な超音波治療装置を用いて手術をすることなく、「ふるえ」を治療するものです。「ふるえ」で困っている患者さんは、沢山いらっしゃいます。そして、北野病院の脳神経外科、脳神経内科は「ふるえ」の診療に高い診療実績を持っています。この治療の導入により、更に多くの「ふるえ」で困っている患者さんにより良い治療を提供できるようになります。



MRIガイド下集束超音波治療装置

さて、昨年は世界中が新型コロナウイルス感染症に翻弄された1年間でした。多くの病院と同様に、北野病院でも数多くの新型コロナウイルス感染症患者さんの受診がありました。この感染症が一刻も早く収束すれば良いのですが、現実には簡単に終わりが見える状況ではありません。北野病院を受診される外来患者さん、入院患者さんはもちろんのこと、医療スタッフが新型コロナウイルス感染症に罹患しないよう、職員一同細心の注意を払って診療を行っています。新型コロナは一筋縄ではいかない感染症のようです。患者の皆様も細心の注意を払って新型コロナを何とか皆で克服していきましょう。

本年が皆様にとって良い一年となりますことを祈念致しております。

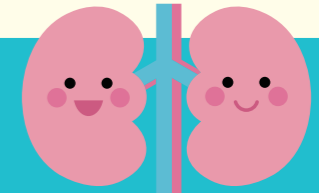
公益財団法人田附興風会北野病院
病院長 吉村長久





これって何? 「世界腎臓の日」

World kidney day



毎年3月の第2木曜日は“世界腎臓の日(ワールド キドニー デー)”です。

慢性腎臓病は早期発見と生活習慣の見直しにより予防や、進行を遅らせることができます。



腎臓内科主任部長
塚本達雄 医師

腎臓病には、①生まれつき(先天性)の腎臓病が顕在化するもの、②慢性腎炎・ネフローゼ症候群と呼ばれる腎臓固有あるいは他疾患に合併する腎臓の病気、③糖尿病・高血圧・肥満といった生活習慣病に伴う腎臓病、④心血管疾患やがんの治療による治療関連腎臓病などがあります。現在、日本には約1,330万人(成人8人に1人)の慢性腎臓病患者がいるといわれており、腎機能が廃絶した透析患者さんも約34万人(成人400人に1人)となりました。

慢性腎臓病患者の増加は世界的傾向であり、WHOは世界腎臓の日(キドニー デー)を定め、世界的キャンペーンを行う事で慢性腎臓病の啓発活動を行ってきました。慢性腎臓病の克服には原疾患治療以外に患者さん一人一人の病状に合わせた個別化ケアが必要ですので、北野病院では医師・看護師・理学療法士・栄養士なども含めたチームとしてこの活動を支援しています。

新型コロナウイルス感染症が克服された後には皆様方とこのキャンペーンを共有できることを楽しみにしています。



腎保護生活の3つのポイントを紹介するね!

1. 血圧管理で腎臓を守ろう!

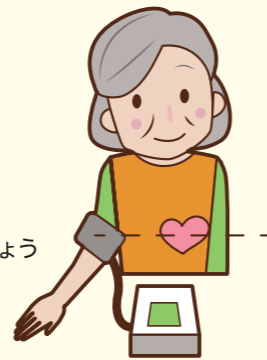
腎臓の機能は健康な人も加齢に伴い低下しますが、そこに高血圧が加わると動脈硬化が進行し、腎臓病発症のリスクが高くなります。そのため日頃から血圧測定を行い、自分の血圧を知り、管理をすることが大切です。

今日から実践! 血圧管理のポイント

- 血圧の目標値を知って、毎日血圧測定を**実施、記録、継続**
- 目標自宅血圧: 収縮期血圧 **125mmHg未満**/拡張期血圧 **75mmHg未満**
- ※75歳以上の方はもう少し高く管理してもいいでしょう

正しい血圧測定方法

- 機械は上腕に巻くタイプが望ましいです
- 起床後1時間以内(排尿後・朝食前・服薬前)と就寝前の2回測定します
やむをえずこの時間帯以外で測定される場合でも、できるだけ同じ時間帯にしましょう
- 座って1~2分安静にしてから測定しましょう
- 測定姿勢にも注意しましょう
椅子に背筋をのびして座る、腕帯と心臓を同じ高さにする、腕に力をいれない
- 血圧は変動しますので、コーヒーや喫煙など血圧に影響する因子を避けましょう



2. 毎日の食事で腎臓を守ろう

腎臓を守るためには、毎日の心がけが大切です。今の食生活を振り返って、できそうなことを見つけてみましょう。

今日から実践! 食事療法のポイント

● 減塩

食塩の摂り過ぎはむくみや高血圧の原因になります。1日の食塩摂取量は6g未満が目標です。できあがっている料理にさらに調味料をかけていませんか? 食塩の少ない調味料や香辛料(酢・こしょう・七味など)、香味野菜(しそ・ショウガなど)を使って味にアクセントを付けましょう。少しずつ薄味に慣れていきましょう。



● たんぱく質管理

体を作る大切な栄養素ですが、体内で代謝されて作られた老廃物は腎臓でろ過して体外に排泄されます。そのためたんぱく質の摂り過ぎは腎臓に負担がかかります。主食を抜いておかずばかり食べていませんか? 主食(炭水化物)、主菜(たんぱく質)、副菜(ビタミン・ミネラル)を揃えてバランスよく食べましょう。



● 適正なエネルギー摂取

エネルギーが不足していると筋肉など体のたんぱく質が分解されます。筋力や体力が低下すると低栄養に繋がります。

3. 運動で腎臓病に負けない身体をつくろう

腎臓を守るためには、運動で生活習慣病を予防することが大切です。有酸素運動と筋力運動を無理せずできる範囲から実施してみましょう。

今日から実践! 運動療法のポイント

● 有酸素運動

効果: インスリンの効果を高める、内臓脂肪減少、高血圧予防

種類: ウォーキングやジョギング、水中歩行など

頻度: 週3-5回

時間: 30分~60分 ※ウォーキングは7,000-8,000歩程度を目標に

自覚的な目安: 『少し息がはずむ程度』や『話をする余裕がある程度』

● 筋力運動

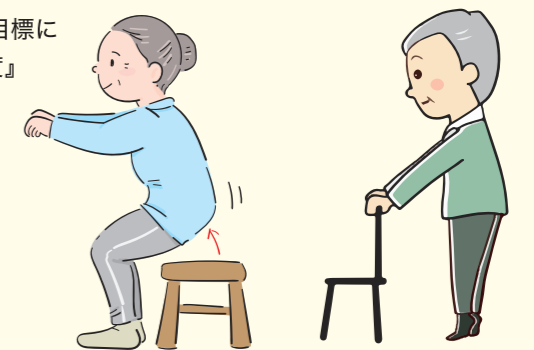
効果: 血糖上昇を抑制、基礎代謝を上げる

種類: スクワット、つま先立ちなど

頻度: 週2-3回

回数: 10-15回、2-4セット

自覚的な目安: 『息を止めずに実施できる負荷』



※注意 新しい運動や量を増やす際は医師に相談してから実施しましょう

看護の現場からホットなニュースをお届けします
かんごホット Today

新型コロナウイルス感染症予防のためのポイント

一人ひとりが「かからない」「うつさない」ため感染対策が大切です。

現在、新型コロナウイルス感染症の第三波が到来しています。第二波とは違い、感染の勢いが強く、幅広い年代で感染が増加しています。また、感染する経路もさまざまであり、一人ひとりが「かからない」「うつさない」よう日頃からの感染対策がより重要となってきます。

①なぜ、感染するの？

新型コロナウイルスに感染している人が、くしゃみや咳などの飛沫と一緒にウイルスが放出され、近くにいる人が、そのウイルスを口や鼻から吸い込むことで飛沫感染します。

また、新型コロナウイルスに感染した人のくしゃみや咳などの飛沫が、環境や物などに付着し、それを他の人が触り、自分の手指で口、鼻や眼の粘膜に触れることで起こります。

感染した人が他の人に感染させてしまう可能性がある期間は、発症の2日前から発症後7～10日間程度とされ、この期間のうち、発症の直前・直後で特にウイルス排出量が高くなると考えられています。

②どうやって、身を守るの？

●密閉・密集・密接の“3つの密”を回避しましょう！

他の人と十分な距離（互いに手を伸ばしても届かない距離：2m以上）をとりましょう

窓やドアを開けてこまめに換気しましょう

大人数での飲食などは避けましょう

●日頃から、正しい手洗いをしましょう！

●マスクを着用しましょう！

会話をするときは、マスクを着用しましょう

電車やエレベーターでは会話を慎みましょう

●日頃から健康管理を行いましょう！



※画像は、政府広報オンラインより引用

③新型コロナウイルス感染症を疑う場合はどうするの？

体調が悪い場合、不要・不急の外出を控え、下記の相談窓口にご相談するか、最寄りの医療機関へ連絡をしてから受診しましょう。

大阪市在住者の相談窓口

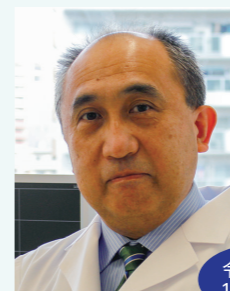
大阪市 新型コロナ受診相談センター（帰国者・接触者相談センター）

電話番号：06-6647-0641

感染予防に正しく手を洗いましょう！



就任のご挨拶



令和3年 1/1 就任

歯科口腔外科 主任部長

高橋 克

この度、歯科口腔外科主任部長を拝命いたしました高橋克と申します。

当院の歯科口腔外科は、2019年に14年ぶりに開設され総合病院の歯科口腔外科として、周術期口腔機能管理等に取り組みで参りました。当科の診療を拡充するのに合わせ、従来の歯科口腔外科診療に加えて、正しい咬み合わせを確立することを目指した顎矯正手術に取り組んで参りたいと考えております。咬み合わせが気になる方は、治療に関するご相談を承らせていただきますので、お気軽に当科外来を受診ください。

他科の先生方と緊密な医科歯科連携をとりながら、北野病院へ来院される皆様の少しでもお役に立てるよう心掛けてまいります。どうぞよろしくお申し上げます。



令和3年 1/1 就任

腫瘍内科 主任部長

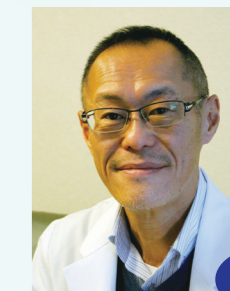
西村 貴文

この度、腫瘍内科主任部長を拝命いたしました西村貴文と申します。

腫瘍内科は化学療法センターを主な活動の場として、がんと闘っている患者様のために様々なサポートをさせていただいております。安全かつ最適な抗がん剤治療を行うとともに、その副作用対策やがんに伴う症状の緩和について、内科系・外科系の各診療科や放射線治療・緩和ケアチームと連携して診療にあたります。

特に分子標的治療や免疫療法の近年の進歩が目覚ましく、色々ながん種で治療成績が向上するとともに治療の選択肢も増えてまいりました。

皆様のご要望にきめ細かく対応できるよう心がけて参りますので、どうぞよろしくお願い申し上げます。



令和3年 1/1 就任

脊椎・脊髄外科 部長

太田 雅人

この度、脊椎脊髄外科部長を拝命しました。

当科では脊椎脊髄疾患に対する外科的治療に積極的に取り組み、最近の10年間で2,000例以上の手術実績があり、最小侵襲手術から広範囲脊椎矯正固定術まで幅広く施行しています。たとえ同じ疾患でも各々の患者さんの病態は決して画一的なものではありません。痛みやしびれの程度、背骨の変形の状態に加えて年齢や活動性、職業といった生活背景も異なりますので、それぞれの方に最適な手術治療を実践することが重要と考えています。当科では最新鋭の手術機器を駆使し、常に安全で確実な治療を施行するよう心がけています。

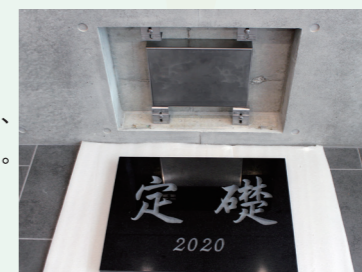
当科を受診される皆様のお役に立てるよう努めて参りますので、どうぞ宜しくお願いいたします。

新館 定礎除幕式を開催しました。

本館の南西側に建設しておりました北野病院新館の定礎除幕式を、2020年11月16日（月）午前11時より新館1階エントランスホールにて開催いたしました。

式典には、設計会社ならびに建設会社関係者の方々をお招きし、当院からは病院長はじめ幹部が出席しました。式典では、この地の氏神様である綱敷天神様により修祓、祝詞奏上、清祓、玉串奉奠が行われた後、病院長により、末永い繁栄を願い設置された定礎板の除幕が執り行われました。

新館には最新の医療機器が順次導入され、2021年春以降の稼働を予定しております。「がん治療」と「ふるえの診療」において世界でも最新鋭の治療を行うことが可能となりますので、ぜひご期待ください。



※定礎箱の中には綱敷天神様の御札、当日の朝刊、2020年の象徴的な出来事がわかるように、マスク、アマビエ様の護符や「鬼滅の刃」の単行本等が納められました。

患者様と北野病院をつなぐ連絡帳

きたの通信 No.75 2021.冬号

企画・製作/広報室 発行日/2021年1月末日
 www.kitano-hp.or.jp/