

十全



市民総合医療センターの理念
● 私たちは、市民の皆様信頼され愛される病院を創造します。

第26号

2018年10月発行

横浜市立大学附属市民総合医療センター（市大センター病院）だより

Jyu-zen

じゅうぜん

●本誌の名称「十全」とは

横浜市立大学附属市民総合医療センターの前身は、1874年(明治7年)に野毛山に開院した「十全医院」です。「横浜医科大学病院」と改称されるまでの約50年以上「十全病院」という名称で市民に定着し親しまれてきました。

特集1

進む！再生医療～乳房再建の新技术～

特集2

ペア看護方式に取り組んでいます。

Topics

1. 新副病院長・新看護部長のごあいさつ

2. 冬場に流行する感染症

3. お薬のこと、薬剤師がお教えします！

～お薬ミニ講座の紹介～

患者さんの知りたい 病院食人気メニュー！！

特集1

進む！再生医療 ～乳房再建の新技术～

再生医療は、臓器移植等とは異なります。臓器提供者（ドナー）の不足や臓器移植後の拒絶反応という問題を克服できる革新的な医療として期待されており、世界で研究が進められています。

センター病院ではどのような再生医療を行っているのでしょうか？「実は聞きいてみたかった」ことを形成外科佐武利彦先生に編集員（とヨッチー）がズバズバ質問してきました。ぜひ、その報告をご覧ください。



再生医療って名前が仰々しくて取っ付きにくいです。結局、何をやるのですか？



“再生医療”が頭についているから、びっくりしますよね。再生医療とは、事故や病気によって失われた身体の機能を回復することを目的とした医療です。幹細胞（※）を用いて、失われた細胞や臓器を再生し、その機能を回復させます。皆さん、一度は耳にしたことがあると思いますが、「iPS細胞」も幹細胞の一種なのです。当院では幹細胞を用いて、乳房再建という再生医療を行っています。

※自ら増えることができ、周りの組織の発達を助ける能力を持った細胞

今までの乳房再建と再生医療との違いは何ですか？



今までの乳房再建との違いを一言で表すとすれば“幹細胞を用いる治療”であるということです。乳房再建法の一つで、人工物を用いて欠損部分を補てんするインプラント挿入法は、多くの乳がん術後患者さんに行われています。ですが、部分的に乳房を摘出した患者さんは、傷の形態によって実施できない場合も多く、

人工物を体内にとどめておくことから、特有の合併症が起こることがありました。

人工物を使用しない方法としては、患者さんのお腹などから脂肪を血管と一緒に切り離して移植する皮弁法があります。この治療法は、移植した脂肪はほぼ生着しますが、長い手術時間と入院期間を必要とし、新しい傷痕ができてしまうという欠点がありました。

そこで、当院では2016年から、幹細胞を加工して乳房に注入する再生医療の提供を行ってきました。そして今回、**幹細胞を培養して**乳房に注入する新たな再生医療を行う準備を進めています。

新たな再生医療!?





“幹細胞を用いる治療”では従来の方法の欠点が解決されるのですか？



“幹細胞を用いる治療”について掘り下げて説明しますね。2016年から行っている再生医療というのは、吸引した脂肪から幹細胞を濃縮し、その濃縮液を幹細胞と一緒に乳房に注入します。

今回新しく準備を進めている再生医療は、吸引した幹細胞を分離して培養し、それを注入して乳房を再建します。吸引した脂肪をそのまま注入するのではなく、幹細胞を培養して増やすため吸引する脂肪が従来の方法よりも少なく済むところがミソです。



幹細胞の培養って安全なのですか？



幹細胞には、新しい脂肪細胞と新しい血管をつくりだす働きがあります。

今回新しく始める再生医療は、患者さんのお腹や太ももなどから少量の脂肪を吸引し、その脂肪から幹細胞を培養します。その培養した幹細胞を脂肪と一緒に乳房に注入するので、新しい脂肪や血管を作りだす“栄養のある脂肪”が通常よりも多く注入されるのです。栄養が良ければ生着(=自然な乳房になる)率も上がります。脂肪の吸引や注入を行う際の傷は小さくて済み、幹細胞や脂肪は自分の細胞を使用するので、アレルギー等の心配も少ない安全な治療法と言えるのですよ。

なるほど!最後に先生から、メッセージをお願いします。



今まで説明してきた特色のほか、手術が2時間程度で身体の負担が少なく、目立つ傷あとが残りません。また、これまで再建が難しかった患者さん(痩せている、放射線をあてている)、にも可能性が広がる画期的な治療と言えます。一方でデメリットとして培養に1ヶ月程かかるため、最初の治療までには時間を要します。国内外での治療実績があまりないため、これから患者さんの治療を1例1例、慎重に丁寧に進めていきます。



特集2

ペア看護方式に取り組んでいます。

センター病院では、安心して安全な看護を目指して、新人看護師も先輩看護師も2人1組のペアを組んで、患者ケアを行っています。

ペア看護方式とは、日々の看護提供をペア（2人1組の看護師）で行う方式です。「継続受け持ちペア看護方式」について詳細をご紹介します。



なぜペアになったのか？

センター病院の看護提供方式は、「継続受け持ち看護方式」と言って、受け持ち看護師1人が患者さんの入院から退院までを担当していました。しかし、医療や看護を取り巻く状況の変化の中で（入院期間の短縮化・高度な医療処置の対応・医療安全対策強化・etc…）看護師の業務はとて重くなっていきました。さらに、毎年多くの新採用看護職員が就職し、指導する先輩看護師の負担も増加していました。



そこで、「すべての看護職員がやりがいや達成感を持って、効率的に・効果的に看護の質を保証する看護方式」の検討を進め、現在の「継続受け持ちペア看護方式」を導入しました。



パートナーシップ・マインドを大切に



受け持ち看護が、1人から2人になることで、経験値の違う看護師同士がその能力を互いに補完し合うことができるようになりました。

しかし、ペアは、いつも一緒ではなく、別々に業務を行うこともあります。他者に依存するのではなく、一人のプロフェッショナルとして自らの足で立ち、自らの頭で考え、自らを助ける心（＝パートナーシップ・マインド）も大切にしています。

🏡 「継続受け持ちペア看護方式」 実際の場面を紹介！

ペアの相手は通常日替わりです。

朝は、申し送り後にペアの2人が、患者さんの予定を確認します。2人で協力し、患者さんの情報を収集し、共有しています。その後、担当する患者さん一人ひとりにあいさつに伺い、患者さんの状態を把握しながら、一日の行動計画を立てていきます。



朝の情報共有の場面



検温の様子

検温・ケアも2人で行うことで、患者さんの体の苦痛を最小限に、安全にケアを行うことができます。

責任と役割を分担・共有しながら、日々看護業務を行っています。



🏡 「継続受け持ちペア看護方式」 導入して

ペア看護方式になったことで、患者さん・スタッフ・学生さんから好評をいただいています。

2人で確認してもらってより安心できる

患者さんからの感想



いつでもペアの先輩に相談できるので、安心

新人看護師から



ペアの看護師のどちらにも相談することもできるので、安心

看護の学生さんから



また、看護学生さんが就職先の病院を選ぶ理由にも「ペア看護方式でしっかり育成してもらえるので、安心できる」とあり、センター病院看護部への関心は高まっています。

実際の病棟業務も効率的に行うことができ、安全管理にも役立っています。

🏡 「継続受け持ちペア看護方式」 今後のあり方

当院看護部の理念は「信頼に応え、未来につながる看護を創造します」です。この継続受け持ちペア看護方式によって、患者さんにより良い看護が提供できるように、職員一人ひとりが「パートナーシップ・マインド」を持ち、ともに成長しあい、未来につながる看護を目指して努力していきたいと思えます。

トピックス

Topics 1 新副院長・新看護部長のごあいさつ

さかきばら ひでや
榎原 秀也 副院長



4月より副院長と地域連携推進部長を拝命しました。地域の先生方とのコミュニケーションの促進と共に、当院を患者様の目線に立って、利用しやすい病院としていくことが重要だと考えています。そのために、まずは初診予約の簡略化や外来の待ち時間の短縮など、目に見える改革をしていきます。

市民の皆様にとって、紹介してもらいたい病院になることを目指して体制を整えてまいります。

マイブーム

ベ이스ターズの応援

今年は観戦した試合の勝率 100% (4勝0敗) です。



すずき みちこ
鈴木 美智子 看護部長



この度、看護部長（兼）地域連携推進部担当部長に着任しました鈴木美智子と申します。よろしくお願いたします。

当院は大学病院として高度医療への対応と地域医療支援病院としての役割があります。患者様、地域住民の皆様、地域医療機関の皆様から、信頼と期待に応えることができるよう、人材育成と地域連携に取り組んでいます。

看護部では2025年を見据え、垣根を越えてチャレンジする「安全・協働・進化」をスローガンに、一丸となって積極的に様々な取組を進めてまいります。皆様どうぞご協力・ご支援ください。

マイブーム

Herb。

「育てるハーブ、食のハーブ、香りのハーブ、美容のハーブ、健康のハーブ」と様々な用途や種類がありますが、育て飲んで香りを楽しんでいます。自宅でも数種類育成していますが、毎月東伊豆のHerb園に出向き癒しを受けています。



トピックス **2** 冬場に流行する感染症

• 感染性胃腸炎

ノロウイルスをはじめとする微生物等に汚染された食品や、感染者の吐物・糞便などの一部が口から入ることで発症します。そのため、手洗いと吐物・糞便の適切な処理が重要です。それら进行处理する際には、ペーパータオルなどで飛び散らないように静かに拭き取ってビニール袋に密閉し、その後、ハイター® やミルトン® などといった塩素系漂白剤を薄めたもの（もしくは濃度調整済みの次亜塩素酸ナトリウムのウェットクロス）で床を浸してから再度拭き取って、その後さらに水拭きをします。衣類やリネンが汚染された際にも、やはり汚物が飛び散らないように注意し他の洗濯物と分けたうえで85℃ 1分以上の熱水もしくは塩素系漂白剤で消毒をします。



• インフルエンザ

感染者がくしゃみをした際に、口や鼻から飛び出すしぶき（飛沫）や鼻汁などを手で触れることで感染が広がります。そのため、手を清潔に保つ手洗い（もしくは手のアルコール消毒）と飛沫を周囲に飛び散らせない咳エチケットが重要です。

咳エチケット



トピックス **3** お薬のこと、薬剤師がお教えします! ～お薬ミニ講座の紹介～

普段使用しているお薬について、不安や疑問を感じていることはありませんか？

お薬ミニ講座は薬剤部が主催している患者さん・市民向けの公開講座です。年4回、1回40分程度で開催しています。講師は当院の、糖尿病や感染症、がんなどの、各領域を専門とする薬剤師等です。代表的な病気やその時に使用する代表的なお薬についてわかりやすく説明をします。講座終了後には、質問コーナーも設けていますので、ぜひお気軽にご参加ください。



参加費は不要！事前申し込み不要！患者さんに限らず、どなたでも参加可能です。途中での入退室も可能です。薬剤師も患者さんにお話できる機会を毎回楽しみにしています。

次回の開催日程や内容のチラシは、
ここ!!

インターネットでも検索できます♪

横浜市大センター病院 薬剤部



患者さんの知りたい🍷病院食人気メニュー!!

今回は、入院患者さんから「作り方を教えてほしい!」というリクエストの多かった『さつまいものりんご煮』のレシピをご紹介します。

爽りの秋、お芋や果物がおいしい季節ですね。さつまいもには他の芋類よりも食物繊維が多く含まれており、また、ビタミンCやカリウムも豊富に含んでいます。入院食ではりんごの缶詰を使っていますが、旬の時期にはフレッシュなりんごを使っても違った食感でおいしく頂けます。素材の自然な甘さを活かしたお料理ですので、普段の献立の一品としても、お子様のおやつにもおすすめです。

さつまいものりんご煮

栄養量 エネルギー 91kcal / タンパク質 0.6g / 塩分 0.2g

材 料：1人分

さつまいも	50g
りんご（缶詰）	15g
水	適量
砂糖	小さじ1杯(3g)
塩	少々(0.2g)



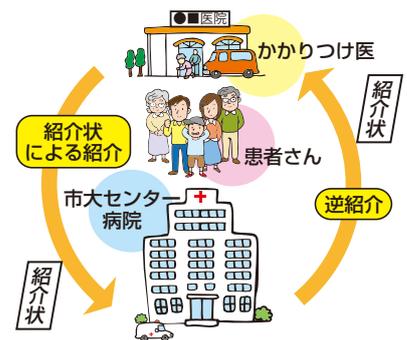
作り方

1. さつまいもは皮をむき、1cmの厚さに切り、水にさらしてあく抜きをする。りんごの缶詰は汁をきり、1cm角に切る。
2. 鍋にさつまいもと浸る位の水を入れ、さつまいもを柔らかくなるまで煮る。茹で汁を捨て、砂糖を入れ、弱火にしてさつまいもをつぶしながら混ぜ、水分をとばす。
3. 1のりんごを加え、塩を入れて味をととのえる。

紹介外来制

初診時には当院あての「紹介状」が必要となります

当院は、医療法で定められた「地域医療支援病院※」です。地域の医療機関と適切な役割分担と支援を行うために、紹介外来制を取り入れております。初診時には原則、かかりつけ医からの紹介状が必要です。また、当院での精密検査や手術等が終了した場合や病状が落ち着いている患者さんは、紹介元医療機関等へ逆紹介させていただきます。なお、法律で以下の金額を患者さんにご負担いただくことがありますので、ご注意ください。



- ・紹介状なしで初診にかかる場合.....5,400円
- ・逆紹介を行う旨の申出を行ったにも関わらず当院を受診する場合.....2,700円

※地域医療支援病院：自病院での医療提供のほか、地域の医療機関（かかりつけ医）等から紹介された患者さんの診療、救急医療体制の整備、地域医療機関への勉強会等の実施をし、地域の医療機関をバックアップするとともに、地域医療のリーダーを務める役割があります。

横浜市立大学附属
市民総合医療センター
YOKOHAMA CITY UNIVERSITY MEDICAL CENTER

〒232-0024 神奈川県横浜市南区浦舟町4丁目57番地
電話：045-261-5656（代表）
<http://www.yokohama-cu.ac.jp/urahp/>

受付時間

初診	午前 8:45 ~ 午前 10:30
再診	午前 8:00 ~ 午前 11:30（一般診療） 午前 7:30 ~ 午後 4:00（予約診療） 【各センター・診療科により異なります】
休診日	土曜日・日曜日・祝日・年末年始