

きらきら星

市立旭川病院だより



神楽岡公園

目次

診療科の紹介「循環器内科」	2
放射線治療再開のお知らせと新装置のご紹介	4
初期臨床研修医を紹介します	5
認定看護師リレーエッセイ	6
旬の食材レシピ	8

きらきら星について

市立旭川病院があるのは金星町。
金星はヴィーナス（美の女神）です。皆さんに
きらきら輝いてほしいとの願いを込めました。

診療科の紹介 「循環器内科」

診療科の特徴

循環器内科は、1971年に北海道では最初にCCU（冠動脈疾患集中治療室）を開設し、24時間体制で循環器緊急患者に対応してきました。

胸部外科（心臓血管外科）も古くから、道内屈指の手術件数を誇り道北地区の基幹病院として治療にあたってきましたが、2005年10月、循環器病センター開設とともに、より一層両科の連携が強化され、さらに質の高い医療を提供しております。

循環器内科の医師



石井 良直
院長



菅野 貴康
診療部長



井川 貴行
診療部長



堀内 至
医長



久木田 新
医長



伊與部 拳太
医長



田村 駿
医員

循環器内科の診療概要

狭心症や心筋梗塞などの冠動脈疾患、高血圧、不整脈、心不全などを診療していますが、特に循環器救急に力を入れており、急性心筋梗塞に対しては古くから数多くの症例の治療に当たっており、救命率の向上を目指しています。

侵襲的治療として、経皮的冠動脈インターベンション(PCI)を中心に下肢動脈や腎動脈狭窄に対するカテーテル治療も行っております。特に石灰化病変に対するロータブレードによる切削術は道北地区で随一の経験を有し、透析患者、重症糖尿病患者などで血管が固くステントが入らない、狭窄が広がらない症例に対し効果を発揮します。

頻脈性不整脈に対しては、カテーテルアブレーションによる根治術を施行しており、また、致死的不整脈に対して、突然死を防止するための植え込み型除細動器(ICD)や、重症心不全に対して左室と右室を同時にペーシングして同期させる両室ペーシング(cardiac resynchronization therapy;CRT)などの先進医療も良い適応例には積極的に植込み治療を行っています。

当科のモットーは、「内科医としてきちんとした診断をすることが最も重要」であり、心電図、心・血管エコー、核医学、MRI、CT、心臓カテーテル検査などを駆使して病態を総合的に把握し、最適な治療法を提供することを心がけております。

循環器内科 外来医師担当表

受付時間	月	火	水	木	金
8:00 ～ 11:00	石井	堀内	菅野	石井	井川
	菅野	出張医	井川	田村	久木田
	伊與部	—	—	出張医	—

放射線治療再開のお知らせと新装置のご紹介

放射線治療装置の更新が完了し、2023年6月から放射線治療を再開いたしました。約3か月の休止期間の間、ご配慮いただきありがとうございました。

○新しくなった装置はどのようなもの？

新しい治療装置では従来よりも更に安定性・安全性が向上し、高精度治療をより短時間で、より正確に施行できるようになりました。

○高精度治療の一例

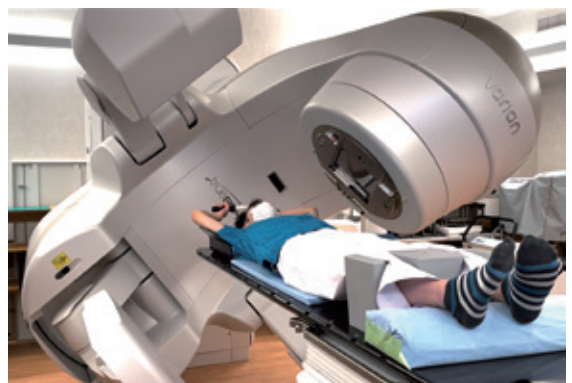
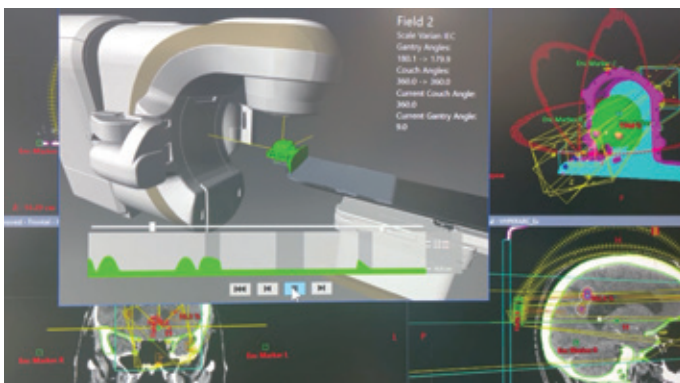
- 1 定位放射線治療
- 2 IMRT（強度変調放射線治療）
- 3 VMAT（強度変調回転照射）



- 1 がんなどの腫瘍に向けて多方向から細い放射線をピンポイントで照射する技術です。数日間という短い期間で治療が完了します。

新しい装置では、新技術により従来よりも数多くの腫瘍を同時に治療可能となりました。

- 2 腫瘍にあたる放射線を増やしつつ、周囲の正常組織にあたる放射線は減らすことができる治療技術です。副作用を増加させることなく、より効果的な治療が可能です。
- 3 IMRTの応用型で、放射線の強弱を付けるだけでなく体のまわりを回りながら放射線を照射します。治療時間の短縮や周囲の正常組織にあたる放射線をさらに減らすことが可能です。



今後も道北圏域のがん治療を担うべく
邁進してまいります！！

放射線治療再開のお知らせと新装置のご紹介

初期臨床研修医を紹介します

当院は、医師免許を取得して1・2年目の医師が研修に取り組む「臨床研修病院」に指定されており、現在、5名の初期臨床研修医が日々、研修に励んでいます。このうち、今年4月から新たに受け入れた、1年目研修医の3名を紹介します。

下川 翔矢 (しもかわ しょうや)

生まれと育ちはここ旭川で、その後は札幌医科大学を卒業し、旭川に戻って当院で研修中です。

高校卒業後に一度は別の大学に進みましたが、「この知識も面白いが、自分の求めているものは医学にあるのだ」と確信し、医学部に再入学して晴れて医師となることができました。とはいえ浅学非才の身で知らないことが多く、患者様や先生方、スタッフの皆様から日々勉強しています。

どの科の医師になるかは未定ですが、早急に一人前になるべく数多くの経験を積み重ねながら、北海道の医療を担う一員として責任感を持って診療に当たる所存です。



野口 航太郎 (のぐち こうたろう)

長野県出身ですが、本州では大学入試がなかなか思うようにいかず、その後なんとか旭川医科大学に合格することができ、その縁あってそのまま卒後も旭川で働き始めました。旭川はとても良いところであると感じていて、この地で研修できることをとてもうれしく思います。

社会人1年目ということもありまだまだ未熟ではありますが、未熟であるということを受止めて、向上心を持って日々の業務をこなしていきたいと思います。初期研修の2年間で多くのことを学び、3年目以降に進むための基礎をしっかりと築きあげていきたいと思っています。



柴崎 凌一郎 (しばさき りょういちろう)

出身は長崎県で、北海道大学を卒業しました。北海道の地方都市の基幹病院で幅広い疾患を学びたいと思い、当院での初期研修を始めました。何もかもが教科書通りというわけにはいかない実臨床を経験し、難しさの中に大きなやりがいを感じております。

就職したばかりで旭川に住むのも初めてと、毎日が新鮮なことばかりです。適度に都会でありながら自然も豊かな旭川は、とても住みやすい町だと感じています。機会があれば是非周辺の市町村も訪れたいと考えております。

まだまだ至らぬ点も多々あると思いますが、北海道の医療に貢献できるよう日々精進して参ります。



研修医は2年間の研修期間中、指導医のもとで診療に当たり、処置なども担当します。皆様のご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

(教育研修課)



初期臨床研修医を紹介します

認定看護師は、特定の看護分野において、熟練した看護技術と知識を用いて水準の高い看護実践のできる看護師を社会に送り出すことにより、看護現場における看護ケアの広がりや質の向上を図ることを目的として公益社団法人日本看護協会により認定された看護師です。

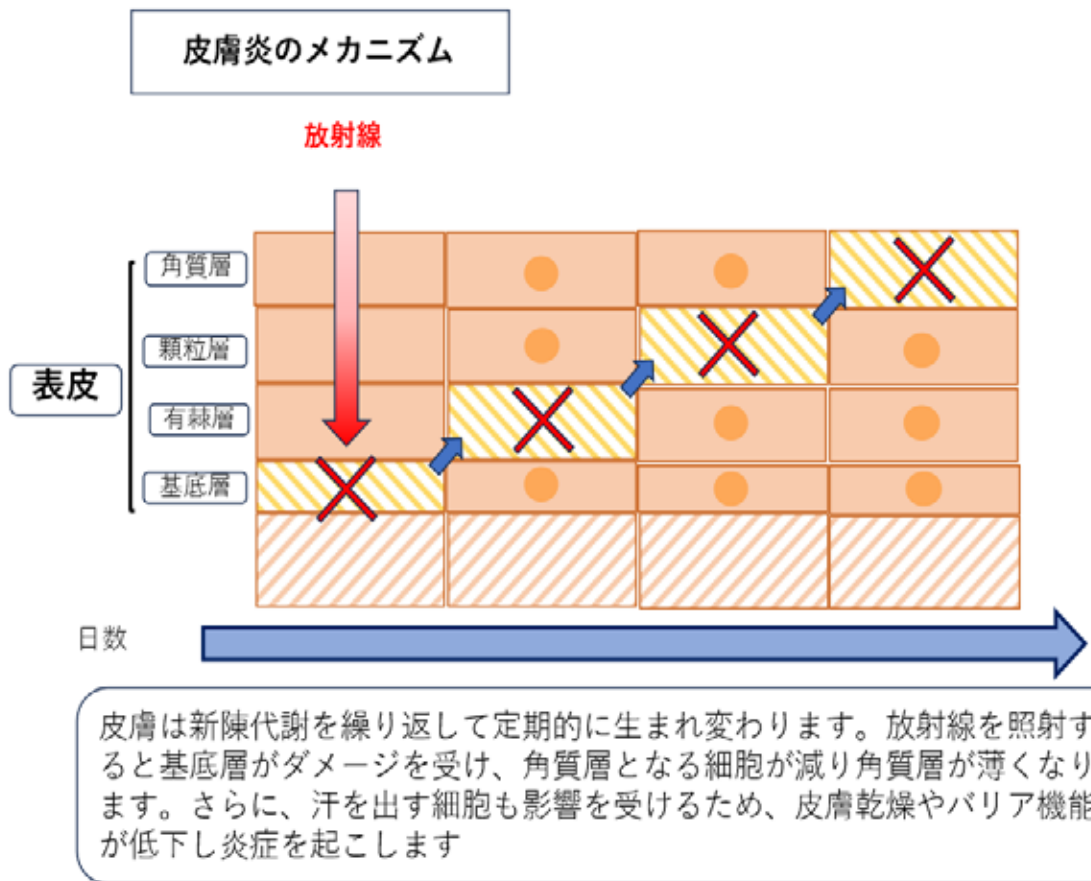


放射線皮膚炎について

がん放射線療法看護認定看護師 永草 麻由美

皆さんは放射線治療をしましょうと聞いて心配になることは、どのようなことでしょうか。今回は質問の多い放射線皮膚炎についての話をいたします。

【皮膚炎はどのようにおこるのでしょうか】



皮膚炎は治療開始後2週間くらいからおこりはじめ、治療終了から終了1週間くらいがピークになり2～4週間で軽減してきます。

放射線治療はレントゲン検査と同じX線を使用しています。X線は体を通り抜けるため、治療後、体には残りません。

【日常生活で気をつけることはありますか？】

皮膚の健康を守るためには、皮膚の清潔・保護・保湿が大切です。
治療開始時から始め終了1か月後まで続けましょう。

- 🍂 石けんは十分に泡立てて使いましょう。
※汚れを落とすのは泡です。ホイップ状になるまで泡立てましょう。うまく泡立てられないときは、最初から泡で出てくるタイプの石けんを選ぶと良いでしょう。
- 🍂 皮膚を傷つけたり皮脂を取り除き過ぎたりしないようにしましょう。
- 🍂 洗浄時は目の粗いタオルやナイロンタオルなどを使ってゴシゴシ洗わず、綿などの刺激になりにくいタオルや素手でやさしく洗いましょう。
- 🍂 皮膚を傷つけないように、指先ではなく指の腹を使いやさしくなでるように洗いましょう。
- 🍂 熱いお湯は皮膚を刺激するので40～42度位の温度にしましょう。
- 👤 放射線をあてた部分の皮膚への刺激を避けることがもっとも大切です。症状がないときでも、湿布や絆創膏を貼ったり、かいたりするのはやめましょう。
- 👤 放射線治療中は治療部分の皮膚に直射日光が当たらないようにしましょう。
- 👤 照射部位の皮膚への摩擦を避けるためゆったりとした下着を着用しましょう。
- 🟢 入浴後は保湿剤を塗りましょう。
※手を清潔にして保湿剤をとり、手のひらでやさしく丁寧に、すりこまないようにして塗ります。
ティッシュが皮膚に付く、または皮膚がテカテカ光る程度の量が目安です。



皮膚の発赤・かゆみが出現したらスタッフにお知らせください。
皮膚炎は放射線が当たっている部分に出現します。治療開始時にどの部分に放射線があたっているか確認しましょう。



今回は秋の味覚、さつまいもを使った温かい汁物レシピを管理栄養士が紹介します。きのこや野菜をたっぷり入れて具沢山にし、汁を少なめにする事で減塩につながります。好みの野菜を追加して、是非お試しください。

【材料 2人分】

- ・さつまいも・・・30g
- ・豚こま切れ肉・・・20g
- ・大根・・・40g
- ・人参・・・20g
- ・しめじ・・・20g
- ・しいたけ・・・15g
- ・長ねぎ・・・10g
- ・サラダ油・・・小さじ2
- ・水・・・300ml
- ・白だし・・・大さじ1/2
- ・顆粒だし・・・小さじ1/4

【作り方】

①さつまいもは1cm幅の半月切りにし、水に浸けてあく抜きする。豚肉は食べやすい大きさに切り、大根と人参はいちょう切り、長ねぎは斜め切りにする。しいたけは薄切りにし、しめじは石づきを切り落としてほぐす。②油を熱した鍋で豚肉を炒め、色が変わったら大根、人参、長ねぎを加えて炒め、大根が透き通ってきたら白だし、顆粒だし、水を加え煮る。③ひと煮立ちしたら水気を切ったさつまいも、しめじ、しいたけを加え、さつまいもが柔らかくなるまで煮る。(あくが気になる場合は取り除く)④器に盛り、お好みで小ねぎや七味を入れて完成。

栄養価
(1食分)

エネルギー	87kcal
たんぱく質	3.3g
脂質	5.1g
炭水化物	8.3g
食物繊維	1.8g
食塩相当量	0.7g



☆ 旬の食材豆知識 ☆

さつまいも



ヒルガオ科。9～11月が旬です。甘味のもとのでんぷん質が、秋に収穫された時から止まることなく糖化し続け、春夏にはとても甘いお芋になります。調理の際は、ゆっくり加熱すると甘味が増します。太く、表皮の色が鮮やかで光沢のあるものを選ぶと良いです。

しいたけ



キシメジ科。3～5月、9～11月が旬です。グアニル酸とグルタミン酸の相乗効果によるうま味があります。裏が白く、かさが肉厚で大きく、七～八分開いたものが良いです。

きのこ、野菜、豚肉から出汁がでるので、薄味でも美味しく仕上がります。



(写真は1人分)

2022年9月に発行したレシピ情報を改めて紹介するものです。