



特集…からだを守る口腔ケア



hesso(へっそ)は東北大学病院の広報誌です。人のカラダを中心に、いまの医療を中心に、地域の皆さまにわかりやすく当院の活動を紹介します。hessoを中心に人の輪ができる、まさに地域の「おへそ」のような存在を目指します。

Publisher：東北大学病院  
Plan & Edit：東北大学病院広報室  
Design & Photo：akaoni Design

## 表紙のひと



## 東北大学病院 サービス・質向上委員会

医師、看護師、薬剤師、事務などさまざまな職種からなる25名で構成されているサービス・質向上委員会。医療に「おもてなしの心」を取り入れるべく、安全・安心、そして快適な院内の環境づくりに日々取り組んでいます。中澤委員長(眼科科長)、アドバイザーの藤田先生(エデュクス代表)を囲んで、「へっそポーズ」。

## 特集

# からだを守る 口腔ケア

全身の病気と、口の中(口腔)の健康とは深い関わりがあることがわかってきました。東北大学病院では、医科と歯科が一つの病院として、外来や入院患者さまの口腔ケアに取り組んでいます。今回は、医科と歯科の連携を中心に、全身の健康につながる口腔ケアについてご紹介します。

## 病気の治療と 口腔ケア

### 座談会

### 全身の健康につながる口腔ケア 菌を減らして病気予防も

細川…われわれ歯科医師からすると、

これまで歯科治療の対象になることを想定していなかった全身疾患を持つ患者さんが、近年治療に求められるようになってきました。また、抗がん剤治療や手術により、口腔のトラブルで入院が長引いている患者さんもいます。2015年4月に周術期口腔支援センターを立ち上げたのは、その方々に歯科として、チームとし

て対応していくためです。

石岡…がんの治療は、体にとって厳しい治療です。例えば、口腔の手術や消化管の手術などは、それだけで消化機能に障害が生じるのですが、さらに放射線治療や抗がん剤治療を行うと、口腔粘膜が痛み、追いつけなくなるような食事ができなくなってしまうことがあります。そういう患者さんは、途端に栄養状態が悪くなり、治る力も弱くなつて、悪循環に陥ってしまいます。

笹野…「口腔は全身の鏡」と言われますが、口の中は全身の状態をよく表

すのです。がん治療による影響はもちろんですが、それ以外にも様々な病気や体調から、口腔に症状が出ることもあります。

渡邊…頭頸部の悪性腫瘍は、飲み込みや呼吸、話すことなど、非常に機能的なところに関わってくる病気です。それに対して、手術や治療の前から口腔ケアを行うと、手術後の肺炎も含む合併症を減らすことができたり、その期間を短くしたりすることができるといいうデータがすでに出ており、歯科に介入してもらうことで非常に助けられています。

石岡 千加史(いしおか ちかし) 2ページ左

1958年生まれ、宮城県出身。1984年東北大学医学部卒業。1988年に同附属化学療法科入局。仙台厚生病院、マサチューセッツ総合病院がんセンターなどを経て、2003年3月より東北大学加齢医学研究所臨床腫瘍学分野教授に就任。副病院長、腫瘍内科科長、がんセンターセンター長などを兼任。

細川 亮一(ほそかわ りょういち) 2ページ右

1973年生まれ、福岡県出身。1999年東北大学歯学部卒業。2004年九州大学大学院歯学研究所修了。九州大学歯学部附属病院第一口腔外科医員、南カリフォルニア大学博士研究員などを経て、2014年より東北大学大学院歯学研究科予防歯科学分野准教授に就任。2015年4月より周術期口腔支援センター長に就任。

渡邊 健一(わたなべ けんいち) 3ページ左

1970年生まれ、栃木県出身。1995年東北大学医学部卒業。同院耳鼻咽喉科・頭頸部外科に入局。県立宮古病院、いわき市立総合磐城共立病院、仙台医療センター、石巻赤十字病院などを経て、2014年12月より耳鼻咽喉科・頭頸部外科医局長に就任。

笹野 高嗣(ささの たかし) 3ページ右

1954年生まれ、福島県出身。1979年東北大学歯学部卒業。1998年東北大学大学院歯学研究科口腔診断学分野教授に就任。東北大学歯学部附属病院長、東北大学大学院歯学研究科長・歯学部部長などを歴任後、総括副病院長、口腔診断科科長を兼任。

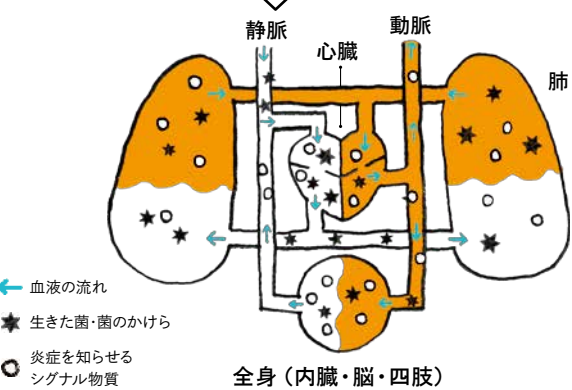
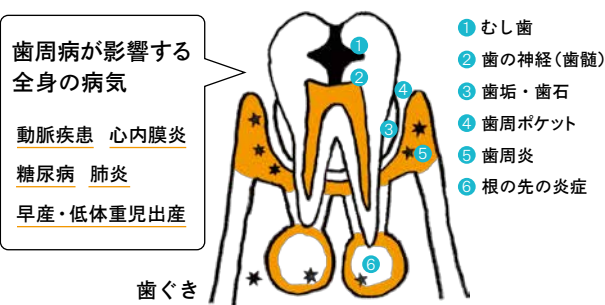


笹野…誤嚥性肺炎で亡くなった人で、その細菌がどこからきたかを遺伝的に調べると、口腔から来ていたことが知られています。口腔というのは、全身の中で一番細菌数の多い場所の一つです。そのなかには、歯周病菌やむし歯菌、あるいは真菌だとか、いろんな菌がいます。ですが口腔の菌は、コントロールすることが出来るわけです。それが口腔ケアであり、口腔の菌を減らしてコントロールすることで、全身のいくつかの病気を予防することもできるのです。

### 医科と歯科の連携では

### 地域とのつながりも大切

細川…最近、定期的に歯医者に行く方も多いので、例えばがん治療が始まって1年間かかりつけの歯医者に行けていないことを、とてもストレスに感じている患者さんも実はいらっしゃるんです。石岡…そうなのですか。それは治療者として配慮が必要ですね。細川…当院は、地域の歯科医院との連携が緊密です。かかりつけの歯科医へ行きたいという気持ちがある患者さんは、病棟の主治医や外来の主



むし歯で死んだ歯の神経や歯周病からは、生きた菌や菌のかけらが血液の流れに乗って全身にまき散らされます。また、炎症を起こした歯ぐきからは、炎症を知らせるシグナル物質が流れ出して、全身に慢性的な悪影響を及ぼします。

### 医科と歯科の連携は、良質な医療のために大切

笹野…医科歯科連携について歴史的なことを言いますと、当院は、医学部附属病院と歯学部附属病院とに分かれていたわけですが、2003年に組織を統合しました。しかしその当時は、統合しても建物は別々ですから、医科の患者さんが点滴スタンドを引っ張りながら公道を渡って歯科へ行くというような時代。それから2010年によ

やく歯科外来が移転し、かつては連携しようにも物理的にできなかったことが、今は同じ屋根の下でできるようになりました。周術期口腔支援センターもでき、いよいよ連携が密になってきているという経緯があります。細川…私はもともと口腔外科医ですが、頭頸部外科の専門医の資格を取るために渡ったアメリカで、「歯科医師として、歯というものから全身を支えていることはできないだろうか」という考え方になりました。例えば、口腔をきれいにしていくと関節リウマチや糖尿病が治ることがあります。実は歯周病というのは口腔に大きな潰瘍がある状態なので、そこで白血球の戦いが起こっており、そして全身に免疫疾患のような状態をつくっています。これをうまくコントロールして抑えられれば、結果としていろんな疾患が良くなるのです。そういった観点から、口腔をきれいにしたり、また入れ歯を作ったり咀嚼できるようにすることで、歯科医師の立場として、全身の治療に貢献できたり、病気になるないようにすることが出来るのです。渡邊…当院の良いところは、「キャンサーボード」という会議を実施している

ことです。頭頸部がんの患者さんに対しては、口腔外科、予防歯科、耳鼻咽喉・頭頸部外科が集まり、みんなで考え、治療していくという体制を1年前からつくっています。また嚥下診療も複数の科・職種で協力して行っています。私たち耳鼻咽喉・頭頸部外科は咀嚼など口腔については知識が弱いところがあるため歯科医師から勉強させてもらい、逆にわれわれの専門領域である咽喉については歯科医師と一緒に勉強しています。互いに得意な武器を持ち寄って、患者さんのために良いことをしていくというのがコンセプトです。石岡…腫瘍内科は、抗がん剤治療が主要な専門領域ですので、歯科との連携が必要なものとして、まずは副作用である口内炎の問題があります。それから、骨にがんが転移する骨転移の治療薬として最近出てきたビスホスホネート系薬剤(BP製剤)や抗RANKL抗体薬は、口腔の衛生状態によっては顎骨の壊死を引き起こすという重大な問題があり、薬を使う際には事前に歯科に相談しています。歯科との連携の重要性については、第二期がん対策推進基本計画にも記載されています。当院は、都道府県がん診療連携拠点病院

です。ですから、がん治療における地域との医科歯科連携も大切です。細川…患者さんがなぜ当院で治療を受けるかという点、社会復帰して地域に戻っていくためです。特に遠方の患者さんにはその地域の歯科医とのネットワークをつくっておくことが重要。私たちが今、歯科医師を目指す学生や開業医の先生に対して情報発信しているのは、例えば乳がん、肺がん、前立腺がんなどは骨転移の可能性が高いので、石岡先生がおっしゃったBP製剤を使うケースが非常に多いということ。もしも将来BP製剤を使うことを歯科が見逃してしまうと、あとからトラブルになることがあるわけです。ですから、自分たちが直接使用するわけではなくとも、日進月歩で変わる治療薬について、いろいろな知識を得ながら、医科とも地域とも、連携していきたいと考えています。

※1 周術期口腔支援センター…手術前後において、口腔内を適切に管理し、術後合併症の予防や治療成績を向上させることを目的に診療を行うセンター

※2 嚥下…食べ物や飲み物を飲み込む動作のこと

手のひらとほぼ同じ大きさの炎症

約5mm  
×20本  
中程度歯周病 20本分の面積

## がん治療でこわい、歯周病のこと

細川先生に聞いてみました。

例えば、80歳で20本の歯が残っている方がいて、その20本の歯に中等度の歯周病が起こっているとします。これは全身に対して、だいたい手のひらと同じ大きさの傷があることに相当します。歯周病の場合、この傷が口の中にあるということになりますから、そこから菌がいくらでも入って全身に広がっていきまます。そんなときに、抗がん剤などを用いた化学療法で白血球数を減らし、感染症を起こしやすい状態にするということは、実に危ないことなのです。

# お口に まつわる Q & A

歯やのど、あごのことまで、口腔のあらゆる疑問を当院の歯科医師に聞きました。

## Q1 ドライマウス の予防法を教えてください。

A 唾液が減るとドライマウス症状が起これ、口が渴いて話しづらい、ヒリヒリ、ネバネバするなどの不快感が起きます。この予防法として、唾液を出す自己訓練が有効です。その方法として、①唾液腺マッサージ、②よく噛む、③こまめな歯みがき、④昆布液などの味覚刺激があげられ、いずれも唾液分泌を促進します。特に私達口腔診断科では、だし昆布を煮出して作った昆布液を診療に用いています。(口腔診断科/笹野 高嗣)



## Q2 睡眠時無呼吸症候群と かみ合わせは 関係ありますか？

A 睡眠時無呼吸症候群は、気道が狭くなることで、睡眠中に呼吸が小さくなる

## Q3 インプラントは どんなもの を選べばいいですか？

A インプラントメーカーは全世界で数百社を超え、日本だけでも80種類以上のシステムが使用されています。安全で安心なインプラント治療を第一と考えると、科学的な裏付け(基礎研究)や臨床データが豊富なインプラントが信頼できると考えます。治療費の安さだけで選ぶと品質の問題だけでなく、数年後にあなたのインプラントシステムがメンテナンス

できなくなる、ということになりかねません。(歯科インプラントセンター/小山重人)



## Q4 ホワイトニングと 歯の健康は 関係ありますか？

A ホワイトニングとは変色してしまっただ歯を白くする治療技術です。診療で行うホワイトニングでは強い薬を使いますが、歯に使用する限りでは体に害はなく、家庭で行うものと同じく害はありません。従ってホワイトニングは、歯の質が変わるなどの「歯の健康」に直接影響することはありません。しかし、この治療を受けることで、外観に関する不安は取り除かれ、前向きな生活を送れることが期待されます。(保存修復科/齋藤 正寛)

## Q5 歯周病の最新の治療法を 教えてください。

A 現在行われている歯周病治療は、歯ぐきの腫れなどの炎症を取り除くことはできますが、残念ながら歯周病で失われた骨を元通りに戻すことはできません。

## Q6 どうしてあごが 外れるのですか？

A 「あごが外れる」とは、あごの関節(顎関節)の脱臼のことを指します。あくびなどで過度に開口した際、下あごの骨(下顎骨)が顎関節を外れて自力で戻せなくなった状態です。脱臼を繰り返す場合を習慣性顎関節脱臼といいます。寝たきりで筋力低下になった場合や、不随意運動で起きることもあります。脱臼の状態が続くと食物が食べられません。自力で戻せなかったり、繰り返す場合は口腔外科など専門医への受診が必要です。(歯科顎口腔外科/高橋 哲)



「デンタル先生」は15ページに掲載中！

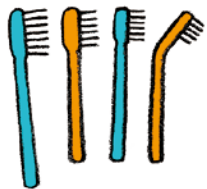
## 実践

# 正しいお口のケア 4つの約束

## 1 歯ブラシ

### ① 歯ブラシの選びかた

歯ブラシは、通常は小さめのものを選び、手を動かすには太さは、通常のものの方がきれいになります。細いものは歯肉に優しいので粘膜炎が弱く、歯肉が弱く、歯に当てる面は平らな方がよいです。



### ② 歯ブラシの管理

- 歯みがき後は、流水で洗う
- しっかりと水気を切る
- 毛を上にして保管する



次の使用までに乾燥させましょう。濡れたままにしておくと、雑菌が繁殖します

## 2 正しい歯みがき

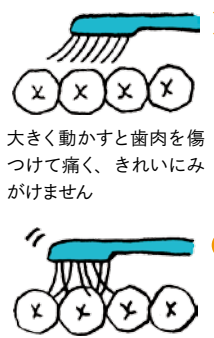
### ① 歯ブラシを真横からあてる

ななめから歯と歯ぐきの境目に歯垢が残り、歯肉の炎症がおきます。真横と真上から歯と歯ぐきの境目がきれいになります。



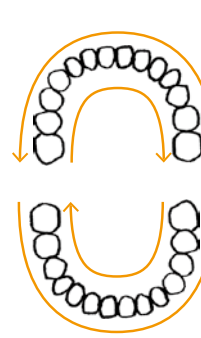
### ② 小さく、一カ所20回

大きく動かすと歯肉を傷つけて痛く、きれいにみかけません。5mmくらいに小さく動かすと歯肉に優しく、きれいにみかけます。



### ③ 一筆書きで全体をみがく

一筆書きでみがくと、みがき忘れがなくなります。

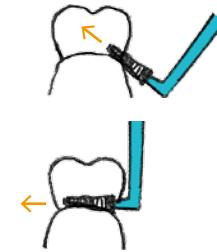


## 3 歯間ブラシ・フロスの正しい使い方

歯と歯の間は歯間ブラシ、歯と歯の間が狭い方は、フロスを使います。どちらも歯肉を傷つけやすいので、専門家の指導を受けましょう。

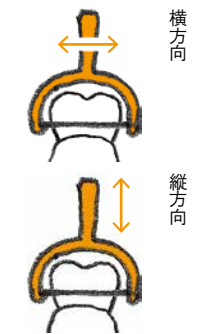
### ① 歯間ブラシ

歯肉の上を滑らせるように歯と歯の間に入れ、数回往復します。



### ② フロス

歯と歯の間に通す時は、横方向に、きれいにする時は縦方向に動かします。



## 4 お口の健康ここがポイント

- ① 毎日のていねいな歯みがき
- ② 正しい食生活 良き生活習慣
- ③ フッ化物入り歯みがき剤を上手に使う
- ④ 歯医者さんでの定期検診



歯科保健推進 DVD (I)、(II)  
「お口の中は不思議がいっぱい」  
www.chiiki.dent.tohoku.ac.jp/dental\_health\_promotion/index.html



合わせて  
見てください！



# 歯科大解剖

当院歯科部門の特徴の一つは、専門領域の幅広さ。それぞれの部門がどのような治療を専門としているのかを見てみましょう。



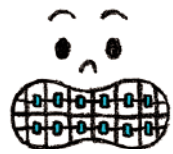
## 予防歯科 よぼうしか

口の健康を推進するために、特に全身に問題のある方の長期口腔管理や、周術期口腔支援センターと連携して、周術期以後の口腔機能リハビリテーションと口腔管理を行っています。口臭外来も設けています。



## 小児歯科 しょうじしか

子どもの歯と口に関わるすべての問題に対し診断、治療を行います。むし歯、歯肉炎や乳歯から永久歯に生え変わる段階での歯並びの異常、発音や口腔習癖※、障がい児や全身麻酔による歯科治療にも対応しています。



## 矯正歯科 きょうせいしか

一般的な不正咬合、先天性疾患に起因した不正咬合、顎変形症による不正咬合など、乳歯列の子どもから永久歯列の成人まで幅広い年齢層に対応した治療を行っています。最先端の治療技術を用いて侵襲性の少ない治療を提供しています。



## 咬合機能成育室 こうごうきのうせいいくしつ

歯並びやかみ合わせの問題を有する幼児期から思春期の子どもを主な対象とし、最小限の矯正歯科治療と口腔習癖※をとり除きます。あごの成長やかみ合わせの発育を阻害している要因をなくし、健全なお口の働きを備えた永久歯のかみ合わせに導きます。



## 口腔診断科 こうくうしんだんか

全身との関連を重視して口腔の病気を診断します。全身と口腔は密接に関連するからです。画像診断や血液検査・病理検査などの検査情報と臨床所見、そして患者さまのお話を大切に総合的に診断しています。



## 歯科顎口腔外科 しかがこうくうげか

あごと歯、口腔の形態や機能の異常に対して外科的に治療しています。診療内容は、抜歯、歯の移植、歯性感染症、顎骨骨折、良性・悪性腫瘍、顎変形症、顎関節症、口唇裂・口蓋裂など多岐にわたり、口腔機能を回復させることを目標としています。



## 歯科麻酔疼痛管理科 しかますいとうつうかんりか

「吐き気がする、怖い」など歯科治療を受けるのが困難な方、あるいは口腔の手術を受けられる方に対して静脈内鎮静法や全身麻酔法などの麻酔技術を用いて、安全でストレスのない診療環境を提供しています。



## 保存修復科 ほぞんしゅうふくか

むし歯と根の治療を専門にしています。むし歯治療は、できるだけ歯を削らずに、そして審美的な材料を使って治療します。根の治療は、顕微鏡などの最新の機器を用いて確実な治療を行っています。



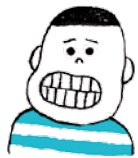
## 咬合修復科 こうごうしゅうふくか

歯が欠けたり、なくなった場合や、歯の色や形が気になる場合に、クラウン、ブリッジなどのかぶせ物で補う治療を行っています。天然の歯に近い色の最新の歯科材料を用いることで、審美性を重視した歯科治療を積極的に行っています。



## 歯内療法科 しないうりょうほうか

むし歯などで生じた歯の神経の痛みに対する治療を行っています。また、通常の治療では痛みが取れない、歯の根の先端の骨や歯肉まで広がった炎症に対して、外科手術など専門的治療を行っています。



## 咬合回復科 こうごうかいふくか

「かみ合わせ」を回復することを専門とした治療を行っています。入れ歯、かぶせ物、インプラントなどを必要に応じて組み合わせることにより、「食べる」「しゃべる」「味わう」といった、口腔の大切な機能の回復と保全を図ります。また、睡眠時無呼吸症候群に対する専門的治療も行っています。



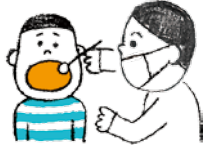
## 歯周病科 ししゅうびょうか

歯周病は、歯肉の下にある骨が徐々に破壊されて歯が抜けてしまう病気です。この病気は、狭心症・糖尿病といった生活習慣病などの発症リスクを高めることも明らかにされています。当科では歯周外科手術を含めた専門的な歯ぐきの治療を行っています。



## 口腔機能回復科・高齢者歯科治療部 こうくうきのうかいふくか・こうれいしやしかりょうぶ

あごの関節や筋が痛んだり口が開かなくなる顎関節症や、高齢者の入れ歯などの治療が専門の補綴系診療科です。高齢者のお口の健康と食べる機能を全力でサポートしています。



## 総合歯科診療部 そうごうしかしかりょうぶ

歯科医師免許を取得して意欲に燃えている研修医が、むし歯による痛みの除去や歯質欠損の修復、歯周病、固定型あるいは取り外し型の義歯の診療等を担当します。経験豊富な指導医の下、安全で質の高い診療を提供することを心がけています。



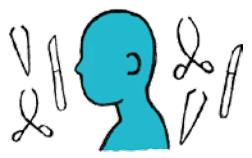
## 顎口腔機能治療部 かくくうきんのうちりょうぶ

口唇裂・口蓋裂などの頭蓋顎顔面領域に先天性の疾患がある方を主な対象として、調和のとれた機能的な歯並び・かみ合わせを形成し、良好な発音ができるようにする専門外来です。当治療部では、矯正歯科治療と専任の言語聴覚士による言語療法を行っています。



## 障害者歯科治療部 しょうがいしやしかりょうぶ

知的障害や身体障害があり、一般の歯科医院で治療を受けることが難しい方の歯科治療や口腔のケアを行う診療部門です。障害の特性に配慮し、歯科麻酔疼痛管理科との連携のもと、静脈内鎮静法や全身麻酔法を用いた治療にも対応しています。



## 顎口腔再建治療部 かくこうくうさいけんちりょうぶ

がんや外傷などによって顔やあごの一部を失った方を対象に、耳鼻咽喉・頭頸部外科、形成外科などとの連携協力のもと、特殊な入れ歯や装置を用いて、審美や機能の回復、生活の質の向上を図っています。



## 歯科インプラントセンター しかいんぷらんとせんたー

入れ歯やブリッジの代わりに、顎骨に支持されたインプラント体(人工歯根)とその上部構造を用いて、咀嚼と審美的な回復を図る治療を、各診療科の専門歯科医師が連携したインプラント専門診療チームが行っています。



## 周術期口腔支援センター しゅうじゅつきこうくうしえんせんたー

全身麻酔における手術やがん治療において、口腔を清潔に保つこと、良く噛めるお口であることは、肺炎予防や体力の温存に重要です。当診療科では、良い口腔環境を得てもらえるように、口腔ケアをはじめとするお口のサポートを行っています。

皆さまの健康や生活に  
思わぬ問題が起きないように  
お口の健康をサポートします。



※口腔習癖…指しゃぶりなどの口の癖の問題





東北福祉大学を卒業後、他の医療機関を経て、2006年に東北大学病院医事課に社会福祉士として入職。現在は、主に高度救命救急センターを担当。趣味はサッカー観戦。

東北大学病院栄養管理室の

野菜を食べる

副菜レシピ



岡本智子 室長 監修

栄養とうまみが豊富に含まれる旬の素材を使った美味しい野菜の副菜レシピをご紹介します。あらかじめ料理の時間を短縮する下ごしらえをしておくことで、手軽に無理なく野菜を食べましょう。

秋の食材「きのこ」



きのこは、しいたけやしめじ、まいたけ、えのきだけなど種類が豊富で、独特の香りや触感、歯ざわりが特徴です。ビタミンB群、ビタミンDなどを含み、さらに食物繊維も豊富で、腸の蠕動運動を活発にし、腸内をきれいに掃除する役割もあります。

便利な下ごしらえ術

しいたけは洗うと水っぽくなるので、洗わずにペーパータオルで汚れを落としたり、かさの上をポンポンと叩き、内側の汚れを落とします。しいたけやしめじ、マッシュルームの根元にあるかたい部分(石づき)は切り落とし、えのきだけやまいたけ、エリンギは根元のかたい部分を切り落とします。



洋) きのこのマリネ

香味野菜の香りを効かせてきのこを常備菜に!



レシピ (2人分)  
熱したフライパンにオリーブオイル大2、んにく1/2かけ、赤唐辛子1/2本を加え、香りがでたら食べやすい大きさに切ったしいたけ・エリンギ・マッシュルーム各1/2パックを加え炒める。油がまわったら合わせ調味料\*を加えて火を止め混ぜ合わせる。

\*粗みじん切りのねぎ1/2本・酢大5・しょうゆ大2・砂糖大1.2・みりん大1.2・コンソメ顆粒小1/4(水大1/2で溶かす)・塩・粗びきしょうゆ少々・小口切りの赤唐辛子1/2本

和) ホイル焼き

もう一品欲しいときに。ホイルに包んで酒をひと振り、オーブントースターへ!



レシピ (このレシピは1人分です)  
アルミホイルに厚揚げ1/2枚(1枚150g程度)、適当な大きさに切ったまいたけ・しめじ・えのき各1/4パックの順にのせる。酒大1/2をまわしかけて包み、オーブントースター(両面)で5分焼く。ホイルを開けてソース(味噌小1/2・マヨネーズ小1・しょうゆ一滴)をのせて焦げ目がつくまで焼く。

和) きのこ汁

秋の食材をたくさん入れてあっさりとし、食物繊維豊富な汁ものに!



レシピ (2人分)  
里芋1個は1/4に、ごぼう10gはささがき、大根30gは1センチに切り、和風だし(顆粒だしの素2g・水300ml)で煮る。火が通ったら、適当な大きさに切ったしいたけ・まいたけ・なめこ各1/3パック強を加え煮る。塩小1/5・薄口しょうゆ小1/3で味を調え、斜めせん切りにしたねぎ10gを加える。

町田 雄一郎さん

地域医療連携室 / 医療ソーシャルワーカー(MSW)

患者さまとご家族の言葉に耳を傾けて

医療ソーシャルワーカー(MSW)は、医療の現場で福祉の面から患者さまを支える専門職で、多くは社会福祉士という資格を持ちます。私は主に、高度救命救急センターを担当しています。患者さまは、突然訪れた入院という出来事に、仕事や家族のことなど、経済的にも心理的にもさまざまな問題に直面します。入院時から、できるだけ早く退院後の生活を見据え、自宅付近のリハビリ施設を探したり、公費負担医療制度をご案内したり、入院によって起こる変化に応じて、その後の生活を具体的に医師や看護師などと共に考えます。

大切に行っているのは「支援する」という立場を忘れないこと。退院したら、どこで、誰と、どのような生活を望むのか、どのように生きていきたいのか、患者さまの言葉に耳を傾けることです。ご自身ができることは伸ばし、できないことはさまざまな制度を利用して補います。退院先の医療機関はそれぞれ特徴がありますから、毎月、病院訪問を行って情報収集にも努めます。最近では、超高齢社会などの社会的な背景もあり、多くの患者さまを受け入れる役割を担う大学病院では、早期の退院も求められます。葛藤もありますが、だからこそ、私たちMSWができること、やるべきことを追求していきたいです。先日、事故で入院されていて、退院後にリハビリに通っている患者さまとばったりお会いしました。元氣そうな姿を見ると本当に嬉しいです。一人でも多くの患者さまの力になりたいと、改めて感じた瞬間でした。

\*しいたけ・まいたけ1パックあたり125g程度、その他1パックあたり100g程度のものを使用しています。



Vol.08

リストバンド

医療は患者さま一人ひとりと向き合う行為ですが、「その人」であることを間違えずに診断、検査、治療などをしていくことは基本中の基本です。患者さま同士を間違えてしまう、そんなことが決して起こらないように、入院患者さまにお願いして装着してもらっているのが、リストバンドです。幅わずか1センチに満たない細いバンドに、氏名、性別、生年月日とそのバーコード情報が書きこまれています。リストバンドが一人ひとりに手渡されるのは、通常、入院の当日。緊急の場合を除けば、前日までには準備されて、病棟で患者さまを待っています。氏名だけでなく生年月日もあるのは、意外と多い同姓同名の人もきちんと識別して誤認防止に努めるため。時に、手術などでバンドが邪魔になることもあり、その場合は一旦切って取り外しますが、その後、速やかに再発行されます。東北大学病院がリストバンドを導入したのは2001年のこと、全国的にも比較的早い時期でした。あくまで患者さまの同意を得て着けていただくものですが、現在では非常に多くの病院で同様のものが導入されて一般的になり、また事故防止のための意義が広く理解されてきたこともあり、多くの方々にご協力いただいています。一人ひとりと向き合う医療のための、一人ひとりを間違えない工夫。基本的なことを一つずつ続けていきます。



院内リノベ室

レンタサイクルで市街地からのアクセスが便利に

仙台コミュニティサイクル「DATE BIKE」のサイクルポート（8台収容）を設置しました。当院と市街地とのアクセスの際には、ぜひご利用ください。

利用時間 7時～22時  
利用金額 60分／96円（税抜き）

利用には事前の登録が必要です。詳しい利用方法は、DATE BIKEのホームページをご覧ください。

DATE BIKE ホームページ  
doomo-cycle.jp/sendai/



お車の出庫をスムーズに



駐車料金を事前にご精算いただけるよう、正面玄関（総合受付向かい）に「事前精算機」を設置しました。駐車場ゲートでお支払いいただくよりも、スムーズに出庫できます。お車でお越しの方は、ぜひ、ご利用ください。

院内リノベ室とは、院内の環境を改善すべく、日夜頑張るチームです。改善結果は、こちらで報告します！

見やすく使いやすいホームページを目指して

トップページのバナーや各ページに入るメインのボタンを大きくし、イベントカレンダーを新設するなど、当院のホームページを一部リニューアルしました。今後も、見やすく使いやすいホームページになるよう改善していきます。



脳神経外科疾患は麻痺や意識障害など、生活の質に関わる障害につながりやすい性質を持ちます。生活習慣の改善、高血圧など生活習慣病の治療を通じた脳卒中の予防、シートベルト着用による交通外傷の軽減、また頭痛、嘔吐、複視（ものが二重に見える）、手足の脱力等、神経症状の適切な把握による病気の早期診断が重要です。



つぶやき  
イリヨウリレー

つながっていく医療のことば。



肢体不自由  
リハビリテーション科 関 慎太郎 先生  
脳神経外科 齋藤 竜太 先生

病気や怪我で手足に麻痺が残った患者さまは、筋肉が緊張しすぎたり、勝手に収縮したりする「痙縮」という症状が出ることもあり、生活が著しく不便になります。ボツリヌス注射やバクロフェン手術等の治療で改善する場合もあるので、周囲に麻痺した手足の突っ張りや困っている方がいたらご相談下さい。

今回は、てんかん科の榎坂庸介先生です！

# information

## 開設百周年記念写真展を スタートしました

6月1日より、東北大学病院開設百周年記念事業の一つであるホスピタルモールでの写真展を開催中です。東北大学病院の百年の歴史を貴重な写真で振り返ります。ホスピタルモールを通る際には、ぜひご覧ください。

### 写真展概要

東北大学病院開設百周年「中央廊下の写真展」  
Capturing the Century | 100 Years of Tohoku University Hospital  
期間／2015年6月1日(月)～12月26日(土)  
場所／院内ホスピタルモール  
主催／東北大学病院  
監修／吉永馨(元東北大学病院 病院長)



詳細はホームページをご覧ください。

東北大学病院開設百周年記念ホームページ  
www.hosp.tohoku.ac.jp/100th/



ケータイスマホの方は  
こちらからもアクセス!

## 第12回 東北大学病院 市民公開講座

### 「東北大学病院が取り組む脳の病氣」 を開催しました

6月7日、第12回市民公開講座を開催しました。今回は百周年を記念して「東北大学病院が取り組む脳の病氣」と題し、治療法がまだ確立されていない難病などへの取り組みを中心に紹介しました。当院神経内科医師による基調講演では、ALSの患者さまが登壇され、激励のメッセージを述べられました。続いて慶応義塾大学医学部の岡野栄之教授から講演いただき、最後のパネルディスカッションでは講演者が参加者からの質問に答えました。イベントホールでは百周年記念事業の紹介、手術着や白衣を着て撮影ができる「移動写真館」などの企画で盛り上がりました。約1000名の方に会場いただき、会場はほぼ満席となりました。

### 次回開催 わたしを守る大切な人

日時／2015年11月7日(土) 13時～ 参加費無料  
場所／仙台国際センター(仙台市青葉区青葉山)  
お申し込み方法は、当院ホームページや、ポスター掲示などでお知らせいたします。ぜひご参加ください。



## 第3回 東北大学病院 からだの教室

### 「できる大人の食事レッスン」 「食べて知る！食生活セルフコントロールのコツ」 を開催しました

7月22日、「できる大人の食事レッスン」～食べて知る！食生活セルフコントロールのロールのコツ」と題し、20代後半～40代の社会人を対象にイベントを行いました。当院栄養管理室の岡本智子室長が「健康な食事」について解説したほか、参加者の体格や年齢に合わせて用意した食事を食べながら普段の食生活を振り返り、健康的な食事について考えました。詳細はホームページをご覧ください。

東北大学病院 からだの教室ホームページ  
www.hosp.tohoku.ac.jp/karada/



ケータイスマホの方は  
こちらからもアクセス!

## 東北大学病院 開設百周年記念式典を行いました

開設記念日にあたる7月14日、東北大学病院開設百周年記念式典・講演会・祝賀会を仙台勝山館で執り行いました。記念式典は300名を超す来賓の皆さま、および本学関係者が出席しました。記念講演会でのトークセッションでは、ブライギエアスクーターの荒川静香さんをお招きし、100名の市民にもご参加いただきました。この節目を機に、当院の使命である教育・研究・診療に二層邁進をいたします。



院内の身近な疑問を、ずばっと解決

## ＱさんとＡさん

Ｑさん…診察時間が長引いて計算窓口が閉まってしまったときは、どこで会計をすればよいですか？

Ａさん…18時15分までは外来診療棟1階の計算・支払窓口が開いております。それ以降の18時15分～翌8時30分は、時間外窓口(高度救命救急センター受付)での取り扱いとなります。

## 計算・支払い窓口 時間外窓口 案内図



## 未病・予防 おしえて！ 漢方先生



漢方内科 高山真先生

### テーマ「漢方の診療」

漢方で実際に行っている診療では、主症状だけではなく、随伴症状や症状が悪化する要因など伺います。問診表を用いて、頭からつま先までの状態を細かく把握します。望診、聞診、切診の所見(身体所見)に加え、総合的に体質や病態を判断して漢方的診断に合わせた治療を行っていきます。

WEBマガジン Hesso で毎月更新中!



お口のお悩み、解決します。  
デンタル先生  
咬合修復科 江草宏先生

### テーマ「小白歯のかぶせ物」

近年、歯のかぶせ物(冠)はコンピュータを利用して設計・加工できるようになりました。この技術を用いて作られた冠は「CAD/CAM冠」と呼ばれ、金属色ではなく天然の歯に近い色をしているのが特徴です。2014年4月からは、第一小白歯、第二小白歯に限り保険適用になりました。小白歯の治療が必要な方で自然で美しい冠に興味をお持ちの方は、当科外来にてご相談ください。

※小白歯：前から4番目の第一小白歯と5番目の第二小白歯

## 「できる大人の食事レッスン」



## みつけて スマイル



食堂ホールスタッフ  
蘇武 恵美子 さん

食堂を担当して3年目。患者さまの不安を少しでも和らげられるよう、明るい接客を心がけています。おもしろいお食事している笑顔を見るのが一番嬉しいです。  
「スマイルさん、こんにちは」と声をかけた方には、1日限定3名で Hesso シールをプレゼント!



### ご意見募集

Hesso へのご意見・ご感想を募集しております。住所、氏名、年齢、性別、ご意見・ご感想をご記入の上、左記宛先までおハガキ、E-mail、またはフォームでお送りください。抽選で当院オリジナルグッズをプレゼントいたします。

宛先 仙台市青葉区星陵町1-1 東北大学病院 広報室  
E-Mail hesso@pr.hosp.tohoku.ac.jp

ご意見・ご感想 https://secure.hosp.tohoku.ac.jp/hesso/contact



おててテトDVD  
ケータイスマホの方は  
こちらからもアクセス!



### 編集 後記

座談会の中で、笹野先生が「きれいな前歯で最後を迎えたい」という患者さまのために「普通は1週間以上かかる義歯を、当院の歯科技工士が一晩で作成した」というお話を聞かせてくださいました。患者さまの望みにできるだけ応えようとする姿勢に、胸が熱くなりました。(広報室)



／ススメ！／

# 医療復興

vol.5

このコーナーでは、地域医療復興センターが取り組む、医療復興への活動をご報告していきます。

## 次の災害に教訓を生かす

7月16・17日、岩手県で「宮城モバイルアセスメントシステム」の実証実験が行われました。タブレットなどのモバイル端末に専用アプリをダウンロードし、災害時、広い範囲に点在する避難所の医療ニーズを調べ（アセスメント）、そのデータを災害対策本部で速やかに収集、分析するシステムの実用性を試す大規模な実験です。このシステムは、東北大学病院総合地域医療教育支援部の石井正部長（東日本大震災当時は石巻赤十字病院に在籍）が、東日本大震災での経験をもとに考案したもので、宮城県第二期地域医療再生計画事業の一環として2年前から開発を進めています。

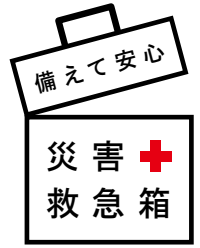
この実験は、岩手医科大学主催の「第3回日本災害医療ロジスティック研修」の一環として、同大学キャンパス（岩手県矢巾町）に災害対策本部を設置し、宮古市、釜石市、大船渡市、大槌町に規定した119カ所の模擬避難所のアセスメントを行うというものです。各避難所で

は、妊婦がいるか、小児科は必要か、水は足りているかなど、予め設定された質問に回答するかたちでタブレットにデータを入力し、災害対策本部に送信します。通常のインターネット環境が機能しない場合を想定し、独立行政法人情報通信研究機構（NICT）耐災害ICT研究センターの協力を得て、災害時でも臨時に無線LAN環境を提供できる車載衛星地球局による回線を利用しました。実験はおおむね成功。一方で、モバイル端末の操作性にさまざまな課題があることも明確になりました。

完成まであと半年。将来は標準的なシステムとして、全国展開を視野に入れ、今後も実験を重ねて行きます。大災害から得た教訓を次の災害に生かす、東北大学病院はそれを使命として、復興への歩みを確実に進めています。



タブレット入力画面 避難所アセスメントの様子

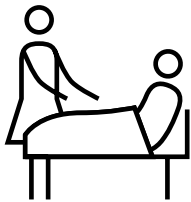


今号のテーマ  
災害時の在宅医療

慢性的な呼吸器不全や腎不全などのため、自宅で酸素療法や人工透析を行っている方が多くいます。しかし大災害で停電が起こると、機械が停止したり、道路が寸断され、酸素の配達や機械の整備ができず、命が危険にさらされる恐れがあります。

東日本大震災では、地域のクリニックや透析施設等も被災したことから、人工透析や酸素療法を求める多数の患者が一カ所の医療機関に集中し、機械の台数を増やすなど受け入れを拡大したり、他の地域の施設に患者を搬送するなどの対応に追われました。

人工透析や酸素療法などを受けている場合は、災害時を想定し、受け入れ可能な医療機関を調べておくことが大切です。また在宅の場合は、緊急時の連絡先や連絡手段を確保するなど、日頃から災害に備えておきましょう。



Web マガジン hesso  
www.hosp.tohoku.ac.jp/hesso

Facebook hesso 公式ページ  
www.facebook.com/hosp.tohoku.hesso



Facebook 東北大学病院 公式ページ  
www.facebook.com/hosp.tohoku



Twitter 東北大学病院 公式アカウント  
@hosp\_tohoku