

ひがしおわりの窓

平成25年9月発行 第14号

基本理念

患者さんの立場に立ち、基本的人権を守り、より安全な医療を提供します。

治験につきまして 薬剤科長 中井正彦



厳しい暑さも終り、やっと涼しくなってきましたが皆さんはいかがお過ごしでしょうか。

現在当院では『治験』を実施しております。皆さんの中には治験と聞くと人体実験ではないかというイメージを持たれる方もいらっしゃるのではないかと思います。確かに治験は未承認の薬を患者さんに投与して効果や副作用を調べることなので、ある意味人体実験といえるかもしれません。今回は皆さんがイメージされる人体実験と治験の違いを説明させていただきます。

まず、人体実験では事前に説明したり本人の同意を取ったりはしないと思いますが、治験では説明文書をもとに医師等から詳しく説明があります。説明文書には治験薬の効果や副作用、治験の期間や検査、治験の方法等が詳しく書いてあり、良いことも悪いことも包み隠さず説明されます。そして、この説明文書は患者さんにお渡ししますので、あとから読み返したり、ご家族に見せて相談することも出来ます。この様にして十分に検討し納得いただいてから、参加するかを決めていただきますが、一旦同意して治験が始まった後も、いつでも同意を撤回して治験参加を辞めることが出来ます。この様に治験は人体実験と違い患者さんの自由意思により行われます。

次に治験の実施中はどうでしょうか。治験では効果の判定や副作用の発現がないかを見るために診察が長くなったり、検査が増えたりします。この辺は患者さんの負担が増えるところですが安全のためにご理解いただきたいところです。(なお、来院回数が増えるなどして交通費等、患者さんの金銭的な負担が増える場合がありますが、治験のための来院時には負担軽減費を患者さんにお支払いする場合があります。)

もし副作用等が発現した場合、医師はその治療を最優先します。そして、治験を継続すべきかを検討します。継続すべきではないと判断されれば治験は中止されます。細心の注意を払い治験を実施しますが、副作用などで健康被害が出る場合がないとは言えません。その場合は健康被害に対して補償がなされます。このことは説明文書にも詳しく記載されています。

その他に治験では治験コーディネーターと呼ばれる治験の専門家が患者さんをサポートいたします。治験で判らないことや不安なことがあった場合に気軽に聞くことが出来ますし、治験コーディネーターが患者さんの状態を詳しく聞いて、安全に治験に参加できることを手助けします。

最後に治験に参加される方が創薬ボランティアと呼ばれることをご存じでしょうか。より有効でより安全な薬は世の中に恩恵をもたらします。治験参加はその開発に携わることができる立派なボランティア活動なのです。無理矢理行われる人体実験ではなく、世の中の人のためになるボランティアとして治験に参加をお願いします。

発行元 独立行政法人国立病院機構東尾張病院

発行責任者 舟橋 龍秀

ホームページ <http://www.hosp.go.jp/~eowari/>

〒463-0802

名古屋市守山区大森北2丁目1301番地

TEL : 052-798-9711

FAX : 052-798-5554

皆さん、こんにちは。今回は管理栄養士より「メタボ対策」についてお話しします。

治療にとって大切なお薬ですが、「食欲が増す」、「血糖値があがりやすくなる」といった症状が出るお薬もあり、体重が増加しやすい傾向にあります。体重増加＝内蔵脂肪増加となり、様々な生活習慣病(メタボリックシンドローム)を呼び込んでしまいます。そのため、メタボ対策として、「内蔵脂肪を減らす＝減量」が大切になります。一般的に体重の5%減らすことで、メタボを改善することができると言われていています。5%減量の体重の目安は「表1」を参考にしてください。

表1

現在の体重	5%減量の体重	現在の体重	5%減量の体重
100kg	→ 95kg	75kg	→ 71kg
95kg	→ 90kg	70kg	→ 67kg
90kg	→ 85kg	65kg	→ 62kg
85kg	→ 81kg	60kg	→ 57kg
80kg	→ 76kg	55kg	→ 52kg

体重の5%を減量するポイントは、

- ① 減量体重の目標を設定する。
(体重の5%減量 目標に設定)
- ② 3ヶ月くらいかけてゆっくり減量する。
(リバウンド防止)
- ③ 毎日体重を測定し、グラフなどに記録する。



体重1kgを減らすためには7000kcalを減らす必要があります。

成人では、1日1800～2200kcalが必要ですので、1日で7000kcal減らす事は絶対にできません。ですから、1ヶ月間で1kg体重を落とす事を目標とし、無理なく減量をするようにしましょう。

つまり、 $7000\text{kcal} \div 1\text{ヶ月}(30\text{日}) = \text{約}230 \sim 240\text{kcal}$ となり、1日240kcalを減らすと1ヶ月後には体重1kgの減量ができるという事です。

カロリーの減らし方には、食事から減らす方法と運動から減らす方法があります。

下記の「表2」には、100kcalの食品の量を記載していますので、3回の食事の中から減らしていきましょう。また、「表3」には100kcal消費する運動を記載しましたので、運動量を増やして、目標の240kcalを減らす参考にしてください。

表2

食品名	目安	グラム
ご飯	小茶碗半分	60g
うどん	半玉弱	100g
食パン	5枚切半分	35g
ポテトチップス	13～14枚	20g
ショートケーキ	4分の1	30g
コーラ	コップ1杯	200g

表3

運動	目安	分
速歩	1分間100歩程度	29分
水泳	ゆっくりクロール	12分
自転車	軽く負荷をかけて	26分
ジョギング	軽いペース	32分
ランニング	息が上がる程度	12分



当院では、栄養相談を随時行っております。また日本糖尿病療養指導士(日本糖尿病療養指導士認定機構認定資格)も在籍しております。主治医を通してご相談ください。

東尾張病院デイケアでの就労支援

作業療法士長 藤部 百代

入院治療を終えた患者様が、自宅で生き生きとその人らしく過ごされるように支援する場所が「デイケア」です。様々な目的でデイケアに参加されていますが、今回は特に「仕事をしたい」といった希望をもっている方がどのような活動をしながら社会復帰を目指しているのかをご紹介します。

喫茶活動「オアシス」 毎週火曜日 デイケア棟内で喫茶店が開店します。コーヒーを淹れたり注文を聞いたりお皿を洗ったりなど色々な仕事を体験します。仕事内容はスタッフと相談しながら決めます。時間厳守・衛生管理・報告の練習などを通じて仕事のイメージを作ります。メニューを決める会議もあり、業務改善の意見を出し合ったりしています。

スイーツクラブ 月1回、当院調理師の指導のもと40～50個のスイーツを作り利用者さんにおもてなしをします。本格的な衛生管理や段取り、作業時の集中力のトレーニングになります。また盛付けや説明を工夫したり、皆から「おいしい!」と称賛されたりすることで、仕事に対する意欲も湧いてきます。

ホップステップJOBクラブ 働くために今、何を準備したらいいかを、話し合いや見学、講義や体験などを通じてスタッフと一緒に勉強します。適宜スタッフと面談をしながら、具体的に次のステップへと進んでいきます。

デイケアでは、様々なプログラムを通しての学習と個人に合わせた面接を繰り返し、利用者さんが社会復帰できるようお手伝いしています。



就労に関するプログラムの一例です。

5病棟の紹介 (身体合併症開放病棟)

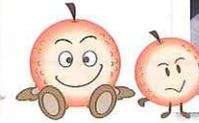
第5病棟は、主に身体合併症のある患者さんが療養されている病床ですが、急性期を脱した患者さんや休養目的での入院も受け入れています。また結核病床を4床有しています。

病棟はH24年7月に新築され開放的な空間で、患者さんはゆったりと過ごされています。

入院が長期に渡る患者さんも多くいらっしゃいます。そのため季節感を味わってもらえるように四季折々の行事を行い、患者さんと同じ時間と空間の共有を大切にしています。また、SSTや作業療法をはじめセルフケア能力が低下しないように、患者さんの自主性を尊重しながら生活指導に重点を置いた援助や、障害を抱えながらも地域で安心した生活が送れ

ることを意識し、利用可能な社会資源を多職種と共に考え患者さん本人が取り組む課題を職員も共通理解して関わっています。

副看護師長 辻 操



東尾張病院

文化発表会

主任作業療法士 春名 令子

6月26日～27日、作業棟体育館で文化発表会が開催されました。

これまで、様々な行事を行ってきましたが、文化発表会は初の試みで、当初は作品などがどの程度集まるのかも全く予想が付き不安もありましたが、予想以上に多くの方々にエントリーしていただき、たくさんの作品を展示することができました。

患者さんのみならず職員の作品、また、各病棟の共同作品や、当院の医師の共同作品も出品していただき大変バラエティーに富んだものとなりました。デイケアの利用者の方々によるトーンチャイムやリズム体操、茶道クラブによる呈茶もあり、その場でも楽しんでいただけたものとなりました。来場された方も、興味深く作品をご覧になっていただき、多くの方から感想も頂きました。

ご協力いただいた皆様、ありがとうございました。



夏祭り

8月9日(金)に4回目の夏祭りを開催しました。

当院の夏祭りは、地域の住民の皆様、患者さん及びそのご家族に当院をより身近なものとして受け入れてもらえるために開催されています。

会場内には、焼きそば・焼鳥・五平餅・フランクフルト・フライドポテト・ジュース・アイスクリームの模擬店が並び、子ども向けゲームコーナーでは、輪投げ・魚釣り・的当て・デイケアバザーが行われました。お子様連れの地域住民の方や患者さんのご家族の方、

職員の家族の方も参加され、大変賑わっておりました。

出し物としては、リアルスタジオさんによるキッズダンス、ギターアミーゴさんによるギター演奏、東名古屋病院看護師によるフラダンス、最後は太鼓演奏、盆踊りで締めくくりとなりました。

夏祭りの準備には多数の職員が参加し、職員間の交流も深まりました。当日来院いただいた地域住民の皆様にも、当院がより身近なものとして感じていただけたら幸いです。



	月	火	水	木	金
第1診察室	芦澤	木村	吉岡	酒井	菅原
第2診察室 (初診)	木村 (第1) 矢倉 (上記以外)	酒井 (第1・3) 横山 (上記以外)	菅原(第1・3) 高木(上記以外)	小林(第1・3) 横山 青木(上記以外)	金田(第1・3) 芦澤(上記以外)
第3診察室	舟橋	高木	舟橋	芦澤	横山
第4診察室	小林	青木	小林	矢倉	木村
第5診察室	東	菅原	横山	吉岡	青木
第6診察室	酒井	古川	矢倉	金田	高木
午後診	金田			東	東

(注1)受付時間は、8:30~11:30です。(注2)家族相談、訪問看護、セカンドオペニオンも行ってまいります。詳細につきましては、お問い合わせください。
(注3)再診の場合は、予約診療も行ってまいります。

病院へのアクセス



名古屋方面から電車・バスで

- 地下鉄東山線藤が丘駅下車、市バス藤丘12系統 東谷山フルーツパーク行き乗車、東尾張病院南下車徒歩約5分
- JR中央線・地下鉄名城線大曾根駅下車
 - ① ゆとりーとライン志段味スポーツランド'経由志段味行き乗車、東尾張病院下車
 - ② 名鉄瀬戸線で印場駅下車徒歩約20分、又は旭前駅下車後タクシーで約8分

名古屋方面から乗用車で

- 瀬戸街道(県道61号線)印場西交差点を北上、4つ目の信号「労災病院西」を左折してすぐ左手

春日井方面から乗用車で

- 竜泉寺街道(県道15号線)吉根東交差点(イオン守山店)を南下し、二つ目の信号を過ぎて約500m行った右側

病院バスの運行経路・時刻表

午前	午後
病院発 8:40	病院発 15:40
神領駅 8:50	旭前駅 15:45
守山イオン 8:55	藤が丘 15:55
病院着 9:00	病院着 16:10
病院発 9:05	病院発 16:15
藤が丘 9:20	守山イオン 16:20
旭前駅 9:30	神領駅 16:25
病院着 9:35	病院着 16:35

※土曜、日曜、祝日は運休します。

■病院マイクロバス乗り場案内

- 病 院……当院玄関東側の車庫前
- 旭前駅……名鉄瀬戸線旭前駅ロータリー小川歯科前
- 藤が丘……地下鉄藤が丘駅西側のパチンコ店角
- 神領駅……中央線神領駅ロータリーのコンビニ前
- 守山イオン……イオン守山店南東側の高架下

※交通事情により多少遅れることがありますので御了承下さい。

