

＜＜尿検査＞＞検査の中で最も非侵襲的に行えるのが尿検査です。尿中には様々な物質が溶け込んでいたり、析出している場合があります。これらの物質の量的・質的变化や健康人尿では出現してはならない物質（タンパクや糖など）の出現状況から腎・尿路系の疾患のみならず、内分泌・代謝系などの多くの臓器の機能異常や病態を知ることができます。また尿検査をくり返し実施することで病態の変化や、予後の推定、治療法の選択などの重要な指標にもなっています。

＜＜凝固検査＞＞血液は流動性を保ちながら血管を循環しています。血管が損傷した場合、止血するために働くのが血小板と各種凝固因子です。この検査は各種凝固因子に異常がないかをみるための検査で、出血性疾患や血栓性疾患などがないかを知ることができます。また病態の把握、治療効果判定、治療薬の投与量を定める際にも重要な指標となる検査です。

＜＜血液検査＞＞血液は血球成分と液性成分とからなり、さらに血球成分の中には赤血球・白血球・血小板があり生体の維持にとってそれぞれが重要な機能を営んでいます。これらの血球成分の量的変化や機能を検査し、疾患の診断や、病態の解析に役立てられています。

＜＜内分泌＞＞人間は何兆個もの細胞から構成されていて、その何兆個もの細胞が互いに連携するために必要な情報伝達を行っているのが内分泌です。情報伝達は主にホルモンが関与しているため各種ホルモンのバランスを知ることにより、内分泌系の異常の発見や病態の把握、治療効果判定の指標として用いられます。

＜＜生化学検査＞＞体液（血液・尿など）に含まれるいろいろな成分を定量的に分析することにより健康・病態の評価を行います。定量化された値は、病気の診断に役立てられ微細な数値の変化から、病態の経過観察などにも用いられています。測定項目により肝胆道系・臓器・腎臓・糖代謝・脂質代謝などを反映しています。

＜＜腫瘍マーカー＞＞例えばガン細胞のような腫瘍の存在に関連して産生される生体物質のことであり、測定することで腫瘍の診断や経過観察に役立ちます。臨床的に広く用いられている腫瘍マーカーは、腫瘍細胞が産生する物質ですが、正常細胞や良性疾患でも発現が認められるものも多くあります。

＜＜感染症＞＞感染が成立してから時間がたっているため直接病原体を検出できない場合や、病変が深部のために検体を採取できない場合など、様々な理由で病原体を直接同定できないことも多くあります。そのため感染後に体内で産生される特異的な抗体を測定したり、あるいは抗体を用いて抗原を検出したりすることにより、各種感染症の感染の有無や感染の時期などがわかります。

＜＜自己抗体＞＞本来免疫とは、自分以外の異物から人体を守るために備えられた防御システムですが、なんらかの理由で自分も異物として認識して起こる病態を自己免疫疾患と呼びます。自己免疫疾患には、1種類の細胞または組織のみ傷害がみられる組織特異的自己免疫疾患（慢性甲状腺炎等）と、さまざまな細胞や組織が傷害される全身性自己免疫疾患（関節リウマチ等）とに大別されます。

※院内で実施している各検査項目の詳細については、総合受付に設置されている「検査のしおり」をご参照ください。

＜＜検査結果明細リスト＞＞					
患者	111-111-1	日赤 太郎	種	60歳	男
依頼	内科	秦野 花子	受付番号	12345	
検体採取日	2015.12.28	11:00	結果出力日	2015.12.30	08:30
備考					
＜＜尿検査＞＞					
＜＜血液検査＞＞					
＜＜凝固検査＞＞					
＜＜内分泌＞＞					
＜＜生化学検査＞＞					
＜＜腫瘍マーカー＞＞					
＜＜感染症＞＞					
＜＜自己抗体＞＞					

お答えします！
Q. 検査結果はいつ見ればいいのか？

ピーなっつうしん

Vol.3
2016.1

秦野市の特産品「ピーナッツ」の花言葉は、「仲よし・楽しみ」。生活に役立つ情報や当院の魅力などを提供し、地域のみなさんと病院とのコミュニケーションツールになる広報誌を目指します。



Health
健康レシピ
Recipe

「サバのソテーサルサソース 付)ミックスピーマンソテー」

【サバのソテーサルサソース材料（2人分）】

サバの切り身	2切れ（120グラム）	味ボン	16グラム（小さじ1強）	} A
酒	4グラム（小さじ1弱）	塩	少々	
サラダ油	4グラム（小さじ1弱）	こしょう	少々	
トマト	40グラム	唐辛子	適宜	
トマトホール缶	30グラム			
玉ねぎ	20グラム			
オリーブ油	8グラム（小さじ2弱）			
おろしにんにく	少々			

【ミックスピーマンソテー材料（2人分）】

カラーピーマン	80グラム
ビーフコンソメ	少々（塩こしょうでも可）

【作り方】

- ①サバは酒で下味をつけて臭みを消します。
- ②オーソンの鉄板にサラダ油をひき、①のサバを並べて焼きます。
- ③玉ねぎはみじん切りにします。
- ④トマトは湯むきをして粗く刻み、ホールトマトは潰します。
- ⑤フライパンを火にかけ、オリーブ油とにんにくを入れ香りを出します。
- ⑥⑤に玉ねぎ、トマト、ホールトマトを入れ、Aの調味料で味付けをします。
- ⑦唐辛子はお好みで加え、煮立たせます。
- ⑧玉ねぎに火が通ればサルサソース完成です。
- ⑨カラーピーマンは短冊切にします。
- ⑩フライパンを火にかけ、サラダ油で炒め、コンソメで味付けをします。
- ⑪皿にサバを盛り付け、ピーマンソテーを添え、サルサソースをかけて出来上がりです。



＜栄養価1人分＞
エネルギー302Kcal
タンパク質12.3g
脂質23.7g
炭水化物7.1g
塩分1.1g

- 知っておきたい医療の知識 “冬の感染症”にご注意！
- ブラック・ジャックセミナー開催
- みなさんの疑問に お答えします！

知っておきたい 医療の知識



当院では、日本看護協会認定看護師認定審査に合格したエキスパートナースが7名もいるんです！今回は、その中の1人“感染管理認定看護師”に、認定看護師についてとこれからの時期気を付けたい感染症について教えていただきました。

熟練した技術・知識

認められた各分野のエキスパート

ー “認定看護師” とは何ですか？

日本看護協会認定審査に合格し、ある特定の看護分野において、熟練した看護技術と知識を有することが認められた看護師をいいます。水準の高い看護実践のできる認定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ができます。

ー “感染管理認定看護師” はどんな仕事をするのですか？

病院を利用する患者さんやご家族、病院を訪れるすべての人々はもちろん、現場で働くすべての人々を感染から守る役割があります。私は、感染制御チーム(ICT)の一員として活動しています。安全な病院環境を整えるため、他職種に方々と協力し、院内ラウンドや研修会を開き、すべてのスタッフが適切な感染対策を行えるようにチームワークを大切にに取り組んでいます。

ー “ICT” とは何ですか？

Infection Control Team(インフェクション コントロール チーム)の略称です。院内で起こる様々な感染症から患者・家族・職員の安全を守るために活動を行う組織です。医師・看護師・薬剤師・臨床検査技師・事務など様々な職種が集まり、メンバーの専門的な知識を融合し、力を合わせて病院全体の感染対策活動に取り組んでいます。毎週院内ラウンドを行い、月に1回のICTミーティングで感染対策に関する報告や協議を行っています。

「冬の感染症」流行に乗らないための

予防対策が不可欠

ー インフルエンザ？ ノロ？ 名前はどこからついたの？

主に国際ウイルス命名委員会により名前が決まります。「インフルエンザウイルス」は、16世紀頃のイタリアで毎年のように冬に流行していたが原因がわからず、当時の占星術師らは天体の運行や寒気などの影響によって発生するものであると考えていました。そのため、「星の影響」で起きる病気であるという考えから「影響」を表すラテン語であるinfluentiacoele(英語でいうinfluence)にちなんで呼んだとされています。

「ノロウイルス」は、感染速度がノロいから“ノロ”ウイルスだと思っ

名するのが適切かもしれません。このウイルスは、米国オハイオ州ノーウォークの小学校で集団発生し「ノーウォークウイルス」と呼ばれ、その後、2002年夏に委員会にて「ノロウイルス」と正式名称が世界で統一されました。

ー インフルエンザウイルス、ノロウイルスはどのくらい生きるの？

インフルエンザは24時間～48時間、ノロウイルスは8時間～7日間生きてることがあります。風邪をひいた人がくしゃみを手で押さえたとき。その人がドアノブなどを握るとウイルスがドアノブに付着し、その表面でしばらく生き残ります。これが感染の要因になります。ノロウイルスは、感染力が非常に強く、感染者の吐物やふん便中に含まれる数百万～数億個のウイルスのうち、わずか1～100個で感染する力があるといわれています。ノロウイルスは、一度感染しても免疫がつかず、何度でも感染する可能性があります。

ー 予防には“水うがい”と“消毒薬を使ったうがい”どちらがいいですか？

“水うがい”をすることが効果的という論文が発表されています。風邪予防として「水でうがいた人」「ヨード液を使ってうがいた人」「うがいをしなかった人」で比較した研究があります。その結果、「水でうがいた人」は「うがいをしなかった人」に比べて風邪をひく可能性が40%も低かったという結果になりました。そして、「ヨード液を使ってうがいた人」は「うがいをしなかった人」と変わらなかったのです。つまり、“消毒薬を使ったうがい”は風邪予防にはならず、逆にのどに常在する正常細菌叢を壊してしまうということが論文の中で考察されています。(京都大学保健管理センター論文より)

日に日に寒さが増し、空気も乾燥してきています。風邪の原因はおよそ90%がウイルスといわれています。それがのどや鼻などの粘膜に感染して増殖し、炎症を起こします。その結果、のど荒れや鼻水、くしゃみ、発熱、頭痛などの風邪の症状が現れます。「手洗い」「うがい」「咳エチケット」で冬の流行感染症に備えましょう。流行している感染症についてや、何か気になることがございましたら、お気軽に声をおかけください。



冬の感染症に
ご注意ください！

石川 敦之(いしかわ あつし)
看護部 看護係長
感染管理認定看護師



第1回

ブラックジャック セミナー

開催：平成27年11月14日（土） 13：00～

場所：秦野赤十字病院 講習室、手術室

平成27年11月14日（土）、秦野赤十字病院にて秦野市内の小学4～6年生を対象に「第1回ブラック・ジャックセミナー」を開催いたしました。普段目にする機会の少ない、尊い命を救う外科医。その仕事を体験していただき、“将来医師になりたい！医療に携わる仕事がしたい！”と関心を持っていただくこと、また地域社会に貢献活動を行い、秦野赤十字病院をより身近に感じていただくことを目的に企画いたしました。

今回のセミナーでは、秦野市内の小学4～6年生までの計24名が参加し、以下の6つのブースを体験していただきました。いずれも医師が実際に使用する機器での実践的な内容で、子供たちは興味津々で各ブースを体験していました。

「縫合体験」



鉗子（はさみのような形で挟んだりするのに使用する外科手術用具の一つ）の使い方に苦戦するも、数をこなすごとにぐんぐんと上手くなり、子供たちの吸収力に驚きました。

「内視鏡トレーニング体験」



エンドトレーナーを使用してビーズを移動させるタイムレースを行い会場は盛り上がりを見せました。

「自動縫合器・吻合器体験」



ピストルの形に似た機器を使用して、胃再建を行いました。1つの機器で、切る和縫うを同時にでき、子供たちから「すご〜い」という言葉が聞こえてきました。

「手術シミュレーター体験」



映像での腹腔鏡下胆嚢摘出術を体験しました。映像なので距離感をつかむのが難しいのですが、子供たちはゲーム感覚で簡単に手術を遂行していました。スタッフから「おお〜」と驚きの声が出ていました。

「救急法」



ガウンを脱ぎ汗をかきながら、必死に救急蘇生をする子供たちの姿が見えました。いざという時にできる対応を学んでいただきました。

「手術室超音波メス体験」



実際に手術室に入り、手術台の上で患者に見立てた人形から超音波メスを使用して、腫瘍摘出（鶏肉の中の腫瘍に見立てたもの）を行い、実際の手術の雰囲気や手技を体験しました。



＝24名の未来の医師が誕生しました。病院スタッフ一同、一緒に働けるのを楽しみにしています！

セミナーの最後に、蓮尾院長補佐（兼 第一外科部長）より参加者一人ひとりに、「未来の医師認定証」が手渡され、笑顔で終了することができました。参加した子供たちからは、「普段できない体験ができて、楽しかった」「手術室や実際の機器を使って緊張したけどいい体験ができた」「中学生になっても、またやりたい」などの感想が多く、子供たちにとって刺激的な体験になったのではないのでしょうか。

今後は多くの方に経験していただけるよう、定期的開催を予定しております。“人の命”を救う医療の現場で実際の仕事を体験することで興味や知識を深め、将来一人でも多くの方に医師を目指してほしいと願っています。