

筑波学園病院 広報誌

habatake

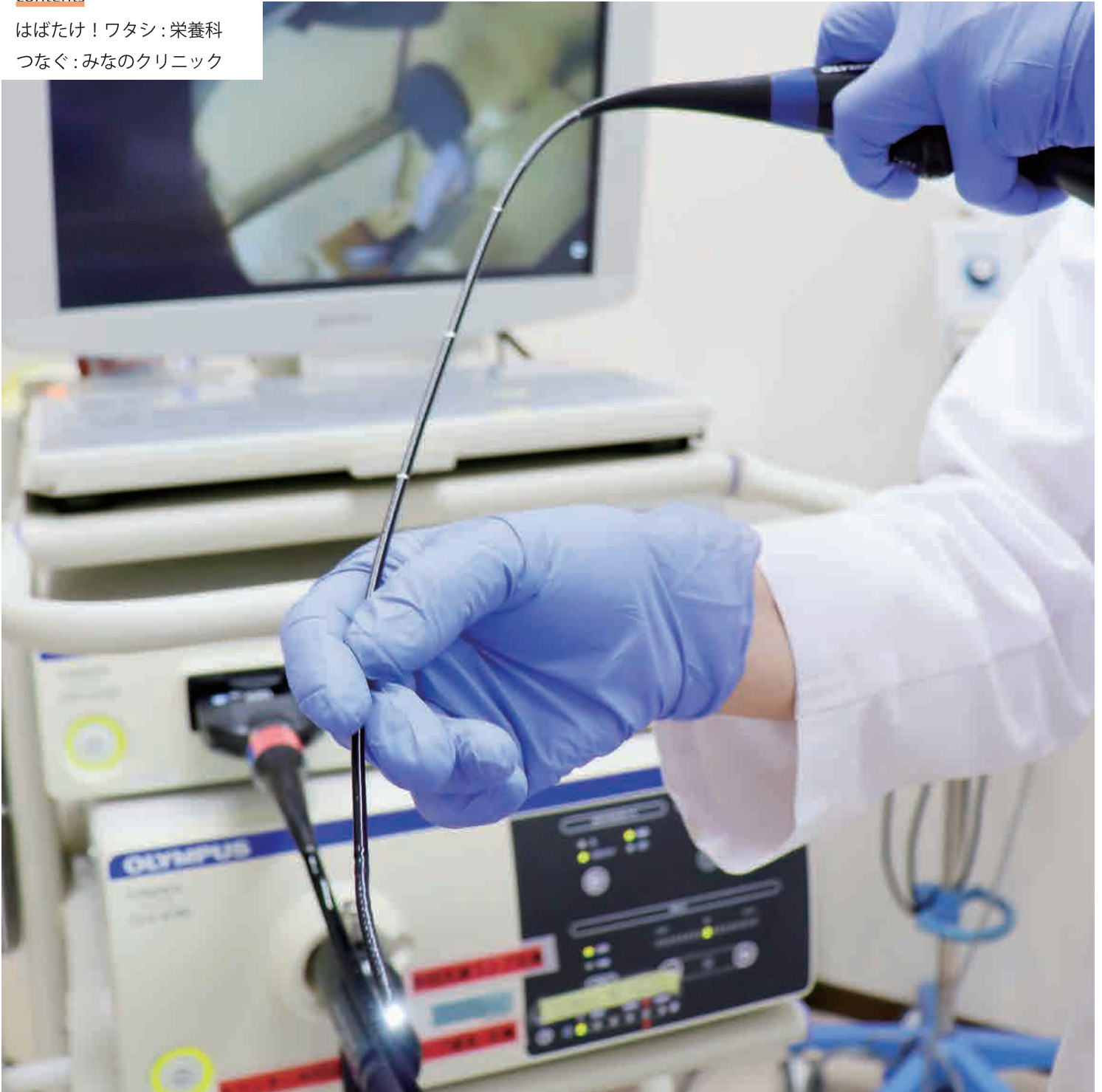
はばたけ

2022

Vol.4

contents

はばたけ！ワタシ：栄養科
つなぐ：みなクリニック



特集 きゅうかく 嗅覚障害

今月の伝統色 **大和柿**
 「大和柿」は江戸後期の歌舞伎役者が好んだ色で、当時の流行色のひとつ。特に女性に好まれたといえます。

INDEX

- 特集**
- 02 ~ 03 嗅覚障害
 - 04 ~ 05 学園ひろば
 - 06 新任医師紹介
はばたけ！ワタシ
栄養科
 - 07 つなぐ～連携医療機関
みなクリニック

今月の表紙



経鼻内視鏡は、鼻やのどの診察のほか、のどに刺さった魚の骨を取ったり粘膜の組織の一部を採取するなど耳鼻咽喉科の診察にはなくてはならない医療機器です。

特集 嗅覚障害

新型コロナウイルス感染症の後遺症で「味覚障害」とともに話題となったのが、「においを感じられなくなる」「嗅覚障害」です。茨城県は農業産出額全国3位（令和元年）とおいしいものの宝庫ですが、料理のにおいからなければおいしさも半減してしまうでしょう。食欲の秋、おいしいのメカニズムと共に、放っておくと怖い鼻の病気についても学びましょう。

企画・構成：Inabatake 編集部

かき

きゅうかく



きのこ

▼嗅覚異常、原因は3つ

においは、鼻から入った「におい物質」が鼻腔最上部の嗅上皮（きゅうじょうひ）という粘膜に溶け込み、細胞から電気信号が発生し嗅神経や脳へと伝達することで感じられます。ヒトは約400種類の嗅覚受容体を持つとされ、組み合わせ次第でさまざまなにおいを嗅ぎ分けられるのです。では、においの感覚が弱くなったり、においを全く感じなくなる「嗅覚異常」には主にどんな原因があるのでしょうか。

①嗅神経性嗅覚障害

新型コロナウイルスに感染し、においを感じる「嗅細胞」がダメージを受けたことで発症します。鼻の粘膜は新型コロナウイルスと親和性の

やきいも



あるタンパク質を持つのではないかとこの研究も進んでいます。

②中枢性嗅覚障害

頭部外傷のほか、脳梗塞やアルツハイマー病、パーキンソン病などの影響で脳がダメージを受け、においの電気信号が受け取れなくなります。

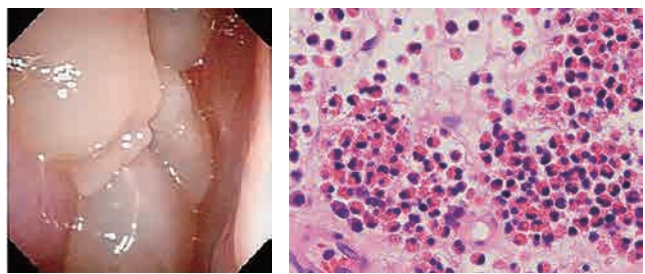
③閉塞性嗅覚障害

鼻腔につながる顔面骨の空洞を副鼻腔（副鼻腔炎）を起こし、におい成分が粘膜に到達できずに起きます。このうち急性副鼻腔炎は風邪や鼻炎等細

なし



なし



⑤好酸球性副鼻腔炎の患者の鼻内写真。複数の鼻茸により鼻道が閉塞している ⑥鼻茸の顕微鏡写真。ピンクの球状が浸潤した多数の好酸球

菌やウイルス感染が原因で、鼻水・鼻づまりのほか頬やおでこの痛みが生じ、通常は1〜2週間で完治します。一方、嗅覚異常や鼻づまりが3カ月以上続くと慢性副鼻腔炎と診断されます。鼻の中に膿が溜まる「蓄膿（ちくのう）症」も副鼻腔炎の一種で、持続性の膿性・粘性鼻汁、鼻づまり、頭痛・顔面痛などを生じます。

▼「大人の喘息患者」は要注意

嗅覚異常を訴える人の中で特に「大人の喘息患者」は注意が必要です。2015年に国の難病に指定された「好酸球性副鼻腔炎（こうさんきゅうせいふくびくうえん）」を併発している場合が多いからです。

好酸球性副鼻腔炎は原因不明の難病で成人に多く発症する病気です。両側の鼻の通り道に小さなポリープ（鼻茸（はなたけ）が複数でき副鼻腔の換気を妨げるため、副鼻腔炎を長引かせる原因となってしまうのです。主な症状としては嗅覚障害の他にねばねばとした鼻汁、鼻づまり、鼻汁がのどに流れる（後鼻漏）、咳などがあります。医師の診察では「息苦

教えてくれた人

耳鼻咽喉科部長
米納 昌恵医師

こめの・まさえ

筑波大学医学部卒。日本耳鼻咽喉科学会認定耳鼻咽喉科専門医、日本耳鼻咽喉科学会耳鼻咽喉科専門研修指導医
好きな食べ物：納豆 好きな匂い：ガソリンの臭い



しく眠れない」など睡眠障害の有無、喘息の発作状況などを確認し、内視鏡で鼻腔をチェックします。鼻茸を採取して顕微鏡で調べ、400倍視野で3カ所に好酸球が70以上あると病気が診断されます。併せて血液検査も行い、白血球の一種である好酸球が基準値より高い値かも調べます。

▼一生付き合う病気

当院では年間80〜100例ほど鼻副鼻腔内視鏡手術を行っております。好酸球性副鼻腔炎は手術のみでは高

要チェック!

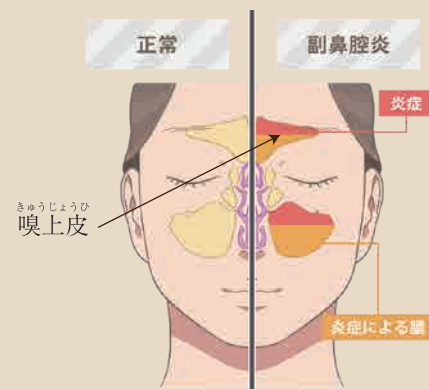
嗅覚異常チェックリスト

- 成人の喘息患者である
- カレーや食品の腐ったにおいなどが感じにくくなった
- 鼻づまりがひどく、周囲が気付くにおいに気付かない
- たばこの煙の臭いなどに気づかず、急に咳込んでしまう

確率で再発するので術後の治療が重要視されます。治療は主にステロイドの点鼻薬と内服薬を用いますが、生理食塩水を使った鼻洗浄が有効です。鼻洗浄によりポリープの再発や喘息を引き起こす成分が入っている鼻汁を除去できるからです。好酸球性副鼻腔炎の治療を続けることで喘息の症状も改善する人が多くみられるほか、指定難病ゆえ医療費の助成等もあります。

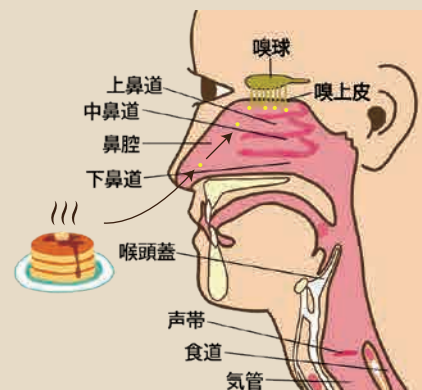
左記チェックリストにあてはまる人はご相談ください。

蓄膿症などの副鼻腔炎になると・・・



炎症により「におい物質」が嗅上皮に届かない

においを感じるメカニズム



深谷医師手作り「学園リウマチ通信」バックナンバー閲覧開始



最新号を手にする深谷医師=9月11日

当院リウマチ膠原病内科の深谷進司医師が、患者さん向けに制作・配布している「学園リウマチ通信」のバックナンバーが、このほど当院ホームページで閲覧できるようになりました。

同通信は「待合スペースでの時間を有効活用してほしい」と2019年4月から深谷医師の手作りで通算26号発行。リウマチに関する初歩的な内容のほか治療や薬に関する知識のほか、疾患による爪のケア、足の変形によるインソールの選び方、靴の履き方、自らの症状がリウマチか整形外科領域か

の見分け方など毎回バラエティーに富んだ記事で構成されています。巻頭のコラムは、身近で起きた出来事や日々の生活がづづられており、患者さんからは「先生のとなりが分かりやすいね」と好評のようです。毎号ファイリングするほどのファンも多く「先生、次の号まだ出ないの?」と言われることもあり、忙しい合間を縫って記事を書くのが私自身楽しみでもありますが」と話しています。

「学園リウマチ通信」は左記QRコードからバックナンバーをご覧ください。



こちらからご覧ください!

学んだ成果「病棟でさっそく実践したい」
新人看護師向け、呼吸器ケア学ぶ講座開催



人形を使って聴診を行う新人看護師たち
9月8日、当院E棟大会議室

呼吸器ケアについて学ぶフィジカルアセスメント研修がこのほど院内で行われ、今年度入職した新人看護師11人が受講しました。

フィジカルアセスメントは、患者さんに必要なケアを判断するために問診や聴診などを通してさまざまな情報を集め分析すること。当院では看護師のレベルに合わせて教育プログラムを行っています

が、今回は院内呼吸療法認定看護師2名を講師に招き呼吸器疾患における視診、聴診、打診、触診の流れを解説しました。新人看護師からは吸う・吐く・休止のパターンが1・1・5・1秒間隔で繰り返される正常呼吸や胸部の観察、聴診器の正しい使い方などを学びました。続いて聴診で聞こえる正常呼吸音、それに対する異常音(副雑音)の聞き分けについて実際の音声を流しながら解説。受講者は



左手中指を弾いて打診を行う院内呼吸療法認定看護師9月8日、当院E棟大会議室

人形の胸に聴診器を当て、低いびきのような類鼾音(るいかんおん)、口笛のような笛音(てきせいおん)、バリバリと鳴る捻髪音(ねんぱつおん)、低音でブクブクと繰り返す水泡音(すいほうおん)を聞き分けました。事例や入院時、夕方訪問時などの場面想定で「その時どんなケアが必要か」を話し合うグループワークも行われました

。受講した新人看護師は「実際に出産後に息苦しくなった妊婦さんがいて、その時に聴診して医師に報告できたかと思った。これから病棟に帰って実践したい」と話していました。指導した院内呼吸療法認定看護師は「まずは正常音と異常音の聞き分けが第一。患者さん一人ひとりを素早く、丁寧に看ることで導き出した判断を基に、正確な医療用語で記録に残すことが大切です」と話していました。



血圧計を操作する参加者(右は当院看護師)
=7月25日、当院E棟会議室

車いす操作「患者さんの気持ちになって」
高校生一日看護体験、28人が参加

県内在住高校生対象の「一日看護体験」が3日間にわたって当院で行われ、28人が参加しました。

医療職に興味がある高校生に「看護の心」を伝えようと(公財)茨城県看護協会が実施している催しで、今年は県内14の医療機関で実施。当院では病棟看護師3人が講師となり、仕事内容ややりがいなどを伝えました。

看護技術体験では聴診器で呼吸音や腹部音を聞き、空気が出入りする音や腸が動く音に耳を澄ませました。看護師が「痰が絡まる音や腸が正常に動いているかなどを確かめつつ、患者さんの全身状態を観察しています」と話すと参加者は熱心にメモを取っていました。

血圧計の使い方や脈拍の取り方に加え、車いす試乗では基本的な操作を覚えてもらい「患者さんが一

番心地良く感じる速度で押してみました」となどと助言を受けていました。続く「病院探検」では外来やリハビリ室、HCU(高度治療室)病棟、手術室、透析室のほか、筑波学園看護専門学校内を見学しました。

つくば市から参加した女子生徒(17)は「コロナ対応の看護師さんの話や透析室での多職種による連携に圧倒された。小さい頃から通院していたこの病院で働いてみたい」と目を輝かせていました。体験で講師を務めた整形外科病棟看護師の吉田佳代主任は「コロナ禍で医療関係の仕事は注目を集めています。この体験がこれから増えるであろうご家族の在宅介護のことや『なぜ看護の仕事がしたいのか』などについて深く考えるきっかけになれば」と話していました。



看護学校内を見学する参加者(手前は当院看護師)7月25日、筑波学園看護専門学校

「震度6強、多数傷病者受け入れ要請」
8医療機関合同のEMIS訓練を実施



受入可能患者数を検討する飯田救急診療部長(左)と小林看護部長(中央)=8月26日、当院B棟災害対策本部

EMIS(イームイス)広域災害救急医療情報システムを活用したつくば保健医療圏災害対応合同訓練がこのほど行われました。

EMISは災害時に各医療機関の被害情報などを国、県、各自治体等で共有し迅速な医療提供を行うための全国統一システム。通常は想定を下に各病院で報告と入力の訓練を行います。今回は災害拠点病院の筑波メディカルセンター病院で多数傷病者受入訓練(机上訓練)を行い、同医療圏の8医療機関と連携を取り患者の転院手配を行う形式で行われました。訓練は「8月26日14時、県南部を震源とする地震が発生。つくば市周辺では震度6強を観測し中規模商業施設が一部損壊。消防が救助に



災害拠点病院の対策本部の様子
(筑波メディカルセンター病院提供)

当たっているが数十人の傷病者が発生。同市周辺地域は停電中で復旧は未定、断水はしていない」想定で行われ、当院では午後2時の全館放送と共に病棟看護師や施設管理者らが患者数やライフラインの状況を記した被災状況報告書を災害対策本部に持参。報告を受けた小林弘美看護部長と飯田浩行救急診療部長が「今後当院で受け入れ可能な重症と中等症の患者数」を確定しました。つくば市消防本部から救急医療情報システム(タブレット端末)に多数傷病者の受け入れ可否確認が配信されると総務課担当者がEMISに状況を入力作業を行い、筑波メディカルセンターから受け入れ患者の入電を受け訓練終了となりました。



みなクリニック内科呼吸器科

茨城県つくば市西平塚 318-1

TEL 029 (850) 4159

診療科：内科、呼吸器科

休診日：日・祝日

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 (8:30 ~ 12:00)	○	○	○	○	○	○
午後 (16:00 ~ 19:00)	○	○	○	○	○	△

※土曜午後は 14:00 ~ 17:00



井上 雅樹 院長

盟友と共に「現場主義」貫く

国土地理院南側に建つ開院18年目のクリニック。4人の呼吸器内科常勤医師を擁し人工呼吸器を使った在宅訪問診療ほか禁煙外来、花粉症などアレルギー疾患にも対応する。

大卒後、がんや感染症など幅広い領域をカバーする呼吸器内科医師を志した。県内に同科専門医が少なかった時代、行く先々の医療機関で名に恥じぬよう努力を重ねた。転機は地方病院の院長を務めていた46歳の時。クリニックの現理事長・陶山時彦医師と「デスクワークから現場へ戻ろう」と一念発起した。命名の由来は市内を流れる男女川（みなのがわ）。後撰和歌集「筑波嶺の峰より落つる男女川恋ぞつもりて淵となりぬる」にも詠まれるが、実はもう一つ。筑波大生だった頃、陶山医師と夜な夜な麻雀にふけりながら医学論を闘わせた懐かしいアパート名を拝借した。「これからも患者さんが求める医療を提供していきたい」と、きょうも聴診器を握る。



はじめましてのご挨拶

新任医師紹介



産婦人科

五味香織 (ゴミ・カオリ)



長野県出身。中学生の時、二ニュー番組で県内の「無医村」の現状を目の当たりにし、「力になりたい」と心から思った。大学の実習先では

尊敬できる医師と出会い「がんを専門に診られる婦人科医」を目指した。昨年まで緩和ケア病棟のある病院で勤務。コロナ禍で家族がなかなか面会できない中、患者さんの話に真摯に耳を傾け、その最期を見届けた。そんな経験から「しっかりと患者さんの思いに向き合っていきたい」。趣味は読書。「村上春樹のエッセーとか、程よく力が抜けた文章が好きですね」

はばたけ！ワタシ

患者さんに栄養指導を行う管理栄養士。食事＝生活そのものにとらえ「正確な知識を届けることで、地域の皆さんの健康を守っていきたい」。

高校生の時、食品の栄養素を特集したテレビ番組を見て食品の栄養素に興味を持った。大学では臨床栄養学や食品学などを学び、筑波学園病院には2011年に入職。外来の栄養指導では「脂っこいものはダメ」「塩分は控えて」などと患者さんの食生活を頭から否定せず、好きな食べ物の背景なども引き出しながら一緒に改善点を見つけ「健

康になりたい」という思いに寄り添っていく。病棟ではきめ細かい栄養指導に加え入院患者の栄養状態を把握し、残食が続く場合は嗜好確認や素材を細かく刻んだり軟らかくする食形態の変更も提案。糖尿病療養指導士として治療食を勧めたり栄養剤点滴の内容を医師に進言するなど、チーム医療の一端も担う。

家では3歳と1歳の子育て真っ最中。愛情込めて作った料理を、どうしたらモリモリ食べてもらえるか試行錯誤の日々。「わが子の食事指導が、実は一番大変かもしれませんね」

地域の健康、食から守る



栄養科
管理栄養士

石田 明日佳



旬景 県南

洞峰公園のイチヨウ並木

季節ごとにさまざまな表情を見せてくれるつくば市民憩いの場で、週末には家族連れが公園各所の芝生にシートを広げ思い思いに過ごしています。約20ヘクタールもの広大な敷地にはテニスコートやプール、野球場、アスレチック等があり、カフェとギャラリーを併設した筑波新都市記念館に続くプロムナードは黄金色に輝くイチヨウの名所。公園中央にある洞峰沼にはカモやアオサギ等が飛来し、周回するジョギング・ウォーキングコースでは気持ち良い汗を流す多くの市民ランナーでいつもにぎわっています。

Voice #患者さんの声 & Answer

既読 13:11

病院入口やトイレにはアルコール消毒がありますが、院内各所にはないのはなぜでしょうか。



病院入口に手指消毒薬を設置していますが院内への病原微生物の持ち込みを完全に防ぐことはできません。院内各所に手指消毒薬を増やしても手指やドアノブ、手すりなどの完全な消毒はできないため配置していません。

新型コロナウイルスの感染対策はマスク着用のお願いや待合室での密集を避けることに加え、外部からの持ち込みを防ぐ目的で入院時・入院前のPCR検査、面会制限、発熱患者のトリージを行っています。入院病棟では接触感染の原因となるさまざまな病原体の水平感染対策として各病室入口に速乾性手指消毒薬を配置しています。

(感染管理室長)

13:35

人間ドック、「初めて受診」で5000円引きに ※有効期限 2023年3月末まで

国保・後期高齢者医療保険(市町村により異なる)協会けんぽご加入者はさらにお得な補助金制度もごございます。



ご予約・問い合わせ

☎029(836)1983 / 筑波学園病院健診センター

編集後記

「6歳の子供に説明できなければ、理解したとは言えない」とは、かの有名な物理学者アインシュタインの言葉です。物事の理解力=誰にでも簡単な言葉で伝えられる能力という意味でしょうか。毎回、医師に取材すると自分の知識や理解力のなさにうんざりしますが、一方でその「分からなさ」こそが患者さんに情報を伝えるカギなのだと思ったりもします。さて、件のアインシュタイン。ある日子どもに「相対性理論って何？」と訊かれ微笑みながら答えたそうです。「もし君が熱いストーブの上に手を置いていたらその1分間は1時間のように感じるが、きれいな女の子と1時間一緒に座っていたら、その1時間は1分のように思えるだろう」と。これからも「伝わる」広報誌を目指します。

