

# かけはし

VOL.105

2020年 8月

ご自由にお持ちください



新規MRI導入記念

特集『放射線科のシゴト』

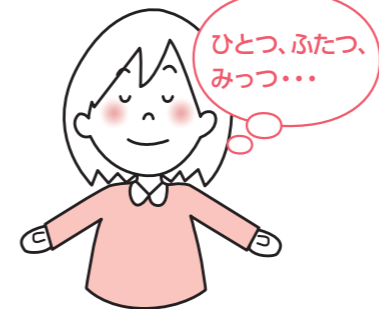


## 気軽にできる呼吸法で リラックス！

昼のあいだに行い、気持ちを穏やかにする  
時間を作りましょう。  
不安などが解消でき夜よく眠れます。



### リラクゼーション深呼吸



1 鼻からゆっくり  
息を吸ってください。  
(3秒程度)



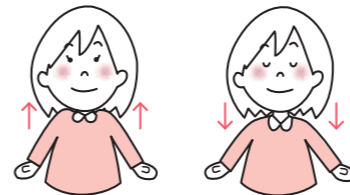
2 今度は口からゆっくり  
息を吐きます。  
(きちんと、たくさん6秒程度)

#### ポイント

- ☑ “吸う”、“吐く”を5回は繰り返しましょう。1日のうちに何度でも繰り返して下さい。
- ☑ 吸う時は「私のからだは穏やかに満たされています」吐く時は「私のからだはほぐれていきます」と静かにやさしく語りかけるとゆったりとした気持ちになります。
- ☑ お子さんには、シャボン玉作りや、丸めたティッシュをテーブルの端から端に吹き飛ばすなど、息を吸う、吐くをゲームに取り入れてやってみましょう。

#### その他の気軽にできるリラックス法

体をぎゅーっと縮めたあとに一気にゆるめる



肩を思い切り上げて縮めてからストンと落とすと、  
からだがほぐれてスッキリします。

体をトントン



こめかみや目の下を指でトントンとたたくと落ち着  
きます。

毎日の生活に  
“ちょい足し”

「呼吸法」はここからからだをリラックスさせ  
不安の解消に役立つ方法です。日々の生活に追  
われると無意識に不安や緊張を抱え込みやす  
くなります。「呼吸法」を普段の生活に取り入れ  
てこころを健康に保ちましょう。



臨床心理士  
くるまや ともみ  
車屋 知美

#### 理念

患者さんの立場で  
考える

#### 行動指針

私たちは、患者さんの立場にたって行動します  
私たちは、信頼される医療を提供します  
私たちは、チームワークを高め、活力溢れる職場をつくります

かけはし vol.105 2020年8月

[発行] 福井県済生会病院  
〒918-8503 福井市和田中町舟橋7番地1  
TEL: 0776(23)1111 (代)  
[責任者] 野ヶ俣和夫 [編集] SQMセンター

# MRIの検査ストレスを軽減

— 新しいMRIを導入しました —

## よくあるMRIの検査ストレス

- 狭い空間が怖い
- 検査時間が長い
- 長時間動けない



### 検査時間を

最大2/3でありながら

### 質の高い画像診断

このMRIは独自の画像データ構築により、従来の2/3程度の時間で検査が可能となっています。また検査時間の短縮により、より詳しい追加撮影を行うことも可能となりました。さらに撮影した画像の画質も向上し、病変の発見率もアップ。よりの確な診断につながっています。

### 検査音を最大80%低減

耳元で聞こえる大きな検査音もストレスの原因でした。従来のものに比べて、最大80%の騒音がカットされました。

### 機器がいくら良くても 技師の「目」が重要です

画像の「診断」は医師が行いますが、MRIの撮影は私達技師が行います。医師の指示のもと検査内容にあった撮影を計画し、検査しています。また異常が見られた際には、診断しやすいよう、追加撮影なども行います。さらに、患者さんにリラックスした状態で検査に臨んでいただけるよう、あたたかいコミュニケーションを心がけ、ストレスの少ない検査に努めています。

## “狭くて怖い”からの解放

映像、LED照明と音による検査空間を演出。狭いところが苦手な方でもMRI検査ができなかった方にもお勧めです。

動画に合わせた照明や音楽でさらにリラックス

## 快適なマットレスで心穏やかに

MRIは「検査中は動かない」ことが前提ですが、固いマットレスでは、姿勢を維持することが難しいものです。クッション性の向上により、快適性がアップし、再撮影の防止にもつながります。

## 進行ガイダンスで不安も軽減

放射線技師が行う指示では、検査音にかき消されてしまうことも。このMRIでは、稼働状況に応じ聞きとりやすいタイミングでアナウンスが行われます。また、検査の残り時間がモニターに表示されますので、常時確認をすることができます。

放射線技術部 診療放射線技師

まきの よしたか  
牧野 良孝 部長

あらい けいすけ  
荒井 啓介 主任



## 質の高い医療の提供 こそ最大のサービス



中央放射線診断部長  
放射線科主任部長  
みややま しろう  
宮山 士郎 医師

画像診断は、病院の質を左右するといっても過言ではないと考えます。正確な診断であることは当然のこと、いかに患者さんの負担を少なくできるかが重要です。それは治療においても同様。その考えから私は、肝がん治療のひとつであるTACEの普及のため、長年にわたりどの医師でも使いやすい血管造影キット(※)や最細カテーテルのTACE支援ソフトウェア開発に携わり、患者さんに最も負担が少なく、最大の効果をもたらす道を探ってきました。

放射線科は、こと画像診断においては、他科に比べて患者さんと接する機会は少ないですが、だからこそ第3者の目を持って、冷静な判断で画像の見落としを防ぐことができます。画像を正確に読み解くことは、診療の基礎・根幹であり、治療の第一歩となります。放射線科は「縁の下の力持ち」として、今後も良質で患者さんに優しい医療を支え続けていきます。



※宮山医師の声が随所に反映された TACE用の血管造影キット

## 治療

### 患者さんの体に優しい 治療を追求

当院の放射線科では治療も行います。根底にあるのは「患者さんに優しい」治療であること。画像診断のプロだからできる、造影剤の量や被爆量にも考慮した体に負担の少ない治療を行います。

#### 主な治療



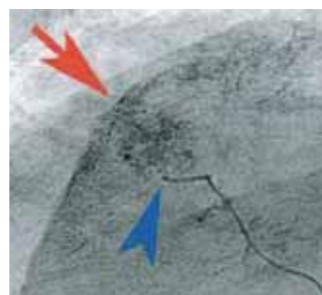
#### 画像下治療 (IVR)

##### 体への負担を最小限に 抑えるから“優しい”

MRIやCT、超音波などを活用し、体の中を透かして見ながら、カテーテルなどの細い医療器具で血管や胆管、消化管の治療を行います。体を切らずに行えるため、患者さんの体への負担が少ない治療法です。

#### 肝がんにも有効なTACE

当院では、画像下治療の中でも肝がんに対してTACE (肝動脈化学塞栓療法) を行っています。カテーテルを血管内に進め、肝がんにも栄養を送る動脈に薬剤を注入し、がんを壊死させます。患者さんへの身体的負担が少ないのが特徴です。



赤矢印：肝がん  
青矢印：マイクロカテーテル先端



#### トモセラピー

##### ピンポイントで腫瘍に 放射線を照射

放射線治療装置によるがん治療で、位置照合用CT画像を利用し、正確な位置合わせと精度の高い放射線照射を行います。正常な組織へのダメージを抑えた治療が可能です。

## 診断

### 多くの実績に裏付けされた “診断の済生会”

画像診断は、良質な医療の提供のためにも大切な医療行為です。各科の医師は、放射線科からの画像診断と治療への助言を元に最適な治療を検討することになります。つまり、画像診断の情報とアドバイスにより患者さんを最適な治療に繋げる“かけはし”的な役割です。

#### “診断の済生会”の訳

- 昭和52年、北陸で最初にCTを導入
- 客観的な診断・疾患発見のため「中央放射線診断部」設立
- 診療科を越えたチーム医療で見落としの削減 など

#### 主な診断



#### CT検査

##### 疾患の発見と 治療をサポート

CT検査では、数百枚の画像データから作成する3D画像により、画像診断だけでなく、手術前シミュレーションが可能です。

#### PET診断

##### がんの早期診断、転移や 再発の診断に有用

放射性検査薬 (FDG) を注射し、PETカメラで撮影する検査です。一度にほぼ全身のがん検査を高い診断能力で行えます。



患者さんの立場で考えた

的確な診断と体に優しい治療が  
最大のサービス

放射線科の役割は、病院によって大きく異なります。当院の放射線科では、MRIやCT、レントゲン、超音波などによる画像診断はもちろん、撮影画像を元に体への負担が少ない治療も行っています。

正しい知識を身につけ、上手にお薬を活用しましょう！

お薬について正しい知識をお持ちの方は意外と多くはありません。よくあるお薬についての疑問にお答えします。



薬剤部  
なかね のりお  
中根 論士 さん

**Q** 以前、風邪症状でもらったお薬が余ったので次回同じような風邪症状の際に飲んでもよい？

**A** 医師は患者の症状、病気にあわせて処方します。同じような風邪症状でも原因となる病気が同じとは限りません。服用に関しては、ご相談ください。

**Q** お薬を飲むときは水じゃないとダメ？

**A** お茶は薬にあまり影響がないと言われていますが、原則、水で飲みましょう。飲み物に含まれる成分との相互作用で、薬の効果が変わることや副作用をおこす場合があります。

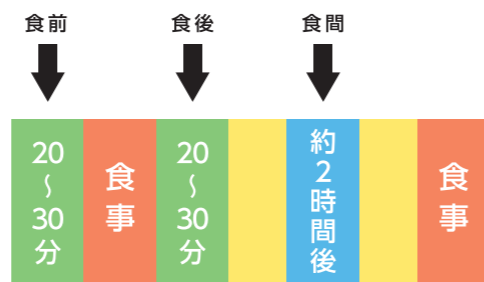
アルコールは薬の吸収や効果に影響し、副作用が起きやすくなる場合があります。

ジュースに含まれる酸や牛乳に含まれるカルシウムの影響で吸収が遅れ効果が弱まる場合があります。

コーヒー・紅茶などに含まれるカフェインの影響で薬の効果が強くなったり、カフェインの作用が強くなることもあります。

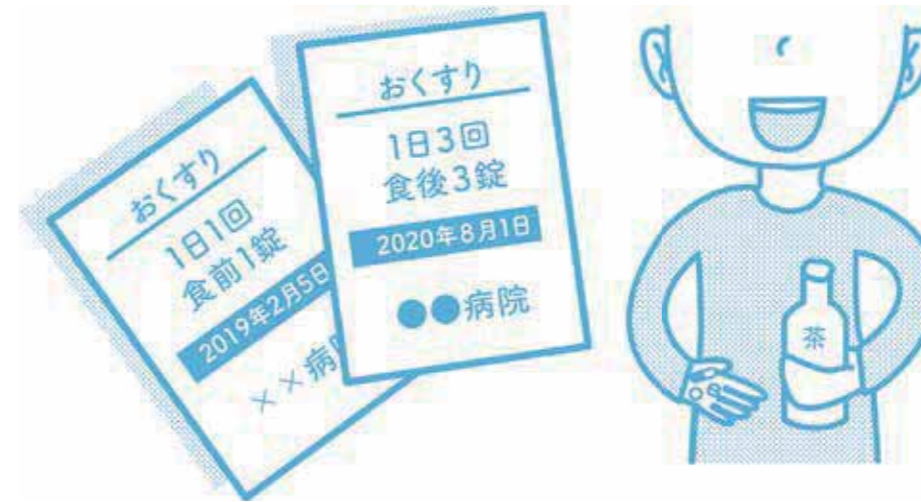
**Q** 用法の“食前”・“食後”・“食間”の違いは？

**A** 食事によって、薬の吸収の速さや量が変化して効き方が変化する場合があります。薬の効き目が発揮できる時間に服用することが大切です。用法は守りましょう。食間とは食事の最中のことではなく、食事と食事の間のことです。



新型コロナウイルス感染症が流行し、軽い風邪などの症状であれば、通院を控え市販薬を利用してほしいという方もいらっしゃると思います。ドラッグストアなどで販売されている市販薬を上手に利用し、自分で手当てするセルフメディケーションは大事ですが、間違った飲み方をす

- ☑ 用法の“食間”は、食事中に飲むものを思っている（答えは左のページ）
- ☑ 処方された薬を飲み切ったことがない
- ☑ 病院でもらった薬の残りを家族で使い回したことがある



ると、かえって病気を悪化させてしまうこともあります。もちろん、病院で処方されているお薬についても同様です。以前、病院でもらった風邪の薬が残っていて、同じような症状のときに薬を使い回したり、医師や薬剤師が説明したとおりに飲まなかったりすることは危険です。処方されたお薬にも市販薬にも必ず説明文書が付いていますので、用法・用量や効能・効果のほか、使用上の注意や副作用に関することなど必ず目を通しましょう。特に高齢の方や妊娠中・授乳中の方、赤ちゃんなどの場合は、薬の種類や用法・用量に注意が必要です。

セルフメディケーション

自分自身の健康に責任を持ち、軽度な身体の不調は自分で手当てすること。日頃から運動や食事、睡眠の確保に心がけ、病気や薬について正しい知識を身につけましょう。軽い症状であれば、市販薬などを使った手当てに役立ちます。

お薬は用法・用量を正しく守りましょう！

福井市 噛めない人も噛めるように

## 前川歯科医院

[ 歯科、小児歯科、歯科口腔外科 ]

院長 前川 雄紀 副院長 前川 満里子

### 痛みの少ない治療でストレス軽減 インプラントや歯周病の手術にも対応

今年6月の新築開院と同時に院長に就任いたしました。父の代からの患者さんとはもとより、多くの新規患者さんにもご愛顧いただいています。新しい病院は白を基調とした明るくリラックスできる空間となっており、バリアフリー構造で少ないストレスで受診いただけます。加えて診察台やモニターも最新機器を導入、滅菌システムも万全ですので、安心・安全な環境での診療が可能です。また新しい治療法も取り入れ、患者さんに最適な選択肢を増やしながらも、父のようにお子様からご高齢の方まで親しんでいただけるホームドクターを目指します。今後は訪問診療も予定しておりますので、お口に関することならお気軽にご相談ください。

福井市城東4-3-17  
TEL.0776-27-1116  
[ 診療時間 ]  
平日 9:00 ~ 12:30 / 14:00 ~ 18:30  
土曜 9:00 ~ 12:30 / 14:00 ~ 16:00  
[ 休診日 ]  
木曜日、日・祝日



[ 京福バス 済生会問屋団地線 ]  
御幸三丁目バス停下車 徒歩約5分



坂井市 より良い歯科治療を目指して

## はるえ東ファミリー歯科

[ 歯科、小児歯科、口腔外科 ]

院長 鈴木 悠 副院長 鈴木 実穂

### 予防から治療、入れ歯、インプラントまで 不安を残さない分かりやすい説明を

今年4月に新規開院し、お子様からご年配の方まで幅広くご利用いただいています。歯科医院というと緊張される方も多いですが、木をふんだんに使った院内は森のような穏やかな空間で、広く取られた通路や診察室は圧迫感を感じさせません。治療は医師2人で従ってまいりますので、担当のご希望がございましたら受付でお申し出ください。治療方針は医師の意見だけでなく、患者さんの要望を取り入れながら一緒に決めていきます。また、お子さんの治療では専用のノートに指導を記録し、質問のやり取り等もしていますのでご活用ください。今後は患者さん達の口腔知識の向上を図り、「春江は虫歯率が低い」と言っていたら地域の地域を目指していきます。

坂井市春江町中筋100-47-1  
TEL.0776-58-0648  
[ 診療時間 ]  
平日、土曜  
9:00~12:30 / 14:00~18:30  
[ 休診日 ]  
水曜日、日・祝日



[ JR北陸本線 ]  
春江駅下車 徒歩約18分

大野市 予後も住み慣れた地域で

## 尾崎病院

[ 消化器科、内科、循環器科、呼吸器科、リハビリテーション科 ]

院長 尾崎 嘉彦

### 信頼と早期発見の糸口は 日々のコミュニケーションから

今春より院長に就任いたしました。大野の地で長らく地域密着型病院として親しんでいただいている当院において、消化器を中心に、従来通り一般内科はもとより消化器、循環器、呼吸器と幅広く診療しております。明瞭な説明で、小さな変動も心安くご相談いただける雰囲気づくりに努め、万が一の場合は迅速に専門医にお繋ぎする“水先案内人”であることを心がけています。当院は、療養型病床のある病院として認知いただいておりますが、奥越は高齢化の著しい地域。そこで近年、介護医療院も開設いたしました。今後も地域の受け皿として、時代と患者さんのニーズにお応えできる体制を整えて参ります。

大野市明倫町11-2  
TEL.0779-66-3067  
[ 診療時間 ]  
平日 9:00 ~ 12:00 / 15:00 ~ 18:00  
土曜 9:00 ~ 12:00  
※第1・3土曜日午前は専門医師による脳神経外来あり  
[ 休診日 ]  
日・祝日、年末年始



[ 京福バス ]  
寺町口バス停下車 徒歩3分



越前市 心と体を癒す「手当て」を

## さとういきいきクリニック

[ 消化器内科、内科、外科 ]

院長 佐藤 裕英

### 目指すは胃がん・大腸がんの死亡ゼロ！ 内視鏡検査は辛くて大変という認識を変えたい。

今年6月に新規開院しました。当クリニックでは、消化器疾患の診療を中心に、生活習慣病などの内科疾患や一般外科に幅広く対応しており、特に胃カメラや大腸カメラに力を入れています。胃がんや大腸がんは、早期に見つけて治療すれば、その多くが治る病気にもかかわらず、実際には発見が遅れて命を落とす患者さんが沢山います。私は「早期発見に勝る癌の治療法はない」との思いから、質の高い内視鏡検査による癌の早期発見に努めるとともに、「辛い、大変、時間がない」などから、検査を敬遠する患者さんを一人でも減らすために、苦痛の少ない検査をアクセス良く提供する様々な工夫をしています。なお、当院ではドライブスルー窓口を設けており、感染症流行期には院内での感染リスクの低減にも役立てますので、安心してご来院ください。

越前市府中1-4-20  
TEL.0778-21-0310  
[ 診療時間 ]  
平日 9:00~12:30 / 16:00~18:30  
土曜 9:00~12:30 / 14:00~16:00  
[ 休診日 ]  
水曜日、日・祝日



[ JR北陸本線 ]  
武生駅下車 徒歩約2分

福井県済生会病院は各地区の医療機関と連携し、地域連携医療を推進しています。各医療機関の取り組みや診療体制をシリーズで紹介していきます。



いえでできる運動「家トレ」動画配信



コロナウイルス感染拡大による自  
 粛が解除されましたが、まだまだ日  
 常で身体を動かす機会は少ないとい  
 う方もいらっしゃるのではないで  
 しょうか。身体を動かす機会が少な  
 くなると、筋力や体力の低下だけ  
 はなく、不安やうつなど心の面にも  
 影響を及ぼします。

国の勤める新しい生活様式には、  
 自宅でできる動画を用いた運動があ  
 ります。当院でもリハビリテーショ  
 ンセンターのスタッフが、地域住民  
 の方へ向けた自宅でできる運動をま  
 とめた動画を作成しました。当院ホー  
 ムページに掲載していますので、健  
 康の維持に是非お役立てください。  
 ※疾患があり通院している人は、  
 必ず主治医・かかりつけ医・リハビ  
 リ担当者に相談してから運動しま  
 しょう！

**当院ホームページから視聴が可能です**

当動画は随時当院のホームページに掲載しているので、いつでもどなたでも視聴することができます。

**パソコンの方**

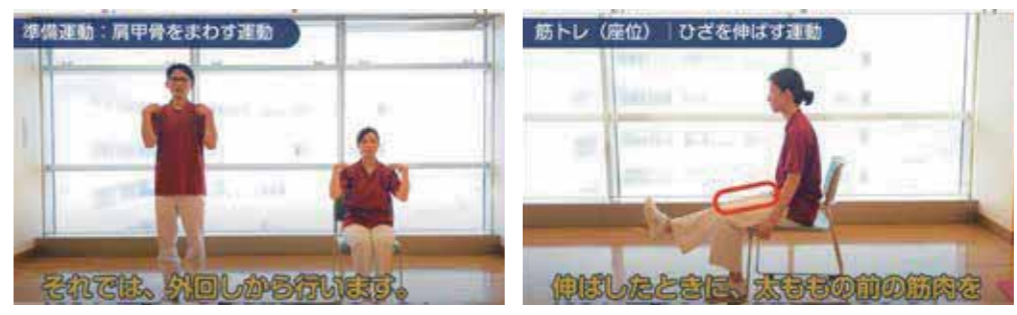
上部メニューの  
①「福井県済生会病院  
について」をクリック  
②「動画配信」

**スマートフォンの方**

QRコードから  
アクセス

**体力や体調に合わせて座ったままでも運動可能**

高齢者は、視力や聴力、平衡感覚が鈍っていることがあるため、しばらく運動  
 していなかった人が運動すると転倒して骨折してしまう危険性があります。ま  
 た、循環器系に障害がある場合は、運動中に心臓病の発作が出てしまうかもしれ  
 ません。作成した動画では座ったままでもできる運動も紹介しているので、ご自  
 身の体力や体調に合わせて実施してください。



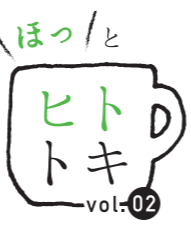
ご来院者の検温に高精度のAIサーマルカメラ導入

当院では新型コロナウイルス感染  
 拡大防止のため、4月より患者さん  
 ならびにお付き添いの方なども含め  
 たご来院の皆様全員に、正面入り口  
 にて検温を実施させていただいており  
 ます。

6月に導入した「AIサーマルカメ  
 ラ」は3メートル離れた場所から計測  
 が可能です。マスク着用の有無などに  
 関係なく、瞬時に顔を認識。人の額に  
 焦点を当てた温度測定ができるため、  
 より高精度に検出できます。短時間で  
 効率的に体温を測定するため、混雑・  
 密集を避け検温することができます。  
 皆様の安全・安心を守るため今後も  
 検温を継続してまいります。引き続き  
 ご理解ご協力をお願いいたします。



熱・咳などの  
 症状がある方  
 は、これまで  
 通り事前にス  
 タッフまでお申  
 し出ください。



病院内の画廊で特別なヒトトキを

当院のロビー、外来、廊下には、  
 様々な場所に絵画や写真など芸術  
 作品が展示されています。中には著  
 名な芸術家の作品も展示されて見  
 応えがあるものも。

トトキ、人の往来が少なくなる  
 時間に美術鑑賞に出掛けてみて  
 はいかがでしょうか。絵画は  
 勿論、写真家、近代アート作家  
 など様々な芸術家の作品があ  
 ります。

病院にすることを忘れ、リックスして過ごせる、  
 そんな「院内のほつとできるスポット」  
 をご紹介します。

