三沢病院だより

平成29年 8月

三沢市立三沢病院 第３回地域医療機関の皆様との懇談会を開催しました。

平成２９年７月１２日（水）ホテルグランヒルにおいて、当院と地域の医療機関との交流を活性化し、地域医療の更なる充実を図るために懇談会を開催しました。

医療まめ知識

「アニサキス」について

吉田研修医日記（連載）、秋田研修医日記

研修医日記Vol.５、もう一人の研修医日記

各科紹介

泌尿器科外来・人工腎臓センターについてご紹介します

医療まめ知識　【アニサキス】

秋田谷　一輝　医師

最近暑い日が、続いておりビールや冷酒がおいしい季節になりました。三沢名産「赤とんぼ」の刺身で一杯はたまらない美味しさですね。その際に皆さんに気を付けていただきたいのが今回紹介する「アニサキス」という寄生虫です。アニサキスは芸能人のW辺N美さんやS司T春さんがかかったということで聞いたことがあるかもしれません。ここ数年感染する人が増えており注意が必要な病気です。

アニサキスとは

アニサキスとは寄生虫の一種で、大きさは2~3㎝程度で目に見える大きさです。見た目は白い細い糸のように見えます。実は私たちに感染するアニサキスはいわゆる「幼虫」です。成虫はイルカやクジラなどの海に住む哺乳類にいて大きさは9~14㎝程度です。幼虫のアニサキスはサバ、イワシ、カツオ、サケ、イカ、サンマ、アジなどの魚介類に寄生しています。それをクジラなどが食べることでアニサキスは成虫になることができるのですが、それを人間が食べるとクジラなどの体内環境と異なるため成虫になることができず、体の中で悪さをします。

アニサキス症について

アニサキスが悪さするのは主に3つのパターンがあります。

①胃アニサキス症

アニサキスの寄生した魚介類を食べて数時間から十数時間して、激しいみぞおちの痛み、吐き気の症状が出ます。（以前経験した症例では摂取して72時間経ってから発症した方もいました）アニサキス症のほとんどはこのパターンをとります。治療法は胃カメラでアニサキスをとってしまうことが一番です。その際にアニサキスは胃の粘膜に刺さっているように見えます。実は「刺さっている」のが症状を起こしているのではなく、アニサキスへの「アレルギー」が症状を起こしています。そのため抗アレルギー薬でも症状が緩和されます。いずれにしてもおかしいなと思ったら病院へ相談することをお勧めします。

②腸アニサキス症

アニサキスが腸まで流れてきて悪さをするのが腸アニサキスです。症状は激しい腹痛、吐き気と胃アニサキスと似ています。治療として胃カメラは腸まで届かないので痛み止めや吐き気止めによる対症療法となります。ただ重症化する場合もあり、その際には腸管が腫れ上がることで便が詰まってしまったり、腸に穴が開いてしまったりすることがあります。そうなると手術が必要となります。

③腸管外アニサキス症

稀ですが腸の壁をすり抜け、腸の外までアニサキスが迷い込んでしまったパターンです。症状は迷い込んだ先によります。

アニサキスの予防について

アニサキスの症状を起こす力は虫体が死んでしまうことで失われます。アニサキスを確実にやっつける方法としては大きく分けて2つあります。一つは加熱です。中心部が60℃になるように1分加熱するとアニサキスは死滅します。もう一つは冷凍することでマイナス20℃で24時間経過するとアニサキスは死滅します。安全に刺身を食べたい人は後者の方法をとる必要があります。ただどうしても冷凍した刺身が嫌な人はなるべく新鮮なものを選ぶことをお勧めします。アニサキスは普段魚の内臓に寄生していますが、魚が死ぬと筋肉のほうに移動します。そのためなるべく新鮮なうちに内臓を取り除いて刺身にすることでアニサキスがいる確率を下げることができます。またよく〆鯖にすることでアニサキスは大丈夫と言われますが、アニサキスは酢で〆る、しょうゆ・わさびをつける程度は死にませんのでよくよくご注意をお願いします。

三沢はおいしい魚介がたくさんありますが、アニサキスに注意して楽しみましょう！

研修医日記

初期研修医：吉田　宇洋

私は今、2回目の外科研修の最中です。前回は1か月半、今回は4カ月間のスケジュール。前回よりも任せてもらえる仕事が少しずつ増え、手技や知識を研鑽しています。

外科では毎朝、医師と看護師とで入院患者さん全員のもとに回診に伺っています。手術前の患者さんの様子をきき、手術後の患者さんの傷をチェックし、手術で体内に留置したドレーンという管からどのような液体が出ているかをチェックし、必要な処置をおこないます。

外科手術を受ける患者さんの多くは術前、術後の治療を要することが多く、基本的に入院されます。普段とは違う環境、知らない人に囲まれて生活することは、万全の体調であったとしても、とても大変なことだと思います。手術を待つ不安や術後の痛みを抱え、点滴やドレーンが体にまとわりつく中、病気を治そうとしている懸命な姿が病棟にはあります。

そういう中で、私たちは回診に伺います。顔をみて、話を聞きます。

腹部の手術を受けられた患者さんは、可能な限り、ベッドから離れ少しでも多く歩くことが術後の回復にとって重要です。そうしないと、癒着がおきて腸の動きが悪くなったり、消化管の機能が著しく低下したりしてしまう危険性があります。先輩医師は、時には厳しく「もっと歩きましょう」「これからはあなたが頑張る番ですよ」と励まします。また、病棟では医師だけでなく、あるいは医師以上に看護師さんや助手さんの気遣いや励ましが患者さんを助けていると感じます。

生気のない、あるいは不機嫌そうな医者や看護師が顔を見に来るのと、はつらつとした、さわやか人が励ましに来るのとでは、患者さんの元気も違ってくるはず。私がもし、不安そうな表情で回診に行ったら、やはり患者さんも不安になってしまうかもしれません。

研修医になりたてのころ、指導医に言われたことがあります。

「なぜ、知識も技術も劣る研修医が主治医になれるかを考えなさい。もしかしたら、患者にとっては、経験を積んだ医者のほうがいいかもしれない。でもこの病院のなかで、誰よりもこまめに患者の状態をチェックし、患者の体で今何が起きているかを、誰よりも知っているなら、たとえ知識や技術が劣っていても、患者は君を主治医として選ぶだろう。君はそういう努力をして、自分で主治医になる権利を勝ち取っていきなさい。足りない知識や技術は、先輩の医者に助けてもらいなさい。」

私は今、少しずつ主治医をさせてもらっています。先輩医師や多くの看護師に、多いに助けてもらいながら。

研修医日記（研修医1年目）

初期研修医：秋田貴博

初めまして、今年4月より研修医として勤務させていただいております秋田貴博と申します。生まれは青森県東津軽郡の蟹田出身です。青森県は地元なのですが、三沢をはじめとする南部地方はあまり来たことがなく（幼少期に古牧温泉来たかな？）昨年学生の時に病院実習で三沢市立病院を訪れたくらいでした。そう考えると同じ青森でも何だろう色々過ごして新鮮です。今これを書いているのは7月も中旬で、勤務してはや3ヶ月、何とか病院勤務という新生活に慣れて来たところです。3ヶ月足らずという短い期間ではありますが多くの患者さんを担当させていただき、指導医の熱いご指導のもと患者さんにより良い医療を提供できるように修行の日々が続いています。まだまだ新しいことをやるときは緊張が抜けませんがしっかりした医療を提供させていただいています。今年は研修医は私1人で同期がいない寂しさもありますが、病院で勤務している多くの方に育ててもらっている実感があり研修先として選んでよかったなあと実感しています。

ほとんどが病院内での時間が多い私ですがそれでもやっと店の半分以上がアメリカ人のCoCo壱にも慣れ、週1は必ずいく定食屋も見つけ、何でもそろうイオン下田通いも板について来ましたが次々に三沢で行って見たいとこ、やって見たいことが増えて困っています。忙しい毎日の中で病院内、外で地域の人と触れ合える日々を今後も過ごしていきたいと思っています。

今後ともよろしくお願いいたします。

泌尿器科外来・人工腎臓センターの紹介

・泌尿器科外来紹介

泌尿器科外来は、4月から医師が1人増員となり、更に弘前大学より2回/週医師が派遣され手術や検査・外来診療など行っております。
手術は主に、前立腺・膀胱の腫瘍疾患などを行っており、他にも排尿困難・尿管結石の治療も行っております。何かありましたら、いつでもご相談下さい。

和やかに診療中

泌尿器科医師

人工腎臓センター主任

臨床工学技士主任

・人工腎臓センター紹介

人工腎臓センターは、主に透析導入する患者と入院中の患者の血液透析をしています。
ベッドは15床あり、午前・午後の2クールで行っております。
今年から、新たな取り組みとしてIHDFも導入し患者にやさしい透析治療を目指しています。
当院では医師と看護師、臨床工学技士がチーム医療体制を組み、患者の訴えやご要望に耳を傾け、きめ細やかに対応できるよう努めております。

人口腎臓センター風景
無料で鑑賞できるTVが全床にあり、
リラックスして透析を行えます

治療中風景
看護師・技士ともに治療条件の確認、透析中の状態把握を徹底し、安心安全な透析に努めています

泌尿器科外来・人工腎臓センターとで連携を図って治療を進めています。

発行：三沢市立三沢病院　〒０３３－００２２　青森県三沢市大字三沢字堀口１６４番地６５号
電話番号：０１７６－５３－２１６１（代表）
http://www.hospital.misawa.aomori.jp/