

# SAKASO

「さかそう」

ご自由にお持ちください

特集 先生に聞いてみよう

## 食物負荷試験のこと。



2020.10 Vol.44

## お知らせ

### 「院内トリアージ」の運用を開始しました

当院の救急外来では、6月から「院内トリアージ」の運用を始めました。対象は、土曜午後、日曜、祝日の日中に救急外来を受診される方となります。

「院内トリアージ」とは、患者さんの状態から緊急度・重症度を判定する仕組みのこと。治療の優先順位を決め、緊急性の高い患者さんが待機中に急変するなどの支障を来たさないためのものです。そのため、比較的軽症の患者さんはお待ちいただく時間が長くなるかもしれません。ご理解とご協力をお願いいたします。

#### ●判定基準

日本緊急度判定支援システムJTAS(Japan Triage and Acuity Scale)を用いて、5段階に分類し評価します。

|      |     |             |
|------|-----|-------------|
| レベル1 | 蘇生  | 直ちに診療・治療が必要 |
| レベル2 | 緊急  | 10分以内に診察が必要 |
| レベル3 | 準緊急 | 30分以内に診察が必要 |
| レベル4 | 低緊急 | 1時間以内に診察が必要 |
| レベル5 | 非緊急 | 2時間以内に診察が必要 |

### 診療予約・変更・お問合せ

まずはコールセンターへお電話いただき  
ご確認をお願いいたします。

コールセンター 022-361-8288

- 平日 8:30～16:30(小児科のみ8:00～)
- 土曜 8:30～11:30(小児科のみ8:00～)

※日曜・祝祭日、年末年始(12/30～翌年1/3)、8/16(お盆)は休業。

- ◎紹介状をお持ちの方は、必ずその旨をお伝えください。
- ◎上記時間以外で救急診療のお問合せは、病院代表番号(022-365-5175)にお電話をお願いします。

詳細はwebサイトでもご確認いただけます。

坂病院  検索 <https://www.m-kousei.com/saka/>

#### 表紙について

今回は飯塚先生の息子さんと一緒に撮影。楽しそうに海辺ではしゃぐかわいらしい姿とその笑顔に、制作陣は終始目元が緩みっぱなしに…。医師の顔とはまた違った先生の表情にも注目!  
●表紙撮影／菖蒲田海水浴場



電車の場合 ▶ JR仙石線・下馬駅下車。駅前が当病院です。

お車の場合 ▶ 第三駐車場は、当院ご利用の方は無料です。第三駐車場と病院間の送迎バスを運行しています。

# SAKASO

坂総合病院 広報誌「さかそう」  
2020年10月1日発行

公益財団法人宮城厚生協会  
坂総合病院

〒985-8506 宮城県塩釜市錦町16-5 <https://www.m-kousei.com/saka/>  
【広報誌に関するお問合せ】Tel 022-365-5175(代)





.....  
毎回特集内容を変え、  
病気や病院のあれこれを発信。  
今回は、「食物負荷試験」  
について紹介します。  
.....

## 特集

先生に  
聞いてみよう

# 食物負荷 試験のこと。



塩釜市を中心に地域の  
医療を支える坂総合病院。  
適切な治療と高度な技術で  
人々を支えています。  
今回は、小児科がこの夏  
新たに取組みをはじめた  
「食物負荷試験」  
について聞きました。

### 飯塚 千恵 (いづか ちえ)

山形県出身。山形大学卒業後、坂総合病院  
に入職。一度は教育学部に進んだものの「医  
療の面から子どもに関わりたい」と小児科医の  
道へ。心がけているのは「子どもと親御さんの  
気持ちに配慮すること」。4人の子を持つ母親  
でもある。

### Q 「食物負荷試験」の流れを教えてください。

まずは外来を受診し、アレルギーが心配な食べ物について医師に相談してください。問診や診察、採血検査などを参考に食物アレルギーの診断を行い、その後、肌の状態や体調を観ながら食物負荷試験を行います。アレルギーを疑う食品を持参してもらい、その食品を3回に分けて少しずつ摂取。アレルギーの症状が出た場合には塗り薬や飲み薬、注射で、その症状に応じた治療を行います。なお試験は入院で行われ、1日につき1つの食品の試験となります。

### Q どんな食品、どんな患者さんでも食物負荷試験を行えるのですか？

現在は9歳未満のお子さんを対象に、「卵・小麦・牛乳」の三大アレルゲンから試験を始めているところです。アナフィラキシーのリスクが高い食品については、まずは希望する食品をご相談ください。

### Q どうしてアレルギーの食品を除去するという考えから“食べ慣らす”という考えに変わったのでしょうか？

「除去」が常識だった以前は、食物アレルギーの患者さんが増えていました。しかし近年は様々な研究からアレルギーを心配して食べない子どもたちに比べ、食べていた子どもたちの方が食物アレルギーの発症率が非常に少ないという結果が発表されました。つまり、“食べなければ予防になる”という考えが間違いだと証明され、食物アレルギーの予防・治療方針が「除去」から「食べる」ことに変化しました。

### 増加する食物アレルギー その診断を坂総合病院で

この夏から当院で始まった「食物負荷試験」。これはアレルギーの原因を疑われる食べ物を少しずつ増やして食べさせ、症状の出現を観察する試験です。①食物アレルギーの確定診断 ②安全に摂取できる量の決定、および食べられるようになったかの診断を目的に行います。昔は食物アレルギーがある場合、特定の食品を除去することが常識でしたが、今は食べられる量まで「食べ慣らす」という方法が主流に。そうした正しい診断を踏まえ、子どものアレルギー症状の程度に応じた治療と指導、必要な食物負荷試験を設定していきます。

### 子どもと親御さんが 安心できる毎日のために

塩釜市近隣でこの試験を行なうのは当院のみ。医療機関での検査なので、もし試験中に症状が出た場合でも迅速な対応が可能です。また当院では栄養士と

ともにお母さんたちを手厚くサポート。アレルギー食品の代替食品や栄養補助についての指導を行なっています。さらにアレルギーのはじまりは皮膚が荒れること（経皮感作）と考えられていることから、母親学級や外来で赤ちゃんのスキンケア指導も実施しています。目指すのは、お子さんと親御さんが安心して生活を送るための手助けをすること。私は母親でもあるので共感できることもきっと多いはず。親御さんの小さな不安にも耳を傾けていきたいです。



おしえて  
先生





## #2 手洗いはいつするの？

高山 綾子 (たかやま あやこ)  
感染制御実践看護師

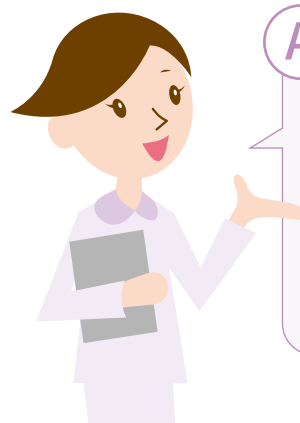
Q

感染症対策のため手洗いが習慣になりましたが、  
どんな時に手洗いをすればいいのか改めて知りたいです。



A

手洗いはタイミングが重要！ 手に付いた、もしくは付いているかもしれないウイルスや細菌を自分の体内に入れないためです。食事の前やトイレの後、帰宅時はもちろん、手が汚れたかも…と思った時や、顔周りを手で触れる前も手洗いをするようにしましょう。“目に見える汚れがある時は流水と石鹸で手を洗い、それ以外は手指消毒”ということもポイントです。



## 栄養手帖 ■ -食養室だより-

## ニンジンを食べよう！



ニンジンのオレンジ色は「カロテン」の色。  
カロテンには健康に役立つ多くの機能があります。

丹治 歩美 (たんじ あゆみ)  
食養室 管理栄養士



### カロテンのはたらき

#### 抗酸化作用

肝臓の機能を助け、肥満や高脂血症、動脈硬化を予防する

#### 風邪予防

粘液の分泌を高め、粘膜の乾燥を防ぐ

#### 美容効果

皮膚の新陳代謝を促進し、健康的な肌を守る

### ニンジンを使った簡単レシピ

#### 材料(2人分)

- ニンジン…1本(200g)
- ハム(薄切り)…2枚
- ニンニクのすりおろし 1片
- オリーブ油 大さじ1
- 酢 大さじ1
- 塩 小さじ1/2
- ドライパセリ 少々
- 粗びきこしょう 少々

☆

#### 作り方

- ①ピーラーでニンジンを薄く剥き、10秒茹でて水気を切る
- ②粗熱が取れたらハムと調味料(☆)を加え、よく混ぜ合わせる

#### ◎ポイント

カロテンが多く含まれている皮は包丁の背でこそぎ落とす程度に。また油と一緒に調理すると体内でのカロテン吸収率が8倍になります。



## 支えるひとたち



### 第16回 ボランティア(デイケア)

坂総合病院を、そして患者さんを支える人々。その「人となり」に迫ります。

2012年から、坂総合クリニックのデイケア室でボランティア活動を行う村田さん。利用者の出迎えや運動・ゲーム時の補助、利用者の身の回りのお世話などを行っています。これまでの活動を振り返り「難しかったことや大変だったことはなかったですね。なかなか心を開いてくれなかった方が話をしてくれたとか、うれしいことの方がたくさんあります。両親の介護をしていた経験も踏まえて、利用者さんと毎日楽しく過ごしています」と教えてくれました。そうした熱心な村田さんの人柄はデイケアのスタッフから厚い信頼が寄せられています。とあるスタッフは「デイケアが成り立っているのは、こうしたボランティアさんに支えられているから。スタッフ一同感謝しています」と話すほど。村田さんは利用者もスタッフも支える、心強い存在です。

### 次号は

〈医局事務職員〉  
今野 拓自



デイケアの利用者と一緒に作った切り絵では、塩釜港の観光遊覧船「孔雀丸」や「龍鵬」を表現。デイケア室の目立つ場所に飾ってあります。



村田 紘 (むらた ひろし)  
ボランティア(デイケア)



## 職場紹介

## 輸血検査室

今野 牧子 (こんの まきこ)  
臨床検査技師

輸血検査室は院外の血液センサーと医師や看護師、患者さんの間に立ち、必要な輸血製剤を遅れなく準備するのが仕事です。まず「輸血」とは、けがによる大量出血や病気で血液が作れなくなった場合などに、不足した血液成分を補う治療方法（輸血療法）のこと。患者さんに輸血が必要となった場合は事前に血液型検

査、不規則抗体検査、交差適合試験を実施しますが、輸血検査室はこれらの検査を患者さんの状態に合わせて迅速に行います。また、安全な輸血療法のためには【献血者↓血液センター↓病院↓患者さん】というつながりが大切。このつながりがどこかで断たれると輸血療法は成り立たないため、緊急時には患者さんの救命のために一丸となって対応します。

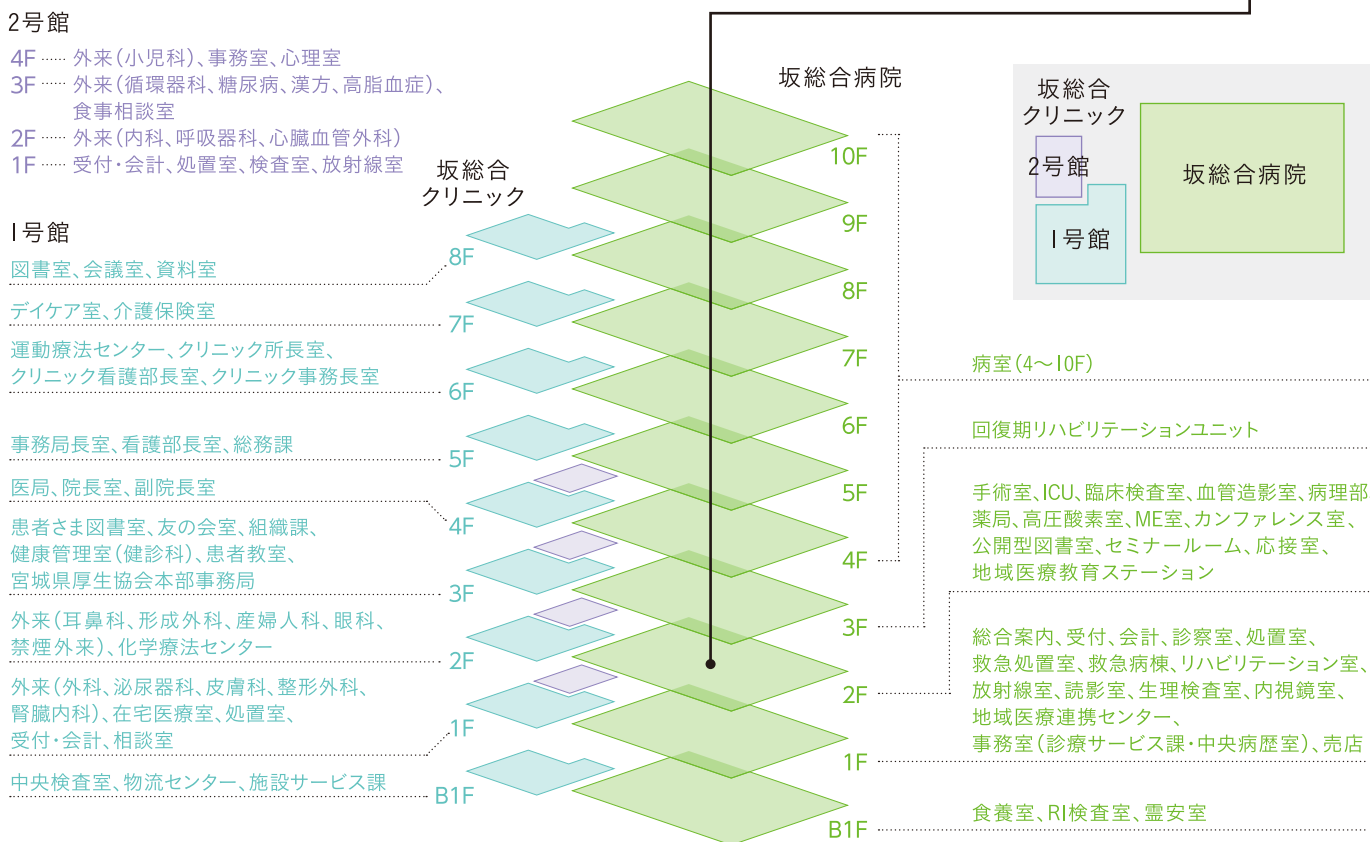
当院では医師、看護師、薬剤師、事務、臨床検査技師による輸血療法委員会を設置し、輸血に関する勉強会や院内の輸血療法マニュアルの作成・見直しなどを行っています。医療安全対策室と連携し、看護師の輸血実施手順の確認や輸血に関わるニアミス報告の対策を検討しているのも特徴です。もちろん、献血者からいただいた貴重な血液を無駄にしないための配慮も欠かしません。健康に自信のある皆さん、ぜひ献血のご協力をお願いします！

### 2号館

4F ..... 外来(小児科)、事務室、心理室  
3F ..... 外来(循環器科、糖尿病、漢方、高脂血症)、食事相談室  
2F ..... 外来(内科、呼吸器科、心血管外科)  
1F ..... 受付・会計、処置室、検査室、放射線室

### 1号館

図書室、会議室、資料室  
ダイケア室、介護保険室  
運動療法センター、クリニック所長室、クリニック看護部長室、クリニック事務長室  
事務局長室、看護部長室、総務課  
医局、院長室、副院長室  
患者さま図書室、友の会室、組織課、健康管理室(健診科)、患者教室、宮城県厚生協会本部事務局  
外来(耳鼻科、形成外科、産婦人科、眼科、禁煙外来)、化学療法センター  
外来(外科、泌尿器科、皮膚科、整形外科、腎臓内科)、在宅医療室、処置室、受付・会計、相談室  
中央検査室、物流センター、施設サービス課



## 連携医のご紹介

## ゆうファミリークリニック

[ 内科、リウマチ科、リハビリテーション科、アレルギー科 ]



院長  
高橋 裕一 先生  
(たかはし ゆういち)



内科、リウマチ科、リハビリテーション科、アレルギー科

### ゆうファミリークリニック

〒981-0112  
宮城県宮城郡利府町利府字新館2-5  
TEL 022-766-4141  
URL <http://www.yu-family-clinic.com/>

| 診療時間          | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|---------------|---|---|---|---|---|---|---|
| 8:30 - 12:30  | ○ | ○ | ○ | △ | ○ | ○ | △ |
| 14:30 - 18:00 | ○ | ○ | ○ | △ | ○ | △ | △ |

休診日／木・日曜、祝日  
※火曜は19:30、土曜は13:30まで診療



## 患者さんに合った指導と治療を大切に

開業から今年で17年目を迎えました。当初はファミリークリニックの名の通り子どもから高齢者まで診ていましたが、現在は難しく、現在は一般内科の診療に。その中で私の専門であるリウマチ膠原病診療も行っています。当院の診療方針は患者さんに合った指導と治療を行うこと。この方針を胸に、看護師による生活習慣病や関節リウマチへの生活指導、自己注射指導のほか、理学療法士によるリウマチや関節置換術後のリハビリを行っています。3年前からは訪問リハビリも始めました。坂総合病院との関わりは勤務

医時代にはリウマチ膠原病の外来応援を5年間務めて以来。開業以降、緊急時でも膠原病を基礎疾患に持つ患者さんを診ていただいたこと、さらに生物学的製剤や免疫抑制剤で治療中の患者さんが、呼吸器や循環器、消化器などのフォローが必要な場合に对应していただいたことに感謝しております。

先日、新聞に坂総合病院の歴史が掲載されていました。創業者の坂定義先生の意味が今に引き継がれていると感じます。今後も連携を通して地域医療に貢献していきたいです。

## 坂総合病院から

リウマチを専門とする高橋先生。開業以前は当院で専門外来を担当してくださいました。またプライマリケア連合学会にも参加している先生は、当院の「みちのく総合診療センター」の活動にも積極的に参加してくださっています。今後によりよい関係を継続していきたいです。よろしくお願いします。