

発行:医療法人社団 神鋼会 神鋼病院  
〒651-0072 神戸市中央区協浜町1丁目4-47 電話:078-261-6711(代表) FAX:078-261-6726  
発行責任者:病院長 山本正之 編集責任者:神鋼病院広報委員会 委員長 山神和彦

## 2009年12月 「膠原病リウマチセンター」を開設します

この度、「膠原病リウマチセンター」を開設することになりました。関節リウマチや膠原病の患者は、近年増加の一途をたどり、わが国の関節リウマチ患者数は70万人、他の膠原病を合わせると200万人を超えと言われています。これらの病気は原因が不明で、治療も困難であるため専門医による診療が望まれます。

当院におきましては、既に2009年4月からリウマチ膠原病内科外来を週1回で行ってまいりましたが、2010年4月からは常勤医師による入院診療も含めたセンターとして総合的な膠原病・リウマチ診療を行ってまいります。それに先立ち、2009年12月から外来診療を拡大し、関西には数少ない膠原病・リウマチ専門のセンターとして地域医療に貢献して参りたいと考えております。

### \* 治療について

全身性エリテマトーデス (SLE)などの膠原病に対しては、従来のステロイドホルモンを中心とする免疫抑制療法に加えて、難治性病態には免疫抑制剤を上手く組み合わせることで、副作用や合併症の少ない治療を心がけております。関節リウマチにおいては、従来の「関節や臓器の機能を長らえる」から「関節や臓器の障害を起こさせない」という早期診断と早期治療による治癒(Cure)を目指しております。リウマトレックス®を中心とした抗リウマチ薬や生物学的製剤(レミケード®, エンブレル®, ヒューミラ®, アクテムラ®)による治療はもちろんのこと、ご希望がございましたら国内外での臨床治験にも参加して頂けるような環境を整えます。診断に関しましては、新しい臨床検査(抗CCP抗体)や画像診断(関節エコーやMRI、シンチ、PET等)を積極的に加えることで、より早期に、より確実な診断を心がそれぞれの

患者さんに最適の「テーラーメイド医療」を実践することが我々の目標です。

### \* 他科・地域との連携

膠原病・リウマチ性疾患は全身のいろいろな臓器が侵されることがあります。このため、他科との連携は重要で、特に関節リウマチの診療におきましては整形外科と協力しながら診療していきたいと考えています。また日頃かかっておられるホームドクターとの関係も密にして、診療にあたっていきます。

### \* 対象疾患

関節リウマチ、全身性エリテマトーデス(SLE)、強皮症、多発性筋炎/皮膚筋炎、結節性多発動脈炎、ベーチェット病、シェーグレン症候群、混合性結合組織病、ウェジェナー肉芽腫症、アレルギー性肉芽腫性血管炎、強直性脊椎炎、乾癬性関節炎、再発性多発軟骨炎などを主な対象疾患としております。

### \* 外来診療担当

※変更になる場合があります。

- 月曜(午後) ----- 辻
- 火曜 ----- 休診
- 水曜 ----- 休診
- 木曜(午前) ----- 古形(第1・3週)
- 金曜 ----- 熊谷(4・5週)

### \* プロフィール



Profiel

辻 こう  
辻 剛 医師

日本内科学会認定内科医  
日本リウマチ学会専門医  
平成10年 神戸大学医学部卒業  
神戸大学大学院医学系研究科  
臨床病態免疫学講座 助教



# 新型インフルエンザ

## Q & A

院内感染防止委員会副委員長  
小高 泰一 部長

### Q 新型インフルエンザってどんな症状？

季節性、新型に関係なく**発熱、咳、のどの痛み、疲労感、頭痛、節々の痛み**などの症状がでます。これらの症状は通常2~4日で軽快するといわれています。



### Q インフルエンザに感染したかも!?

医療機関を受診する前に、**まずはかかりつけ医に電話**をしてください。かかりつけ医のない方は発熱相談センターへ電話をしてください。

医療機関に行く際は、患者さんも付き添いの方もマスクを必ず着用してください。

兵庫県疾病対策センター：078-362-3226

### Q 家庭で注意することってある？

ドアノブや机など、**患者さんがよく触る場所は、こまめに家庭用洗剤や消毒用アルコールで拭く**ようにしましょう。また、食事の際は患者さんと食器、箸、スプーンなどを共用しないように気をつけましょう。食後の食器は一緒に洗っても大丈夫！もちろん洗濯も一緒に行っても大丈夫です。

### Q 看病するときに気をつけることは？

うつる可能性があります。**お世話をする人はなるべく一人にしてください**。手をこまめに洗い、患者さんに近づく時はマスクを着用してください。マスクを外した後も必ず石鹸で手を洗うことを忘れないように気をつけましょう!! また、心臓、肺、腎臓に持病のある方、糖尿病の方、免疫の低下した方、乳幼児、妊婦の方はなるべく避けてください。



### インフルエンザワクチンについて

現在、季節性インフルエンザワクチンについてはワクチン接種が始まっております。

新型インフルエンザワクチンについては、接種回数、接種時期など、まだ未定の部分が多く、11月から妊婦・基礎疾患を持つ方から順に接種が始まる予定となっております。詳しくは、お近くの保健所または「かかりつけ医」にお尋ねください。

当院の対応につきましては、院内に掲示されている「お知らせ・ご案内」等をご覧ください。

今年5月中旬、神戸に始まった新型インフルエンザの流行は休校等の措置により一旦鎮静化したかと思われましたが、夏頃より患者数の増加が続いています。新型インフルエンザにかかっても、ほとんどの人は軽症で抗インフルエンザ薬をのまなくても自然に軽快します。自宅療養される患者さん、ご家族は以下のことを注意いただきたいと思います。

### Q インフルエンザ検査は必要なの？

インフルエンザ検査簡易キットが流行に伴い不足しつつあります。「インフルエンザに感染していない」又は「感染後治癒した」等の証明のための検査は当院では行っていません。また不要です。

### Q 自宅療養を指示されたらどうしたらいい？

食事と水分を十分にとり休養も十分にとりましょう。こまめに手を洗うようにし、咳がある時は咳エチケットを守って下さい。**7日間はなるべく外出は控え**、周りの人とは1~2mの距離をとりましょう。もしその範囲内で人と近づく場合や、**外出する時にはマスクを**しましょう。



### Q 何日くらい自宅療養すればいい？

インフルエンザ発症後の登校、出社可能日に関しては厚生労働省からの通達も「解熱後2日間の自宅静養後」と「発症翌日より7日間の自宅静養後」のいずれかと混乱している状態です。**当院では「発症翌日より7日間の自宅静養後」**を登校、出社可能日としています。

せき

## 咳エチケットしてますか？



**1** 咳・くしゃみが出たら、他の人に病気をうつさないためにマスクを着用しましょう。マスクをもっていない場合は、ティッシュなどで口と鼻を押さえ、他の人から顔をそむけて1m以上離れましょう。



**2** 鼻みず・たん等を含んだティッシュは、すぐにゴミ箱に捨て、手を洗いましょう。



**3** 咳・くしゃみをしている人にマスクの着用をお願いします。





ちゃんちゃん焼きは野菜がたっぷり、高血圧を予防する働きのあるカリウムが多くとれます。また、強い歯や骨を作るために必要なビタミンDも鮭に多く含まれています。

“ちゃんちゃん焼き”の由来は「お父さんが焼くから」という説があります。

とても簡単ですので、家族の為に、お父さんが作ってみてはいかがでしょうか？

### 材 料（4人分）

■ 生鮭(60g)	2切れ
■ 塩	少々
■ コショウ	少々
■ イカの胴	40g
■ キャベツ	100g
■ えのき茸	50g
■ ジャガイモ	100g
■ ピーマン	40g
■ 玉葱小	80g
■ にんじん	40g
■ 油	10g

### \*合わせ調味料

■ 砂糖	2g
■ 酒	12g
■ しょうゆ	10g
■ みりん	20g
■ みそ	2g
■ バター又はマーガリン	10g

### 作 り 方

- 1 えのきは根元を切り落とし、その他の野菜は食べやすい大きさに切り、じゃがいもは水にさらしておく。
- 2 鮭の切り身は塩、コショウをしておく。  
いかは骨を取り除き、中をきれいに洗って輪切りにする。
- 3 合わせ調味料を混ぜておく。
- 4 ホットプレート又はフライパンを熱してから油をひき、魚をのせて両面を焼き、まわりにいか、野菜をちらして、合わせ調味料を全体にかけ、バターをのせる。
- 5 ふたをして蒸し焼きにする。

### お魚選びのワンポイント！

産卵場に向かって河口に集まってくる鮭の体には多くの脂肪やタンパク質が含まれていますが、川をのぼりだすと全く餌を食べないため水分が多くなり、肉の色も白っぽくなるため味がおちます。初夏に北海道や東北地方の沿岸に近づくトキシラズや、秋口に沖どりされたものが味が良いといわれています。

【一人分:エネルギー364kcal タンパク質20.7g 脂質12.6g 糖質40.0g ビタミンD9.9μg 塩分2.0g】

## ポランティア体験記

### 京都大学薬学部 塩見 朋紀さん

一週間という短い期間ではありましたが、神鋼病院でのボランティアの体験は私にとってとても有意義なものでした。「光の庭」の水やりやアロマテラピーなど病院ボランティアとしては珍しい取り組みをたくさんしていて、病院ボランティアは改めてすごいと思いました。実際に患者さんと話し「ありがとう」と声をかけて貰えて本当に嬉しかったです。患者さんと直に触れ合うことで、「役に立てるように頑張りたい」と素直に思え、薬の勉強へのモチベーションも高くなりました。

また、運よく私はボランティア総会にも参加させていただきました。年配の方の「病院ボランティアという活躍の場を与えていただいて感謝している。病院ボランティアを通じての人とのつながりが生きがいです。」といった言葉を聞いて、ボランティアを「してあげている」のではなく「させてもらっている」という姿勢に驚きました。神鋼病院のボランティアの方は素晴らしい人ばかりですね。病院側とボランティア側がお互いに感謝し合い、尊敬し合っている様子が感じ取れ、素晴らしい病院だなと思ったボランティア体験でした。

(一部抜粋)

### 京都大学医学部医学科 河野 裕之さん

この度は一週間お世話になりありがとうございました。最初は再診受付機や自動精算機の扱いが分からず、患者さんに尋ねられても戸惑うばかりでしたが、他のボランティアさんや職員の皆さんがサポートしてくださり助かりました。後半になってようやく慣れ、余裕ができたので挨拶できるようにもなりました。患者さんから感謝の言葉を頂いた時は嬉しく、これがボランティアのやりがいだなと実感できました。ボランティアの人たちは立派だと思いました。



2009年9月ボランティア総会



# 新神戸ドック健診クリニックがオープンしました

新神戸駅前超高層タワー「ジークレフ新神戸タワー」の2階に「新神戸ドック健診クリニック」がオープンしました。

高性能検査機器の導入により、検査の質の向上と共にスピードアップを図り、これまで以上に質の高い健診を受けていただくことができます。また、女性専用のエリアを設け、男女別々の流れとすることにより、女性は安心して、男性も気遣いなく受診していただけます。神鋼病院とコンピューターシステムによってつながっており、健診の結果、精密検査や治療が必要な場合は、神鋼病院の専門診療科がフォローしてまいります。

## ■ 受付・ご予約

営業時間 8:30 ~ 17:00

Tel. (078)261-6736 Fax. (078)261-6715

## ■ 料金

◇ 一日ドック [基本コース] 42,000 円

◇ 一日ドック [スピーディーコース] 38,850 円

◇ レディースドック [Aコース] 57,120 円

◇ 二日ドック [基本コース] 65,100 円 他

※ その他コース・オプション検査もございます

## ■ 診察日

[1日ドック]

	月～金曜日	土曜日	日曜・祝日
午前	○	○(第3週のみ)	休診
午後	○	休診	休診

[2日ドック]

	月～木曜日	土曜日	日曜・祝日
午後開始	○	休診	休診



## Infomation

### 退職医師

2009年9月末付

- ・泌尿器科 日向 信之
- ・健診センター 三浦 正樹

### 患者さんのための健康講座のご案内

#### 『腰痛と足の痛み』のお話し

～腰痛や足に痛みやしびれがある方や歩きにくい方やそのご家族へ～  
日常出来る予防法から診断、治療方法、最新情報まで整形外科と循環器内科の専門医ならびにリハビリの理学療法士が、正しい知識と理解を深められるように、わかりやすくお話しします。

日 時：2009年11月14日（土）午後2時開演（開場1:30）  
会 場：神鋼病院3階 講堂（神戸市中央区脇浜町1丁目4-47）  
申 込：必要（先着50名）、参加費無料

#### 『関節の痛み』のお話し

～膝関節・股関節に痛みがある方やそのご家族へ～  
日常出来る予防法から治療方法の最新情報まで整形外科の関節専門医が、正しい知識と理解を深められるように、わかりやすくお話しします。

日 時：2009年11月28日（土）午後2時開演（開場1:30）  
会 場：兵庫国際交流会館 多目的ホール（神戸市中央区脇浜町1-2-8）  
申 込：不要（当日会場にお越しください）、参加費無料

※詳しくは神鋼病院整形外科ホームページをご覧ください。