

東名病院だより Vol. 15

東名病院ホームページアドレス・メールアドレス
http://www.med-junseikai.or.jp/tomei/index.html
e-mail tomei-hosp@med-junseikai.or.jp

東名病院発行 / 〒480-1153 愛知県長久手市作田一丁目1110
TEL (0561)62-7511(代) FAX (0561)62-2773

第59号
2015.10月発行



京都

我が国の高齢化社会に対して国や地方が進めている「地域包括ケアシステム」は、次第に調いつつあります。愛知県では、このシステムに対して4つの形態を示しています。その中で私共の病院として対応出来るのは「医療・介護一体提供モデル」と思います。その内容は、急性期から在宅まで医療、介護に係る多角的経営を行っている法人グループが、市町村や地区医師会と協議をし、行政の調整を中心に連携して地域包括ケアの方向性を共有しながら、効果的にサービスを提供するとされています。当院も今後は可能ならば、医療で培った経験を糧に、看護、介護、居宅等の療養者へケアを届けたいと考えています。

最近では毎年異常気象と言われている感じがしています。今年も8月には福岡、熊本、山口、愛媛で大雨による災害がありました。また9月にも栃木、茨木では集中豪雨により河川の氾濫等で大きな被害に見舞われました。これらは台風の動きが、日本へ上陸したかとは余り関係なく大きな影響を与えました。今年はこちら50年で最強のエルニーニョ現象が発生、持続している事が原因のようです。8月の終り頃に4つの大規模なハリケーン（台風と考えてもよい）が同時に太平洋上に出現するという異常な現象も出現しました。昔から我が国は秋に、このような災害が繰り返されて、胸痛い光景を目にしなければならない辛い現実があります。

「光りつつ仏壇沈む秋出水」（東條素香）

院長 大塚光二郎

新

しくなったインフルエンザワクチンについて

院長 大塚 光二郎

今年もインフルエンザの時季が訪れました。

平成27年9月11日現在、長野、愛媛県では早くもインフルエンザ様疾患の報告がされています。当院を利用して頂ける皆さまが罹らないようにワクチンの接種を10月1日より開始しました。今年から我が国のインフルエンザワクチンが一部変更になりました。この辺りのワクチンの知識と当院でのインフルエンザ発症時の状況についてご報告します。

1) 2015～2016年シーズンからインフルエンザワクチンは4価になります。今までは3価ワクチンを日本では使用されてきました。アメリカでは既に2年前より4価ワクチンの使用が開始されてきました。3価から4価に変更しても接種量、回数、間隔や用法、容量に変更はありません。

ここでワクチンの3価、4価についてお話をします。

皆さまご存知のインフルエンザにはA、B型があり、実はC型もあるのですが流行は殆どありません。インフルエンザウィルスの粒子表面には、略してHA、NAという糖蛋白があり、これらが感染防御免疫の標的抗原になっています(難しい!)

HAには15種類、NAには9種類の抗原性の異なる亜型が存在して、理論上は144種類あります。A型インフルエンザは数年から数十年毎に大流行するのは、別の亜型が突然出現するからです。1918年のスペインかぜ(H1N1)、1968年の香港型(H3N2)、1977年にソ連型(H1N1)、記憶に新しい2009年のパンデミックと騒がれた、いわゆる新型インフルエンザ(H1N1)等です。

B型インフルエンザは、A型(鳥、豚なども感染する)に比べてヒト・ヒト感染のみで大流行は起きないものの、若年者、小児に重症例を発症することがあります。B型には抗原性が大きく異なる山形系統とビクトリア系統があります。今までの3価ワクチンは、この抗原性の異なるB型ワクチン株のどちらか一つを選んできました。アメリカでは2001～2012年の12年間で流行予測が的中したのは6シーズンだけでした。2012年WHO(世界保健機構)がインフルエンザワクチンに2系統のB型株を含むことを推奨して4価ワクチンの開発が進みました。



そして、日本でも今回の4価ワクチンとなったわけです。既に4価ワクチンが使用された国での抗体保有率、抗体陽転率、副作用、安全性は容認できると結論されています。臨床有効性については一定の効果が認められています。また3、4価ワクチンでの費用対効果の検討では、4価ワクチンに高齢者で医療費の削減効果ありとするレポートがあります。

さて、日本では「生物学的製剤基準」で薬の中のタンパク質の上限量が決められています。病原性のあるタンパク質の混入を防ぐ理由からです。今まで3価ワクチンしか出来なかった原因でもあります。今回ワクチンの製造過程まで変更を加えて、4価にするので必然的に製造コストが増えます。従ってワクチン接種料金の改定を余儀なくされました。

当院では、3,500円とさせて頂きました。

2) 東名病院における最近2年間の入院患者のインフルエンザ罹患状況について

ご高齢の患者さんの多い当院ではインフルエンザの流行期前に、ご家族にお願いをしてワクチン接種を積極的に行っています。しかし感染患者さんが発症する事があります。大部屋で一人の感染者がでますと、その患者さんは個室へ転室して頂き直ちにインフルエンザの治療を開始します。同室であって発症していない方々には抗インフルエンザ薬(内服可能な方や経管栄養の方にタミフル)の予防投与を行います。当然患者さんに接触をする職員で希望があれば予防投薬を行います。冬場は発熱する患者さんも多く、その都度インフルエンザテストを行います。入院中5~6回もテストを受けた方もおられます



(事実として申し上げます、これらは全て病院自体の負担で保険請求は出来ません)。当院では、手術患者さんも入院されますので個室の割り振りに頭を痛めています。入院患者のご家族や、お見舞いの方も積極的にインフルエンザワクチン接種を受けて頂くようお願いいたします。また患者さん、病棟、病室の状況によっては面会制限などのご協力をお願いすることもありますのでご理解下さい。最後にインフルエンザワクチンは無効、無駄、害悪等との情報も一部にはあります。しかし、私が研究会などでお会いした、インフルエンザの専門家の方々は皆さんが自分も、ご家族にもワクチンを行っているとのことでした。

インフルエンザについて

薬剤師 宮川 昌之

インフルエンザが流行する季節が近づいてきました。インフルエンザに関する基本的な知識を持ち、自分や家族を守る備えをしましょう。

○インフルエンザとは？

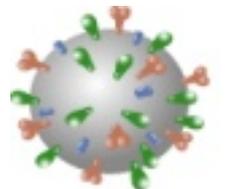
インフルエンザは、インフルエンザウイルスがのどや気管支、肺で感染・増殖することによって発症する病気です。

インフルエンザの発症者は0～9歳の小児が約半数を占めているのに対し、インフルエンザによる死亡者は65歳以上の高齢者が大部分を占めているといわれています。



○インフルエンザウイルスには、どんな種類があるの？

インフルエンザの原因となるインフルエンザウイルスは、大きく分けて、A型、B型、C型の3つに分類されます。このうち、「季節性」のインフルエンザとしてヒトの間で毎年流行を繰り返しているのは、A型のA/H1N1型（ソ連型）とA/H3N2型（香港型）、そしてB型のウイルスでした。



ウイルスは、
A型、B型、C型の
3タイプ！

○インフルエンザの流行時期は？

季節性のインフルエンザは、例年11～12月頃に流行が始まり、1～3月にピークを迎えます。

○インフルエンザウイルスはどうやって感染するの？

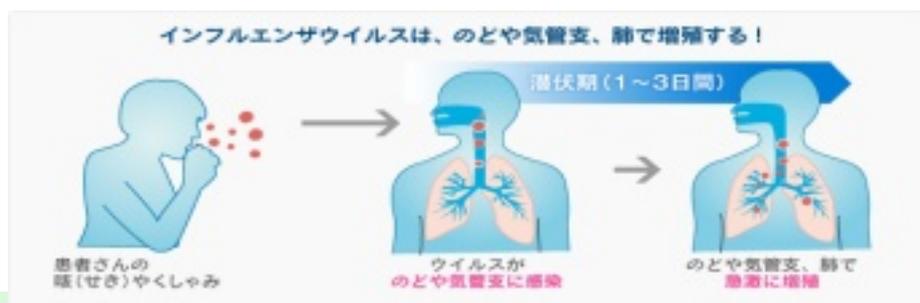
インフルエンザウイルスは、呼吸とともに体内に侵入し、のどや気管支、肺で急激に増殖していきます！

インフルエンザは主に、インフルエンザに感染した患者さんの咳（せき）やくしゃみなどのしぶきに含まれるインフルエンザウイルスを吸い込むことによって感染します。

これを飛沫（ひまつ）感染といいます。

インフルエンザウイルスは、呼吸とともに鼻やのどから体内に入り込み、気道の粘膜に吸着して細胞内に侵入します。感染したウイルスは、のどや気管支、さらには肺で急激に増殖していきます。感染2日後にはウイルスの増殖はピークに達し、その後減少します。

インフルエンザウイルスの急激な増殖が、他のウイルス感染症に比べて、速やかな発症につながっている要因と考えられています。



次に、インフルエンザにかからないためにも、予防法の基本を覚えましょう。

○インフルエンザワクチン

毎年、流行シーズンの前に、インフルエンザワクチンを接種しておきましょう！

インフルエンザの予防には、インフルエンザワクチンの接種が有効です。ワクチンの接種により、インフルエンザの重症化や死亡を予防し、健康被害を最小限にすることが期待されています。わが国でも、ワクチンを接種する方が年々増えています。

ワクチンは、その年にどのウイルスの型（タイプ）が流行するかを予測して、毎年製造されています。また、ワクチンの効果は1年間であるため、毎年、流行シーズンの前に接種することが望ましいと考えられます。



○平成27年度インフルエンザワクチンについて

厚生労働省より本年度のインフルエンザワクチンの製造株が発表されました。これまでのインフルエンザワクチンは、A/H1N1、A/H3N2、B型（山形系統または、ビクトリア系統のどちらか一方のみ）の3種類の株が含まれた3価ワクチンでしたが、平成27年度シーズンはB型両系統のワクチン株を含んだ4価ワクチンが導入されます。そのため、ワクチン接種の費用が改訂されます。

【2015/2016シーズンのワクチン株】

A 型株	A / カリフォルニア / 7 / 2009 (X - 179A) (H1N1) pdm09	昨年に変更し
	A / スイス / 9715293 / 2013 (N1B - 88) (H3V2)	昨年から株変更
B 型株	B / プーケット / 3073 / 2013 (山形系統)	昨年から株変更
	B / テキサス / 2 / 2013 (ビクトリア系統)	今年度から追加

○なぜ4価に？

近年、インフルエンザの流行は、A (H1N1) pdm09 及び A (H3N2) に加えて B 型である山形系統とビクトリア系統の混合流行が続いています。WHOも2013年シーズン（南半球向け）から4価ワクチン向けにB型2系統からそれぞれワクチン株を推奨しており、米国においては2013/14シーズンから4価ワクチンが導入されています。

このように世界の動向は4価ワクチンへ移行しており、今シーズンから日本でも導入されることとなりました。

○手洗い・うがい、マスク

外出後の手洗い・うがいは、予防の基本！流行シーズン中は、外出時のマスク着用も忘れずに手洗いは手や指などに付着したインフルエンザウイルスを物理的に除去するために有効な方法であり、うがいは口の中を洗浄にします。外出後の手洗い・うがいは、感染症の予防の基本です。

インフルエンザが流行してきたら、特に高齢者や慢性疾患を抱えている人、疲労気味、睡眠不足の人は、なるべく人ごみや繁華街への外出を控えましょう。やむを得ず外出するときは、マスクを着用しましょう。



引用：第一三共HP インフル・ニュースより

夏休みの思い出

看護師 加藤 佳純

社会人5年目になっても、やっぱり学生の時のような長い夏休みがとても懐かしいです。私の母方の祖父母は、長崎に住んでいます。学生の頃は夏休みは必ず、里帰りする母と一緒に祖父母の家に遊びに行っていました。

家の隣に小さな川が流れていて、祖父母や近所に住んでいる友達と水遊びをして、カニや魚を捕まえました。自然が多く、山の中や神社を探検したり、近くの海水浴場まで連れて行ってもらいました。祖母は料理上手で、自己流でなんでも手早く作ってくれます。シソジュースやピーナツ豆腐はとっても美味しいです。私達が遊びに行くと、いつも作ってくれました。



長崎の夏といえば精霊流しです。お盆が近づくと各家で精霊船を準備します。初盆の家では親戚が集まり5メートル程もある大きな精霊船を作り、お盆の最終日にそれを押して、爆竹を鳴らしながら盛大に町の中を練り歩きます。初盆ではない家も、小さな船にお線香やお供え物を乗せ、お盆に里帰りしたご先祖様たちを送ります。今は環境問題で出来ませんが、昔はその船を川から海へ流していたと祖父から聞きました。

また、ご先祖様のお墓に、親戚が集まってお墓の周りをたくさんの提灯でかざり、花火をします。こちらのお墓でそんなことをしたら怒られてしまいそうですが、長崎ではほとんどの家が行うので、にぎやかでとても楽しかったです。

もうひとつ印象に残っているのは、長崎に原爆が落とされた日、8月9日、11時2分と、終戦記念日の8月15日の正午になると、長崎県全域に、サイレンが流れる事です。サイレンが流れると、皆で戦争で亡くなった方の事を思い黙祷をします。

平和記念公園にも行きました。悲しい戦争の現実を見るのは辛かったです、とても勉強になります。夏休みの自由研究の宿題にも役にたちました。

祖父母は建材店を営んでいたもので、よく一緒にトラックに乗せてもらい、配達について行ったりもしました。もちろん邪魔するのではなく、建材を運ぶ手伝いもしました。とっても元気で優しい祖父母です。将来こんなおじいちゃんおばあちゃんになりたいと思うくらいです。ただ、やはり歳をとり体調を崩すことも増え、とても心配です。社会人になってから、ますます遊びに行く機会が減ってしまいましたが、次に長崎へ行く時は、おじいちゃん、おばあちゃん孝行をしなくてはと考えています。



睡眠時間について

看護師 南 朝子



はじめまして、今年から東名病院で働かせていただいています。早いもので入職してから8ヶ月が経とうとしています。先月から夜勤もはじまり、まだまだ覚えることもたくさんありますが、スタッフの方々が本当に親切で丁寧に教えて下さり感謝でいっぱいです。

私の周りには、いつ寝ているのだろう？と思う友達が多いように感じます。ネットニュースで面白い記事を見つけたので紹介したいと思います。

睡眠時間の長さで性格や仕事の適性が分かるのです。睡眠時間の長さを決めるのは、精神的なストレスによる脳の疲労度であることが、さまざまな研究からあきらかにされています。ストレスを感じやすい人は、脳が疲労を回復するのに時間がかかるため、長時間の睡眠を必要とします。一方、ストレスに強い人は、脳が疲労回復にそれほど時間を要さないため、短時間の睡眠でも問題ないのです。

前者を「ロングスリーパー」、後者を「ショートスリーパー」、そのどちらでもないタイプを「バリュアブルスリーパー」と呼び、詳しい性格分析もなされています。どのようなものか、さっそく見ていきましょう。

6時間未満.....楽天的で自信家、実業家タイプ

睡眠時間が6時間未満のあなたは「ショートスリーパー」。性格は明るくて楽天的。自分を肯定する気持ちが強く、相当な自信家でしょう。失敗しても「ま、いいか」と軽く受け流し、悩みごとがあっても深く考えません。意見や目標をはっきりと持っていて、せっかちに自分の道を切り開いていきます。また、活動的で、家にじっとしていると欲求不満がたまりがち。社交が大好きなので、しょっちゅう人と会ったり、外に出かけたりしているでしょう。この外向的で社交的な面は、実業家に向いていて、第一線で活躍する「やり手」が多いようです。

6～9時間の間.....標準的な性格、一般的な会社員タイプ

睡眠時間が6～9時間のあなたは「バリュアブルスリーパー」。一番効率のよい睡眠がとれているタイプであり、標準的です。性格的にも、ショートスリーパーやロングスリーパーのような極端さがなく、バランスがとれています。ただし、6時間睡眠に近い人はショートスリーパーの、9時間睡眠に近い人はロングスリーパーの傾向があるので、それぞれの項目も参考にしてください。ちなみに、寿命が最も長いのは、このゾーンの人たちであるそうです。仕事は、順応性を生かせば、何をしてもうまくいくはず。一番向いているのは平均的な会社員や地方公務員でしょう。

9時間以上.....神経質で消極的、内向的な研究者タイプ

睡眠時間が9時間以上のあなたは「ロングスリーパー」。性格は神経質で消極的。現状を疑問視する気持ちが強く、なかなか安らげません。心配ごとがあると、そのことにかかりきりになり、時には押しつぶされてしまうことも。人には非常に気を遣いますが、基本的に人付き合いが苦手で、孤独を愛しています。世渡りはもちろん下手でしょう。また、物ごととはとことん突き詰めて考えるたち。一般論や常識には興味がなく、独自の世界観を大切にしているはず。この内向的で思考をよくする面は、研究者や作家に向いていて、型破りな発想で世間の注目を集めるタイプです。ちなみに、ナポレオンはショートスリーパー、アインシュタインはロングスリーパーだったのだとか。なんとなく納得できますよね。

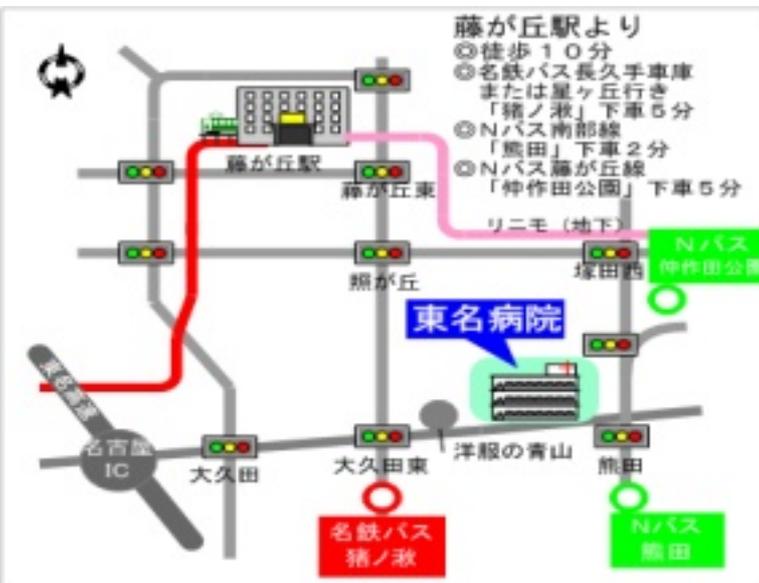
わたしは、仕事のある日は4～5時間でお休みの日は8～9時間は寝ていると思います。なので、どこに当てはまるのか少し考えてしまいますが、みなさんはどうでしょうか？

引用 ハビズム：睡眠時間が6時間以下の人は楽天的！？眠りの長さで分かる性格診断
http://happism.cyzowoman.com/2013/04/post_2139.html

外来担当医表

	午前 9:00~11:45	午後 18:00~20:00
月	外科・内科 大塚光二郎	神経内科 高橋正彦
	神経内科 高橋正彦	整形外科 浅井信之 (15:00~18:00)
火	外科・内科 原川伊寿	外科・内科 原川伊寿
	脳神経外科 松尾直樹	
	神経内科 高橋正彦	
水	内科・外科 村瀬允也	外科 水野隆史
	消化器 横山幸浩	
	脳脊髄外科 水野順一*注1 (不定)	
	神経内科 高橋正彦 (10:00~)	
木	外科・内科 原川伊寿	血管外科 折本有貴
	神経内科 高橋正彦	
	血管外科 折本有貴 (10:00~11:45)	
	循環器 水谷登*	
金	外科・内科 大塚光二郎	外科・内科 大塚光二郎
	内科・外科 村瀬允也	神経内科 泉雅之
	神経内科 高橋正彦	多汗症外来 玉田康彦*注2 (第2金曜日 14:00~)
土	外科・内科 大塚光二郎	*印の医師は予約制です。 注1 脳脊髄外科水野医師の診察は、不定です。 注2 多汗症外来玉田医師の診察は毎月第2金曜日 14:00からになります。
	内科・外科 村瀬允也	
	脳神経外科 渡部剛也*	
	多汗症外来 吉岡洋* (9:00~10:00)	

平成27年 4月1日現在



名鉄バス時刻表 区間：藤が丘 猪ノ湫

藤が丘
猪ノ湫

藤が丘駅
名鉄バス
乗場から
「長久手車庫」
または
「星ヶ丘」
「愛知学院大学前」
ゆき

時	平日	土曜
8	05.10.34.54	03.08.33.43
9	13.38.43	03.12.33.43
10	08.18.38.43	03.33.43
11	08.38.43	08.38.43
12	08.38.43	13.38.43
13	08.38.43	13.38.43
14	08.38.43	13.38.43
15	08.38.43	13.38.43
16	03.13.23.38 43	03.08.23.38 43
17	03.13.23.38 43	03.08.23.38 43
18	03.13.23.38 43	03.12.23.38 43
19	03.13.25.40 45	以降省略
20	以降省略	

猪ノ湫
藤が丘

当院前の道路を
西へ約200m
大久田東交差点
南側のバス停から
「藤が丘」
ゆき

時	平日	土曜
8	12.21.27.37 40.56	06.11.26.44 46
9	14.27.43.56	06.15.26.46
10	14.26.51	06.15.26.51
11	14.26.51	15.26.56
12	14.26.51	15.26.56
13	14.26.51	18.26.56
14	14.26.51	18.36
15	14.26.53	06.20.38
16	15.19.39.48	03.20.33.51
17	02.17.22.40 48	18.21.41.51
18	00.18.22.43 52	02.18.21.46
19	16.20.43.51	以降省略
20	12.26.45	



南部線時刻表 <左回り> <右回り> 杵ヶ池公園駅発着

	2便	3便	4便	5便	6便	7便	8便
杵ヶ池公園駅南口	8:26	10:20	12:05	14:15	16:05	17:57	19:40
熊田	8:28	10:22	12:07	14:17	16:07	17:59	19:42

左回り

	2便	3便	4便	5便	6便	7便
熊田	9:50	11:40	13:40	15:35	17:25	19:15
杵ヶ池公園駅北口	9:54	11:44	13:44	15:39	17:29	19:19

右回り

藤が丘線時刻表 市役所 市役所

藤が丘から2番目が
「仲作田公園」です

	1便	2便	3便	4便	5便	6便	7便
藤が丘	9:15	11:05	13:05	15:05	16:25	16:55	18:45
塚田西	9:17	11:07	13:07	15:07	16:27	16:57	18:47
仲作田公園	9:18	11:08	13:08	15:08	16:28	16:58	18:48

医療法人橋会 東名病院
〒480-1153愛知県長久手市作田一丁目1110
TEL (0561)62-7511(代) FAX (0561)62-2773