TOBU TIME

私たちは、
医療を通じて
生命（いのち）を守ります。

2020 MAR 春号
vol. 29
済生会横浜市東部病院広報誌

［特集］

病院と一緒に考える

地震・台風への備え

［OTHER CONTENTS］

▶ LEADERS
ロボット手術センター長代理・
前立腺治療センター長・泌尿器科医長
石田 勝

▶ NEWS & TOPICS
糖尿病患者さん向け
“災害時マニュアル”あります
ロボット手術センター
公式キャラクター誕生　ほか

TAKE FREE
ご自由にお持ちください

社会福祉法人 SAISEIKAI YOKOHAMASHI TOBU HOSPITAL
医療法人財団 済生会横浜市東部病院

病院と一緒に考える
地震・台風への備え

首都直下地震・超大型台風……
東部病院の備えとは

今後30年以内に70パーセントの確率で発生するといわれる首都直下地震、強大化する台風、頻発する水害……私たちは災害と隣り合わせの日々を送っています。もしものときに備えて当院ではどんな準備をしているのかをご紹介しながら、防災・減災のために本当に必要な備えとは何かを一緒に考えてみませんか。

今年1月に行われた災害医療訓練の様子。

監修

医師
山崎元靖
Motoyasu Yamazaki
済生会横浜市東部病院
副院長・救命救急センター長
横浜市重症外傷センター長

薬剤師
菅野 浩
Hiroshi Kanno
済生会横浜市東部病院
薬剤部部長・臨床研究支援室
副室長・医療安全管理室・
人材開発支援室

災害拠点病院として

災害が発生したとき、傷病者を受け入れたり救護班を派遣したりするのが「災害拠点病院」です。神奈川県では33施設が指定されていて、東部病院もその一つです。建物が耐震・耐火構造であるのはもちろんのこと、電気・水・医薬品の供給が数日滞っても医療を提供できるよう、薬品などの備蓄をし、自家発電設備を備えています。

例えば横浜市内で震度5強以上の地震など大規模な災害が発生した場合、当院の職員には“自身や家族の安全が確保できたら病院に参集すべし”というルールがあります。災害時でも地域の医療機関の中心的な役割を担うためです。

また被災地が他の地域にある場合は「DMAT※1」を派遣したり、被災地の患者さんを受け入れたりします。昨年9月の台風15号では、千葉県から5人の患者さんを受け入れました。

また通信システムを確保しておくことも重要で、昨年、新たな衛星通信設備を導入しました。これにより、平時の通信機能がダウンしても、情報を迅速に得ることができます。私たちは「EMIS※2」というネットワークサービスを使って、全国のどの医療機関がどのような状況にあるかを互いに共有しています。先述の台風被害の際も、千葉県の多くの病院が停電や断水になっていることがEMISによってリアルタイムで確認できていたので、県から要請が来る前に私たちは患者さんを受け入れる準備をしていました。また、通信手段があれば、治療に必要な個々の患者さんの情報を得ることもできます。

地域との連携を強めて

病院としての備えはハード面だけにとどまりません。さまざまな訓練や、マニュアルの見直しなどを定期的に行っています。中でも毎年1月に行われる災害医療訓練は、当初は当院が独自に始めたものでしたが、今年から「鶴見区災害医療連絡会議」主催となりました。各病院だけでなく、地域住民・行政・消防・警察・医師会・歯科医師会・薬剤師会・訪問看護ステーションなどが協力し合い、参加者は800人を超えます。

どんな災害がいつやってくるのか分からない以上、その想定には正解がありません。あらゆる職種の人々が何をすべきかを自分で考え行動できるよう、シミュレーションしておくことも大切です。当院も地域の皆さんと一緒に、備えをアップデートし続けていきます。

☑ 薬剤の備え

薬剤は少なくとも5日分を常に確保。約50人の薬剤師全員が災害に対応できるよう、訓練している。1月の災害医療訓練では、医師たちのトリアージ※3に並行して、薬剤師が医療のニーズに応じて動く訓練などが行われる。また机上訓練では、人員および医薬品の需要と供給に応じた体制づくりのシミュレーションを行っている。

☑ 電源の備え

1階にある非常電源設備。これで3日程度の電源が賄える。月に1度、試運転（無負荷運転）を行い、年に1度、実際に動かして点検する。東日本大震災のときは当院周辺も停電になり、10時間ほど実際に稼働した。

☑ 食糧の備え

食糧は全入院患者の3日分が備蓄してある。こちらは防災の日などに消費し、新しい物に入れ替える。

※1　DMAT：Disaster Medical Assistance Team。専門的な訓練を受けた医師・看護師などからなる災害医療チーム。
※2　EMIS：Emergency Medical Information System。広域災害救急医療情報システム。災害時の医療情報を共有するためのオンラインシステム。
※3　トリアージ：患者の状態に応じて治療の優先順位を付けること。専用のタグを使い、黒・赤・黄・緑で識別される。黒タグは死亡・または直ちに処置を行っても救命が困難な場合に付けられ、治療の優先順位が高い順に、赤→黄→緑が付けられる。

大きな災害を生き延びるために

こんな部分にも準備と用意を

地震や水害など災害そのもので亡くなることを「直接死」と言います。家具の転倒防止策を施したり、いち早く水から逃れるといった行動で直接死を免れることができたとしても、その後には長い避難生活が待っているかもしれません。この間に持病が悪化したり、疲労が蓄積したりして亡くなることを「災害関連死」と言い、近年の災害では直接死よりも災害関連死のほうが増えているというデータもあります。被災した後、どのように生活していくかという視点から、どんなことが必要かを再確認しておきましょう。

Check 1 非常用トイレを備える

水や食糧を数日分備蓄しておくことも大事ですが、それと同時にまず備えておきたいのが「トイレ」です。大地震が起きたら、断水・停電・浄化槽の破損などにより、多くの水洗トイレが使えなくなります。排尿・排便を我慢することは体調を崩すことにつながります。また、トイレに行かなくていいようにと水分補給を控えるのも危険です。**トイレは発災からすぐに必要になるもの**と認識しておきましょう。

仮に避難所や仮設トイレなどにたどり着けたとしても、子どもや高齢者には使いづらいことも多く、また衛生面の心配もあります。

数日～1週間、家族全員が困らない分の非常用トイレを準備しておきましょう。

水や食糧と同様に、非常用トイレの準備も欠かせない。

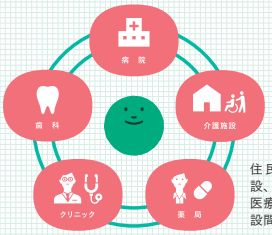
Check 2 体と薬の情報を備える

もし意識がない状態で救急搬送されても、**「サルビアねっと」に登録**しておけば、持病や処方薬、検査結果などを医療者が確認することができます。サルビアねっととは、鶴見区を中心とした、医療機関・介護施設などの情報共有ネットワークです。サルビアねっとの参加施設であれば、登録情報を参照して治療や薬の処方を行うことができます（平常時は不要な個人情報へのアクセスができないよう配慮されています）。

その他の方法としては、「お薬手帳」があります。服薬歴が分かれば治療の助けになる上、大災害などの非常時にはこれを**薬局に提出するだけで、いつもの薬を処方してもらえる場合も**あります。お薬手帳は、アレルギー歴・副作用歴・既往歴の**記入欄を埋めた上で、常に携帯する**ことをお勧めします。

なお、お薬手帳を薬局ごとに使い分けるなど複数お持ちの方がいらっしゃいますが、これでは薬の重複投与や相互作用を確認できないため、必ず1冊にして情報をまとめておくようにしましょう。

サルビアねっとの仕組み



サルビアねっとホームページ
http://tsurumi-salvia.net/

住民の皆さんが病院や介護施設、調剤薬局などを利用した際の医療・介護情報が、連携する施設間で相互に共有されている。

Check 3 医療機器のバッテリーを備える

自宅で人工呼吸器や酸素供給装置といった医療機器を使用している方は、停電に備えて、**予備のバッテリー（蓄電器）を準備**しておきましょう。どんなものをどのように準備したらいいかについては、機器のメーカーに問い合わせるといいでしょう。

Check 4 いつもの薬を備える

毎日服用している薬がある人は、**常に数日分のストックがあるように普段から心がけて**おきましょう。糖尿病など特に薬でのケアが不可欠な方は、災害への準備をどうするか、医師や看護師、薬剤師に相談しておくといいでしょう。

複数の薬を毎日飲んでいる方も多いと思いますが、非常時では手に入る薬が限られてしまうケースもあります。自分の飲んでいる薬のどれが、“必ず飲むべき薬”で、どれが“予防的に飲んでいる薬”なのか、把握しておきましょう。

病気に対応する薬の他に、常用している解熱鎮痛薬、感染症を予防するための消毒薬、マスク、絆創膏や包帯なども備えておいたほうが安心です。また、手当てなどで他人の血液に触れる可能性がある場合のために、ビニールやゴム製の手袋もあるといいでしょう。

Check 5 避難生活に備える

災害により自宅で生活ができない場合は、市内の小・中学校などの「**地域防災拠点**」（水害のときは「**指定緊急避難場所**」）で避難生活を送ることになります。高齢の方・障害のある方などの要援護者のうち、体育館などでの避難生活に支障がある方には、各地域防災拠点で要援護者向けのスペースが用意されます。

それでも避難生活が難しいときには、社会福祉施設などで開設される「**福祉避難所**」があります。ただし、希望すれば誰でも利用できるわけではなく、専門職（保健師など）が本人の状況や要介護認定の有無などを確認した上で福祉避難所への避難の必要性を判断します。

状態に応じた避難生活を送れるよう、事前に家族やケアマネージャーなど周囲の人々に相談しておきましょう。

福祉避難所は地域包括支援センターなどを使って開設される。

頼れるかかりつけ薬局をもとう

大災害などの非常時、いつもの薬を処方してもらおうと当院のような災害拠点病院に来ても、重症患者さんの治療が優先されるため、なかなか対応されないことが予想されます。また、自宅から遠い病院を目指して移動すること自体にもリスクが伴います。

災害時に薬が必要になったら、**まず、近所の薬局に相談**してください。横浜市内の対応可能な薬局には、「開局中」という黄色いのぼりが掲げられます。また、薬剤師は衛生の指導も行えます。例えば水害で住居の消毒が必要になったときなど、消毒薬の提供や使い方の指導も行えます。いざとなったら、よく知っている薬局を頼りましょう。あちこちの薬局を利用するのではなく、**自宅の近くにかかりつけ薬局**を一つつくっておくことをお勧めします。

横浜市の場合、非常時「開局中」の薬局は、この黄色いのぼりを掲げる。

一つの病院に負傷者が殺到しないように

災害時、当院のような災害拠点病院は主に重症患者に対応するため、軽症の場合はなかなか診療を受けられない可能性があります。こうした混乱を避けるために、横浜市では以下のように医療機関ごとの役割を設けています。

- **生命の危険はないが入院が必要と思われる中等症の場合→「災害時救急病院」へ。**
- **生命の危険がなく入院も必要ない軽症の場合→診療所へ。**

鶴見区内の災害時救急病院

森山病院／鶴見西井病院／佐々木病院／鶴見西口病院／さいわい鶴見病院／生麦病院／平和病院／汐田総合病院

LEADERS

リーダーたちが語る東部病院の医療

東部病院を牽引するリーダーたちの姿・人柄・取り組みに迫ります。

vol.21

ロボット手術センター長代理・
前立腺治療センター長・泌尿器科医長

石田 勝

ロボット支援手術のメリットを多くの人に。
そのために、前例にとらわれず挑戦し続けたい。

戦略を立てるのが好き

東部病院でロボット手術センターの代表を務める石田に自分について尋ねると、「戦略を立ててから物事に挑むのが好き」という答えが返ってきた。「感覚に頼ることもありますが、できるかぎりよく考えて順序を決めてから、こつこつ準備をして、その上で行動を開始したい」と言う。「手術支援ロボット『ダビンチ』を用いた手術に際しても同じ。あらかじめ、一つずつ細かく動きを考えておきたい。できる動きやできない動きには、それぞれ理由があるはずだからです」と。

患者さんに対しても「ある程度手術の時期を決めた上で、検査の予定を組んでいき、なるべく早く手術を受けられるようにします。検査や手術がいつになるかわからないと患者さんも不安でしょうし、先の予定が立てられないと困るでしょうから。

この姿勢は後輩の指導に対しても一貫している。ダビンチの指導をする場合にも、その動作によるメリットとデメリットを細かく具体的に論理的に、必ず文字に起こして指示を渡す。「後輩たちには口うるさいと思われているかもしれません」と笑うが、きちんと文章化することで、思考の整理もできテクニックの確認やトレーニングにもなる。だから、そこは譲れない。

こうした石田の性格は、子どもの頃からなのだそうだ。リハビリテーション医だった父親を見て、小学生の頃には自分も医師の仕事をしたいと思っていた。けれど、好きな科目は地理で、理科や算数ではなかった。そこで医師になるためにしっかり理数系の勉強もしようと考え、実行した。

医学部に進学して、まず目指したのは、外科医だった。医師は「手術ができる」ということに魅力を感じたからだった。

外科医の世界は体育会のように体力勝負というところがある。所属していた大学の医学部野球部OBには外科医がたくさんいた。親しくしている二つ上の先輩が泌尿器科医で、時折他の仲間と呼ばれては「泌尿器科はいいぞ」と勧誘された。ちょうど進路をどうするか悩んでいた頃で、話を聞いてみると、泌尿器科での手術は、内視鏡などを用いたとても細かい手術であると言われ、興味を抱いた。また、泌尿器科医は外科医よりも数が少ない。ならばその分、一人一人をきちんと育ててくれ、自分の特徴を出して活躍できるのではないか。そう思って泌尿器科医を選んだ。

ダビンチとの出合いとこれから

手術支援ロボット「ダビンチ」は、日本では2003年頃に導入され、2012年に前立腺がんのロボット手術に保険が適用され普及した。

東部病院にも導入され、2013年、石田は初めてダビンチに触れた。

「初めは戸惑いましたが、操作にはすぐに慣れました。前立腺の手術は開腹では見づらく難しいものなのですが、ダビンチではよく見ることができ、細かく動かすことができる。とても画期的でした」

石田は技術を磨き、「泌尿器ロボット支援手術プロクター」と呼ばれる指導医になった。

現在、関東で「前立腺全摘」「腎部分切除術」「膀胱全摘術」のプロクター資格所有者は5人のみ（2018年11月調べ）。石田はその一人だ。

石田が好きな言葉に「自我作古※」というものがある。出身校の慶應義塾でよく用いられるそうで、その意味は「新しい分野に挑戦し、たとえ困難や試練が待ち受けていても、それに耐えて開拓に当たる勇気と使命感」を意味する。

何かに挑戦するとき、石田はいつもこの言葉を思う。歴史は自分がつくっていくものだ、常識に縛られるな、自分を信じて取り組め、と。

振り返ってみればダビンチに接するようになってからも同じだ。始めは文字どおり手探りで、それなりに苦労もあった。しかし「今やるべきだ」という思いで取り組んだからこそ、ダビンチを扱う技術も向上し、利用件数も増えた。おのずと自分にも自信がついた。

医師として「常にベストを尽くしたい。今できる最善の提案をしたいし妥協はしたくない」と語る。

石田が率いる「ロボット手術センター」は2018年11月に開設された。当初、ダビンチを用いるのは泌尿器科が多かったが、高精度で安全な手術を可能にするダビンチの利点を多くの患者さんが享受できるよう、外科や婦人科でも使えるようにしたいと考えた。

そこで、科ごとに使用時間の調整などを行い、利用件数が増えない理由を一つずつつぶしていった結果、他の科での手術件数を増やすことができた。

現在は、膀胱がん、胃がん、良性子宮疾患などにも保険適用で手術が可能となっている。

そして今、ロボット支援手術の需要が増えていることから、もう一台の導入を検討している。

一石三鳥のランニング

仕事が終わると、石田はジムに行く。海外ドラマを見ながらランニングするためだ。

以前から運動はしていたが、思うように体重が減らず、血圧も上がってきた。だが、仕事のために体力を維持したいし、たまには好きなものをお腹いっぱい食べたいし、リタイヤ後も健康でいたい。

「ジムなら天気を気にしないで済むし、スマホで海外の医療ドラマを見ることができます。1話45分という長さがちょうどいいし、英語の勉強にもなる。健康にもよくてリフレッシュできて、英語の勉強もできる。一石三鳥です」とうれしそうに話す。ここにも石田の戦略好きが現れている。

石田 勝
Masaru Ishida

済生会横浜市東部病院
ロボット手術センター長代理・
前立腺治療センター長・泌尿器科医長

2002年慶應義塾大学医学部卒業。2010年、同大学大学院医学研究科を修了し、済生会横浜市東部病院赴任。2016〜17年イタリア共和国トリノ大学医学部留学。日本泌尿器科専門医・指導医、ダビンチ手術認定医、ロボット支援手術プロクター認定医（前立腺・腎・膀胱）、日本泌尿器内視鏡学会泌尿器腹腔鏡技術認定医、日本がん治療認定医機構がん治療認定医。慶應義塾大学医学部講師（非常勤）。

石田のリフレッシュアイテム。手前はモバイルスピーカーで、休憩時間に音楽を聴くときに使う。スマホはジムでランニングする際に、ドラマを見るために使う。

昨年9月に開催されたポルトガル・リスボンでのロボット手術学会にて。トリノ大学に留学していた当時の同僚や恩師と再会。

※自我作古：「じがさっこ」「われよりいにしえをなす」と読む。

NEWS & TOPICS

糖尿病患者さん向け“災害時マニュアル”あります

当院には、糖尿病ケアの充実を図るため、医師・看護師・管理栄養士などが協議する「横浜市東部地域糖尿病ケアの会」があります。このたび、糖尿病患者さんやそのご家族にとって役立つ情報が掲載された『糖尿病患者さんのための災害時お役立ち！マニュアル』を同会にて作成しました。

災害などで通常の生活が難しくなったとき、どのように食事に配慮したらいいか、低血糖時にはどう対応したらいいか、また、災害に備えて何をしておけばいいのかなどが掲載されています。

外来の待ち合いスペースで配布しているほか、当院のホームページよりダウンロードできますので、右のQRコードからアクセスしてください。

ロボット手術センター公式キャラクター「ロボてくん」誕生

活躍の場を広げているロボット支援手術ですが、そのメリットをご存じの方が少ないのが現状です。そこで、ロボット支援手術を多くの患者さんに身近な治療の選択肢の一つとしていただけたらという思いから、当院のロボット手術センターに、公式キャラクター「ロボてくん」が誕生しました。

ロボてくんは、患者さん・医師・手術支援ロボット、の三者が手と手をつなぐ先に未来があることを示したキャラクターです。

当院では、現在、泌尿器科の前立腺がん、腎細胞がん、膀胱がん、腎盂尿管移行部狭窄症※、婦人科の良性子宮疾患と子宮体がん※、骨盤臓器脱、外科の胃がんでロボット支援手術を行っており、今後は、外科の直腸がん※にも順次取り組んでまいります。

当院のロボット支援手術についての詳細はホームページをご覧ください。下記のQRコードからもアクセスできます。

https://www.tobu.saiseikai.or.jp/robotic-surgery-center/

※印の治療は保険適用外（自由診療）となります。

済生会神奈川県病院 INFORMATION

噛むことの大切さを知っていただくために

済生会神奈川県病院予防医療センターでは、食育の一環として、人間ドックを受診された方へ『よく噛むこと（咀嚼）の有用性』に関するリーフレットを、ご昼食提供時に、あらかじめ食事開始時刻を記載した上でお渡ししています。

満腹中枢が働くのは食事開始後、約20分といわれていますが、実際に食事にどのくらい時間をかけているのか、ご自身で振り返っていただくことも目的の一つです。

“よく噛む（咀嚼する）”と、食べすぎを防ぐだけではなく、胃の消化吸収を助けたり、脳の血流をアップさせ老化を防止するなど、さまざまな効果が期待できます。

いつも何気なくやっている“噛む”という行為の大切さを、少しでも感じていただければ幸いです。

● **済生会神奈川県病院 予防医療センター**
電話 045-432-1117（直通／平日9:00～15:30）

INFORMATION

3月開催予定のイベント 中止のお知らせ

新型コロナウイルス感染症が拡大している状況を受け、参加者および関係者の安全面を考慮した結果、多数の参加者が集う下記イベントを中止することに致しました。

ご参加をお考えいただいた皆さまには申し訳ございませんが、ご了承くださいますようお願いいたします。

中止となるイベント

● **健康市民よこはま公開講座**
3月8日（日）「あなたの腎臓大丈夫？」
「知って安心！ 地域で支える緩和ケア」
3月10日（火）「食事と運動でなおそう！骨粗鬆症」
3月15日（日）「食事と薬で長寿に挑む」

● **がん患者サロン**
3月12日（木）「がんサロン さんぽ道」
3月26日（木）「子育て世代のがん患者サロン 親子でさんぽ道」

［お問い合わせ先］
● **健康市民よこはま公開講座に関して**
地域医療連携室 TEL.045-576-3000（代表／平日9:00～16:00）
● **がんサロンに関して**
がん相談支援センター TEL.045-576-3000（代表／平日8:30～17:00）

「転倒」をテーマにした講座に215人が参加

高齢者の頭部外傷の原因で一番多いのが、転倒・転落です。そこで、当院では1月21日（火）に健康市民よこはま公開講座「転びやすくなったと感じたら」を開催しました。

本講座では、転倒の原因と予防、転んだ後の病院のかかり方などについて、医師や鶴見消防署の救急担当の方や鶴見区在宅医療連携の看護師の方など4人の講師がそれぞれの視点から解説。多くのご関心をいただき、215名の方がご来場くださいました。

今後も、皆さまの健康や暮らしの安全に役立つ情報を発信していきたいと考えています。

公開講座で取り上げてほしいテーマがございましたら、当院広報推進室までお寄せください。
✉ koho@tobu.saiseikai.or.jp

医者メシ！

現場スタッフの活力となる食べ物、ここぞ！のメニューなど、ご紹介します。

山崎 医師

横浜では、滅多に食べられないホヤ。今から20年前の仙台在勤時に初めて知った懐かしい味です。東日本大震災では壊滅した南三陸町で救護活動をしましたが、7年後、復興した地元のお寿司屋で食べた潮の香りがするホヤの軍艦巻きは最高でした。

菅野 薬剤師

“もうひと踏ん張りしたい”というときにチョコレートを食べます。それも甘すぎないダークチョコレートです。某スーパーで売っているこれがコスパ最高です。ポリフェノール摂取が健康にも役立つと解釈しています。

TOBU TIME
vol.29　2020年3月1日発行
発行人：三角隆彦
発行：済生会横浜市東部病院
編集・取材協力：株式会社モンタナセブンピクチャーズ

理念　「私たちは、医療を通じて生命を守ります」安心して受けられる医療
患者さんに優しい医療　常に一歩先の医療　地域社会に貢献する医療

基本方針　1. 医療の質の向上　2. 患者さんとご家族の満足度の向上
3. 患者さんが参加する医療の展開　4. 高度な急性期医療および専門医療の提供
5. 地域から選ばれる病院作り　6. 働く職員のための病院作り　7. 安定した経営の確保

社会福祉法人 SAISEIKAI YOKOHAMASHI TOBU HOSPITAL
済生会横浜市東部病院
〒230-8765　神奈川県横浜市鶴見区下末吉3-6-1
TEL:045-576-3000（代表）　FAX:045-576-3525
https://www.tobu.saiseikai.or.jp/