

愛和会の最新情報をお届け！

あいわ

2025

新年号

vol.77

年頭のご挨拶

医療法人社団愛和会

理事長 蒲谷 堯

巻頭
特集

臨床工学技士による

血管エコーのお話

薬剤師のお薬豆知識コラム

おくすりアレコレ

管理栄養士のお手軽レシピ

もうイッピン



年頭のご挨拶

明けましておめでとうございます。

去年は元旦早々の能登半島地震に始まり、5年目になる新型コロナの流行に加えインフルエンザの流行、一向に止まないウクライナやガザでの戦闘、エネルギー価格の高騰による世界経済の低迷、世界の右傾化の兆し、アメリカのトランプ大統領の再選、国内では政治と金の問題が噴出し衆院選での自民党の大敗による少数与党の誕生、働き方改革による人手不足や賃上げの問題など枚挙にいとまの無い大変な一年でした。

ウクライナやガザでは今も沢山の兵士や市民の死傷者が出ていて何とも心の痛む思いが致します。それら当事国のリーダーには人の命の尊さや重さがどのように写っているのか、ただ自分を守るために詭弁を弄して国民に犠牲を強いる行為は絶対にあってはなりません。しかし考えてみればこれまでの長い人類の歴史は戦いの連続でした。これからも永遠に戦闘は繰り返されるのでしょうか、なんとも愚かな生き物としか言いようがありません。

去年の暮にトランプ氏がアメリカ次期大統領に再選されたことも大変ショックを受けました。法を平気で犯し、司法の独立性を踏みにじり、暴力を肯定し、多様性を認めず、口汚く他人を罵り、自国の利益だけを求め、地球温暖化対策や感染症対策にも後ろ向き、このようにまさに暴君と言ってもいい人物が選ばれたということに驚きを隠せません。これまで世界の民主主義のリーダーとして尊敬していたアメリカはどうしてしまったのか。これからの世界の動きが大変気になります。

最後に働き方改革の導入による人手不足の顕在化です。マイナンバーカード導入と保険証紐付けの際に起きた混乱と同様に現場では大変な混乱が生じております。

我々医療の現場でも同様で、医師の場合、もともとリスクの高い外科系の医師が減少傾向にあり、それを長時間労働で補っていたところ、それができなくなり診療を縮小したり、今までは大きな研修病院からの医師派遣を受けて成り立っていたような病院、特に地方の病院は医師派遣が受けられず、診療科の縮小や閉院する病院まで出てきている始末です。また賃上げの問題も同様でまずエッセンシャルワーカーと言われる職種の人達の賃上げができる体制を整えてから開始すべきで、更なる人手不足を招くことは必至です。諸物価の上昇する中で診療報酬は抑制され続け病院の7割以上が赤字と言われている中で賃上げは無理な要求です。このように国の対策は全て準備不足のままで“えいやー”といった乱暴な行動が目立ちます。何とかして欲しいものです。

今年こそはショウヘイの話題以外にも明るい話題でいっぱいになりますようにお祈りしたいと思います。皆様に幸あれ。

血管エコーの話

臨床工学技士 原正彦



- ☑ 私のプロフィール
- ☑ 透析と血管エコー
- ☑ 穿刺業務
- ☑ 最後に

私のプロフィール

私は、南千住病院の手術室に配属しております臨床工学技士(以下CE)の原正彦です。

CEとして仕事を始めて、早いもので17年になります。

CEで仕事を始めた私ですが、1年くらいして当時勤めていた病院で、Drから『VAIVT(血管拡張術)が大変なんだ〜』と言われ、『血管エコーにて一緒にやってくれないか〜?』とのお話をいただき、一緒に仕事をするようになったのが、現在、血管エコーをしている始まりです。

当時は2008年、近隣はもとより全国的にも、まだまだ血管エコーが普及しておらず、まさに手探り状態で努めておりました。

しかし勉学に努め、たいぶ馴染んできた事で、学術発表で血管エコーについて初めて発表したところ『そんなの必要ない』『血管エコーで診てもわからない』など、批判が多くびっくりした事を、覚えております。

しかし、色んな所で学術発表をするようになると、少しずつですが輪が広がりました。さらに勉学の為、大学院で血管エコーの研究をし学位を取得、さらに血管専門性の認定資格まで取得する事が出来ました。

現在では、南千住病院で院長先生と上田先生のご指導の下で、血管専門性の認定をさらに更新出来ました。今年で10年目になります。

透析と血管エコー

透析を安全かつ継続的に安定した治療を日々行う事が使命であり、そのお手伝いとして、皆様の血管を日々診させて頂いております。透析で使用する血管はシャントとされ、その良し悪しが透析治療に影響を及ぼしかねません。

10年くらい前では、シャントに穿刺をして透視下にて造影剤を流して、血管の走行・狭窄・流れ具合で判断していました。近年では、血管エコーが普及した事で、シャントの機能・形態・狭窄・質的評価、かつ非侵襲的に施行できる事が強みですが、技術的な要素もある事から、しっかりとライセンスを得た者が、実施する方が良いです。



しかし、血管エコーのみでは、判断できない場合もありますので、その場合には、造影剤を用いた評価との総合的判断が必要になる場合もございます。

また、日々のシャントにおける評価として、聴診・視診・触診(以下、理学的所見)における評価は大前提です。

当院でも、スタッフが日々、皆様のシャントに対して丁寧に診させて頂いております。自分の血管がどうなっているのか、ご心配やご質問の場合は、スタッフへ質問をして頂ければと思います。



穿刺業務

次に大事なのが、穿刺業務です。透析治療の安定性と血管の安全、保護は、まさに透析の継続性からも必須です。穿刺業務は血管に侵襲をきたす行為なので、その穿刺する血管の選定と、安全、保護は、今後の継続性を見据えて実施して頂く大事な業務です。

そのためにも、シャント血管における穿刺は、日々の理学的所見に対するスタッフ間での情報の共有化が、今後のシャント血管の保護にも繋がっていくわけです。

近年は、穿刺における難易度が上がっている背景も相まって、エコーによる補助としてエコー下穿刺も実施させて頂いておりますが、同一部位での穿刺行為で血管は、菲薄化、顕著な瘤化、壁在の断裂などをきたし、荒廃していきます。

やむを得ない場合もございますが、できる限りそのような行為が無いよう、1日でも長く安全にシャントが維持できるように努めて参ります。

最後に

血管エコーに従事してきた事で、仕事の傍ら、血管エコーの普及活動や学術活動の依頼が、お陰様で多く頂くようになりまして、いろんな研究会や学会で講演、セミナーなどを院長先生のご指導の下、実施させて頂いております。

昨年には、書籍の出版もさせて頂きました。

今年もすでに多くにご依頼がある事から、世間への血管エコーの普及活動共に、皆様の透析治療の安定性と安全の一端を、今後とも微力ながら担っていければと思います。

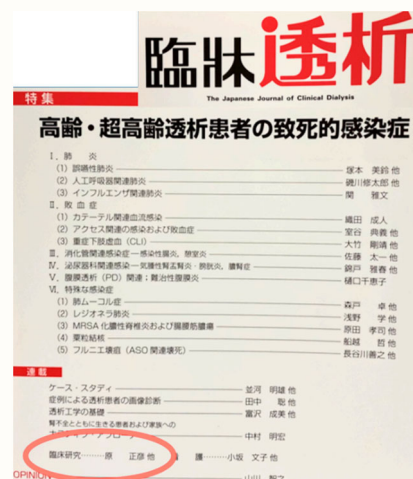


講演の様子

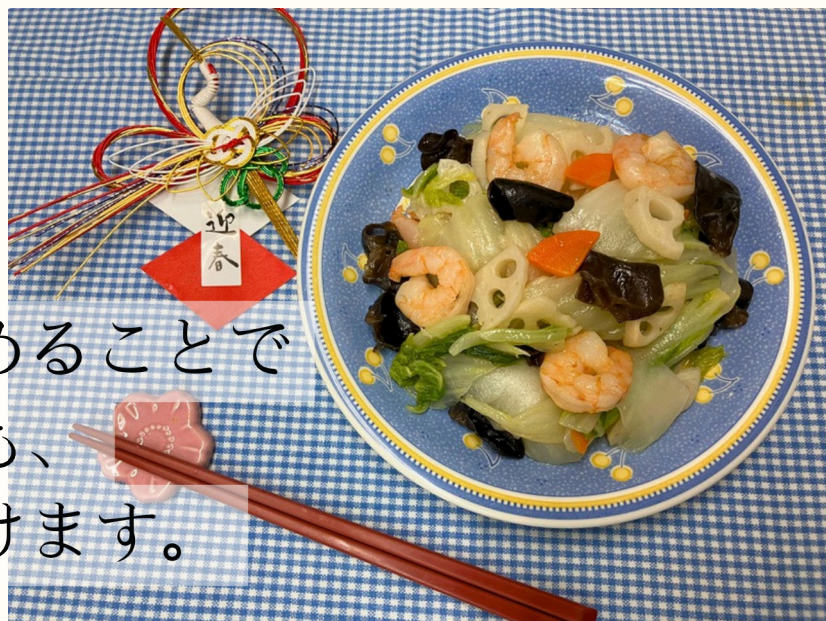
書籍

「イチから学ぶ バスキュラーアクセス教室」

一般社団法人日本血液浄化技術学会
VA管理検討委員会 (著)
GAKKEN (出版)



野菜は茹でて炒めることで
食塩が控えめでも、
美味しくいただけます。



白菜とえびの塩炒め

栄養量：1人分

エネルギー	96 kcal
カリウム	289 mg
たんぱく質	5.3 g
リン	92 mg
水分	100 g
食塩相当量	0.8 g

材料：2人分

白菜	120 g
レンコン	20 g
人参	20 g
黒きくらげ	2 g
むき海老	40 g
サラダ油	小さじ2
《A調味料》	
鶏ガラスープ	小さじ1/2強
食塩	小さじ1/4
酒	小さじ2
コショウ	少々
水溶き片栗粉	適量
ごま油	小さじ1

作り方

1. 白菜は芯と葉に分け、芯は縦2つに切って長さ3cmのそぎ切りにし葉は縦4等分に切って長さ5cmに切る。
レンコン、人参はいちょう切りにする。
※レンコンは切ったら酢水につけると変色を防ぎ食感が良くなります。
2. 黒きくらげは水に戻し、堅い石づきがあれば取り、大きいものは2つに切る。
むきエビは流水でよく洗っておく。
3. 鍋にお湯を沸かし、白菜・人参・レンコン・黒きくらげを4分程茹でザルに上げる。
4. 3で茹でたお湯でむきエビを茹で水気を切る。
5. フライパンを熱しサラダ油を入れて、茹でた野菜を全て炒める。
サラダ油が全体にいきわたったら、むきエビを入れさらに炒める。
鶏ガラスープ、酒の順に入れ、塩加減を確認してから塩、コショウを加えて炒め合わせる。
6. 最後に水溶き片栗粉でとろみを付け、ごま油を回しかけて出来上がり。
※生姜があれば、炒める時に入れると食欲増進になります。

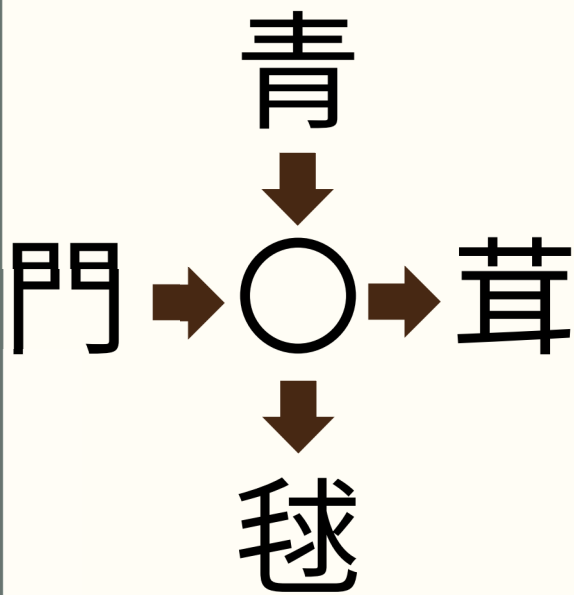
BREAKTIME

あたまのストレッチ

簡単なクイズにチャレンジして、固まった頭のストレッチをしましょう！

参考：脳トレ.com
<https://nou-tore.com/>

○の中に入る
漢字一文字はなあに？



答え：松

文字を並び替えて
言葉を作ってみよう

はうもでっ

答え：はつもうで

なんて読む？

ヒント：七草の一つ

繁縷

答え：ハコベ草

鏡に映った時計は
天地逆さまに映っています。
何時を差してる？

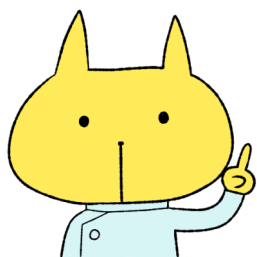


答え：5時48分

おくすり 「アレ・コレ」

薬局長 月永祥文

～ 薬の包装に関する豆知識 ～



お薬の包装形態はいくつか種類がありますが、PTP包装が最も一般的で扱いやすいです。1錠ずつ押し出して簡単に取り出すことができ、防湿性にも優れています。今回はお薬の包装に関わるまめ知識を紹介します。

🔍 包装の種類

PTP包装 (PRESS THROUGH PACKAGE)



PTPはプラスチックシートで錠剤やカプセルを包み、開口部がアルミフィルムのようになっていて薬を押し出すことができます。

多くはプラスチック部分が透明で中の錠剤カプセルが見えるようになっていますが、防湿性、遮光性の点から中が見えない場合もあります。

SP包装 (STRIP PACKAGE)



SPはアルミやセロファンなどから作られたフィルムシートです。

錠剤を挟んでパッケージしている包装で、細粒、顆粒といった粉状のお薬で用いられ、錠剤ではバファリン配合錠などがSP包装になります。

抗生物質のサワシリンにはカプセルと錠剤があり、それぞれPTP包装、SP包装になります。(細粒の1g SP包装分包品もありますが販売終了となりました)

ボトル包装

散薬は通常ボトルに入っていますので、薬局で必要な分をパックしています。

錠剤やカプセルにもボトルでそのまま患者様の手にわたる薬があります。新型コロナ治療薬のラゲブリオカプセルは40カプセルがボトルに入っていて、1回4カプセルを1日2回、5日分飲み切って治療終了となります。

ボトルの薬で思い出すのがハーボニー配合錠です。今でこそPTP包装ですが発売当初はボトルに入っていました。ハーボニーは偽造品が出回る事件が発生し大問題になったことを記憶しています。気になる方は調べてみてください。



その他の包装

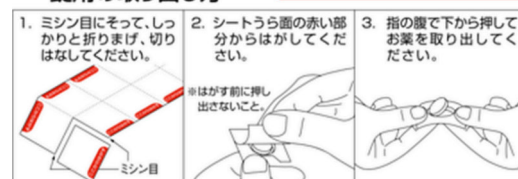
クラリチンレディタブ錠を紹介します。プラスチックシートで錠剤を包み、シートで蓋としている包装になっていて、PTP包装と同じようにみえますが、薬を押し出して取り出す事ができない包装です。唾液で溶ける口腔内崩壊錠は吸湿性が高く、一部の薬はこのような包装になっています。

他の例としてジプレキサザイデイス錠、エビリファイOD錠があります。錠剤が柔らかく、無理に押し出そうとすると崩れてしまうため、裏面のシートを剥がして薬を取り出します。



＜ご使用にあたって＞ 錠剤の取り出し方

このお薬は水なしで服用できます。



※このお薬は吸湿性がありますので、服用直前にシートから取り出してください。 P0710-A1
※※シートをはがす時や、取り出しには十分ご注意ください。 LJP.MKT.CH.02.2018.0730

薬の保管時の注意

患者様の中には錠剤を1錠ずつハサミで切り離して保管している方がいるかもしれませんが、実は1錠ずつ切り離すことは推奨されていません。誤ってPTP包装のまま誤飲してしまう事故が起きているためです。ちょうど口に入るサイズになり、切った角が鋭くなるため食道に傷をつけてしまいます。PTP包装には横のミシン目があり、縦にはないのは1錠ずつ切り離すことがないようにするためです。

また、リベルサス錠という糖尿病治療薬は、原則としてPTPシートに横向きに入っているミシン目以外で切り離さないように指示がある、他に例を見ない注意点があります。吸湿性が強いのが理由であり、やむを得ず切り離す場合には薬が入っているポケット部分を切ってははいけません。リベルサスは様々な理由から注目されている薬ですが、正しく服用してください。

参考文献：

各医薬品添付文書、インタビューフォーム、リベルサス使用上の注意改訂のお知らせ、「PTP包装シート誤飲防止対策について」（消費者庁）、「高齢者の誤飲・誤食事故に御注意ください!」（厚生労働省）

2025
新年号

aiwa diary

2025年
2月3日発行

愛和会のホットなニュースをお届け！

マイナ保険証 始まっています！

受診の際は、

マイナ保険証をぜひご利用ください！！

去年の12月2日をもって、従来の健康保険証の新規発行が廃止となりました。今後はマイナンバーカードの保険証利用（マイナ保険証）を基本とする仕組みに移行されます。

マイナ保険証を利用する4つのメリット

データ共有でより良い医療が受けられる

マイナンバーカードを利用すれば、過去に処方された薬や健診情報を医師や薬剤師にスムーズに共有できるため、より適切な診療を受けることができます。

医療現場の負担軽減に貢献

マイナンバーカードを健康保険証として活用いただくことで、データ共有がスムーズに行えるため業務の効率化が可能です。また、事務職員の手間や誤記リスクが軽減されます。

医療費控除申請がスムーズに！

マイナポータルからe-Taxに連携することで、確定申告の医療費控除申請が簡単になります。

医療費の領収証を手入力しなくても、データが自動入力されるので手続きがスムーズになります。

高額医療費の支払いが簡単に！

マイナンバーカードを保険証として利用することで高額療養費制度が適用され、限度額を超える支払いが不要となります。一時的な高額負担を避けることが可能です。



参照元：厚生労働省「マイナンバーカードの健康保険利用について」

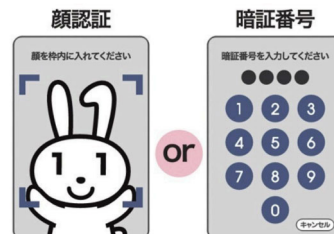
初めてでも、受付はカンタン!!

1 受付



2 本人確認

顔認証または
4ケタの暗証番号を入力してください。



3 同意の確認

診察室等での診療・服薬・健診情報の
利用について確認してください。

過去の情報を 利用いたします 過去の手術以外の診療・お薬情報を 当機関に提供することに同意し ますか。 この情報はあなたの診療や健康管 理のために利用します。 同意しない 同意する	(40歳以上対象) 過去の情報を 利用いたします 過去の健康情報を当機関に提供す ることに同意しますか。 この情報はあなたの診療や健康管 理のために利用します。 同意しない・40歳未満 同意する
--	---

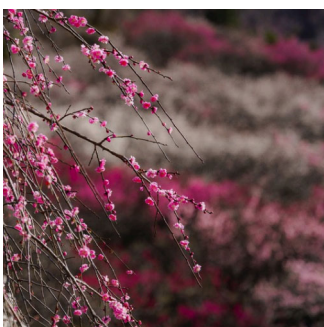
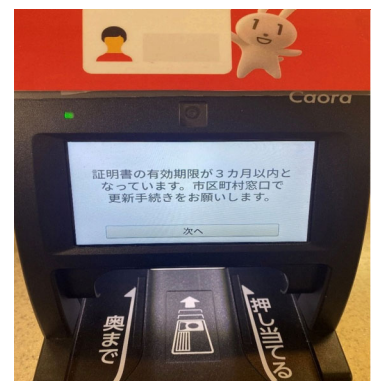
4 受付完了

お呼びするまでお待ちください。



▶ 有効期限に注意しましょう

マイナンバーカードの有効期限は10年（未成年者は5年）ですが、カードに格納されている電子証明書の有効期限は5年です。電子証明書の有効期限は、マイナンバーカードの券面に記載されています。有効期限の3か月前～3か月後まで、医療機関・薬局でマイナ保険証を利用される際、顔認証付きカードリーダーで更新アラートが表示されます。有効期限が切れた場合、マイナ保険証の利用ができないため、お住まいの自治体の窓口にて速やかに更新してください。



発行日 2025/2/3

あいわ vol.77 新年号

発行日 医療法人社団愛和会 南千住病院

〒116-0003 東京都荒川区南千住5-10-1

電話 03 (3806) 2232

ホームページを開設しています

URL <https://www.aiwakai.or.jp/>



