



2021年9月

<第33号>

柏市立柏病院

[住所] 柏市布施1-3

[電話] 04-7134-2000

～ワクチン接種～

当院では5月29日以降、市民の方への新型コロナワクチン接種を火・木・土・日曜日に行っています。松戸市や我孫子市では市が予約センターを設置し、各医療機関の予約を取れるようにしていますが、柏市や船橋市では医療機関ごとに予約を取るシステムになっています。当院では予約が取りづらく、誠に申し訳ありません。またワクチンの再入荷の目途がたたず、8月中旬以降の予約開始が7月末にずれこんだ点でも、大変ご迷惑をおかけしました。引き続きワクチン接種を進めてまいりますので、余裕を持って予約をお願いいたします。



院長
野坂 俊壽

病院で働く人々 第5回 視能訓練士

病院では様々な職種の人達が働いています。その人達がどのように働いているのか？それぞれの職種について素朴な疑問など含め紹介します。今回は視能訓練士に話を聞きました。



① 視能訓練士とは



視能訓練士は、あまり認知度は高くないですが眼の検査において国家資格を持つ専門技能職として、日本では1971年に誕生しました。乳幼児から高齢者まで幅広い世代の方々の『眼』に関するあらゆる検査をしたり視機能回復のために訓練をする仕事です。

当院では
視能訓練士2名が
在籍しています

② 仕事内容



視力検査、視野検査、眼圧測定、眼底写真撮影、眼鏡処方、斜視検査、弱視に対する訓練、網膜の形状や機能を調べる検査（OCT、フリッカー、ERG）、眼軸長測定検査、角膜内皮細胞顕微鏡検査、色覚検査、涙液検査、など眼科の検査は多岐にわたっています。なお且つ、患者さんの応答によって進めていくので、検査に時間がかかる場合もあります。そのため、日頃から『迅速かつ丁寧な検査』を心掛けています。



視野検査（GP）の様子

③ この仕事を目指したきっかけ

小学生の頃、眼に怪我をして大学病院にかかった際に、親身になって検査をしてもらい、視能訓練士という職業を知って興味を持ちました。自分も視能訓練士になって、見えない事に不安を抱えている人の手助けをしたいと思い目指しました。



食べ物アレルギー について 〈小児科〉



木口智之医師 中島啓介医師 長妻美沙子医師

今回は小児科 アレルギー専門の木口医師にお話しを伺いました。

★食物アレルギーにはどんなタイプがあるの？

食物アレルギーには、いくつかのタイプがあり、有名なタイプは、**即時型**の**食物アレルギー**です。食後2～3時間以内に皮膚の症状（蕁麻疹や痒み）や呼吸の症状（咳やゼイゼイ）、お腹の症状（腹痛や嘔吐や下痢）などが出ることが特徴で、**時にアナフィラキシーを呈します**。即時型アレルギー以外には、お腹の症状だけ（嘔吐や下痢）を示す**消化管アレルギー**などもあります。まずは、お子さんがどのタイプの食物アレルギーかを考えることが大切です。また、時には食物アレルギーに見えて、実は食物アレルギーではないこともあります。「食物アレルギーかどうか？どのタイプの食物アレルギーか？」を確認していくためには、**まずは症状が出た際の記録が大切です**。症状が疑わしい時には、食べた物（調理方法、食べた量）、症状の内容、症状が出るまでの時間など記録が残っていると判断に役立ちます。



★食物アレルギーの検査

①血液検査

即時型の食物アレルギーは、IgEという抗体が症状出現に関与するため、IgE依存性の食物アレルギーとも呼ばれます。このIgE抗体の量を測定することで、その食べ物が食物アレルギーの原因の可能性があるか、どの程度症状が出やすいかの目安に用いられます。

②皮膚テスト（プリックテスト）

市販の検査液や食べ物そのものを使用し、プリック針という針で肌を刺激することで蕁麻疹などの反応が出るかを確認します。血液検査で項目がない食べ物も調べられます。

③食物経口負荷試験

血液検査や皮膚テストは、体にIgE抗体の産生能があるかを確認する補助検査です。補助検査で反応していても、食べられることもあります。そのため、実際にその食べ物が原因かどうか、どの程度食べられるかどうか、最終的には食べてみるまでわかりません。「食物経口負荷試験」は病院でその食物を実際に食べてみるテストです。過去の症状エピソードや、血液検査や皮膚テストの結果をもとに食物経口負荷試験で試す量を決定します。



★食物アレルギーの治療

タイプにより対応は異なります。例えば、即時型の場合には、食べられる範囲の量がわかれば、その範囲内で食べていくこともできます。食べられる量の判定のためにも、**食物経口負荷試験などの検査が役立ちます**。また食べられる量を継続的に食べることにより、症状が改善していく場合もあります。

★食物アレルギーの予防、皮膚感作って何？

即時型の食物アレルギーの発症リスクに影響するものとして、**アトピー性皮膚炎や皮膚バリアの低下**があるとされています。アトピー性皮膚炎があると、皮膚部分から食物感作（食物へのIgE抗体の産生が増加する）のリスクが増すと言われ、皮膚感作とも呼ばれます。アトピー性皮膚炎の治療をしたり、皮膚状態を良い状態に保つことも、皮膚感作を抑え、食物アレルギーの発症リスクを減らすために大切です。

かしわ食卓日記 No21

今回は南瓜（かぼちゃ）サラダのレシピをご紹介します。程よい甘みとほくほくした食感おいしい南瓜は、秋冬の代表的な野菜のひとつです。南瓜の収穫自体は7月頃から行われますが、**収穫したてよりも2~3ヵ月寝かせておくと甘みが増してより美味しくなります。**南瓜には強力な抗酸化作用があるビタミンEやビタミンC、食べ物をエネルギーに変換するビタミンBなど様々なビタミンが含まれています。さらに緑黄色野菜でもあり、疲労回復や免疫力を強化する効果のあるβ（ベータ）カロテンが豊富に含まれています。

旬のおいしい南瓜を食べ免疫力をつけて、このコロナ禍を乗り切りましょう。

◎材料(4人分)

- ・南瓜 1/8個 (160g)
- ・卵 1個 (50g)
- ・胡瓜 1本 (120g)
- ・塩 少々
- ・たまねぎ 1/4個 (40g)
- ・こしょう 少々
- ・ミニトマト 4個
- ・マヨネーズ 大さじ4(40g)



◎作り方

- ① ミニトマトのヘタを取り水で洗う。
- ② 南瓜、胡瓜、玉ねぎを1cm角に切る。
- ③ 南瓜、玉ねぎを茹でる。
- ④ 茹で卵を作り、1cm角に切る。
- ⑤ ③・④・胡瓜、塩、コショウ、マヨネーズをボウルに入れよく混ぜ合わせる。
- ⑥ ⑤を器に盛り付けミニトマトをトッピングする。



南瓜(かぼちゃ)サラダ

◎1人当たりの成分値
エネルギー：150kcal
たんぱく質：3.5g
脂質：9.3g
塩分：0.7g

ポイント：皮にも栄養がたっぷり

南瓜の皮は固いので、調理の際に捨てている方も多いと思いますが、**南瓜の皮には実の2倍以上のβカロテンが含まれています。**お菓子づくりなどで皮が余ってしまった場合、薄切りにしてチップスにする、千切りにしてきんぴらにするなど、ぜひ余すところなく楽しんでみて下さい。



糖尿病を知り隊 コロナウイルスと糖尿病

新型コロナウイルスにより多数の死者を出したアメリカの統計で、糖尿病の方の重症化率や死亡率が高いと報道され、糖尿病の方は心配されたと思いますが、コロナウイルスに感染する確率は糖尿病の有無に関わらず同じです。ところが感染後に重症化、あるいは亡くなられた方の確率は糖尿病の方が高かったようです。その後、さらに調査が進み、糖尿病でも治療でしっかりとコントロールできている方は、糖尿病ではない方と同等に死亡率が低かったことが判明しました。

100年前のスペイン風邪(インフルエンザ)の流行は、ワクチンや治療薬もありませんでしたが3年で収束しました。コロナウイルスも同様と予想していましたが、そうとは言い難い経過をたどっています。

残念ながらよい治療薬はまだありませんが、重症化を予防するためのワクチンは作られましたので、あらゆる機会を探して接種を受けることをお勧めします。

(内分泌代謝内科 稲澤医師)

当院での新型コロナウイルス感染症への取りくみ その2

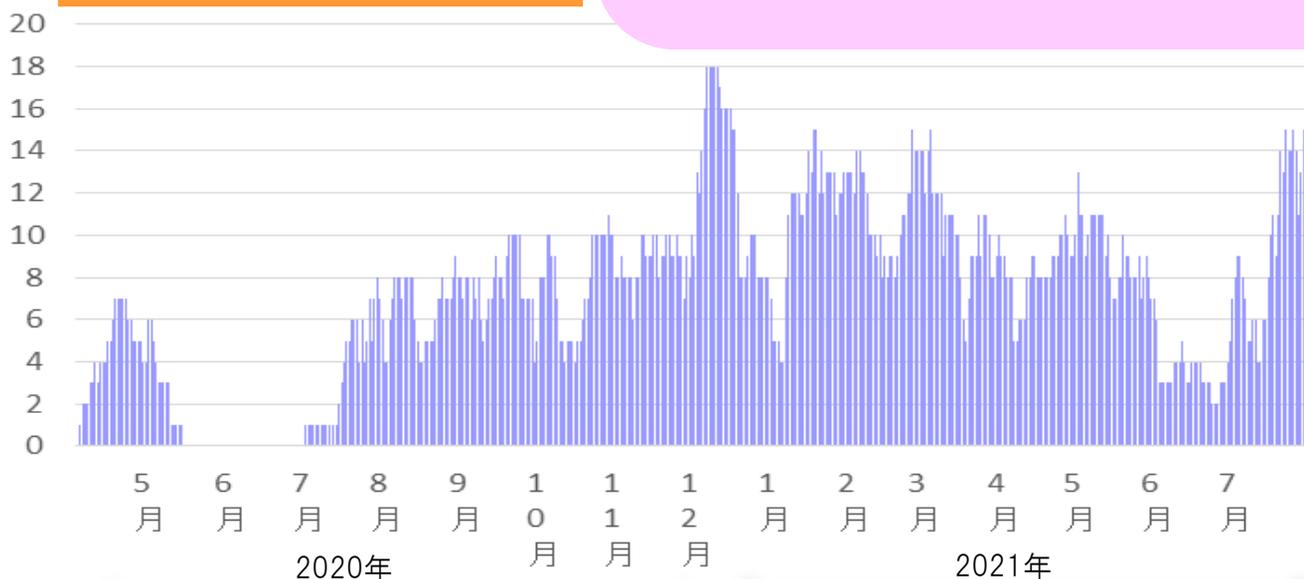
新型コロナウイルス感染症の感染拡大が続いています。院内一丸となり対応を行っています。今回は、入院受け入れについてご紹介させていただきます。

入院受け入れ

2020年4月～2021年7月31日

入院された方	339名
平均入院日数	11.1日
平均年齢	58.4歳
入院最高年齢	95歳

2020年4月3日より入院の受け入れを始めました。当初、市内での受け入れはほとんどない状況でした。限られた設備の中で医師、看護師を中心に専門知識と知恵を結集し入院環境を整備し、入院患者さんの不安を緩和できるよう関わらせていただきました。下のグラフは2020年4月3日から2021年7月31日までの1日あたりの入院数を圧縮したグラフです。2020年6月頃に第1波が終わった後、2020年6月30日から今日まで入院者数が「0」になった日はありません。



その他の関わり

発熱外来

2020年2月より
発熱者は一般外来とは別の場所で診察をしています

入院前・
緊急入院時PCR検査
院内のPCR機器を使い検査を行っています

保健所と連携し
診察や検査の実施
保健所の要請により、
診察、処方、検査を行っています

ワクチン接種
ワクチン接種を希望される1人でも多くの方に接種ができるよう、日程を調整し行っています

発熱相談電話

発熱でご不安な方の
電話相談をしています

出張PCR

学校等に出かけていき
検査を行っています

県内の陽性患者さんの
受け入れ
県内の患者さんの入院
受け入れをしています

研修
感染対策や新型コロナウイルス感染症についての
研修を行っています

編集後記

秋になりましたね。今年はコロナ禍で外出も出来ず休日は家で過ごされている方も多いと思います。今年の夏は暑かったので体を動かす事も中々できなかったのではないのでしょうか。秋といえばスポーツの秋。この機会に是非家の中で体を動かしましょう。（地域医療支援センター 藤原）

