

スマイル＊ナース

No.6

外来・救急外来
看護師 鷲尾 まりん さん

看護師になって1年目
【座右の銘】七転び八起き
【好きな食べ物】煮干しラーメン、ハンバーグ



看護師になろうと思ったきっかけは？

母が看護師として働く姿を身近に見て育ち、人の役に立つやりがいや温かさに憧れました。私も母のような看護師になりたいと思い、自然と目指すようになりました。

患者さんと接する際に心がけていることは？



相手の気持ちに寄り添い、不安を和らげられるような声掛けや態度を心がけています。安心して治療を受けられる環境をつくり、信頼関係を築くことが大切だと考えています。

看護師として、やりがいや喜びを感じる点は？

迅速な対応や判断が患者さんの苦痛を和らげる瞬間に看護師としてやりがいを感じます。

今後の目標（取り組みたいこと等）についてお聞かせ下さい！

現在の職場に配属が決まり1年目、イレギュラーな状況が多い現場だからこそ、ひとつひとつの経験を糧にし知識・技術の向上に努めていきます。



TOPICS

10月はピンクリボン月間です

ピンクリボンとは、乳がんの正しい知識を広め、乳がん検診の早期受診を推奨することなどを目的として行われる啓発キャンペーンです。ピンクリボン運動の一環として、10月の第3日曜日を「マンモサンデー」と定め、日曜日に乳がん検診を受けられるよう認定NPO法人 J.POSH が全国の医療機関と協力して環境づくりに取り組んでいます。当院でもこの取り組みに賛同し、今年も10月19日に「マンモサンデー」を開催します。

ぜひこの機会に乳がん検診を受けてみませんか。

※予約制。定員になり次第、予約受付を終了します。

MAMMO SUNDAY
10月の第3日曜日は乳がん検診に行こう！
2025年 10月19日(日)
9:00～16:00 (事前予約制)
・マンモグラフィ (定員24名)
・エコー(定員6名)
※エコーは初回者のみ
ご予約は ☎ 017-757-8750 マンモサンデー担当者まで

心がけていますか？

ブレスト・アウェアネス (Breast Awareness)



ブレスト (breast) は乳房、アウェアネス (awareness) は意識という意味。ブレストアウェアネスとは「乳房を意識した生活習慣」です。以下の4つを習慣づけましょう。

1. 自分の乳房の状態を知る
2. 乳房の変化に気をつける
3. 変化に気づいたらすぐ医師に相談する
4. 40歳になったら2年に1度、乳がん検診を受ける

編集後記

今年の夏は暑い日が続きましたね。やっと涼しい時間が増えてきました。私自身、年齢を重ねる度に、健康を強く意識しております。なかなか運動する機会がない為、ジョギングから始めたいと思います。皆さんも、スポーツの秋に、何か運動をしてみてください。(R・I)



地域連携だより「KADERU」
編集顧問 片山容一・末綱太

医療法人雄心会 青森新都市病院

〒038-0003 青森市石江3丁目1番地

■代表 TEL 017-757-8750 / FAX 017-788-9901

■患者支援センター TEL 017-757-8785 / FAX 017-788-9902

青森新都市病院 地域医療連携だより (かでる)

KADERU

KADERU
INFORMATION FROM YUSHINKAI
AOMORISHINTOSHI HOSPITAL
2025年10月号
Vol. 42



[紅葉の城ヶ倉渓谷]
撮影 工藤 明

Contents

- 胆石症について 澤野 武行
- 脳神経内科医が語る医学雑学 第19回 ショスタコーヴィチの右手 布村 仁一
- おくすり豆知識 第4回 七草を探す秋の散歩道 福士 素子
- スマイル＊ナース No.6
- TOPICS

もしかして 脳卒中?! ~ こんな症状があれば様子見ではなく、すぐに119番へ! ~

F ace (フェイス) 顔の歪みや 顔の麻痺	A rm (アーム) 腕や足に 力が入らない	S peech (スピーチ) 言葉が出ない ろれつが回らない	T ime (タイム) 症状に気付いたら 至急119番!
--------------------------------------	-------------------------------------	---	---

Time is Brain (時は脳なり) ... 脳梗塞の治療では発症より血行再開までの時間短縮が重要です!!

胆石症について

青森新都市病院消化器外科の澤野です。令和6年4月から当科に着任しました。平成18年に弘前大学を卒業後、主に青森県内の病院で消化器外科医として診療に従事してきました。

消化器外科は原先生と僕の2人で診療を行っています。対象疾患は消化器（食道、胃、十二指腸、小腸、虫垂、結腸、直腸、肛門、肝臓、膵臓、胆嚢、胆管）の良性および悪性疾患と多岐にわたります。良性疾患として胆石症、胆嚢炎、虫垂炎、腹膜炎、消化管穿孔、腹腔内膿瘍などがあり、悪性疾患として癌、GIST（消化管間質腫瘍）などがあります。また鼠径部ヘルニア、臍ヘルニア、腹壁癒痕ヘルニアなどの腹壁疾患や腹部外傷、一般外傷などの外傷性疾患の診療も行っています。手術はほぼ毎日行っており、2024年度は325件の手術を行いました。主な内訳は胃癌10件、直腸癌11件、結腸癌17件、胆嚢癌2件、胆石症153件、ヘルニア・腹壁手術93件、虫垂炎25件でした。胆石症、鼠径部ヘルニアの手術が多く、週に1件ほど癌の手術を行っています。今回診療する機会が多い胆石症についてお話をしたいと思います。

胆石症は狭義では胆嚢内結石を指し、広義では胆道内の結石全体を意味します。胆嚢内、胆管内、そして肝内結石いずれも病態、症状、治療法が異なり、良性疾患でありながら高頻度に見られる疾患です。胆石には主にコレステロール胆石、黒色石、ビリルビンカルシウム石があります（図1）。人口の約10%に胆石を認めると推定され、肥満

1	2
3	4
5	1) 純コレステロール石 2) 混成石 3) 混合石 4) 黒色石 5) ビリルビンカルシウム石

図1.胆石

消化器外科
科長 澤野 武行 先生

者の約25%に胆石を認めるという報告があります。胆石を発症しやすい人の特徴として、「Fatty(太った)」「Female(女性)」「Forty(40代)」「Fair(白人)」「Fecund(多産婦)」の頭文字をとった5Fが古くから知られており、女性に多い疾患でした。しかし最近では男性の方が多くなり、男性の肥満者が顕著に増加していることが一因と考えられています。主な症状は疼痛です。疼痛部位は胆嚢の部位に限らず、心窩部、右背部に多いです。食後、特に夕食後、夜中、すなわち胆嚢の最大収縮時に起きやすく、脂肪分摂取との関連性も特徴的です。ほとんどは症状のない無症状胆石です。無症状胆石から症状を呈する確率は年率1~2%あるいは10年で20~30%程度と言われています。診断は腹部超音波検査が第一選択であり、胆嚢描出不良例（肥満者など）や結石とポリープ、腫瘍、胆泥との鑑別が難しい診断困難例ではCT、MRI/MRCPなどが行われます。胆石そのものの治療には経口胆石溶解療法と体外衝撃波結石破碎療法がありますが、胆嚢摘出術の普及により近年ではあまり行われていません。胆嚢摘出術には開腹手術と腹腔鏡手術があり、現在は腹腔鏡手術が第一選択となり、実際に95~98%が適応となり、達成率は97%程度と報告されています。胆嚢摘出術は年間約13万件行われている施行例が多い手術ではありますが、最も難度がばらつく術式の一つであり、胆管や血管の変異は多彩で、時に重大な合併症が生じる可能性があります。当科でも多くの胆嚢摘出術を行っておりますが、安全に手術を終えることを第一に考え手術に臨んでいます。

これからも微力ながら地域医療に貢献して行きたいと思っております。よろしくお願いいたします。

連載

脳神経内科医が語る医学雑学

脳神経内科 部長
布村 仁一 先生

第19回 ショスタコーヴィチの右手

皆さんこんにちは。青森新都市病院脳神経内科の布村です。この連載も19回目になりました。そろそろ手持ちのネタが尽きてきたようなので引退かなと思っておりますが…今回は20世紀ソ連（この国名をご存じない方も増えているでしょう）を代表する作曲家ショスタコーヴィチについてです。あまり聞きなれない名前でしょうか？20世紀最大の交響曲作曲家で15曲の交響曲を作曲しています。クラシック音楽界隈ではここ10年ほどは大ブームと言ってよく、毎日のように彼の交響曲が演奏されています。中でも交響曲第5番は有名で、皆さんもどこかで耳にしていると思います。あと舞台管弦楽のための組曲第1番の中のワルツ第2番も曲名は知らなくてもどこかで耳にされていると思います。

実はショスタコーヴィチは昔からALS（以前お話ししましたね）に罹患した著名人に必ずと言ってよいほど名前があがるのですが、最終的には69歳で虚血性心疾患と肺癌で亡くなったと

ドミートリイ・ショスタコーヴィチ
(Dmitori Shostakovich)
1906-1975

されています。確かにALSの患者さんで心疾患や癌を合併して亡くなる方は少なくありません。しかし彼の場合、四肢の脱力を自覚したのが50歳ごろと言われており、ALSにしては経過が長すぎるように思います。現代の方なのでいろいろ文献的な資料は残っていますが、ソ連という特殊な政治体制のもとで活動されていたので、詳しいところまではわかっていません。

彼はピアノの名手として知られており（第1回ショパンピアノコンクールに参加しています）、発症後と言われる50歳代前半に自作のピアノ協奏曲の録音を残しています！それを聞くと一聴脱力がある人の演奏とは思えない迫力に満ちたものですが、よく聞くと彼の演奏の苦勞が感じ取れます。それはやはり指の力が弱そうという演奏なので

す。私のようなアマチュア日曜ピアノ弾きは数か月もピアノに触らないことはよくありますが、久しぶりに鍵盤に触るとまず感じるのが「指に力がないなあ」という感覚です。音階ひとつ弾いても音のバランスが取れず、まあまあ形になるのに1か月ぐらいかかってしまいます。ショスタコーヴィチの演奏を聴くと、この脱力感が聞き取れるように思います。速いパッセージは指がもつれています。ショスタコーヴィチの症状はゆっくり進行し、何度も転倒して骨折しており、最終的にはほぼ寝たきりの状態だったようです。今のところ彼の疾患の診断はついていませんが、今後いろいろな資料がみつきり結論がもたらされることが期待されます。

ピアノ協奏曲自作自演の録音



おくすり豆知識

第4回 七草を探す秋の散歩道

薬剤科 係長 福士 素子さん（薬剤師）



秋の七草をご存じでしょうか。春の七草は七草がゆとして食し、無病息災を祈るのに対し、秋の七草は観賞用と言われており、万葉集で山上憶良（やまのうえのおくら）が詠んだ二つの和歌に由来しているそうです。

「秋の野に 咲きたる花を
指折り かき数ふれば 七種の花」

「萩の花 尾花 葛花 なでしこの花 をみなへし
また藤袴 朝貌の花」

萩の花=ハギ、尾花=ススキ、葛花=クズ、なでしこの花=ナデシコ、をみなへし=オミナエシ、藤袴=フジバカマ、朝貌の花=キキョウを示しています。これらのうち6種は薬草としても用いられます。そこで、秋の七草を探してみることになりました。薬草としての薬効とともに、出会えた花の写真を紹介します。

① ヤマハギ

【薬用部位】根
【薬効】婦人のめまい、のぼせ
根を煎じて服用されます。弘前城植物園で撮影しました。

② ススキ

県内のいたるところでよく見かけます。ススキは生薬としては用いられません。

③ クズ

【薬用部位】根（生薬名：葛根 [カッコン]）
【薬効】発汗、解熱、鎮痙
風邪の初期や肩こり、神経痛などに効果があります。「葛根湯」は葛根を含む最も有名な漢方薬です。クズも県内のあちこちで見られますが、病院近くの国道沿いで花を見つけました。

④ カワラナデシコ

【薬用部位】全草、種子（生薬名：瞿麦 [クバク]、瞿麦子 [クバクシ]）
【薬効】利尿、通経
浮腫や月経不順な