



す



め

患者さんと慶應義塾大学病院をつなぐ
コミュニケーションマガジン



KEIO100

KEIO UNIVERSITY
HOSPITAL
100th ANNIVERSARY



呼吸器感染症に立ち向かう

呼吸器内科は肺に関する病気を担当しており肺炎もそのひとつです。奇しくも病院100年の節目に起きたコロナ禍において、院内の多くの診療部門と協働してCOVID-19救命診療チームを立ち上げコロナ診療にも挑んでいます。この未曾有の感染症にも怯むことなく慶應病院一丸となって戦っていきます。

広報誌タイトル「すゝめ」とは

タイトルは明治5年から9年にわたって出版された17編を数える福澤諭吉の大ベストセラー『学問のすゝめ』に因んでいます。

KEIO
UNIVERSITY
HOSPITAL
Communication
Magazine

Vol. 12
February 2021

ご自由に
お持ちください



さらに、ご高齢の方は嚥下機能の低下による誤嚥を防ぐために、しっかりと食べて、飲み込みの訓練を行い、嚥下機能の向上・維持につとめましょう。呼吸器内科は、明らかに嚥下機能の低下が疑われた患者さんに対してリハビリテーション科とともに嚥下機能を評価し、リハビリテーションも行っています。肺炎は高齢者のみならずお子さんや若い人にも起こり得る病気です。マイコプラズマ肺炎のような非定型肺炎（非細菌性微生物によって起こる肺炎）は60歳以下、若い人に発症することが特徴です。年代を問わず、発熱や息切れ、動いたとき（労作時）の息苦しき、倦怠感、長引く咳とともに汚い色のタンが増えたりしたときは肺炎を疑い、速やかに受診をしてください。

また、私たちは昨今の新型コロナウイルス感染症（以下コロナ感染症）の診療にもあたっております。この疾患の特徴の一つに、ウイルスが肺へ侵入し肺炎を起こすことがあります。肺炎を起こしても多くの場合適切な対応、治療で軽快しますが、急激に悪化してしまうケースも少なくありません。悪化した患者さんに対しては、呼吸を補助する人工呼吸器を用いた集中治療を行っています。

コロナ感染症による重症化には高血圧、慢性腎臓病、慢性呼吸器疾患などさまざまな要因が言われています。大事な点はこれらの要因を抱える方はその疾患の治療を怠らないことです。例えば喘息の患者さんはしっかりと治療を継続することで重症化しにくいというデータも報告されています。コロナ禍においてもご自身の持つ病気に対する治療はきちんと続けていきましょう。



呼吸器内科 医師
ふくなが こういち
福永 興壹

呼吸器感染症 肺炎に立ち向かう

呼吸器内科は肺がん、肺炎、喘息、COPD、睡眠時無呼吸症候群と幅の広い診療を行っています。その中でも肺炎は診療の割合の多くを占める疾患です。

外界と口腔、鼻腔、気道を通じてつながる肺は細菌やウイルスなどが侵入するとダメージを受け肺炎を起こします。肺炎は細菌やウイルスの「感染」によって起こることが一般的です。また、まれに環境中にあるカビ（真菌）や薬の副作用などによって引き起こされる肺炎もあります。

肺炎の特徴の一つは、病気から体を守る免疫機能が低下した患者さんや高齢者にかかりやすい病気であることです。肺炎は、がん、心臓病に次ぐ日本人の死亡原因第3位で、その95%以上を高齢者が占めています。肺炎を防ぐには、ふだんから免疫力の維持向上に努めることです。規則正しい栄養バランスのとれた食事を心がける、十分な睡眠時間を確保する、適度な運動をする、といったいわゆる健康的な生活習慣が最も重要です。そして、日頃から口腔内の清潔を保つことも大切です。う歯（虫歯）など口腔内に問題がある患者さんには歯科・口腔外科受診をお勧めしています。

当院では、コロナ感染症患者さんに対してCOVID-19救命診療チームを立ち上げ、その診療にあたってきました。このチームは病院長のもと、呼吸器内科、救急科、麻酔科を中心に内科、外科、小児科、感染制御部をはじめ院内の多くの部門が参画しています。また患者さん、そのご家族さらには医療者に対する心のケアについても、精神・神経科が中心となって結成された「心のケアチーム」によってサポートを行っています。まさに慶應病院全体でこの未曾有の感染症と戦っています。

このように慶應病院では、感染症の中でも重要な肺炎に対して、呼吸器内科を中心に予防から昨今のコロナ感染症まで治療にあたっています。呼吸器感染症から一人でも多くの患者さんを守るよう、これからも日々取り組んで参ります。

COLUMN 発熱とは

日本人の平均体温についての調査によると36.89+-0.34℃（わき下検温）です。ただ最近の調べでは近年この体温よりもさらに低めの方が増えているとも言われています。また1日の中でも体温は変化をしており午後2～5時くらいがもっとも高く、1日の間でも0.2～0.4℃の変化があると言われています。通常37.5℃以上を発熱と呼びますが（感染症法届け出基準より）、体調不良（全身がだるい、咳や痰、腹痛などの症状がある、など）を伴い普通の体温より明らかに高いときは医療機関に相談をしましょう。

テレワーカーにもおすすめ!

コロナ禍でも自宅で簡単エクササイズ



スポーツ医学
総合センター 医師
まとう かずみ
佐藤 和毅

新型コロナウイルス感染拡大により在宅勤務をされている方、あるいは外出の自粛で家の中で過ごされる時間が長くなった方が大勢いらっしゃると思います。家にいることで運動不足による体調不良を感じてはいないでしょうか。

運動を行うことのメリットは、体力増進だけではなくありません。呼吸・循環器を含めた健康状態の向上に加え、メンタル改善するなど、種々の良い影響があることが明らかになっています。反対に、長時間座った状態で過ごしていると、首や腰の痛みにとどまらず、全身の不調につながります。そのため、自宅にいないてはならない状況でも、ぜひ運動をしていただきたいです。

では、具体的にどのような運動をしたら良いのでしょうか。家の中はスペースも限られているため、激しい運動は難しいかと思いますが、お勧めしたいのは、スクワットや腕立て伏せといった基本的な筋力トレーニングと、腕を振って脚を上げるだけの「その場歩き」やジャンプを組み合わせたことです。皆様もぜひお試しください。



- おすすめのエクササイズ
- ・その場歩き 1~3分
 - ・腕立て伏せ×10回
 - ・スクワット×10回
 - ・ジャンピングジャック×10回
(ジャンプして両足を肩幅ぐらいに開き、両手を頭の方に上げた状態で着地します。もう一度ジャンプして両手足を揃えた最初の姿勢に戻ります。)
 - ・深呼吸×3回

詳細はホームページをご覧ください

スポーツ医学総合センターのブログで、詳しいエクササイズの方法を解説しておりますので、ぜひご覧になってください。

<http://sportsmedicine.jp/blog/blog-3>

自宅での運動で最も大切なことは、習慣化です。毎日数回、1回あたり5分を目安に、仕事や家事の合間など、タイミングを決めてこまめに運動を取り入れてください。外出自粛期間を健康に乗り切りましょう。



食養管理室は、病気の治療や回復、合併症の予防に貢献できるよう、栄養管理と給食管理の両面で患者さんをサポートしています。食養管理室で働く管理栄養士は、患者さんの栄養摂取状況や血液データ等を常に確認し、医師や看護師など他の医療スタッフと連携しながら、患者さんの栄養管理や栄養相談を行う仕事をしています。

当院では、1日に約2000食の入院食を提供しています。栄養成分や病態、食形態等、多様なニーズに対応できるように約250種類の食事

栄養面から患者さんをサポート

～病気の治療・回復・合併症の予防に貢献～

食養管理室 管理栄養士 おおき いづみ



の設定があり、患者さんの年齢や性別、病状等に応じて、医師のオーダーにより提供される食事が決定します。入院食は、「日本人の食事摂取基準」(厚生労働省)に基づいて、エネルギーや各栄養素の必要量を満たしてありますが、安心して美味しく召し上がっていただけるように工夫し、季節のイベントには、お食事を楽しくめるよう行事食も提供しています。

新型コロナウイルスを想定した「新しい生活様式」(厚生労働省)の実践例の中には、「一人ひとりの健康状態に応じた運動や食事、禁煙等、適切な生活習慣の理解・実行」が挙げられています。栄養の偏りやエネルギー不足は免疫力の低下につながり、過剰栄養で



▲クリスマス
イベントメニュー
(特別食)

も免疫力の低下を誘発します。免疫力を高めるためには、1日3食栄養バランスのとれた食事を習慣化し、適正な量を摂取することや、適度な運動や十分な睡眠をとることが大切です。

私たちの身体は食べたもので作られます。日々の食事を大切に、健康管理や栄養に関してお困りの際は、ぜひ管理栄養士にご相談ください。

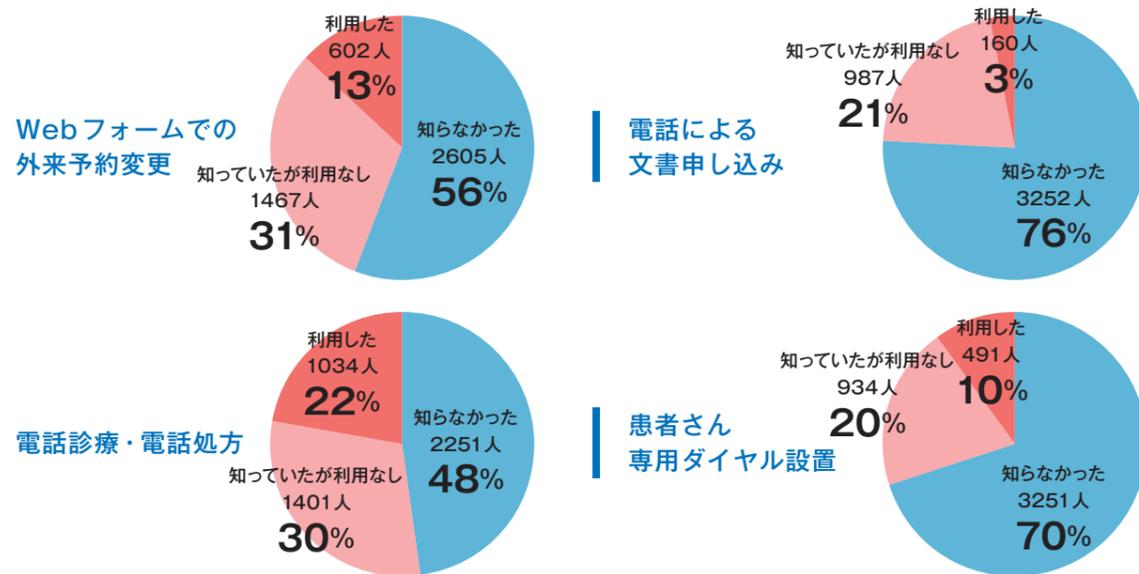
新型コロナ対策へのご意見を伺いました

患者調査により、多くの貴重なご意見を頂戴することができました。ご協力いただいた皆様には、御礼申し上げます。頂いたご意見を活かし、患者さんにとってよりよい病院を目指してまいります。

2020年度患者調査結果《外来》より

今年度の外来調査は、新型コロナウイルス感染対策に関する設問を中心にご意見を頂戴しました。その中でも特に「新型コロナ禍の対応として当院が行った感染対策」という項目に着目して、調査の結果についてお知らせいたします。調査全体(入院・外来)の詳細については、2021年3月に院内での掲示および病院ホームページに掲載いたしますので、そちらもご覧ください。

新型コロナ禍の対応として当院が行った感染対策についての利用状況の設問



※「知らなかった」「知っていたが利用なし」と回答した患者さんを合わせると、4項目とも約8割以上でした。案内方法や内容を改善し、病院のウェブサイト等で引き続きお知らせしてまいります。

新型コロナ対策に関する各種運用・サービスについて 対象となる方はぜひご利用ください。

Webフォームでの外来予約変更

「診察予約変更フォーム」はこちらです。利用条件等ご確認ください。



電話診療・処方箋発行

「電話診療等による処方箋発行について」のお知らせをご覧ください。



電話による文書申し込み

書式のある診断書に限定し、電話でのお申し込みを受け付けています。詳しくは「診断書・診療報酬証明書発行」ページをご覧ください。



患者さん専用ダイヤル

電話：03-5363-3373 (診療日の月曜日～金曜日 8:40～16:30)

※お手元に診察券をご用意いただき、まず初めに「診察券番号」と「お名前」をお知らせください。
※こちらは患者さんやご家族、ご関係の方専用のダイヤルとなっております。あらかじめご了解、ご協力くださいますようお願い申し上げます。

こちらのサービスも登録してぜひご利用ください。

- 事前登録で、診察の順番が近くなるときに通知が届きます。
- 登録QRコード掲載のチラシは各ブロック受付で配布しています。
- 登録方法などご不明な方は、1号館1階案内カウンター、総合案内、3号館2階受付にお尋ねください。



MeDaCa

当院通院中の妊婦さまの外来通院による感染リスクを減らす目的で、血液検査、超音波断層検査の必要な時期や、予定日近くの妊娠後期以外の健診を原則として、遠隔診療に利用しています。

2020年度
(2019年度)
家族や
友人・知人に
薦める推奨度
(10点満点)

<外来> 8.50点 (8.94点)

<入院> 9.08点 (9.15点)

2020年度は新型コロナウイルス感染拡大防止に取り組み、さまざまな施策、運用の変更を実施してきました。一部の診療を制限した時期もあり、皆様にご不便をお掛けしたことも多くあったと思います。今年度の推奨度は前年度より低い点数となってしまいましたが、ご評価を真摯に受け止め、今後の改善につなげられるよう病院一丸となって取り組んで参ります。

WEBで病院探検 ～アバターロボットを使った取り組み～



Supporting Kids of Parents with Cancer (通称: SKiP)



「Webキッズ探検隊」を行いました。今回、初めての試みとして、募集をかけるのではなくあらかじめこのように不安を軽減させることや、感情表出の機会を作るとは重要であると考え、Webを活用した「Webキッズ探検隊」を行いました。

遠隔での開催は初めての試みでしたので、開

がんの親とその子どもへの支援として、医師・看護師・医療ソーシャルワーカー・看護教員が多職種有志により「SKiP KEO」が2013年11月に発足しました。現在は薬剤師・放射線技師も加わり「がんの親と子どもが、ともにレジリエンス(回復能力)を取り戻し、がんとともに質の高い生き方ができることを支える」ことを目標に活動しています。SKiPチームのコアメンバーは、HOPE TREE主催のCLIMB®プログラムのファシリテーター研修を受け活動しています。これまで活動の一つとして、子ども達が院内の治療場所を見学する「キッズ探検隊」を定期的に開催してきましたが、新型コロナ感染症の影響で実施が困難となりました。面会制限のある中で家族の病気や治療を理解することは、子ども達にとってはこれまで以上に難しい状況であり、正しい知識を理解してもらうことで不安を軽減させることや、感情表出の機会を作るとは重要であると考え、Webを活用した「Webキッズ探検隊」を行いました。

まず、子どもにも、Web上での紙芝居を用いて、がんという病気や治療の説明を行いました。それから、ANAホールディングス(株)の協力で、ANAアバターロボット newme®を使用し、模擬院内探検を行いました。アバターロボットを操作して、当院の手術室、化学療法室、サテライトファーマシー、放射線治療室、リハビリセンターをロボットが移動し、そのカメラを通してWeb上で病院内を探検しました。探検先のそれぞれの部署で工夫を凝らし、Webでもわかりやすくするために場を整え、多職種が集合して各々の役割を子ども達に説明し、理解を促しました。また、子ども達からの質問に答える時間や、実際にWebを通して子ども達と遠隔からロボットを動かす時間も作り、子ども達楽しんで参加できるように工夫しました。



催前は自宅から参加する子ども達も上手に交流できるかを懸念していましたが、こちらが誘導しなくても子ども同士の話ができ、もし見学に行けるようになったらもっと詳しく知りたいという前向きな姿勢が見られました。また、後日いただいたアンケートでも、「病院は怖いところと思っていたが画面に出てきた医療者が優しそうに見えたからお母さんを任せてもいいと思った。」という感想もあり、子ども達の不安の軽減につながったと思います。

病院に集まらない状況であっても、Webを通してがん患者を家族に持つ子どもたちへの支援は可能であることがわかりました。今後も状況に応じた活動方法を模索しながら、支援を継続していきたいと思っております。



Information

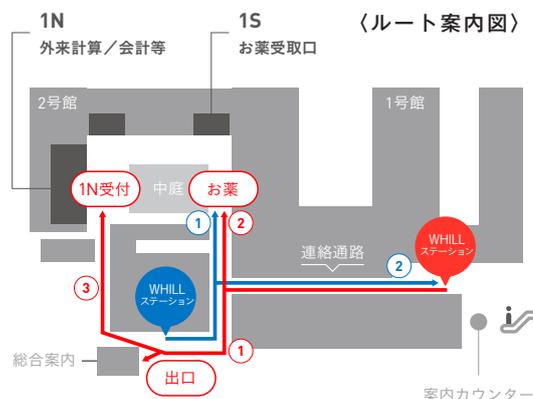
1号館でのお会計について

1号館1階（エスカレーター降りて左手）に自動支払機を7台設置しています。
1号館ブロック受付にて、診療費の計算が済んでいる方は、ぜひご利用ください。



WHILLについて

慶應義塾大学病院では、AIホスピタル事業の一環で、患者さんを搬送する車いす型の自動運転システムWHILLの実証実験を行っています。開始当初は1号館連絡通路付近で運行していましたが、現在は2号館1N受付（外来計算、会計等）や1S受付（お薬受取口）にも運行していますので、ぜひご利用ください。詳しくはルート案内図をご覧ください。



情報デジタル掲示板「メディカルナビタ」



1号館2階、2号館1階に「メディカルナビタ」を設置いたしました。メディカルナビタは、当院周辺の地図や院内マップ、近隣の医療機関のご紹介など、案内パネルと情報発信サイネージを組み合わせたデジタル掲示板です。向かって一番左のモニターはタッチパネル式となっており、当院と連携契約を結んでいる全国の医療機関（2021年1月現在920件）の検索が可能となっております。

ご自宅近くのクリニックやかかりつけ医をお探しの際に、ぜひご利用ください。デジタルサイネージでは、院内のお知らせの他、本誌「すゝめ」のご紹介や慶應義塾アート企画など、患者さんとのコミュニケーションツールとしても発信していきたいと考えております。ご感想・ご要望などございましたら、ぜひご意見箱などでお聞かせください。

手指衛生ビデオメッセージリレーを公開中

診療科部長・部門長による手指衛生ビデオメッセージリレーをYouTubeに掲載しました。ぜひご覧いただき、新型コロナウイルスをはじめとする感染防止対策にお役立てください。動画はSeries 1からSeries 4まで公開中です。

手指衛生ビデオメッセージリレー Series 1はこちらからご覧になれます。▶



〈受付時間・休診日〉

外来診療時間 8時40分～12時00分、13時00分～16時00分

面会時間 ※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、現在、面会は原則禁止とさせていただきます。詳しくは病院のウェブサイトをご覧ください。

休診日 日曜日、第1・3土曜日 / 国民の祝日・休日 / 年未年始(12月30日～1月4日) / 慶應義塾の休日(1月10日)

〈診療担当医表〉

このQRコードをスマートフォンなどで読み取っていただくと診療担当医表がご覧になれます。なお病院入り口脇の電子掲示板にも掲載しています。

