

たちばな

第23号

2024年

患 | 者 | さ | ん | と | 病 | 院 | を | 結 | ぶ | 情 | 報 | 誌



©表紙・挿し絵／
長久手絵手紙ボランティア「わたぼうし」

Contents

注目の NEWS	1
専門医に聞く	2
診療科、部署 Topics	3
診療科、部署 Pick up	5
新人奮闘記	7
Let's 脳トレ ～挑戦してみよう～	8
愛すまいる通信	9
インフォメーション	10



愛知医科大学病院

〒480-1195 長久手市岩作雁又1番地1
TEL:0561-62-3311 FAX:0561-63-3208
<https://www.aichi-med-u.ac.jp/>



心不全を早期発見・治療するために —心不全包括管理センターを開設—



心不全包括管理センター
部長
天野 哲也

心不全とは

心不全とは、心臓のポンプ機能が悪くなることにより息切れ・むくみが起こり、病気の状態がだんだん悪くなり生命を縮める病気です。心不全を発症する患者さんの数はどんどん増加しており、当地域で新規に心不全を発症する患者さんの数は2025年には長久手市228人・尾張旭市474人・日進市410人・名東区816人・守山区787人と予想されています。

早期発見・早期治療の重要性

心不全は治癒することではなく生涯通じて継続して治療が必要な病気です。一度心不全を発症しまうとだんだんと病気が悪くなり入退院を繰り返すようになり、最終的には治療が難しい状態となります。現在心不全は病気の状態をステージで分類しており、病状が進行しないようステージA・Bから早期に診断治療し予防することが大切と考えられています(図1)。

ステージA・Bの段階で心不全を早期診断するためには心臓病専門医による心エコー・血液検査(BNP・NT-proBNP)の検査を組み合わせることで評価することが推奨されています(図2)。

図1 心不全の病状のステージ分類

日本脳卒中学会・日本循環器学会ほか
脳卒中と循環器病克服第二次5ヵ年計画冊子2021より改定
[https://www.j-circ.or.jp/cms/wp-content/uploads/2021/08/jcs_five_year_plan_2nd_20210817.pdf]

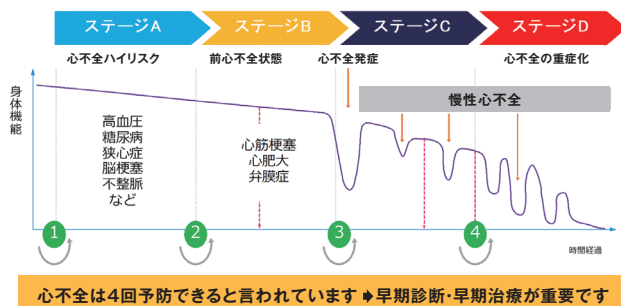
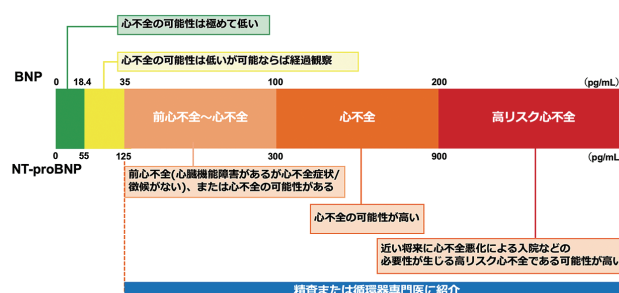


図2 BNP・NT-proBNPによる心不全の状態の分類

一般社団法人 日本心不全学会 血中BNPやNT-proBNPを用いた
心不全診療に関するステートメント2023年改訂版
[https://www.asas.or.jp/jhfs/topics/bnp20231017.html]



心不全包括管理センターを立ち上げ

心不全は生涯通じた継続治療が必要で予防から急性期・慢性期に至るまで一貫した病気の管理を行うことが大切ですが、患者さん一人一人の病状に応じた対応がバラエティに富むため、病院だけでなく、クリニック・訪問診療・訪問看護の方々と密に連携を取って病気を管理することが非常に大切です。そのため、愛知医科大学病院では当地域での心不全の患者さんをステージAからステージDまでの治療を地域と密に連携して一貫して行うために2024年5月に心不全包括管理センターを立ち上げました。心不全を早期に診断治療するために下のような症状がある方はぜひ当院で検査を行うことをお勧めします。

このような方は愛知医科大学病院に受診して下さい

- 日常生活の中で息切れ・動悸・胸痛を感じる → ステージA～Cかもしれません
- 心電図に異常があると言われた → ステージA～Cかもしれません
- 心肥大がある、心臓が大きいと言われた → ステージB～Cかもしれません
- 心雑音がある・心臓弁膜症と言われた → ステージB～Cの可能性が高いです
- 不整脈があると言われた → ステージA～Cかもしれません
- 血液検査でBNP・NT-proBNPが高いと言われた → ステージB～Cかもしれません
- 若い頃から高血圧・糖尿病で治療している → ステージA～Bかもしれません
- 健康診断で初めて高血圧と言われた → ステージA～Bかもしれません

連絡先

愛知医科大学病院循環器内科
愛知県長久手市岩作雁又1-1
TEL: 0561-62-3311(代表)
FAX: 0561-63-8482
e-mail: kawasemi@aichi-med-u.ac.jp

専門医に聞く

血液検査における肝機能異常 —奈良宣言2023とは—



肝胆膵内科
部長
伊藤 清顕

1 肝機能異常とは？

血液検査で肝臓の機能に関する項目（AST、ALT、 γ -GT、アルカリフォスファターゼ[ALP]など）に異常が認められるものです。各施設によって基準値は異なりますが、人間ドック学会ではASTとALTに関しては表1の判定区分と

項目(単位)	異常なし	軽度異常	要経過観察・生活改善	要医療 (要治療・要精検)
AST (U/L)	0-30	31-35	36-50	51-
ALT (U/L)	0-30	31-40	41-50	51-

表1 日本人間ドック学会の判定区分

しています。最近では、人間ドックにおいて異常が指摘される原因として高コレステロール血症と並んで最も多く認められるのが、この肝機能異常です。これは、肥満や糖尿病といった方が多くなり、脂肪肝（国内に2,000万人以上存在すると言われています）による肝機能異常を認める方が多くなっていることが理由の一つと考えられています。

2 肝機能異常のメカニズムは？

ASTやALTは肝臓の細胞の中で代謝や解毒といった肝臓の働きであるさまざまな生化学反応に関わる酵素です。肝臓は体の中の最大の臓器であり、肝細胞の数はおよそ2,500億個程度あると言われています。肝臓の細胞が破壊されるとASTやALTが血液中に放出されるため、破壊の程度によりこれらの数値が上昇します。このような酵素を肝逸脱酵素と呼びます。肝細胞がB型肝炎ウイルスやC型肝炎ウイルスに感染すると、感染後の時期によって自分の免疫がウイルス排除のために感染した肝細胞を攻撃します。このような反応が急激に起きるものが急性肝炎と呼ばれ、持続的に起きるのが慢性肝炎と呼ばれます。ウイルスなどの感染がなくても自分の肝細胞に反応して免疫が攻撃してしまう自己免疫性肝炎という病気もあります。また、アルコールや一部の薬物などは直接肝細胞を破壊してしまうことにより、ASTやALTといった肝逸脱酵素が上昇します。

γ -GTやALPが同時に上昇するときには、肝臓で作られる胆汁が肝臓の中や胆汁の通り道の胆管の中で、胆石や腫瘍、炎症などによって流れが悪くなり、胆汁がうっ滞している状態になっていると考えられます。ALPが正常で γ -GTだけ上昇している場合は、アルコールや脂肪、一部の薬剤が肝臓に負担をかけている状態であると考えられます。

3 肝機能異常を指摘されたら？

健康診断などで肝機能異常を指摘された場合には、基本的には各健康診断の「要経過観察」や「要医療」の指示に従ってください。ALT値の異常に関しては、2023年に奈良県で開催された日本肝臓学会総会において、健康診断等でALT > 30であった場合にかかりつけ医を受診しようという「奈良宣言2023」（図1）が宣言されました。かかりつけ医では、図2に示すように肝炎ウイルス検査が陽性の場合にはウイルス性肝炎を疑い専門医に紹介していただきます。肥満や糖尿病、脂質異常症、高血圧の合併または脂肪肝があり、血小板数20万/mm³未満、FIB-4 index 1.3以上を満たすときにも専門医に紹介するよう推奨されています。また、飲酒量が男性60g/日、女性40g/日以上かつAST、 γ -GT値に異常があるときにはアルコール性肝障害を疑います。さらには、その他の原因による肝障害疑いとして、薬物性肝障害や自己免疫性肝炎、原発性胆汁性胆管炎、原因不明の肝障害などがあげられ、これらの疾患が疑われた場合にも専門医に紹介していただきます。以上のように、ALT値が30を超えていますと慢性肝臓病が隠れていることがありますので、まずはかかりつけ医を受診し必要があれば当院肝胆膵内科に紹介していただください。また、肝臓に関する相談は何でも受け付けますので、当院の肝疾患相談室（直通0561-61-1878）までお電話ください（平日9:00-12:00, 13:00-17:00）。



図1 「奈良宣言2023」啓発アイコン

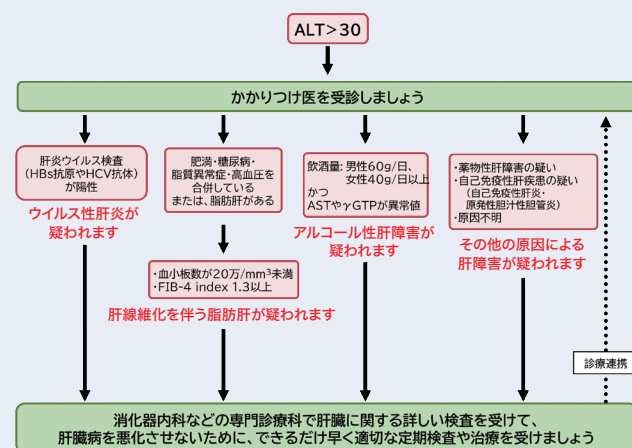


図2 「奈良宣言2023」におけるかかりつけ医と専門医の連携フロー図

肥満症治療センターが新たに開設されました

肥満症治療センター部長 神谷 英紀

齊藤 卓也
(消化器外科)

近藤 正樹
(糖尿病内科)

① 肥満症とは

肥満症とは、体内に脂肪が過剰に蓄積し、健康に悪影響を及ぼす状態のことです。健康な人が体重の診断基準値 (BMI=25※) を超えても、必ずしも肥満症と診断されるわけではありません。肥満症では、遺伝的体質や内臓脂肪の蓄積に伴う体重増加に加え、糖尿病、高血圧、脂質異常症、痛風、脂肪肝などの関連する健康障害を1つ以上発症しています。この状態を放置すると、将来的に心筋梗塞、脳卒中、腎不全、悪性腫瘍などの致命的な合併症を引き起こすリスクが高まります。そのため、早期の体重減少や代謝改善治療が必要です。また、睡眠時無呼吸症候群や月経異常、腰痛、膝痛などの運動器疾患にも罹りやすくなります。

※BMIとは、Body mass indexのことです。
体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)にて計算する。

② 治療は3つの柱

肥満症治療は、大きく分けて次の3つの方法で行います。

1. 行動療法 食事療法と運動療法を組み合わせたもので、肥満症治療の基本です。

2. 内科治療 減量効果のある薬を服用したり、注射をしたりする方法です。

3. 外科治療 胃の一部分を切除（腹腔鏡下スリーブ状胃切除術または腹腔鏡下スリーブ・バイパス手術）することで、食べ過ぎを防ぐ方法です。

最も重要で、必ず続けてほしいのが**行動療法**です。薬を使ったり手術を受けても、行動療法を続けないと、十分な効果が得られません。

③ 当院のサポート体制

行動療法を一人で行うのは難しいものです。当院では、医師だけでなく、管理栄養士、理学療法士、臨床心理士、看護師などの専門スタッフが、患者さん一人ひとりの状態に合わせて、食事や運動のアドバイス、心のサポート（患者会、ACTプログラムを準備中）を行います。

内科、外科の診察だけに留まらず、睡眠科、精神神経科、リハビリテーション科、循環器内科、消化管内科、肝胆膵内科など、他の専門科とも連携し、患者さんの体の状態を詳しく調べます。その上でどの治療法が最適か、専門のチームで話し合い、患者さんと一緒に治療計画を立てていきます。

④ 新しい治療法について

近年、肥満症治療は目覚ましい進歩を遂げています。大きな注目点について2点紹介します。

1. GLP-1受容体作動薬の保険適用拡大

内科治療で用いられるGLP-1受容体作動薬は、より効果的に体重を減らせるようになりました。従来は2型糖尿病の患者さんへの処方に限られていましたが、2024年4月から、糖尿病を発症していない肥満症の患者さんも、管理栄養士の指導のもと、この薬を使用できるようになりました。

2. スリーブ・バイパス手術の保険適用

より減量効果の高い外科治療の一つであるスリーブ・バイパス手術

(図1) が、2024年6月から保険適用となりました。

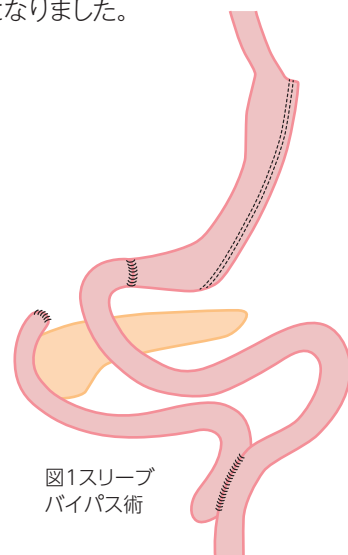


図1 スリーブバイパス術

これらの進歩により、多くの方が、より自分に合った治療法を選択できるようになりました。

⑤ 最後に

肥満症の治療は、単に体重を減らすだけではなく、健康な体を取り戻すための大切な取り組みです。当院では、患者さんが安心して治療に取り組めるよう、全力でサポートいたします。

今まで、諦めていた方も一度ご相談ください。

外来診療案内

● 31 肥満症治療センター

(中央棟3階・消化器外科内)

毎週金曜日 午前9時～11時 受付

※かかりつけ医または当院各診療科からの紹介、当日直接受診

● 患者会・集団療法 (ACT)

運動療育センター内

毎週金曜日15時～

(希望者が集まり次第開催予定)



MRI・CT検査時の心理的ストレスを軽減 —検査室内に映像投影システムを搭載—

日本初! プロジェクションマッピング搭載のMRI検査室が完成

2024年3月に、MRI検査室が新たに増設されました。この検査室に日本で初めてとなるプロジェクションマッピングシステムが搭載されました。MRI装置と検査室内の壁にプロジェクションマッピングで、自然の風景映像等を投影します。

MRI検査の閉塞感が苦手な方も多いと思いますが、リラックスして検査を受けていただけると期待しています。



No.23-MRI室(プロジェクションマッピングの例)

CT検査室にバーチャルウィンドウ

また、CT検査室にバーチャルウィンドウを導入しました。検査室の天井に仮想窓として、本当の空の眺めが屋内空間にあるかのような広がりのある空間を演出するデザインの画像が写っています。



No.4-CT室(バーチャルウィンドウ:仮想窓)

メリット

閉鎖感・圧迫感による検査への不安やストレスの軽減ができます。検査室の無機質で冷たいイメージを払拭し、患者さんにとってより快適で温かみのある空間になっています。好きな映像を流すことができ、入室時から検査に対する恐怖感を軽減することができます。造影剤を使用した時の副作用が低減したという科学的なエビデンス(根拠)があります。

※状況によりご案内できる検査室は異なりますので、あらかじめご了承ください。

中央放射線部のホームページでは最新の検査・治療機器の導入情報を掲載しています。是非ご覧ください。

<https://aichi-med-u-radio.com>



副作用低減
論文紹介



愛知医科大学
公式 SNS に動画も
載っています



X(旧 Twitter)



Instagram



中央放射線部
ホームページ



実は身近なものである精神科診断を抱える方をサポートしていきます

精神神経科 部長 宮田 淳

精神神経科の紹介

精神神経科では、統合失調症、双極症（躁うつ病）、うつ病、不安症（パニック症、社交不安症、全般不安症など）、強迫症、神経性やせ症、成人の神経発達症などの幅広い精神科診断の診療をしています。また重症のうつ病などに対する修正型電気けいれん療法、治療抵抗性のうつ病に対する反復経頭蓋磁気刺激療法、治療抵抗性の統合失調症に対するクロザピン療法などの専門性の高い治療法により、地域の診療所・精神科病院との連携に積極的に貢献しています。また、てんかんセンターおよび認知症疾患医療センターとして、他科と協力しながら、てんかんおよび認知症の専門的な診療を行っています。

精神科診断は実は多くの方が当てはまります

皆さんの中には「精神科は自分とは関係ない」と思っておられる方も多いかもかもしれません。米国である地域の全家庭を対象にした大規模調査では、約29%の方が不安症、約21%の方がうつ病または双極症に、現在かかっているか、または過去かかっていたことが報告されています。精神科診断全体なら、おそらく半数以上の方が生涯に何らかの診断に該当することになります。精神科診断には病気（疾患）としての側面と個性としての側面があります。当科では、病気と捉えて治療したり、個性と捉えてその付き合い方を身につけることで、より自分らしい生活が送れるようサポートします。

統合失調症の持続性注射剤の注射時の痛みを緩和する

統合失調症の治療においては、再発予防のために服薬を継続することが重要ですが、人間は誰でもついお薬を飲み忘れることがあります。内服のかわりに2週に1回あるいは4週に1回の持続的注射剤を利用することで、飲み忘れによる再発を効果的に予防できますが、注射のときに少

し痛いのが難点でした。当科はいたみセンターと協力し、注射の前に保冷剤を2分間当てておくだけで注射時の痛みを半減できることを明らかにし、持続性注射剤を利用する患者さんの診療に取り入れています。

認知行動療法の開始

当科では患者さんの症状やこころの悩みに対して、臨床心理士による心理療法を提供しています。これまで週1回、グループ心理療法（数人の患者さんと心理士で実施）として認知行動療法を行っていましたが、2024年4月より新たに個人の心理療法（患者さんと心理士が1対1）を開始しました。認知行動療法は、「自分の考え方（＝認知）のクセや行動のパターンに気づけるようになること、またそれらを修正すること」を通して、直接には変えることが難しい感情や身体症状にアプローチしていくものです。種々の精神科診断や症状に対する治療効果が最もしっかりと調べられている心理療法でもあります。認知行動療法の導入により、患者さんがご自身のこころの悩みとうまく付き合えるようになったり、より社会復帰しやすくなるようにサポートします。



認知行動療法

栄養サポートのメッカとして

栄養治療支援センターという新発想

医療の現場で「栄養」というと、給食や食事制限、バランスの良い食事といった食事に関することが以前は主流でした。しかし、近年では人口の高齢化や老年栄養という新しい考え方が広まり始め、「栄養」はより広い意味を持つようになりました。栄養状態を意味する「栄養」や人工的な栄養サポートを指す「栄養」、食べる問題全般を指す「栄養」などが注目されています。従来の食事を指す「栄養」は、主に介入・治療の一つの選択肢とも考えられます。当院には、栄養治療支援センターというユニークなセンターがあり、すべての「栄養」に対応できる体制をとっています。

フレイル外来

当センターは、広い意味で「栄養」をとらえ、加齢や疾病、生活の変化に関連する老化現象に関してアプローチしています。フレイル外来では、高齢者の老化を信頼度の高い方法でしっかりと評価し、食事だけでなく生活の様々な問題に手を当てるような個別性の高いケアを提案します。

フレイルは、加齢に伴い変化した栄養問題、社会面の問題等で生じる老化を表す言葉です。健康寿命（要介護になるまでの年数）を少しでも延伸し、したいことをできる、食べたいものを食べられる老年期をおくる支援を提供いたします。

栄養サポート体制

当院の栄養サポート体制は、日本屈指の質を誇っています。診療現場の質に加え、研究面でも圧倒的な業

栄養治療支援センター 副部長 前田 圭介

績を出し続けてきています。当院での診療における栄養サポートの実績や、適用しているコンセプト、発表してきた論文の両方が高く評価され、日本の医療保険および介護保険の規則改善に寄与しました。

入院中の栄養サポートでは、栄養サポートチーム（多職種チーム）および病棟に配置された管理栄養士が活躍します。院内での専門教育プログラムを充実させ、根拠がある理にかなった栄養サポートを実践できるよう日々精進しているところです。栄養状態の悪化や食べる問題に不安をお持ちの方は、病棟スタッフへご相談ください。

専門領域

栄養治療支援センターのリーダー医師は、内科と外科両方に専門性を発揮できる老年科医です。また、糖尿病等の代謝性疾患を専門とする医師、緩和ケア・臨床栄養・外科領域を専門とする医師が主軸となり運営しています。



栄養治療支援センタースタッフ

老化・栄養問題を抱える人を診る



／ よろしくお願ひします！！ ／

新|人|奮|闘|記



信頼される臨床検査技師を目指して

中央臨床検査部

下田汐梨

(2024年度入職)

中央臨床検査部の仕事

中央臨床検査部の実施する検査は大きく二つの種類に分かれ、一つは検体検査といいます。尿、便、血液などの材料を検体として検査します。もう一つは生理機能検査といいます。患者さんの身体に直接機器や器具を装着して検査します。心電図や脳波、超音波検査などがあります。これらの検査結果をもとに医師によって病気の診断や治療方針が決定されていきます。

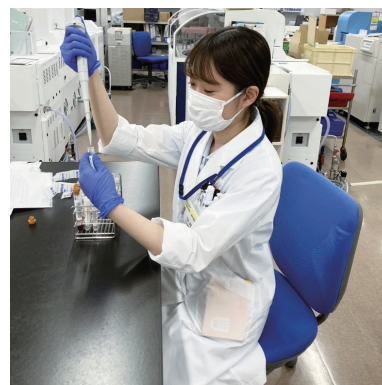
私は検体検査の中でも、化学免疫検査部門に所属しています。検体検査はこの化学免疫検査部門と形態検査部門という二つの専門分野に分かれています。化学免疫検査部門では採取された血液や体液中の蛋白、酵素などの成分濃度やウイルスなどの感染症に関する項目、腫瘍マーカーなどを検査しています。



測定機器に試薬を補充する様子

苦労したこと

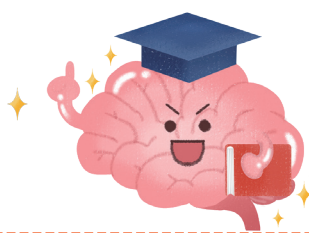
入職して約4か月が経ち、新しい環境にも次第に慣れてきましたが、教育期間中のため覚えることが大変多く、日常業務を行うだけで精一杯の毎日を過ごしています。私の所属する化学免疫検査部門では、扱う機器の種類が特に多くどれも精密であるため、それぞれの機器の特徴など様々な知識を身に付ける必要があります。機械で測定しているのなら、人の手が必要な場面は少ないのではといった印象を持たれるかもしれませんが、実際には検査結果の確認に加えて、検査結果が正確であることを保証するための精度管理や、試薬の補充、機器のメンテナンスなどといった、機器が問題なく使用できるための点検作業も行っています。それでも、毎日機器を稼働させていると予期せぬトラブルが発生することがあります。初めてトラブルに遭遇したとき、どのような対処をしたらよいのかわからず困っていた中、臨機応変に対応する先輩方の姿を見て私も柔軟に対応できる力を身に付ける必要があることを実感しました。



検体を分注する様子

やりがい・今後の目標

中央臨床検査部では検査結果の報告だけでなく、医師や看護師からの検査に関する問い合わせに答える業務も行っています。問い合わせの内容としては、検査の追加や検体の扱い方、検査結果の解釈の仕方などが主にあります。私はまだまだ経験が浅いため、先輩方に確認しながら対応していますが、対応していく中で検査の意義など学ぶことが多くあるのでやりがいを感じています。今後の目標としては日常業務に慣れるだけでなく、様々な症例を経験して検査に関する知識を深めていき、みなさんから信頼される臨床検査技師になれるように日々成長していきたいと思っています。

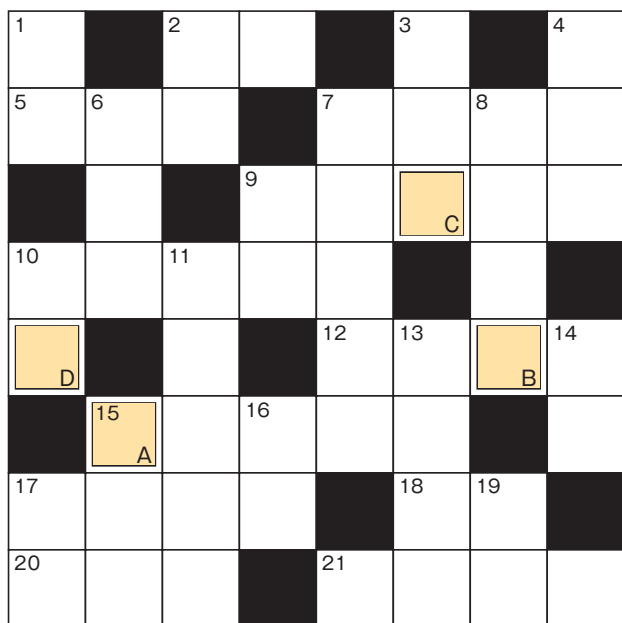


Let's

脳トレ

健康企画

～挑戦してみよう!～

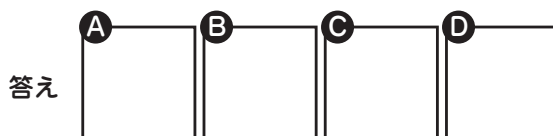


Q1

Crossword Puzzle

クロスワードパズル

タテ、ヨコのカギをヒントにA～Dの文字を並べてできる言葉が答えです



答え

答えは10ページへ ➡

↓ タテのカギ

- ① 動物の体を覆い保護している組織。
- ② 地中に打ち込んで目印や支柱にする棒。
- ③ 早い時期。「〇〇〇発見」
- ④ 肛門などに挿入する薬。
- ⑤ 自分の名前を書くこと。署名。
- ⑥ 大気中で周囲よりも気圧が高い所。
- ⑦ 茶の葉を入れておく円筒形の容器。
- ⑧ 細長い木や金属。「警〇」「金〇」「綿〇」
- ⑨ 夏の代表的昆虫。雄は腹面に発音器を持ち、それにより鳴く。
- ⑩ プラスチック製の部品を組み立てて作る模型。
- ⑪ 砂漠や草原に生え、とげの植物。
- ⑫ そのことをするのに費やされる時間や労力。
- ⑬ 多人数が歌につれて踊ること。また、その踊り・歌。「東京〇〇」
- ⑭ めぐり合わせ。ラッキー。
- ⑮ 雨や日光をよけるために使う道具。
- ⑯ 服装・言動が気どつていて、嫌な感じをもたせること。

➡ ヨコのカギ

- ② 大気中にかたまって浮かぶ水滴または氷の粒のこと。
- ⑤ 夫と妻。夫婦のやや改まった言い方。
- ⑦ 茶の若葉を摘み取って発酵させ、乾かしたもの。また、それを熱湯で煎じた飲み物。
- ⑨ すっかり忘れてしまうこと。忘れ去ること。
- ⑩ 羽を回して風を起こす機械。
- ⑫ 明日の次の日。
- ⑬ 意図した状態。企んだとおり。
- ⑮ 電流が体の中を流れて、びりびりっと感じる事。
- ⑯ 勝負や競争の相手。恨みのある相手。
- ⑳ 自転車・オートバイなどの腰をかける部分。
- ㉑ あちこちに点々と散らばって存在すること。

Q2

クイズ

QUIZ

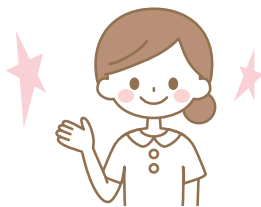
今号の表紙絵「柿」に関するクイズ!

柿を乾燥させて作る伝統的な保存食として干し柿がありますが、干し柿の表面に現れる白い粉は何でしょう。

- ① 毒性のないカビ ② 糖の結晶 ③ アミノ酸の結晶

答えは10ページへ ➡





愛すまいる通信



果物の上手な摂り方

果物は、ビタミン、ミネラル、食物繊維を豊富に含んでおり、日常の食生活に取り入れることが推奨されています。しかし、適切な量と方法で摂取しないと、中性脂肪の増加や肥満、糖代謝異常などを引き起こすおそれがあり、健康に悪影響を及ぼすこともあります。ここでは、果物の上手な摂り方についてお伝えします。

果物の適量は？

厚生労働省と農林水産省により「何を」「どれだけ」食べたら良いかを示した「食事バランスガイド」や、厚生労働省が策定している「健康日本21(第三次)」では、1日に摂る果物のおおよその量として、200g程度としています。これは、みかんの場合は2個程度に相当します。糖尿病の方は、1日80kcalま

果物200gの目安

みかん 2個	柿 1個
りんご 1個	桃 1個
バナナ 2本	梨 1個

果物80kcalの目安

みかん 2個	柿 1個
りんご 半分	桃 1個
バナナ 1本	梨 半分

での果物摂取が勧められており、りんご半分程度に相当します。これは、個別の病態や併存疾患によって調整する必要があるため、主治医や管理栄養士と相談して決めると良いでしょう。

ジュースやドライフルーツでもいいの？

果汁100%ジュースは生果物に比べて糖分が多く、食物繊維が失われているため注意が必要です。ジャム、ドライフルーツ、缶詰のような果物の加工品は、濃縮や乾燥、砂糖の添加により、重量当たりのエネルギーや糖分が加工前の果物と比較して増加しているものが多いため、「果物」というよりは「お菓子」と考えましょう。

美味しい果物の選び方

果物を選ぶ際には、色、香り、硬さ、そして外観を総合的にチェックすると良いでしょう。また、旬の果物は新鮮で美味しいだけでなく栄養価も高いため特におすすめです。

●うんしゅうみかん：大きすぎず、色が濃く、皮が薄くて身から浮いていないもの

●ブドウ：色が鮮やかで果皮に張りがあり、白いブルーム（果粉）があるもの

●イチジク：ふっくらと大きくて適度な弾力があり、甘く豊かな香りがするもの

果物の上手な取り入れ方

甘いお菓子を適量の果物に置き換えることで、エネルギーや脂質の過剰摂取を防止し、ビタミンや食物繊維の摂取量を増やすことができます。適切な量とバランスを意識し、果物の自然な甘みと栄養を上手に取り入れてみましょう。

基礎疾患がある方は、主治医や管理栄養士に相談し、自分に適した方法で果物を摂取するようにしましょう。

栄養部 管理栄養士
福田 春花

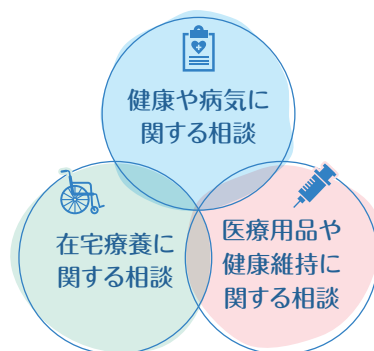
INFORMATION!

愛知医科大学病院 健康情報室 愛すまいる

みなさんが心と身体の健康を保つために役立つ健康情報を届ける部屋です。また、病気とうまく付き合いながら自分らしい生活ができるよう「愛」と「笑顔」でサポートします。



20 健康情報室 愛すまいる
(中央棟2階 カフェ・ド・クリエ隣)
開室時間：9時～17時(平日)



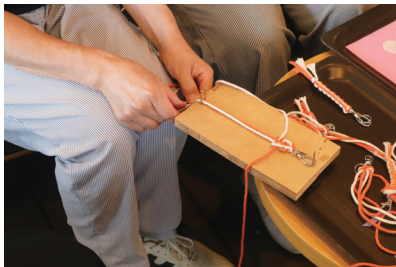


認知症疾患医療センターだより

9月はアルツハイマー月間です！

1994年「国際アルツハイマー病協会」(ADI)は、世界保健機関(WHO)と共同で毎年9月21日を「世界アルツハイマーデー」と制定しました。また、9月を「世界アルツハイマー月間」と定め、認知症への関心と理解を深めるための取り組みが世界中で行われています。

当院では、認知症に関する普及啓発活動として、認知症に関する相談で **14** 総合相談室にお越しいただいた方に、認知症の当事者やそのご家



キーホルダー作成の様子

族が当院認知症カフェで作成したオレンジ色のキーホルダーを配布します。どなたでも相談可能ですので、お

気軽にお立ち寄りください。
※キーホルダーは数に限りがございます。



キーホルダー



特別室を利用した 1泊2日人間ドックのご案内

2人に1人ががんになる時代

大学病院ならではのハイレベルな検査を受けてみませんか？

当院では、がん、脳卒中、心臓病等の早期発見・予防のために大学病院ならではの最新機器、医師体制で皆さまの健康維持サポートを人間ドックを通して行っています。

予約方法

HPよりWeb予約、電話、FAX
※詳しくは当院HPをご覧ください。



日程(1泊2日)

- ①月曜日(入院)～火曜日(退院)
- ②木曜日(入院)～金曜日(退院)

お問合せ

14階特別室病棟
TEL:0561-62-3311(内線33405)
※施設見学、説明会は随時行っています。



特 徴

- 検査終了後に担当している教授から検査結果説明を行います。
- 検査で異常があれば、検査結果説明後にすぐ専門医の予約を取ることが可能です。
- 静かで落ち着いた特別室に宿泊いただき、ゆっくり検査を受けられます。
- コンシェルジュが案内し、スムーズに検査を受けることができます。



P8 脳トレの答え

Q1 クロスワードパズル

答え **オ ツ キ ミ**

- 【タテ】①ヒフ、②クイ、③ソウキ、④ザヤク、⑥サイン、⑦コウキアツ、⑧チャツツ、⑨ボウ、⑩セミ、⑪プラモデル、⑬サボテン、⑭テマ、⑮オンド、⑯ウン、⑰カサ、⑱キザ
- 【ヨコ】②クモ、⑤フサイ、⑦コウチャ、⑨ボウキヤク、⑩センブウキ、⑫アサツテ、⑮オモウツボ、⑰カンデン、⑱テキ、⑳サドル、㉑テンザイ

Q2 クイズ

答え ② 柿霜(しろう)と呼ばれ、柿の中に含まれる糖分が乾燥する過程で表面に染み出して結晶化したものです。

教育・研究・診療の基盤整備(施設・設備) 事業募金へのご協力をお願いいたします

> 募金一口の金額

個人…………… 10,000円
法人…………… 50,000円

> 免税の取り扱い

本学は、所得税の税額控除が適用される対象法人としての証明を受けております。



安心・安全の信頼できる先進医療の提供、地域とともに歩む医療の推進、新たな医学・医療の開拓に取り組んで参ります。



インターネットからでも
寄附ができます。

愛知医大 募金

検索



資料送付等
お気軽に
お問合せください。

お問合せ先

愛知医科大学 資金・出納室
TEL 0561-63-1062(直通)
E-mail: sikin@aichi-med-u.ac.jp

愛知医科大学病院の理念と基本方針

理 念

特定機能病院として、診療・教育・研究のすべての領域において、医療を基盤とした社会貢献を目指す

- 社会の信頼に応える医療機関
- 人間性豊かな医療人を育成できる教育機関
- 新しい医療の開発と社会還元が可能な研究機関

基本方針

- 患者の人間性を尊重した全人的医療の提供
- 信頼関係を大切に安全で良質な医療の実践
- 豊かな人間性と優れた医療技術を持った医療人の育成
- 先進的医療技術の開発・導入・実践の推進
- 災害・救急医療への発展的取り組み
- 地域医療への貢献と連携推進

2024年度の祝日開院日について

下記の祝日は通常診療いたします

2024年

- 9月16日 月・祝 敬老の日
- 9月23日 月 振替休日
- 10月14日 月・祝 スポーツの日
- 11月 4日 月 振替休日

2025年

- 1月13日 月・祝 成人の日
- 2月11日 火・祝 建国記念の日
- 2月24日 月 振替休日
- 3月20日 木・祝 春分の日

※上記以外の祝日については休診となります。



愛知医科大学病院
ホームページ



受診を
希望される方



Instagram



X



編集後記

秋の訪れを感じる季節となり、柿を表紙にした第23号をお届けいたします。本号では、心不全包括管理センターの開設や肥満症治療の新たな取り組み、日本初のプロジェクションマッピング搭載MRI検査室など、最新の医療情報の特集しました。皆様の健康や日々の生活に少しでもお役立ていただければ幸いです。今後とも愛知医科大学病院をどうぞよろしくお願いいたします。

病院広報委員会広報誌部会長 森 直治

■ 2024年9月発行 ■ 編集・発行／愛知医科大学病院 病院広報委員会

■ お問い合わせ／愛知医科大学病院 病院管理課 TEL:0561-62-3311 FAX:0561-63-3208

愛知医大病院

検索