

02 | 医学ひとくちコラム 全身麻酔ってこわい？

06 | 穀菜食レシピ かぼちゃプリン

2022 秋 / VOL. 82

かけはし

To make man whole through Christ's love

こころとからだのいやしのために キリストの心でひとりひとりに仕えます

全身麻酔ってこわい？

「全身麻酔で覚めないことはないですか？」手術の前によく聞かれる質問です。「大丈夫です。必ず覚めますよ」とお答えしています。「私、麻酔がかかりにくいんですけど大丈夫ですか？」という質問も多いです。これは恐らく歯科治療などで言われたことから、大丈夫です。手術の際には、術前の検査と問診から患者さまそれぞれに調節した量のお薬を使いますので、必ずぐっすりおやすみになれます。

大きな手術の際には必ず麻酔が必要になります。手術を受けるだけでも不安があるのに、さらに麻酔を受けることには大きな不安を感じる方もいらっしゃるでしょう。麻酔

科医は患者さまが快適に安全に手術を受けられるよう、手術の前から最後までケアをさせていただきます。



全身麻酔の実際の流れを簡単に説明します。最初にモニターを付けます。心電図、血圧計、パルスオキシメータは皆さんに必須で、手術室にいる間はずっと計測をしています。また、寝た後には脳波モニターや筋肉を刺激して動きを見るモニターも使います。様々なモニターを使うことで、より安全で適切な管理

 診察のご予約はこちら

+病院・教会通りクリニック
☎ 0570-02-1489 (ナビダイヤル)

+めぐみクリニック (不妊治療専門)
☎ 03-5335-6401

+健診センター
☎ 0570-02-8079 (ナビダイヤル)

+歯科
☎ 03-3392-8281 (ハニワイ)

●医療社会相談窓口
☎ 03-3392-6151 (代表)

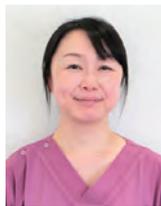
●地域医療連携室
☎ 03-3392-6151 (代表)

●在宅ケアセンター
+訪問看護ステーション
☎ 03-3220-0550 (直通)
+訪問介護ステーション
☎ 03-3392-6360 (直通)
+指定居宅介護支援事業所
☎ 03-3220-0547 (直通)

ができるようになっていきます。全身麻酔は点滴から眠くなるお薬が入って始まります。眠った後は呼吸も止まってしまふため、呼吸の管理も必要になります。眠ってからお口に1センチ程の太さのチューブを挿入します。チューブを通して麻酔のガスや空気を送ります。手術が終わった時には痛みのない状態で麻酔を切つて目が覚めます。

術前の検査結果や問診、術中のモニターから必要量を計算してお薬を投与していますのでご安心ください。

「手術の後は痛くないの?」これも皆さんがもつ疑問です。手術後ですから全く痛くないとは言えません。しかし硬膜外麻酔、神経ブロック、鎮痛薬など痛み止めの方法はたくさんあり、ほとんどの痛みはとることができます。痛い時には我慢せずに医師や看護師に相談をしてみてください。



麻酔科医長
いなわらるい
稲村 ル斗



東京衛生
アドベンチスト病院便り

安全な分娩を目指して

妊娠すると、無事に元気な赤ちゃんを授かり、お母さんは退院できる—みなさんはそう思われていますか？ 中には、お母さんが亡くなることもあります。2015年には日本で年間50人ほど妊産婦が亡くなっています。出産後の大

テム普及協会(J-CIMELS)です。出産に関わる全ての職種のス タッフに、標準的な母体救命法を普及させることを目的とし、シミュレーション教育を主軸として います。



量出血などが原因です。近年、母体死亡数は減少し、2020年には出産10万人に対し2.8人まで低下しました。これは世界的に見てもかなり低く、トップレベルです。この減少に大きく寄与しているのが、2015年7月に設立された「日本母体救命シ

当院では2016年にこの講習を導入し、出産に関わる全てのスタッフの受講を定期的に行っています。他の病院から多くのインストラクターの先生をお招きし、日頃共に働く医師、助産師、看護師で受講し、母体の急変対応のチームワークがよりレベルアップしました。母体に起こり得る様々なシチュエーションを想定し、実際の現場で生かせるようにトレーニングをしています。これからの安心、安全な無痛分娩をみなさまに提供できるよう、一丸となって取り組んでまいります。



産婦人科医師

かつて えりこ
勝手 恵理子

KATSUTE, Eriko

- ① 出身地：東京都
- ② 趣味：コーラス
- ③ 小学校の時得意だった科目：
理科、体育

④ 医師になったきっかけ：
大学（他学部）在学中に身体のことをもっと知りたいと思うようになり、転向しました。

⑤ 患者さまへの一言：
受診者のみなさまの健康に関する不安や疑問によりそい、わかりやすい説明を心がけます。どうぞよろしく願いいたします。

新任常勤医師の紹介



しょうづがわ かずみ
内科医師（健診） 小豆川 和美

- ① 出身地：神奈川県横浜市
- ② 趣味：テニス、舞台観劇
- ③ 小学校の時得意だった科目：
体育

④ 医師になったきっかけ：
小中高大学と、陸上やテニスでケガが絶えず、お世話になった先生方に憧れをもったため。

⑤ 患者さまへの一言：
妊娠・出産は当たり前ではなく、奇跡のようだと思います。患者さまに良い結果が実るよう、安全な医療を心掛け、精一杯努めてまいります。

新任常勤医師の紹介



まなべ しずえ
めぐみクリニック 眞鍋 静恵
婦人科医師



「銀」認定を取得しました
健康優良企業

PHP（健康増進活動拠点病院）である当院は、患者さまに健康を提供する病院として、職員の健康づくりにも力を注いでいます。東京都医業健康保険組合において「健康企業宣言」をした当院は、「職場の健康づくり、環境整備」がテーマであるSTEP1のチェック項目をクリアして、健康優良企業「銀」認定を取得しました。「金」認定となるには、「企業の健康経営、本人と家族の健康づくり、安全衛生」がテーマであるSTEP2のクリアが必要となります。引き続き、患者さま、地域の方々、職員の健康づくりと健康な街づくりに貢献できるよう努力してまいります。

穀菜食 レシピ



濃厚なめらか簡単レシピ

材料 (4人分)

かぼちゃ	160g (約1/6個)
卵	1個
牛乳	1/3カップ
てんさい糖	1/2カップ
生クリーム	大さじ3弱
シナモンパウダー	適宜

【栄養価】1人分

エネルギー：172kcal
たんぱく質：3.3g
脂質：6.8g
炭水化物：24.8g
塩分：0.1g
食物繊維：1.7g
レチノール活性当量：189μg



栄養科長 渡邊 恵一

今回は秋の味覚、かぼちゃを使用したプリンをご用意しました。かぼちゃは煮物やてんぷらなどのイメージがありますが、欧米ではパンプキンやスクワッシュと呼ばれ、お菓子にもよく使われます。炭水化物を多く含み、野菜の中でもエネルギー源として用いることができます。

また、緑黄色野菜の代表でもあるかぼちゃはβカロテンを豊富に含み、ビタミンAの活性を有するレチノール活性当量として、成人女性の1日に推奨される摂取量の約30%をこのプリン1人分で摂ることができま。抗酸化作用、免疫力アップも期待できます。是非お試しください。

かぼちゃプリン

つくりかた

- 1 かぼちゃはワタを取り除き、適当な大きさにカットして皮をむく。ラップに包んで柔らかくなるまで電子レンジで加熱し、熱いうちによくつぶす。
- 2 卵、牛乳、てんさい糖、生クリーム、シナモンパウダーを混ぜ合わせる。
- 3 1のかぼちゃに2を合わせ、なめらかになるまで混ぜる。
- 4 耐熱容器に3を流し入れてバットに並べ、2～3cmの高さまで水をはる。
- 5 150℃のオーブンで約25分焼く。

肉も魚も使わない！
ヘルシー料理...



最も傷ついたはずの方

新潟県の美術館で修学旅行中の中学生数名が展示中の芸術作品を激しく破壊したという記事に心を痛めました。ところが3日後にその作家のコメントが発表された時、私は慰められました。要約すると次の通りです。「一線を越えた行為だけど、怪我させた訳でないし、破壊されたのは物です。……ただ彼らの不満や欲望を表現する方法がないことを大人は考えてあげなければ……」

中学生たちは、その行為に對する何らかの処罰は免れないのだと思います。けれども、最も傷ついたはずの作家からのゆるしは、彼らの心に慰めと力を与えるのではないかと思います。

私たちが間違いを犯し、いろいろな形でその刈り取りを

神はそのひとり子を
賜わったほどに、
この世を愛して下さった。
ヨハネによる福音書3章16節
(口語訳)

経験しますが、本当の「刈り取り」の身代わりとなるために神はひとり子イエスをこの世（人類）にお与えになりました。この世（人類）はそのイエスを憎みましたが、最も傷ついた神は人を愛し続けておられます。それは私たちにとって慰めと力です。

チャプレン ノート

永田 英子

減量ステップアップ講座

— さよなら脂肪 —

一人では続かなかった減量も
仲間と一緒に楽しく！
栄養士によるチェック、
指導もあります！

* 時間 13:30 ~ 15:30

* 日程 [冬季コース] 2023/2/6(月) ~ 3/13(月)
(2/6、2/13、2/20、2/27、3/6、3/13)

費用：全6回分 40,700円(税込)

血液検査、活動量計、健康食品、
物品などのお土産付き

* お問合せ・申込 健康教育科

03-3392-6151(代表)

平日 9:00 ~ 17:00 (金曜日 14:00 まで)

または、kenkokyoiku@tokyoeisei.com



5月12日に開催された杉並区主催
のシンポジウムにおいて、コロナ専
用病床を確保した基幹病院として
杉並区より感謝状を受領しました。

東京衛生アドベンチスト病院の
公式YouTubeチャンネル

マンモグラフィーサンデー

* 日時 10/16(日)、2023/2/12(日)
8:00 ~ 11:30(予約制)

内容：杉並区乳がん検診
杉並区子宮頸がん検診

* お問合せ・申込

健診センター

0570-02-8079 [ナビダイヤル]



病院 HP



医療法人財団 アドベンチスト会
TOKYO ADVENTIST HOSPITAL

東京衛生アドベンチスト病院

〒167-8507 東京都杉並区天沼3-17-3

(代表電話) 病院 03-3392-6151

教会通りクリニック 03-3392-6161

発行月 2022年 10月 第82号 年4回

発行 広報委員会 表紙 暁い秋 ©TAKAYA,Manabu

<https://www.tokyoeisei.com>