

東大病院だより

東大病院×IMT「医家の風貌」展
青山胤通肖像（和田英作）

表紙の肖像画はインターメディアテク「医家の風貌」展にて展示されている、内科医の青山胤通(1859-1917)の肖像画です。青山は1882年に東京大学医学部を卒業。翌年、ドイツへの官費留学生として選ばれベルリン大学に留学し、ルドルフ・ウィルヒョウらに学びました。1887年に帰国し、30歳に満たない若さで帝国大学医科大学(現・東京大学医学部)の内科学講座の教授に就任し、多くの人材を育てました。香港のペスト流行(1894年)の際、調査のために大日本私立衛生会附属伝染病研究所(現・東京大学医学研究所)の北里柴三郎らとともに派遣され、遺体の解剖(病理解剖)と診察を行う中で自身も感染し、一時は死線をさまよいました。医科大学附属医院長を2度務めた後、1901年より帝国大学医科大学長を16年間務めました。在任中に胃噴門癌により死去しました。

肖像画の作者は洋画家の和田英作(1874-1959)です。代表作には「渡頭の夕暮」などがあり、「原法学博士肖像」をはじめとした名士の肖像を描いたことでも知られています。1943年には文化勲章を受章しました。



東大病院敷地内(臨床研究棟西の前)にも葉巻を手にした青山胤通の胸像がある(新海竹太郎作「青山胤通像」)。同じ時期に外科で活躍した佐藤三吉の胸像と並んで設置されている。

出来事 8月～11月

9/7月

第29回メディア懇談会

メディア関係者向けに当院の活動などを紹介するメディア懇談会。今回のテーマは「臓器移植基幹病院としての東大病院の取り組み」でした。新型コロナウイルス感染防止のため初めてのオンライン開催となりました。
(パブリック・リレーションセンター)



10/1本
10/31土

第6回 東大病院地域連携会

かかりつけの主治医である地域の医療機関と特定機能病院である東大病院との連携を深めるために定期開催している東大病院地域連携会。今回はweb配信形式で、新型コロナウイルス感染症への取り組みほか19の診療科・センターの最新情報を配信しました。
(地域医療連携センター)



10/19月

令和2年度 防災訓練

休日の日中に震度6弱の地震が発生した場合を想定し、災害本部の立ち上げ、被災情報の収集、情報システムの運用確認などの訓練を実施しました。平日と違い限られた人数で迅速に対応するための見直しが行われました。
(災害医療マネジメント部、総務課、看護部、企画情報運営部 ほか)



外来診療棟・地下1階

「レストラン かどやてらす」に行ってきました!



お店のロゴには「難を転ずる」とされる南天の葉が。



11時からのランチでは色々な定食がいただけます。



お弁当やデザートのお取り置きもありません。



【特集】 女性骨盤センター

東大病院から世界へ発信
手術麻酔管理と周術期外来

医学歴史ミュージアムの紹介
「許浚博物館」とソウル薬令市「韓医薬博物館」

女性骨盤センター

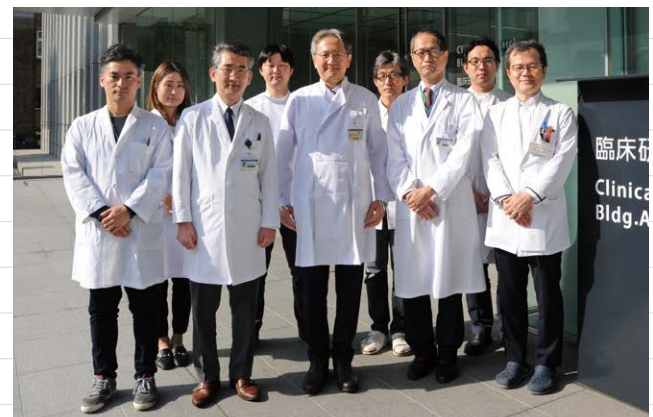
2020年9月に「女性骨盤センター」を新設しました。骨盤臓器脱や尿失禁など女性の骨盤にまつわるさまざまな問題に対し、女性外科、泌尿器科、大腸・肛門外科のエキスパートが診療にあたります。

●関連診療科が総合的に診る 「女性骨盤センター」

高齢化社会が進むにつれて、女性の骨盤底(骨盤内の臓器を支える部分)に関する病気が増えつつあります。世界的にみても、妊娠、出産経験者の半数近くが何らかの形で骨盤臓器脱症状を持ち、また、全女性の約1割が80歳までに尿失禁あるいは骨盤臓器脱の手術を受けているといわれています。

女性の場合、骨盤底にある臓器は膀胱、子宮、直腸などで、これらが体外へ脱出しないよう周囲の組織によって支えられています。加齢や出産などの影響によりこれらの臓器が脱出することがあり、これを骨盤臓器脱といいます。当院ではこれまで、問題をかかえる臓器に応じて、泌尿器科、女性外科、大腸・肛門外科がそれぞれ別個に診療にあたってきました。近年、治療法の多様化、高度化が進み、それに対応した医療を提供するために、これらの診療科が総合的かつ協力体制を組んで診療を行い、さらに患者さんにとって受診しやすい環境を提供すべく、「女性骨盤センター」をオープンしました。

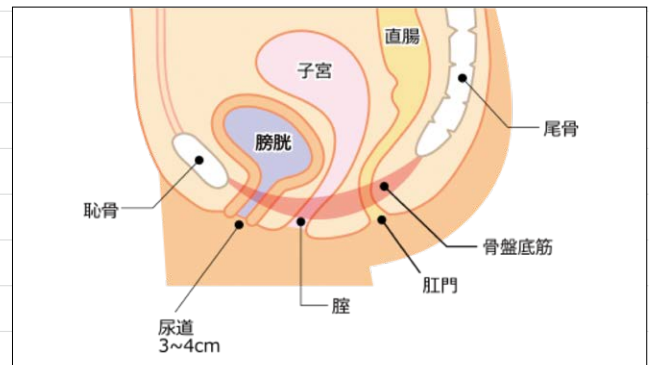
骨盤臓器脱(膀胱瘤、子宮脱、直腸瘤、小腸瘤)、尿失禁などが、本センターの主な対象疾患です。



女性骨盤センターのスタッフ

●「骨盤臓器脱」とはどのような病気？

骨盤底には筋肉や靭帯などの支持組織があり、膀胱、子宮、直腸などの骨盤内の臓器を支えています(図)。これらの支持組織が破綻して、骨盤内の臓器が全体的に下へ落ちてきてしまう状態が骨盤臓器脱です。子宮が膣から外へ飛び出てしまうこともあります(子宮脱)。



出典：女性の健康推進室ヘルスケアラボ (http://w-health.jp/)

骨盤底筋を含む骨盤内臓器の支持組織は出産や加齢の影響で断裂すると現在では考えられており、従来ではこの病気は多産の高齢者に多いとされてきました。しかし、畳の上で和服というスタイルから椅子とテーブルの生活へと変化したことで、以前よりも下半身の筋肉を使うことが減ったこともあり、最近では若い人や多産でなくても起こることがあります。また、毎日重いものを持つような仕事をしている場合や肥満体型の場合も腹圧がかかりやすいため、そのような人にも起こりやすいといえます。比較的稀ですが、出産経験のない方でもこのような状態になることもあります。

●患者さんからの訴えが重要です

膀胱の下垂(膀胱瘤)がひどくなると尿が出にくくなって残尿が多くなったり、尿失禁などの症状が現れることがあります。そのため、尿失禁がみられる患者さんに骨盤

臓器脱がみられないかどうかを確認することは重要です。尿失禁は衛生状態や生活の質(QOL)が悪くなる原因になります。

骨盤臓器脱や尿失禁など女性の骨盤機能障害に関する病気は、その性質から症状があっても羞恥心から受診するのをためらってしまいがちですが、適切な診療により治療できる可能性が十分ありますので、日常生活の不具合やQOLの低下などで困っている場合は当センターの受診を考えてみてください。まずは、患者さんからご自身の症状(臓器下垂感、股に何か挟まったような違和感、尿失禁など)について訴えていただくことが重要です。

【参考】女性泌尿器疾患・骨盤臓器脱(女性の健康推進室ヘルスケアラボより)：
http://w-health.jp/climacterium_trouble/pelvic_floor_disease/

●診療内容

骨盤臓器脱の治療として最初に試みることは、生活習慣の改善(減量、便秘治療、カフェイン過剰摂取の抑制など)と骨盤底筋訓練(ケーゲル体操ともいいます)です。弱くなった骨盤底筋の機能を回復させるために行います。具体的には、肛門括約筋を収縮させ、骨盤底筋を収縮させる筋力トレーニングです。1セット5~10回、1日5~10セットを12週間続けると約40%の方に尿失禁の改善がみ

られます。薬物療法をおこなうこともあります。腹圧性尿失禁はそれだけではなくならないので、骨盤底筋訓練と組み合わせて、あくまで補助療法として考えます。切迫性尿失禁、過活動膀胱の治療には抗コリン製剤、β3刺激薬などを使用しますが、抗コリン薬には副作用として口渇、便秘、残尿の増加、散瞳、眼圧上昇などがあり、閉塞性緑内障やイレウスの患者さんには使用できません。

骨盤臓器脱を根本的に解決するには手術療法が必要です。子宮脱および膀胱瘤に関しては、低侵襲手術、特に腹腔鏡下仙骨陰固定術をおこなっておりますが、従来型の手術である陰式子宮全摘出術、前後陰壁形成術、陰閉鎖術などもおこなっており、患者さんの全身状態、骨盤臓器脱の状態をみたくうえで、適切に判断します。腹腔鏡下仙骨陰固定術は、従来術式に比べ再発率が低く優れた術式です。当センターでは、腹腔鏡下仙骨陰固定術の発展型である医療用ロボットを用いたロボット支援下仙骨陰固定術を積極的に推進し、当センターのメンバーにおいて幅広く対応できるよう研鑽を積んでおります。子宮に関連した症状は産婦人科、膀胱に関連した症状は泌尿器科、大腸に関連した症状は大腸肛門外科をまずは受診してください。

受診をご希望の方へ

●診察日

女性診療科 初診外来または地域連携棟 … 月~金曜日(午前)
ヘルスケア初診外来…………… 月曜日(午後)など
泌尿器科 骨盤臓器脱外来 …………… 月曜日(午後)、金曜日(午前)
大腸肛門外科外来…………… 金曜日(午前)



※当院ホームページの女性骨盤センター外来担当一覧
(<https://www.h.u-tokyo.ac.jp/patient/depts/kotsuban/gairai/>)
をご参考にしてください。

●予約方法

かかりつけの先生などに紹介状を書いていただき、当院予約センターより左記の外来をご予約ください。

【東大病院 予約センター】
電話:03-5800-8630
受付時間:10時~17時(土、日、祝日、年末年始を除く)

●センター長からのメッセージ

骨盤臓器脱、尿失禁は、その症状を持っていることすら他人に相談できず、人知れず悩んでいる女性が多いいらっしゃいます。女性骨盤センターはそのような悩みを解決し、生活の質をあげるために最善の医療を提供いたします。子宮、膀胱、直腸の脱出症状は時として合併します。このために、子宮に関する産婦人科診療に優れた女性外科と、膀胱、尿路系の診療を専門とする泌尿器科と、直腸の診療に詳しい大腸・肛門外科が協力して診療できる女性骨盤センターを設立しました。骨盤臓器脱、尿失禁に悩む患者さんにきめ細やかに対応いたします。

女性骨盤センター センター長 大須賀 穰

手術麻酔管理と周術期外来

文 講師 河村 岳

麻酔科でこういった診療をしているかご存じですか？私は麻酔科医として十数年仕事をしていますが、医学部学生時代に病院実習に出るまでは、麻酔科での業務内容について詳しくは知りませんでした。それほど麻酔科の業務というのは一般には知られていないと感じています。

手術時の麻酔だけでなく、慢性疼痛にお悩みの方を治療するペインクリニック、癌の痛みなどを和らげる緩和治療、人工呼吸器などの管理が必要な集中治療も麻酔科医が携わることの多い仕事です。今回は手術麻酔と周術期外来の取り組みをご紹介します。

1 手術中麻酔科医はいついかにしているのか？

日本麻酔科学会のホームページには、「麻酔は、手術が安全に行えるように、手術中の患者さんの全身状態を維持することを最大の目的とした医療行為です。」とあります。

手術というのは身体を治すために行われますが、身体を傷つける行為でもあります。身体が傷つくときには痛み、ストレスが生じます。この痛みやストレスは身体にダメージを及ぼします。私たち麻酔科医は麻酔薬を用いて患者さんが痛みを感じないように、また手術中目が覚めないようにして患者さんのストレスを少なくする介入を行います。

しかしながら、麻酔薬はとても強い作用を持つため、身体の恒常性のバランスを崩してしまいます。本来であれば痛みを感じれば目が覚めますし、水分が足りなければのどが渇いて水を飲むなど、身体に感じる危機に対して防御する反応がおきます。全身麻酔では、何があっても自分では身を守れないような状況になってしまうため、患者さんご自身の代わりに危機に対応することも、麻酔科医が行う重要な仕事です。

麻酔科医は手術中いつでも患者さんの近くにいます。手術侵襲による身体の反応や変化に対応するために心拍数や血圧、血中の酸素濃度などを測定する様々なモニタリング装置を用い、循環(心臓の動きや血流変化など)・呼吸状態を観察します。痛みをとる鎮痛、目が覚めないようにする鎮静を麻酔薬投与により行っていますが、それだけでなく出血があっても心臓の動きが悪くならないように輸血や強心薬投与などによる循環管理、全身麻酔中には自力で呼吸をしづらくなるため人工呼吸を含めた呼吸管理を行っています。これらすべての管理が手術中の麻酔管理と呼ばれる業務です。

2 周術期外来とは

周術期というのは、術前・術中・術後を合わせた期間を

周術期外来の内部をご紹介します



エントランス



ロビー



模型や実際に使用する器具を見ていただきながら、分かりやすく説明していきます。

指します。麻酔科医は、主に手術室の中で仕事をしてきました。近年、手術技術・麻酔管理が向上し、今までは手術できなかった重篤な合併症を持つ患者さんや、高齢の患者さんにも、手術による治療ができるようになりました。そして、術前から全身状態をよくするための治療介入が重要であることが分かってきたため、手術の前から患者さんにかかわる必要が出てきました。このため麻酔科医の業務範囲は術中から周術期に広がってきたのです。

また、栄養管理や禁煙指導、術前術後のリハビリテーション(理学療法)によって術後治療効果を高められることもわかってきました。

「手術医療に関わる全ての患者の良好な予後に寄与する」ことを目的として、周術期外来は活動しています。

3 周術期外来で行っていること

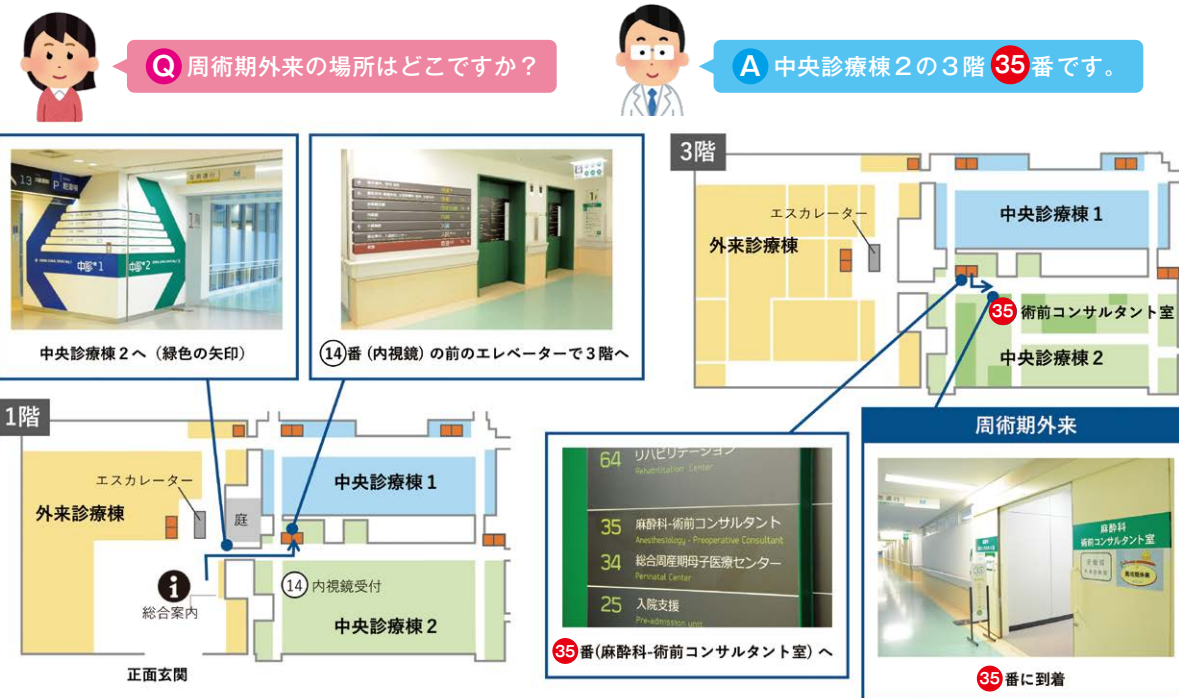
周術期外来では、麻酔科医が早期に術前患者さんの診察を行い、手術前に追加検査や治療介入の必要がないか入念に検討します。また、患者さんやご家族へ早くから手術に関する情報を提供し知識を持ってもらうことにより治療への意欲アップにつなげています。特に小児患者さんでは治療への不安が強いため、早くから知識を持っていただくことにより手術へ不安なく望めるようなお手伝いをしています。

4 多職種連携による介入

周術期という特殊な状況においては、手術する外科医、麻酔をする麻酔科医のほかに様々な専門家によるサポートがあることが大事です。身体を治すために身体をあえて傷つけるのですから、しっかりと回復してお元気になるっていただきたいと思います。そのために患者さんをお手伝いする専門家たちが周術期外来に協力しています。

具体的には、手術部看護師、歯科医師・歯科衛生士、管理栄養士、薬剤師、リハビリテーションをおこなう理学療法士やリハビリテーション科の医師、禁煙指導を行う禁煙外来の呼吸器内科医師や看護師などと相談し、多職種の連携により患者さんに少しでも良い状態で治療を受けていただけるよう協力しています。

現在は手術患者さんの一部にのみ周術期外来での診療を行っています。近い将来、当院の予定手術患者さん全員を周術期外来で診療することを目標としています。周術期には術後も含まれます。術後についても患者さんの疼痛管理など関与できることがあると考えています。前述のように現在もさまざまな職種が協力して診療を行っていますが、更に連携を強めてより良い医療を皆様にお届けしたいと考えております。



東大病院だより100号記念にあたって

前編集長、現顧問、東京大学名誉教授 加我 君孝

1. 創刊号(1993年)～第28号(1999年)(白黒コピー時代)

「東大病院だより」の創刊号は東京大学医学部附属病院(東大病院)の職員のために1993年に発行された。武藤徹一郎病院長(第一外科教授)の発案で、当時の東大病院の経営上の困難、アイトープの問題、古い外来・病棟の建て替えなど、直面している諸問題を病院の全職員へ伝えることを目的として白黒コピーで配布された。第1号から第21号までの編集長は薬剤部の伊賀立二教授が担当されていた。1997年の第22号より耳鼻咽喉科の教授で患者サービス委員会の委員長であった小生が担当することになった。

2. 第29号(2000年)より第100号(2020年)の現在



図1: カラー化した第29号の表紙

2000年1月1日発行の第29号からカラー印刷となった。当時の病院長の武谷雄二教授(産婦人科)にカラー化と病院の対外的広報へ切り替えることをお願いし実現した。その最初の表紙には葛飾北斎の赤富士(図1)を選んだ。編集担当は総務課、東大病院だより編集委員会、東大病院広報企画部を経て現在のパブリック・リレーションセンターへと変遷し、現在に至っている。70号より印刷会社が変わった。

新外来診療棟は1994年6月25日に竣工記念祝賀会を新外来診療棟のロビーで開催した。「東大病院だより」の第10号(1994年9月2日発行)には7月15日(金)の診療開始後は小さな混乱があったが順調にスタートしたことが記載されている。



図2: 新外来棟竣工記念のテレフォンカード



図3: バス通りに設置された美しい記念碑、今は汚れている

竣工記念の新外来診療棟全景のテレフォンカードが職員に配布された(図2)。新外来診療棟のバス通り側には書家の海野濤山氏による「東京大学医学部附属病院」の記念碑が新たに設置された(図3)。祝賀会は武藤徹一郎病院長の挨拶、来賓として元総長で古い東大病院の北病棟に入院経験のある有馬朗人先生(図4)、遠山敦子文部省局長、吉川弘之東京大学総長の祝辞が続いた。次に祝宴曲の演奏が2つあった。初めに病院職員の箏曲クラブの皆さんによるお箏の合奏、次いで東大学生吹奏楽部によるお祝いの演奏があった(図5)。この後お祝いの懇親会が開催された。図6は左より武藤徹一郎病院長、来賓の遠山敦子文部省局長、有馬朗人元総長で当時の国会議員、吉川総長に御挨拶されているシーンが映っている。小生の在職期間の16年の間に次々と建築家の岡田新一氏によるマスタープランに基づいた新しい建物が病院の敷地内に竣工し、



図5: 東大学生吹奏楽部の演奏



図4: 新外来棟竣工記念祝賀会での祝辞(有馬朗人先生)と箏曲クラブの皆さん



図6: 懇親会での様子

しかし竣工記念祝賀会の写真はその後掲載されていない。この機会に小生の手元にある写真を記録として掲載することにする。

現在では近代的な東大病院にすっかり変貌したが、新外来診療棟の竣工の時ほど職員の喜びが大きかったことはないように感じる。それは全く未経験のコンピュータ端末に向かって夜10時までの練習からボランティアの導入、会計の電算化など数限りない新たな制度の導入をゼロから学びながら新しい東大病院を動かし、患者サービスにも工夫し、胸を張って患者さんを受け入れることが出来たからではないか。その努力は文藝春秋誌の病院ミシュランで全国1位に選ばれたことに反映した。

連載記事の企画

1 東大キャンパスの花鳥風月(第29号～第45号)、東大病院の四季(第46号～第69号)

東大キャンパスに咲く花や季節の行事の写真による紹介と解説は、絵葉書にする価値がある。

2 東大病院の“遺産”シリーズ(第39号～第57号)

シリーズ第1回は胃カメラを取り上げた。東大病院の歴史的な機器や作曲家の山田耕作から寄贈されたピアノなど歴史的な遺産を紹介した。

3 東大病院から世界へ発信(第1期の第56号～第69号)

東大病院各科の新しい病気の発見、原因の解明、治療剤の開発など。

第1回は小児科の輸液の“ソリタT”の開発、福山型筋ジストロフィーの発見、耳鼻咽喉科の中樞聴覚伝導路、中耳伝音機構の解明を紹介している。第1期では22の診療科を取り上げた。第2期は70号より現在も継続している。

4 医学歴史ミュージアムの紹介(第52号～現在)

第1回はソウル大学医学部附属病院ミュージアム(博物館)を取り上げた。最初の頃は主に東大医学部出身の研究者の各地にある記念博物館を紹介し、その後は世界の医学歴史博物館を訪れ写真を撮り紹介している。本号の100号には韓国の2つの伝統医学の博物館について取り上げた。“医学歴史ミュージアムの紹介”はこれまでの企画の中で最長の連載となっている。

5 東京大学医学部附属病院の最近50年の歴史(1958年～2008年)(第61号～第68号)

第61号(2008年5月31日発行)は東大医学部・医学部附属病院創立150周年記念号であった。これを機

会にそれまでの50年の“東大病院の激動の現代史”の年表を残すことにし、編集委員会で作成した。それ以後の年表の作成も期待したい。

忘れられない取材・インタビュー記事

1 宇宙飛行士の古川聡先生

古川聡先生の記事は4回掲載した。第1回は第27号(1999年)で先生が大腸・肛門外科の医局員で宇宙飛行士に選ばれたところである。研究室でインタビューし紹介した。第35号(2001年)は宇宙飛行士訓練記、第64号(2009年)に国際宇宙ステーション(ISS)長期滞在の決定と筑波宇宙ステーションの紹介、第74号(2012年)にソユーズ宇宙船と163日間にわたる宇宙ステーションでの活動を紹介した。

2 聖路加国際病院理事長だった故日野原重明先生

2007年の新春特別号(第56号)を飾る“新春インタビュー”となった。新外来診療棟にボランティアを導入するにあたって、患者サービス委員会のメンバーで訪問し、アドバイスをいただいた。東大医学部学生の特別授業の「医の原点」シリーズでも講義をしていただいた。東大解剖学教室の教授であった細川宏先生の詩集『死者と花』のことも話題となった。

3 東大地震研究所や本郷消防署にも訪れ災害や火事と東大病院の対策などを伺って記事にした(第46、47号、2004年)。本富士警察署を訪れることは遠慮した。

4 音楽会

当時ボストン交響楽団の指揮者であった小澤征爾氏が主宰するコーラスグループ“城の音”のコンサートが入院棟Aの15階大会議室であった(第36号、2002年)。モスクワ音楽院助教授(現・教授)のピサレフ先生のピアノコンサートがあった。外来ロビーが世界最高レベルのピアノ演奏による美しい音楽で満たされた(第51号、2005年)。

「東大病院だより」の題字は第31回日展特選(書)の書道家・海野濤山氏より寄贈していただいたものである。

100号を振り返り、東大病院の歴史と現在の活動を知る重要な資料としての広報であることを改めて知ることとなった。

様々な合併症を引き起こす「乾癬」

～生物学的製剤による根元に近い治療～

文 皮膚科 講師/皮膚科乾癬センター センター長 吉崎 歩

乾癬は体のいろいろな部位に発赤や皮膚が剥がれて“うろこ”のような症状を引き起こす、皮膚病の一種です。皮膚症状だけでも、患者さんに痒みや外観上の障害を来しますが、全身的な合併症を引き起こし寿命までも縮めることがある重要な疾患です。かつては、治療法として外用薬や光線療法しかなく、外用の煩わしさや、頻回の受診が治療の継続を難しくしていました。近年、研究が盛んに進められ、生物学的製剤や内服薬が登場したことにより、乾癬の治療は大きく進歩しています。

■ 乾癬は様々な症状を引き起こす

乾癬は皮膚に発赤や“うろこ”のように剥がれる症状が出現する皮膚病の一つです。乾癬は感染と発音が同じなので、人に移る病気ではないかと心配される患者さんもおられますが、伝染病ではありませんので、家族や身近な人に移る心配はありません。乾癬の発症メカニズムは未だ完全には明らかにされてはいませんが、近年、盛んに研究が進められ、病態にはサイトカインと呼ばれる炎症性物質が重要であることが明らかとなっています。このサイトカインは皮膚症状だけでなく、関節炎や眼に生じるぶどう膜炎、動脈硬化や心筋梗塞、脂質異常症や糖尿病のような代謝性疾患、メタボリックシンドローム、うつ病などにも関係があると言われています(図)。つまり、乾癬において皮膚症状は氷山の一角であり、その背後には様々な合併症が潜んでいます。大規模な観察研究では、重症の乾癬患者さんでは、これらの合併症のために健康な人と比べて寿命が短くなるという結果も見いだされており、乾癬は油断のならない重要な疾患です。

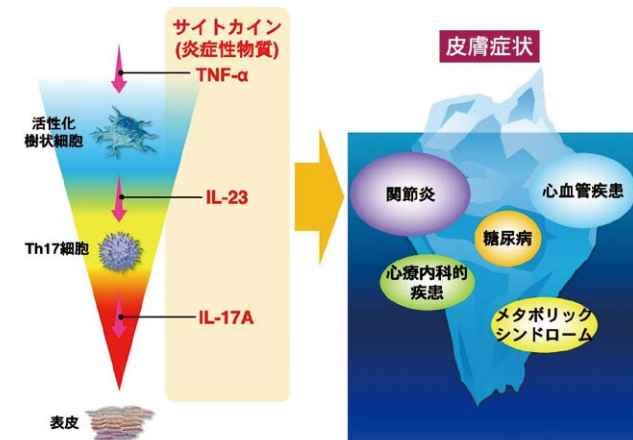
■ 生物学的製剤を中心に進歩し続ける乾癬の治療法

従来、乾癬の治療には外用薬、光線療法、内服薬などが用いられてきましたが、近年、サイトカインをターゲットとした生物学的製剤が登場し、顕著な効果を発揮することが明らかとなっています。前述した通り、乾癬においてサイトカインは病態の根元に近い病因ですから、生物学的製剤は現存する中で最も乾癬の根元付近にアプローチできる治療薬と言えます。生物学的製剤による治療が

奏功した場合、外用薬の使用量は減りますので、日々、外用薬を塗布する煩わしさが軽減し、この点でもメリットの多い治療法と言えます。

■ 皮膚科乾癬センターの設立

このように現在、乾癬に対する治療法は多岐に渡っています。そこで、私たちは2018年12月に皮膚科乾癬センターを設立しました。特に私たちが得意としている生物学的製剤による治療法は、薬剤として10種類以上が存在し、その選択は複雑化しています。乾癬センターでは患者さんの病態や、年齢、日常生活の忙しさなどを考慮し、個々人の状況に合わせた治療法を選択できるように心がけています。



免疫力を高める“鮭の粕汁”

鮭は1年を通してスーパーで売られていますが、実は、秋から冬にかけて旬を迎えます。今回は、旬の鮭とたっぷりの野菜に、風味やまろやかさが味わえる酒粕を加えて煮込んだ「鮭の粕汁」をご紹介します。寒くなる時期におすすめの一品です。



ワンポイントアドバイス

酒粕は日本酒の種類によって味が変わりますので、ぜひ自分好みの酒粕を見つけてみてください。保存袋に入れしっかりと空気を抜けば冷蔵庫で6か月程度保存することが出来ます。また、冷凍では1年程度保管することが可能です。

【材料】(4人分)

- 酒粕.....50g
- 生鮭.....100g(1切れ)
- 大根.....150g
- にんじん.....50g
- ごぼう.....50g
- 油揚げ.....1枚
- 青ねぎ.....少々
- 味噌.....大さじ2~3杯
- A [水.....500ml
- 昆布.....5cm角1枚
- B [水.....100ml
- 干し椎茸.....小サイズ2枚

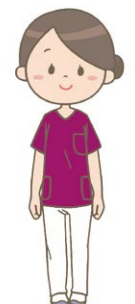
【作り方】

- ① 鍋にAの水500mlと昆布を入れておき、別のボウルにBの水100mlと干し椎茸を入れ水に戻す。戻った椎茸は軸を切り、4等分にカットして戻し汁と一緒に昆布の入っている鍋に合わせる。
- ② 酒粕はボウルに入れ、鍋からとった50~100mlほどのだしを入れて溶きほくしておく。
- ③ 鮭は皮ごと切って4等分にし、大根とにんじんはいちょう切りにしておく。ごぼうは乱切り、油揚げは短冊切り、青ねぎは斜め薄切りにしておく。
- ④ AとBを合わせておき鍋に入れておく。火をかけ沸いてきたら大根・人参・ごぼうを入れ火が通ったら、鮭と油揚げを入れる。
- ⑤ 鮭の色が変わってきたら昆布を取り出し、こし器を用いてだしに溶いた酒粕と味噌を溶き入れる。
- ⑥ 器に盛り付け、ねぎを添える。

	生鮭	塩鮭
エネルギー	133kcal	199kcal
たんぱく質	22.3g	22.4g
脂質	4.1g	11.1g
炭水化物	0.1g	0.1g
食物繊維	0g	0g
ミネラル		
カリウム	320mg	350mg
カルシウム	14mg	16mg
マグネシウム	28mg	30mg
リン	240mg	270mg
鉄	0.5mg	0.3mg
ビタミン		
A	11μg	24μg
B1	0.15mg	0.14mg
D	32μg	23μg
B2	0.21mg	0.15mg
C	1mg	1mg
K	0μg	0μg
葉酸	20μg	11μg

鮭の成分(可食部・100gあたり)

鮭に含まれるビタミンAは、抗酸化作用および免疫を活発にする免疫賦活(ふかつ)作用などがあり、風邪の予防効果が期待されます。旬の鮭にはビタミンDも豊富に含まれており、骨粗鬆症予防につながります。また、酒粕にもビタミン・ミネラルが豊富に入っているため、疲労回復や免疫力向上の効果が期待され、からだを温める効果もあるため寒い時期にぴったりです。



医学歴史 ミュージアムの紹介 42

「許浚博物館」と ソウル薬令市 「韓医薬博物館」

文と写真◎加我 君孝
協力◎Lee-Suk Kim(東亜医科大学名誉教授)

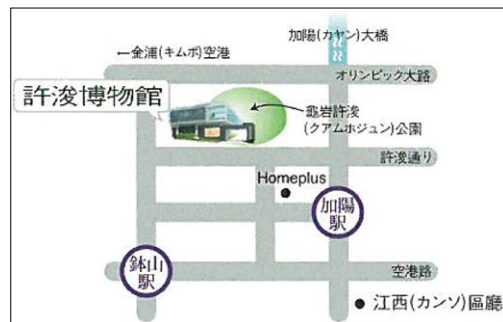


図1:許浚博物館の地図



図2:許浚博物館の外観

第I部 許浚博物館(図1, 2)¹⁾

許浚(ホ・ジュン、1539-1615)は韓国医学を『東医宝鑑』全25巻に集大成した医師である(図3)。この『東医宝鑑』は徳川幕府第8代将軍徳川吉宗の命で享保9(1724)年に初めて日本語に翻訳、出版された。それまでの中国医学しか知らなかったわが国の医学にも大きな影響を与えた。鎖国令(1633年)により長崎の出島から西洋医学の情報が断片的に入ってきた頃のことである。『東医宝鑑』は2009年にユネスコ世界記録遺産に登録された²⁾。許浚博物館は許浚が生まれ、『東医宝鑑』を執筆し、晩年を過ごしたソウル江西区に建立された。近くに薬草園、亀岩(クアム)許浚公園がある。



図3:許浚(ホ・ジュン、1539-1615)の肖像



図4:許浚記念室



図5:許浚が執筆している様子。
机の周囲には各種の薬草が置かれている

◆内医院と韓医院の模型

内医院とは宮廷の病院をさし、韓医院とは一般の病院のことをさし、わかりやすく展示している。内医院での王の治療をしている展示(図8)では御医すなわち王と王族の診療を行う医官が青色の官服をまとっている(図9a)。医女の制度は李氏朝鮮(1406年)より実施され、成績優秀な医女は王室の女性の治療にあたった。藍色のチマ(スカート)に黄緑色のチョゴリ(上衣)を着た(左)、さらに黄色のチマを重ね着した。頭部に黒タンの頭巾を被った(図9b)。



図8:内医院で御医が王を治療している



図9:御医の医官(a)、医女の官服(b)



図10:ソウル薬令市韓医薬博物館



図11:薬草から薬をつくっている



図12:韓医院の病室で患者に薬を与えている



図13:薬草による足湯体験場

博物館の紹介

◆許浚記念室(図4)

韓国医学の歴史的概観を説明している。数千年にわたり中国へ高麗人参やウコンを輸出し、中国からは漢方を輸入する深い交流があった。仏教を通してインドの医学の影響も受けた。日本の医学書には百済や新羅で処方された内容が記載されている。韓国医学はこのような歴史的背景のもとに独自の医学を発展させ、許浚は産科や救急などの著作を表した。

◆『東医宝鑑』室

許浚が執筆している様子(図5)と『東医宝鑑』全25巻が展示されている(図6)。その内容は序2巻と分野別に①内景篇(内科)4巻、②外形篇(眼・耳・手足・皮膚など)4巻、③雑病篇(汗、吐、寒(上・下)、婦人、小児など)11巻、④湯液篇3巻、⑤鍼灸篇1巻となっている。内容の1例を(図7)に示した。



図6:国宝の『東医宝鑑』の展示



図7:東医宝鑑の内容の一部。人体の解説と韓方学の考え方

◆薬草と薬草室、医薬器具室

第II部と共通しているのものが多くII部にまとめて紹介する。

第II部 ソウル薬令市韓医薬博物館³⁾

韓方薬の流通の中心地である、ソウル薬令市(薬の売買の市)のソウル韓方振興センターの中に地上3階建ての「韓医薬博物館」がある(図10)。薬草から薬を作っているところ(図11)や病室で患者に薬をのませているところ(図12)が模型で展示されている。

薬草による足湯体験場(図13)

伝統的な韓屋の楼閣の下で、韓方薬剤の入ったお湯に足をつけて治療を兼ねて休息をとる体験施設が用意されている。わが国の足湯は温泉に足をつけるだけであるが韓国では韓方薬の入った湯の中に足をつけることで治療とともに、心と体の安らぎ、心身ともに癒す時間を体験させている。



図14:韓医学センターの今日の予定。
1.ハーブティー、2.薬草による足湯、3.薬草



図15:韓方薬辞典(英文)



図16:ハーブティーの体験コーナー。
右より菊、ハッカ、タンポポ、ヨモギ



図20:動物由来の生薬の素材となった鹿の角(a)や蛇の皮(b)など

- <参考>
1.許俊博物館(Heo Jun Museum)パンフレット
2.佐野由佳他:薬草の博物誌。森野旧薬園と江戸の植物図鑑(LIXIL BOOKLET) 第2版、2017。
3.ソウル韓方振興センターパンフレット
4.ピョ・マンソク(著)、市川剛(訳):KBS(韓国放送)東医宝鑑 上・下、産学社エンタプライズ、2013。

Korean Medicine Center(図14)と Materia Medica(図15)

韓方薬の紹介とハーブティーを楽しむコーナーである。韓方薬のテキストはMateria Medicaという英文の辞典としてまとめられている。このテキストの題はローマ帝国時代の軍医ディオスコリデスの『De Materia Medica Libriqueneque(薬物誌)』からとったものであろう。ハーブティーは4つの薬草を選んで試飲することができるようになっている(図16)。

薬草の採集道具と薬剤への精製道具

薬草を採集するための道具(図17)や採集した薬草から薬剤にする道具(図18)がたくさん展示されている。



図17:薬草の採集道具



図18:薬草を薬剤にする道具



図19:韓方薬の素材となる薬草の実や根(a)と石薬の素材の鉱物(b)

韓方薬の素材コーナー

韓方薬の素材となる薬草の実や根(図19a)と石薬の素材の鉱物(図19b)や動物由来の生薬の素材となった鹿の角(図20a)や蛇の皮(図20b)などが豊富に展示されている⁴⁾。

おわりに

“韓方薬”は漢方薬ほどは日本では知られていないが共通の薬が多いように見受けられる。韓国とわが国の歴史的な医学交流をよりよく知るためにソウルを訪問する機会に2つの博物館の訪問をお勧めしたい。

がんと診断されたら ～ひとりで悩まず相談を～



日本では、生涯のうち、約2人に1人ががんにかかると推計されています。検査の精度が向上し、新しい薬や治療法が開発されるなど、現在では、複数のがんで早期発見・早期治療が可能となっています。仕事をもちながら、がんの治療で通院している人も増加しており、その数はおよそ32.5万人で、男性が約14.4万人、女性が約18.1万人と推計されています^(※1)。

■ 結論は焦らずに

がんと診断されたら不安になるのは当然のこと。「担当医とうまく話せなかった」「説明が難しく」「治療法はこれでいいの?」「経済的なことが心配」「仕事はやめるべき?」「治療後の外見が気になる」…悩みは人それぞれです。そのような時は、ひとりで結論を急がずに、家族や信頼できる人、あるいは、全国の「がん相談支援センター^(※2)」に相談してみたいかがでしょうか。がん相談支援センターは、相談者の話を聴きながら悩みの原因を探り、解決の手助けしてくれる専門の窓口です。東大病院は、国の地域がん診療連携拠点病院に指定されていますので、院内に誰でも無料で相談できるがん相談支援センターを設置しています。

■ まずご相談を

「東大病院 がん相談支援センター」では、経験豊富な看護師が相談員としてお話を伺っています。プライバシーに配慮し、相談者の考えを尊重しながら、心配ごとをひとつずつ解決するために、各種情報提

供、支援機関への紹介などを行います。外見ケアを専門とする当院の医師と連携し、がん治療にともなう脱毛や傷跡などの相談もお受けしています。

2018年に同センターが行った調査では、ウイッグの試着を希望した23件のうち21件が、試着場所の提供以外にもウイッグの装着や選択についての助言が必要であったという結果が得られています。さらに、試着をきっかけとして、就労など外見ケア以外の相談に発展するケースも多くあることが分かりました。きっかけは何であれ、人に話すことで、自分がなぜ不安に感じているのかが明確になることもあります。ひとりで悩んでいないでまずご相談ください。

- (※1)厚生労働省「平成22年国民生活基礎調査」及びそれを基にした同省健康局の特別集計データ
(※2)国立がん研究センター「がん情報サービス」で検索できます。下記<参考サイト>参照。

- <参考サイト>
・国立がん研究センター「がん情報サービス」(がんに関する幅広い情報)
<https://ganjoho.jp/public/index.html>
・認定NPO法人 キャンサーネットジャパン(がん患者さんと家族の支援)
<https://www.cancernet.jp/>
・オンコロ(治験、臨床試験、医療、イベント情報など)
<https://oncolo.jp/>
・東大病院がん相談支援センター(各種イベントのご案内もしています)
<https://www.h.u-tokyo.ac.jp/patient/depts/gansoudan/>



東大病院 がん相談支援センター
がんに関する相談(電話・面談)を無料でお受けしています。
場所: 入院棟B・1階
時間: 平日9:00~12:00 / 13:00~16:00
TEL: 03-5800-9061(直通)

- ※面談希望の方は事前予約をお勧めします。
※乳がん術後ケア用品やウイッグなど外見の悩みもご相談ください。
※他院に通院されている方やご家族の方もご相談いただけます。

TOPICS

第57回ベルツ賞を受賞

腎臓・内分泌内科 南学正臣教授の低酸素誘導因子HIFの慢性腎臓病(CKD)病態への関与とその治療応用に関する研究が高く評価され、第57回ベルツ賞で1等賞を受賞しました。

※ベルツ賞は1964年に設立された伝統ある国内の医学賞です。



看護部 「看護フェスタ2020」開催

今年は看護師の知識を活かし、皆さんが安心して楽しめる会場づくりを心がけ、万全な感染対策のもと11月5、6日の2日間、開催しました。体験コーナーに代わり動画による展示を取り入れるなど新しい試みも。「医療者も実施する感染対策・日常生活での工夫」を紹介した展示の前で足を止める方が多かったようです。



“レストラン かどやてらす”オープン

11月2日、外来診療棟・地下1階にレストランがオープンしました。えひめ宇和島郷土料理を提供する本郷キャンパス山上会館内「かどや山上亭」の姉妹店です。

レストラン かどやてらす

<営業時間> 平日の9:30~17:00

和食・洋食・中華・麺類・デザート・飲物(店舗の様子は裏表紙をご覧ください)



東大病院へのご寄附のお礼

1. 東大病院募金

東大病院募金へのご寄附は、①医療機器の購入、②スタッフの育成、③サービスの向上・院内環境の整備のために役立たせていただきます。

● 寄附者ご芳名 ご承諾いただいた方に限り、ここにご芳名を掲載させていただきます。

※2020年6月1日～2020年8月31日時点(順不同)

金澤良信様 溝上宏様 伊藤武様 北島頼明様 古谷早苗様 大澤長彦様
有村龍雄様 高波敏明様 東山都紀様 阿川勝彌様 山本功様 東絵里様
中山恵晶様 佐々野俊彦様 高橋富士男様 志村昭様 三吉利明様 三吉法子様
磯村克彦様 坂本温子様 宮田順子様 常盤基様 鈴木透様
株式会社一理 有安誠一様 医療法人社団ききょう会 理事長 清水健一郎様

● お申込み状況

総件数：931件 総額：194,739,626円

● お申込み方法

・WEBサイトからクレジットカードでいますぐご寄附いただけます。

お申込みページ(https://fundexapp.jp/h_u-tokyo/entry.php)

・外来診療棟、入院棟スタッフステーションにあるパンフレット同封の申込書にご記入のうえ、お近くの当院職員にお申し出ください。

スマートフォン・
携帯電話の方はこちら



2. 東大病院メディカルタウン基金

健康で長生きできる社会を実現するため、クリニカルリサーチセンター(CRC)、分子ライフイノベーション棟、入院棟Bを最先端医療拠点として整備することができました。皆様からのご支援は、引き続き東京大学基金を通じて最先端医療拠点の機能維持・強化のために役立たせていただきます。30万円以上ご寄附の方については、安田講堂と院内に銘板を掲示させていただきます。



● 寄附者ご芳名 ご承諾いただいた方に限り、ここにご芳名を掲載させていただきます。

※2020年4月1日～2020年6月30日時点(順不同)

山本功様 相良隆弘様 東京大学消費生活協同組合様

● お申込み状況

総件数：173件 総額：35,605,389円

● お申込み方法

東京大学基金ホームページ(<http://utf.u-tokyo.ac.jp/>)からクレジットカード等でいますぐご寄附いただけます。

※ご寄附についてのお問い合わせ

東大病院 研究支援課 Email:bokin@adm.h.u-tokyo.ac.jp TEL:03-5800-9753(直通) 受付時間：平日 午前9:00～午後5:00