

## こども病院ひるば

編集 医療サービス・広報委員会 〒420-8660 静岡市葵区漆山 860 TEL: 054-247-6251(代表) FAX: 054-247-6259

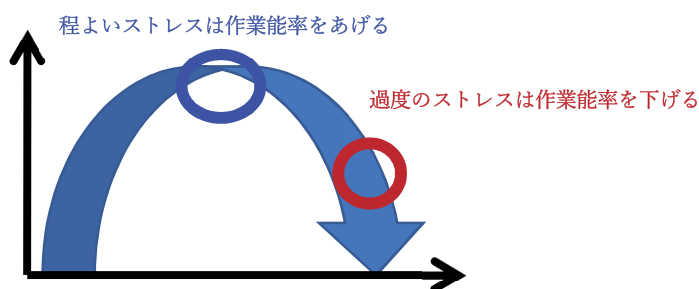
## ストレスとうまくつきあおう

こころの診療科 大石 聡



ストレスときくと、つい患者あつかいしがちですが、適度なストレスは人間にとって必要なものです。頑張るべきことがあって、それが適度の負荷となるからこそ、人間は努力するわけですし、成長もうまれます。ストレスは人生のスパイスでもあります。

そのためにも、ストレスを程よくコントロールすることは欠かせません。こうしたストレスのコントロールの上手い人と、下手な人がいます。どんな違いがあるのでしょうか？ 自分に当てはまるところがありそうですか？



ストレスに弱い人	ストレスに強い人
無趣味（仕事がすべて）	趣味が多い（仕事と別の自分）
内向的（コミュニケーションしない）	外向的（コミュニケーションに積極的）
プライドが高い（人に甘えるのが苦手）	見栄を張らない（甘え上手）
頭の切り替えが苦手	切り替え上手、メリハリがある
真面目で羽目を外せない	やるときはやる。考え方が柔軟

自分の考え方の「くせ」を知ることも大事です。ジュースが半分入ったコップを眺めても、「もう半分飲んでしまった。どうしよう」という人と、「まだ半分残ってるのか。楽しめそうだ」という人がいます。同じストレス状況でも、それをどう受け止めるかは人それぞれで、人によって異なるものの見方や考え方（認知）を持っています。自分の考え方の「くせ」（認知のゆがみ）を知り、悲観的な考えを修正することで、ストレスを過剰に受けないようにできるのです。感情も考え方に左右されるので、考え方を変えることで、不快な気分を軽減することもできます（認知療法）。

ストレス解消法の要点は、ストレスが溜まってくる前から、日ごろの生活の中に気分転換や趣味の時間といったものをちりばめておくことです。「時間があつたら」ではなくて、積極的に予定を立てましょう。変に恰好をつけて「健康のために」「自分を高めるために」などと、頑張ることを増やすと、逆効果ですよ。素直に、自分が「気持ちいい」「楽しい」と思えるものを選びましょう。わざわざ遠くに行ったり、予約をその都度とるのも大変です。場所や時間に縛られずにやれることを探してみましょう。

# 救命のその先へ

集中治療科 川崎 達也

## 集中治療センターの再編

2021度は当院集中治療の新たな船出、そして変革の1年でした。開設から15年、小児集中治療センター（PICU）と循環器集中治療センター（CCU）の病床を再編、昨年6月より「集中治療センター」として一体運用を始めました。疾患を問わず、より急性期の重症患者をPICUに集約、CCUはハイケアユニットとして回復期に入った重症患者、綿密な観察や看護ケアに重点を置いた患者を収容する方針としました。

他診療科医師や様々な職種の皆様から手厚いご協力を頂きながら1年余りが経ちました。PICU/CCU満床による予定手術延期は消滅、一般病棟での予兆ある急変も回避できるようになりました。

この大規模な組織改編に意欲的に取り組んでくれた集中治療センタースタッフには、この場を借りて心から感謝致します。

また私どもの診療に対して、粘り強くご指導、ご支援下さった他診療科や各職種の皆様にも、改めて御礼申し上げます。

表1に示すように当院の外科系各科の術式は益々複雑化し、周術期管理の重要性が年々高まっています。安定した周術期成績を維持できるよう、研鑽を積んで参ります。

また各領域の慢性期管理の進歩、予防接種や事故防止教育普及を背景に重症救急患者は減少傾向にありますが、「小児医療最後の砦」に相応しい診療・ケア水準を維持し、静岡県外の皆様の付託に応えてゆきたいと存じます。



表. 周術期にICU管理を要する術式の具体例

領域	術式
心臓血管外科	すべての心臓手術 すべての大血管手術
小児外科	開腹腫瘍摘出術 肝胆膵手術 消化管穿孔修復術（腹膜炎） 消化管閉塞解除術 多くの開胸手術 喉頭形成術 気管形成術
整形外科	脊椎手術（側弯症など）*
脳神経外科	開頭腫瘍摘出術 開頭血腫除去術
形成外科	頭蓋顔面手術*（脳神経外科との合同） 口蓋形成術

\*は近年当院で開始されたもの

## 集中治療後症候群 (Post-intensive care syndrome, PICS)

集中治療領域では、重篤な患者に対する診療の質は長らく「救命率」や「在室日数」で評価されてきました。しかし、敗血症や重症呼吸不全、大手術後といった重症患者は例え急性期を乗り越えても、身体・認知・メンタルヘルスに年余にわたる機能障害を抱え、退院後のADLが大きく損なわれることが少なくありません。

この現象は従来も「大病を経て痩せた、衰えた」と漠然と認識されていました。近年、より科学的、体系的に評価されるようになり、「集中治療後症候群PICS」として定義されました。退院後1年以上を経ても、多くの重症患者は筋力低下、抑うつやPTSDなどの症状で、病前の生活を取り戻せていません (図)。

PICS治療や予防に関する研究は緒に就いたばかりですが、急性期からの積極的なリハビリテーションや浅い鎮静、栄養管理、良質な睡眠の確保、家族のケア参加といった取組に光明が見出されています。人手の要る地道な介入ですが、救命後に長い人生を歩む小児患者だからこそ、救命後その先を見据えた急性期管理に努めてゆきたいと思います。

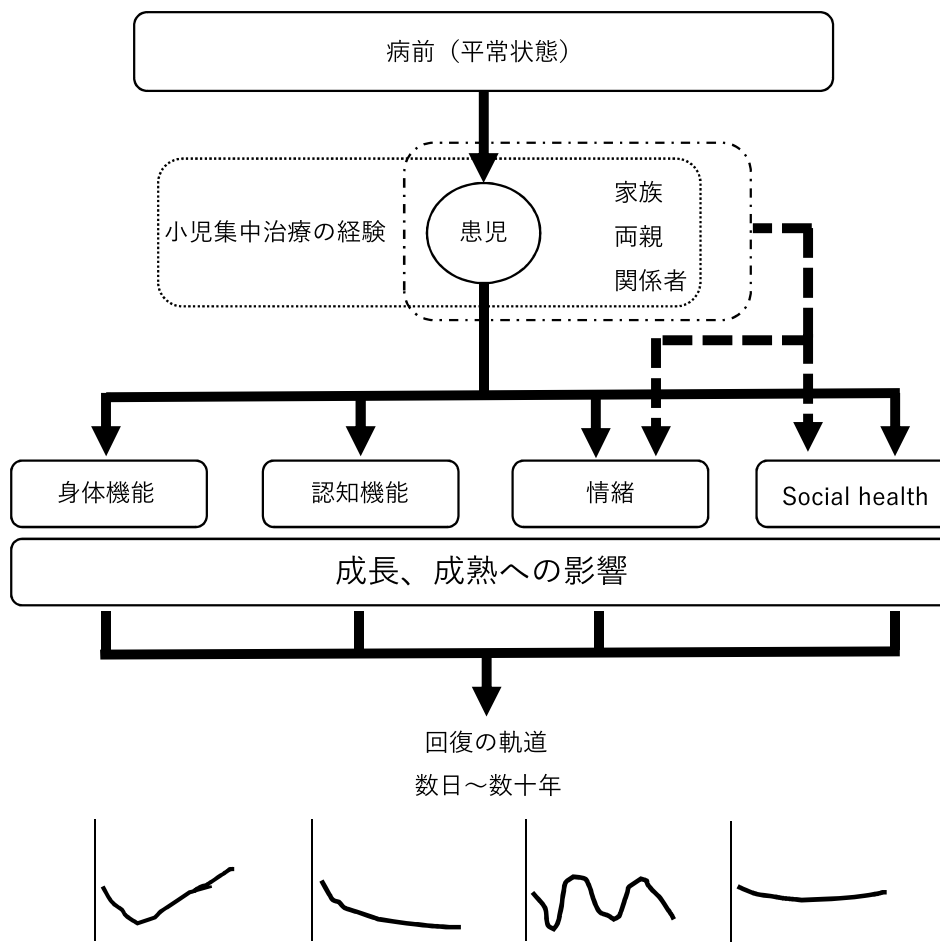
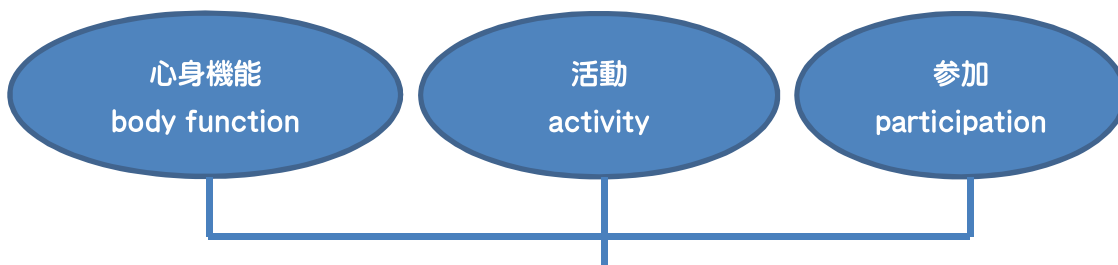


図. 小児の集中治療後症候群

# 小児領域のリハビリテーション医療

リハビリテーション科 真野 浩 志

## リハビリテーション医療



### 改善と向上

リハビリテーション科・室では、こども病院入院中、退院後や外来における各診療科の治療と併行して、様々な疾患、病態、フェーズに対応したリハビリテーション治療を提供すべく日々取り組んでいます。

## リハビリテーション医療の活躍の場

静岡県立こども病院は、小児総合医療施設、小児救命救急センター、総合周産期母子医療センター、小児がん拠点病院等の機能・使命があります。重複障害、重症心身障害など重症度の高い患者さんの診療や小児の様々な手術治療も行われ、様々な急性期リハビリテーションが実施されます。

脳血管疾患等リハビリテーション	廃用症候群リハビリテーション
運動器リハビリテーション	呼吸器リハビリテーション
障害児（者）リハビリテーション	がん患者リハビリテーション
早期離床リハビリテーション	

外来での回復期～生活期においては、地域のリハビリテーション病院・施設とも連携しながらリハビリテーション診療を行っています。

## リハビリテーション室のあゆみ

当院ではこれまでも診療支援部リハビリテーション室にてリハビリテーション診療を行っていましたが、平成30年度にリハビリテーション科を開設・標榜し、診療科としてのリハビリテーション診療も行っています。令和2年度からはリハビリテーション医学会認定研修施設の指定も受けました。

小児リハビリテーション診療の強化に取り組んでいます。令和2年度にはがん患者リハビリテーション料の施設基準取得、令和3年度には脳血管疾患等リハビリテーション料（Ⅰ）および廃用症候群リハビリテーション料（Ⅰ）の施設基準取得（それぞれ（Ⅱ）から（Ⅰ）への向上）を達成し、より質の高い診療を行えるよう体制を整備しています。

また、集中治療室における早期離床リハビリテーション加算は、令和4年度診療報酬改定により小児集中治療室（Pediatric Intensive Care Unit: PICU）にも適用が拡大されました。当院でもPICUにおける早期離床リハビリテーション診療を積極的に行っています。

### メンバー紹介

理学療法士	6名
作業療法士	3名
言語聴覚士	3名

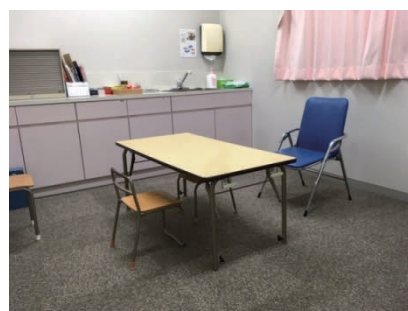
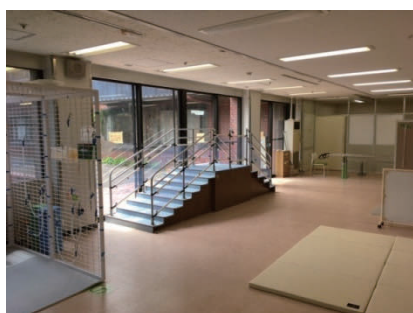


当院の機能にあわせ、地域の皆様の期待に応えることができるよう適切な体制を整備していきたいと考えています。

### 科学的根拠に基づく診療成果の発信

当院における診療成果の発信にも積極的に取り組んでいます

- 1.MANO H., INAKAZU E., NOGUCHI S., NISHIZAKA C., FUJIWARA S. and HAGA N. Rehabilitation Approach for a Child with Cerebral Palsy and Upper Limb Deficiency. Progress in rehabilitation medicine. 2021; 6: 20210016.
- 2.MANO H., KITAMURA K., SUZUKI A., INAKAZU E. and HORIKOSHI Y. Long-term rehabilitation of a childhood cancer survivor and COVID-19 epidemic. Pediatrics International. 2022; 64: e15194.



写真：リハビリテーション室

# カプセル内視鏡導入のお知らせ



小児外科 金井理沙

当院では2019年10月よりカプセル内視鏡を導入いたしました。カプセル内視鏡は「飲むだけの内視鏡」で、痛くも辛くもなく、恥ずかしくもなく、外来で行えます。検査はモニターを貼ってからカプセルを飲み、普段通り過ごしてもらうので、検査中に学校に行くこともできます。

炎症性腸疾患（潰瘍性大腸炎、クローン病）や消化管出血、消化管ポリポースなどが適応です。だいたい10歳前後のお子様からカプセルを自分で飲むことができます。自分で飲めないお子様は、胃カメラでカプセルを挿入します。当院では最小で3歳くらいから検査を行っています。



## カプセル内視鏡（小腸・大腸）

カプセルには、小腸用と大腸用があります。カプセルが安全に便から排出されることを確認するために、原則練習カプセルで通過性の確認を行ってから検査します。

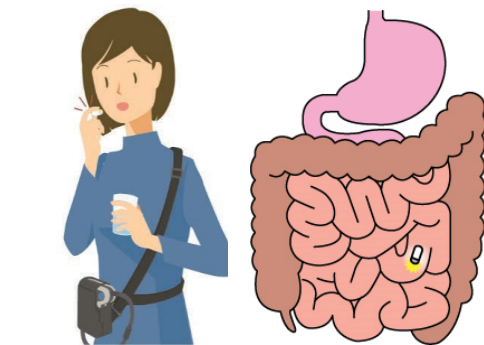
- ・ 小腸：通常のカメラでは踏み入ることのできない領域で、昔は「暗黒大陸」と呼ばれていました。カプセル内視鏡が発明されたことによって、カプセルを飲むだけで、通過しながら写真を撮ってくれます。
- ・ 大腸：カプセルを行なっているのは全国的にもかなり少なく、当院では小腸・大腸ともに同時に観察したい場合も適応としています。

以下のような病気が見つかることがあります

- |          |        |
|----------|--------|
| ・ 炎症性腸疾患 | ・ 小腸出血 |
| ・ メッケル憩室 | ・ 小腸腫瘍 |

### ◆当院での症例数

	小腸	大腸
2019年	4例	—
2020年	11例	2例
2021年	26例	5例
2022年 (8月末まで)	19例	6例



練習カプセル（通過性確認） 小腸用 大腸用

上下部内視鏡で原因が判明しない腹痛、下血などでお困りの方は、ぜひ一度カプセル内視鏡を受けてみてください。

# 腸管不全の患児に対する 腸管リハビリテーションチームの活動

小児外科 三宅 啓



## 腸管不全とは

種々の原因により腸管からの栄養や水分の吸収が障害された状態のことで、静脈からの定期的な栄養・水分補給(静脈栄養)を要します。

小児外科医が管理する腸管不全には、大きく分けて消化吸収に必要な長さが残されていない「短腸」と、腸管内容を送り出す機能が不十分な「腸管蠕動不全」があります。腸管不全児に対しては、原疾患の治療に加え、中心静脈カテーテル管理、腸瘻などの管理が必要になり、カテーテル感染や肝障害など特有の合併症に対する対処も必要となります。

また、医療的ケアが必要となるため、地域で生きていくためにも支えが必要となります。

## 腸管リハビリテーションチーム

腸管不全児は、医学的・社会的に様々な問題に直面します。欧米では、腸管不全に対する腸管リハビリテーションチームによる活動が2000年代から増加し、患児の予後を改善するという報告もされています。

わが国では確立されたチームによる活動は少ないですが、当院では2020年より腸管リハビリテーションチームを立ち上げ、腸管不全患児の予後改善のために定期的な活動を行っています。

職種	役割
医師	手術、カテーテル管理、入院・外来管理
看護師 (入院/外来/WOC)	核種教育、カテーテル管理、ストマ/スキントラブルへの対処・教育
薬剤師	処方アドバイス、点滴調剤、院外薬局との調整
栄養士	栄養管理。薬剤-栄養管理
MSW/地域連携	社会的資源のアドバイス、院外各所との調整
PT、OT、ST	摂食・日常生活動作・発達の支援
心理士	発達評価、家族のケア
保育士	患児への指導、「遊び」を通じた教育



月に一回の症例カンファレンス



行政やこども園・デイケア施設などとのカンファレンス

各分野のスペシャリストの存在は小児病院の強みであると考えています。腸管不全に対するチームケアは、まさにこの強みを生かした活動です。お困りの症例がございましたら静岡県立こども病院小児外科までご相談ください。

## ボランティア活動紹介

当院では2010年に専任コーディネーターが配置され、ボランティア受付、希望活動内容の聞き取り、活動日時・場所の調整などを行っています。病院とボランティアを繋ぎ、患者さんやご家族に喜んで頂ける活動、ボランティア自身も参加して良かったと思えるようお手伝いしています。活動されているボランティアを紹介します。

### ◇ボランティアサークル つみきの会

開院当初からボランティアを受け入れていましたが、1997年から体制を整え、新規募集を行い、99年に約80名のボランティアにより独立組織「つみきの会」が発足しました。

- ・ 会員数 98名 (2022年9月現在)
- ・ 活動グループ  
事務局・病棟・ぬくもり・図書・  
外来 (一般・えくぼ)・園芸・作業  
(草の実・あゆみ)・飾りつけ・学生  
(つなぐ・ひまわり・クローバー)



### ◇外部団体

団体名	活動内容
日本クリニクラウン協会	クリニクラウンの派遣
スマイリングホスピタルジャパン	オンラインイベント開催
中部テレコミュニケーション株式会社	げんきのまど

◇上記以外に、コンサート、人形劇、絵画教室、七五三写真撮影、クリスマスイベントなどの単発ボランティアも随時受け付けています。

### ◇コロナ禍でのボランティア活動

当初はすべての活動を中止しました。院内感染対策に従い、患者さんとの接触がない活動から徐々に再開しました。現在は感染対策を続けつつ、つみきの会の活動についての制限はありません。外部ボランティアは、外来でバイオリン演奏をして頂きました。外部ボランティアの病棟内活動は、まだオンライン訪問のみです、リアル訪問の再開を心待ちにしています。

**\* ボランティアさんの活躍がこどもたちやご家族、職員を笑顔にしてくれています \***

### 育児環境支援室開設のお知らせ

当院は静岡県より児童虐待早期発見医療体制整備事業を受託しました。医療機関を通じた児童虐待相談・情報を受け付けます。

相談窓口：FAX 054-247-5688 電話 054-295-6662 (直通)  
受付時間：平日 9:00 ~ 17:00

#### ★ホームページ

様々な情報の発信や内容の充実につとめています。  
お知らせは定期的に更新しています。是非ご覧下さい。



こちらからアクセス →

静岡県立こども病院QRコード



#### 編集後記

こども病院には「心」や「身体」に関わる様々な部署があります。それらが一丸となって患者さんの回復に取り組んでいます。

編集室：河村秀樹、望月美貴子、野中幸子