

- ★ 質問コーナー
- ★ 臨床栄養部監修レシピ紹介
- ★ リレーエッセイ
- ★ 執行部より



岡大病院イルミネーション開催中！
中央診療棟にクリスマスツリーを設置しています。
気軽に見に来てくださいね。



★ 質問コーナー ★

カテーテルで心臓の手術は可能ですか？

岡山大学では、大動脈弁狭窄症に対してカテーテルでの心臓手術（経カテーテル的大動弁留置術；TAVI）を行っています。循環器内科、心臓血管外科、麻酔科蘇生科、その他関連部署のコメディカルと協力し、安全で適切な治療を目指しています。治療に関する相談は、循環器内科・戸田、心臓血管外科・廣田までお願いします。

また、来年より右心室流出路に対するカテーテル治療（経カテーテル的肺動弁留置術；TPVI）を開始する予定です。こちらの治療に関する相談は、小児科・馬場までお願いします。

心臓血管外科 廣田 真規



突然耳が聞こえなくなりました。どうすればいいですか？

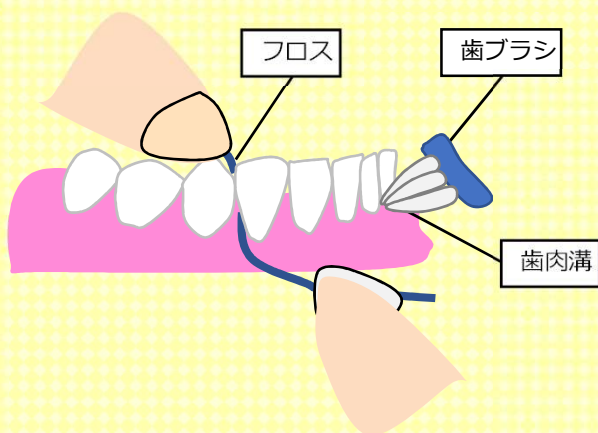
深く悩むよりも、まずお近くの耳鼻科に発症から7日以内に受診をしていただき、正確な聴力検査と耳の診察を受けていただくことが大切です。聞こえなくなったのが片耳なのか、もしくは両耳なのか、ご自身が考えるきっかけやタイミング、耳の手術歴、頭部打撲やめまいの有無等もお伝えいただけるとありがたいです。難聴のタイプにより治療法が異なるため、担当医とよくご相談いただければと思います。

耳鼻咽喉科 大道 亮太郎

7日以内に
まずはお近くの耳鼻科で診察を！



歯磨きで大切にすべきポイントは？



歯に付着する細菌は、う蝕（むし歯）と歯周病の原因になるだけでなく、血管に入り全身を巡ります（菌血症）。先天性心疾患があると、心臓に留まって感染性心内膜炎を起こして危険な状況になります。

歯を磨く際は左図のように、①細菌が残りやすい歯と歯肉の境に歯ブラシの毛先を当て、②力を抜いて小刻みに動かします。さらに、③歯間もフロス等を通します。こうして、細菌塊（バイオフィルム）を除去します。すると、歯周病はもちろん、むし歯から歯の神経（歯髄）も守ることもできるので、歯科疾患から健口を守り、菌血症から健康も守ります。

歯科 歯周科部門 佐光 秀文

医療安全標語 ～病院長賞～

ルートがとれてもホッとせずに、滴下確認と刺入部の確認をしよう。

手術部 看護師 松村 真千子さん





れんこん饅頭の野菜あんかけ

寒さや乾燥などで風邪をひきやすい季節がやってきました。れんこんは、秋から冬に向けて旬を迎えます。整腸作用があり免疫力の強化が期待できる食物繊維と抗酸化作用のあるビタミンCが豊富に含まれているれんこんを食べて、風邪を予防しましょう。



エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食物繊維	食塩相当量
104kcal	3.2g	0.5g	23.3g	3.1g	1.2g

【(材料)2人分】

れんこん	170g
長芋	30g
A { だし汁	1カップ
薄口醤油	小さじ2
みりん	小さじ2
しめじ	50g
人参(千切り)	20g
水溶き片栗粉	
片栗粉	大さじ1/2 (4.5g)
水	大さじ1/2
わさび	適量

【作り方】

- ① れんこんは皮をむき、すりおろして軽く水気を絞っておく。
- ② 長芋も皮をむきすりおろす。①のれんこんとよく混ぜ合わせる。
- ③ ラップに②を2等分して包み、茶巾絞りのようにする。皿に載せ、500Wのレンジで約2分30秒加熱する。
- ④ Aと人参、ほぐしたしめじを鍋に入れて、人参が柔らかくなるまで煮て、水溶き片栗粉でとろみをつける。
- ⑤ ③を皿に盛り付け、④のあんをかけたら出来上がり。お好みでわさびを添えてお召し上がりください。



★ リレーエッセイ ★

テレビドラマ『ラジエーションハウス』でおなじみ、診療放射線技師です。放射線部では、診断・治療に役立つ最高の画像情報の提供、低侵襲の検査・治療となるように努力しています。また、患者さんの医療被ばくの最適化、放射線業務従事者の被ばく線量管理も行い、従事者の防護エプロン、防護眼鏡の着用推進にも力を入れております。窪田正孝さんや広瀬アリスさんはおりませんが、技師一同、患者さんのために最善を尽くしています。

放射線部 診療放射線技師長 本田 貢



伊野 英男 副病院長の

ホッとひと息つく瞬間

私が最も落ち着くのは、仕事の合間にカフェオレを飲みつつチョコレートをつまむ瞬間です。チョコレートに含まれるカカオは、学名を「テオブロマ・カカオ」と言い、テオブロマとは、《神様のたべもの》という意味で、メキシコ・アステカ族の神話に由来します。カカオに含まれるポリフェノールには

多くの良い効果があり、中でも脳の活性化を助けると言われています。皆さんもいかがですか。



上岡 寛 副病院長の

隠していた趣味 🔍



コロナ禍でどこも行けない中で、今年の夏はこれまでになく日焼けをしました。エレベータに乗ると「先生、焼けるね」と声を掛けられたものです。実は、昨年からは畑の先生達に教わりながら新鮮野菜を本格的に育てています。自然の中で太陽を一杯浴びた野菜からも教わることが多々あり、日頃の計画、こまめな手入れが大切だと感じます。週末がいつも楽しみです。どうやら真っ黒になった顔は、私の趣味を隠し切れなかったようです。

