

徳大病院ニュース

SiDE YOU サイド ユー

5

TAKE FREE

特集 冬に気をつけたい 脳卒中のコト。

- トクダイ研修医
- 医療現場の最前線「血液がん治療（CAR-T 細胞療法）」
- 医療のギモン「咳」



徳島大学病院
Tokushima University Hospital

冬に気をつけたい 脳卒中のコト。



ある日、突然に起こり、時には生活を一変させてしまう病気「脳卒中」。しかし、早期発見や日常の予防習慣でグッとリスクを減らすことができます。脳卒中に関する知っておきたいサインと対策をしっかりと確認しておきましょう。

冬になると脳卒中が増えるってホント？

冬に限らず、季節の変わり目には脳卒中が増えるというデータがあります。徳島大学病院には年間約 300 人の脳卒中の患者さんが訪れますが、やはり季節の変わり目には救急搬送される患者さんが多い印象です。

寒暖差による『ヒートショック』もこの時期よく耳にするワードかと思えます。『ヒートショック』は、急激な温度変化によって血管が収縮、血圧が大きく変動し、心筋梗塞や脳卒中などを引き起こすものです。冬場の暖かい部屋から、寒い浴室へ行くときなどに起こりやすいといわれており、対策としては、事前に脱衣所や浴室を温めておくなど、移動する部屋との室温差を小さくしておくことです。特に、高血圧などの疾患を持っている人はこの時期、寒暖差に一層注意して生活することを心がけましょう。

脳卒中の原因とその予防

脳卒中の原因は、主に生活習慣病がリスクファクター（危険因子）だといわれています。生活習慣病とは、食事・運動・休養・喫煙・飲酒などの生活習慣が発症や進行に関わる疾患のことであり、高血圧や糖尿病、脂質異常などが代表的なものです。これらの状態が続くと血管が傷つきやすくなり、脳の血流が途絶えたり、血管が破れたりするリスクが高まります。予防するには、塩分控えめでバランスの良い食事、適度な運動、禁煙、節度ある飲酒を心がけ、続けていくことが大切です。

また、生活習慣の改善とあわせて、定期健診を欠かさずに受け、血圧や血糖、コレステロール値を定期的にチェックする習慣をつけることが身体の些細な変化を見落とさないためにも重要です。

脳卒中には種類がある？ 脳卒中には、大きく分けて「脳梗塞」「脳出血」「クモ膜下出血」の3種類があります。

脳梗塞



脳の血管が詰まった状態。突然の片側麻痺やしびれ、ろれつが回らない、言葉が出ない、視覚や平衡感覚の異常など、脳の機能障害に伴うさまざまな症状が突然現れるのが特徴です。

【!】症状が落ち着いても、必ず病院へ!
一時的に脳梗塞の症状が現れる「一過性脳虚血発作(TIA)」の可能性があります。発症後またすぐに発作が起こったり、今後の脳梗塞の前触れであったりする場合があります。

脳出血



脳の血管が破れた状態のこと。突然の半身麻痺やしびれ、激しい頭痛・吐き気、意識障害などが特徴です。症状は短時間で悪化することが多く、一般的に発症から約6時間後に最も危険な状態となります。

クモ膜下出血



脳を覆っている「クモ膜」と呼ばれる脳表面の膜と脳の空間「クモ膜下腔」に存在する血管が切れて起こる出血です。頭をバットで殴られたような経験したことのない激しい頭痛が特徴で、意識障害、吐き気・嘔吐などを伴うことがあります。

Point!

脳卒中のうち、最も多いのは「**脳梗塞**」! 全体の約7割を占めます。脳梗塞はさらに3つの種類に分かれています。

ラクナ梗塞

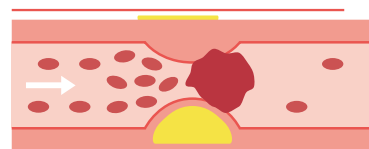
脳の太い血管から分岐している直径0.2~0.3mmほどの細い血管が詰まってしまうことで起きる、日本人に多いタイプの脳梗塞です。症状は運動障害や感覚障害のみなど比較的軽いことが多いです。

アテローム血栓性脳梗塞

脳の大きな血管や首の血管が動脈硬化によって狭くなる、あるいは血栓(血の塊)によって詰まることで発症する脳梗塞です。比較的太い血管が閉塞するため、明確な症状が出ることが多いです。

心原性脳塞栓症

心臓でできた血栓が脳の血管に詰まることで起こる重症化しやすい脳梗塞です。主な原因は心房細動などの不整脈で、心臓から脳へ血栓が運ばれ、太い血管を詰まらせます。脳梗塞の中でも、特に重症化しやすく、後遺症が残りにくいといわれています。



脳卒中は時間勝負!

知っておくべき【FAST】って？

脳卒中においては、発症後の“早期発見・早期搬送”が何よりも重要です。発症から治療までの時間が短いほど、後遺症を軽くできる可能性が高まります。そのため、異変に気づいたら一刻も早く医療機関を受診することが大切です。

そこで覚えておきたいのが、脳卒中のサインを見逃さないためのキーワード【FAST】という言葉。“脳卒中の疑いがあれば、ためらわずにすぐに病院へ”というメッセージを込めて作られたものです。自分自身に症状が現れたときはもちろん、家族や身近な人に異変を感じたときにもすぐに行動できるよう、この機会にしっかりと覚えておきましょう。



この人に聞きました!

脳神経外科 教授・科長

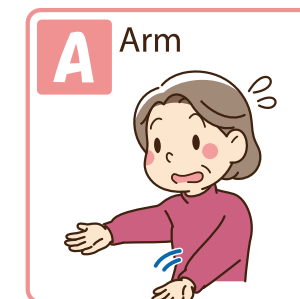
高木 康志 先生 Takagi Yasushi



F Face

Face (顔のゆがみ)

笑顔を作ってもらい、顔の片側がゆがんだり、下がったりしていないかの確認。



A Arm

Arm (腕の麻痺)

両腕を前に水平にあげてもらい、片腕だけが下がっていないか、力がうまく入っているかの確認。



S Speech

Speech (言葉の障害)

ろれつがまわらない、言葉がでない、言葉を理解できないなどがないかの確認。



T Time

Time (発症時刻)

脳卒中の症状が出はじめた「発症時刻」を確認し、すぐに病院へ受診。

Check!

この【FAST】の言葉に、【BE】をつけて【BE FAST】という言葉も普及しています。

B … Balance (平衡感覚) めまいやふらつきがないかの確認。

E … Eye (目の症状) 視野が欠ける、物が二重に見えるなどがないかの確認。

あわせて覚えておくことでより判断に役立ちます。

脳梗塞の治療法の確立と 早期発見の重要性

この10年の医療の進歩によって、急性期の脳梗塞における血栓回収の治療法は精度の高いものになっています。しかし、それは時間との勝負です。

血栓を溶かす「t-PA静注療法」では発症4時間30分以内の投与が有効とされており、早ければ早いほど治療効果が期待されています。また、カテーテルで血栓を回収する「経皮的脳血栓回収療法」では、発症6時間以内が治療適応の目安となります（一部は24時間まで適応）。

前述の【FAST】のサインで【T】発症時刻が重要になるものこのためです。「もう少し様子を見よう」と救急搬送が遅れることで、その後の後遺症や命に関わる危険があります。【FAST】のサインを参考にしてもらえればと思いますが、判断に迷った際には、ためらず速やかに救急搬送につなげましょう。

脳卒中における リハビリの重要性

スムーズな搬送と治療で一命を取り留めた後であっても、気になるのは後遺症の問題です。脳卒中がおよぼす後遺症は多岐にわたり、「運動麻痺（手足が思うように動かない）」「構音・嚥下機能障害（話しにくい、飲み込みにくい）」「感覚障害（しびれや痛みが続く、感覚が鈍い）」「視野障害（見える範囲が欠ける・狭くなる、二重に見える）」「排尿障害（失禁、頻尿）」「失調症状（まっすぐ歩けない、めまいが起る）」など、そのあらわれ方は人によって大きく異なります。

こうした幅広い症状に対応するため、徳島大学病院では一人ひとりの状態に合わせたリハビリプログラムを作成。担当医や看護師に加え、理学療法士・作業療法士・言語聴覚士がチームとなって連携し、患者さんの回復を総合的にサポートしています。



脳卒中 Q&A 脳卒中に関する疑問を解消！

Q. 遺伝はある？

A. 一部の疾患で遺伝性の脳卒中は存在します。ただ、多くの場合はそうでなく、親族に脳卒中患者がいるからといってリスクが格段にあがることはありません。

Q. 再発はある？

A. 発症後1年で約10%、10年で約50%が再発するといわれています。原因となる生活習慣を改善する、定期健診を受ける、薬を服薬するなどでリスクを下げましょう。

Q. 危険な頭痛の見分け方は？

A. 前触れのない突然の激しい頭痛には要注意です。クモ膜下出血が疑われますので、直ちに救急車を呼びましょう。

Q. ストレスとの因果関係は？

A. ストレスによって血圧が高くなる、暴飲暴食をする、たばこの量が増えるなどであれば、そこからリスクが高まることはあります。

Q. 若い人もなる？

A. 若年性脳梗塞というものがあり、赤ちゃんで発症する脳梗塞もあります。動脈解離やモヤモヤ病、抗リン脂質抗体症候群、遺伝的要因などで発症します。

Q. コーヒーで防げるってホント？

A. 基本的に、これを飲めば防げるというものはありません。生活習慣の見直しとバランスの良い食事を心がけるのが一番の予防です。



脳卒中啓発と無料相談窓口の設置

徳島大学病院では、2022年8月に「脳卒中・心臓病等総合支援センター」を設立し、徳島県における脳卒中、心臓病等に対する診療の実施、患者さん・ご家族への相談支援や地域の医療機関との連携をはじめとし、あらゆる啓発活動も行っています。県民に向けての公開講座や、小学校への出前講座をはじめ、脳卒中への知識を深めてもらい、県民の意識向上と、脳卒中の早期発見・搬送につなげる活動を行っています。

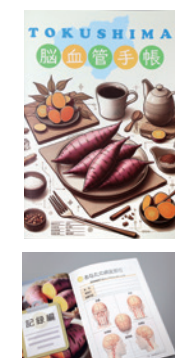
毎年10月29日は「世界脳卒中デー」に定められており、シンボルカラーであるインディゴブルーにちなんで、徳島大学病院はじめ各施設で藍色のライトアップを行っています。院内では、脳卒中に関する掲示を行うなど、訪れた患者さんやそのご家族が脳卒中について少しでも理解を深めてもらえるよう、継続した取り組みを行っています。

無料相談窓口:脳卒中・心臓病等総合支援センター
TEL.088-618-0171 (平日8:30～17:00)



「脳卒中予防十か条」 ～阿波弁バージョン～

日本脳卒中協会が定める「脳卒中予防十か条」を阿波弁バージョンにして発信を行っています。県民のみなさんに親しみを持って予防に取り組んでもらえるような工夫もしています。



TOKUSHIMA 脳血管手帳

脳卒中を経験した人の再発や悪化防止、健康増進のために作られた手帳です。この手帳に記録を残すことで、個人の健康管理はもちろん、治療に関わる医療従事者との情報共有もスムーズに行えます。

もしものときのために、今日からできる備えを。

この10年で急性期の脳卒中治療は大きく進歩し、これまでは改善が難しかった症状でも回復が期待できるようになりました。しかし、これらの治療は“時間との勝負”であり、早く病院に来ていただかなければ、その選択肢を活かすことができません。だからこそ【FAST】を意識し、少しでも異変を感じたらためらず受診していただくことが重要です。

その行動につながる第一歩は、脳卒中について知り、理解を深めることです。県民のみなさんには、脳卒中が時間を争う疾患であるという認識をしっかりと持ち、いざという時に適切な判断をしていただきたいと願っています。それが救える命につながり、後遺症を軽くする大きな力となります。



脳神経外科 教授・科長 高木 康志 先生

医療技術部 臨床検査技術部門 臨床検査技師 大原 菜摘さん（入職1年目）

Profile

休日には、よく映画観賞やお出かけを楽しんでいる。また、臨床検査技師の同期と仲が良く、一緒に料理を作ってシェアするそう。

仕事についたきっかけ

コロナ禍だった高校3年生の頃に、テレビで目にした検査に奮闘する臨床検査技師の姿に心を打たれ、この仕事に興味を持ちました。



どんな仕事をしているの？

臨床検査技師には、主に血液・尿・細胞などの検体検査を行う人と、心電図や超音波などの生理機能検査を行う人がいます。私は中でも血液検査を担当し、顕微鏡を使って白血球の細胞を検査しています。これらは、自分が見た結果が治療に直結するため、高い精度が求められる仕事です。細胞には多種多様な特徴があり、人によって見え方が異なるので判断が難しいこともあります。自分が見つけたことがきっかけで、患者さんが治療をスムーズに行えたときには何ごとにも代えがたい喜びを感じます。これからも経験と知識を積み重ね、細胞を的確に見つけられる実力を身に付けていきたいです。



血液を機械にかけて細胞成分を測定するCBC検査や、血液が固まる機能を調べる凝固検査なども担当。



学生時代から活用し、今も仕事に欠かせない1冊。血液疾患の細胞写真がわかりやすくまとめられているので、顕微鏡と見比べて使っている。

薬剤部 薬剤師 坂東 寛さん（入職13年目）

Profile

女の子2人、男の子1人の3児のパパ。休みの日には、子どもたちと遊んだり、愛猫と戯れたりしてリフレッシュしている。

仕事についたきっかけ

子どもの頃から理科が得意だったので、高校時代には薬剤師を志し始めました。徳島の医療に貢献したい思いがあり今の職場への入職を決意。

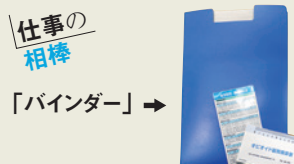


どんな仕事をしているの？

病棟勤務の薬剤師として、入院患者さんへ薬の使い方や効果を説明しています。入院時にはどんな薬を飲んでいたかの薬の聴取、新しく処方される薬に関しては強い副作用があるものもあるので、患者さんやご家族にしっかり理解してもらい、適切な服用をサポートします。医師や看護師に向けて薬剤の説明をすることもあり、チーム医療で連携を取り、最適な治療につなげています。また、患者さんの中には薬に苦手意識がある人も多く、飲みやすい方法を提案するなど一人ひとりにあわせたアドバイスを心がけています。薬のプロとして疑問に的確に答えられる知識をつけるため日々勉強に励んでいます。



院内には薬の調剤を担当する薬剤師もいるが、病棟担当の薬剤師は患者さんと密に関わる時間が多い。薬の調剤が共通で使っている青いバインダー。その日に必要な患者さんに交付する薬の説明書、添付文書、薬の参考資料などを入れて持ち歩いている。



トフダイ 研修医

vol.5

これからの医療を支える、
徳島大学病院の若手医師・研修医に
スポットをあてるこのコーナー。
第5回目は、1年目研修医の
太田公平先生を突撃！

徳島大学病院 1年目研修医 太田 公平 先生(27)



「好き」を原動力にその道を究め、理想の医師を目指す

「自分は「好き」や「やりたい」と思ったら一直線に突き進むタイプ。医師になりたいと思ってからは迷いなくまっすぐに進んできました」。そう穏やかながらも熱のこもった口調で語ってくれたのは、1年目研修医の太田公平先生。医師である両親の影響を受け、自らも医療の道を志すことを決意し、福岡大学医学部での学びを経て、現在は徳島大学病院で研修医としての日々を送っています。

学生時代の臨床実習を通して、すでに将来の志望科も明確に決まっていたという太田先生が目指すのは、眼科医。細かい作業が得意で手技が好きなこともあり、眼科医として手術を極めたいそうです。「手術を通して患者さんの症状が改善し、完治するきっかけになる。その瞬間に立ち会えることが、何よりうれしいです」と太田先生。自分が進みたい分野を深め、患者さんに還元できるのは医師という仕事の醍醐味だとも感じているそうです。

また、徳島大学病院での研修で印象に残っているのは、眼科の担当医の先生が処置を任せて見守ってくれたことだそうです。「信頼して任せてもらえるのもうれしかったですが、何より自信になりました」と当時を振り返ります。[AWA すだちプログラム]を専攻する太田先生の2年目研修は、研修科を自由に選択できるので、志望する眼科を中心に学びを深めていく予定。「徳島大学病院での研修は、自分の進みたい方向に向かって成長でき、日々充実しています」と語ってくれました。

自分の夢にまっすぐに向き合いながら、成長していく太田先生。眼科医としての未来を見据え、今日も一歩ずつ着実に歩みを進めます。



1日の終わりに研修室に戻り、パソコンで作業をすることも多い。その日を振り返りながら、明日の研修に向けての準備も行う。



研修室で一緒になると自然と会話が弾む同期。研修先での出来事や悩みを共有する時間は、リフレッシュと同時に学びの時間になる。

太田先生ってこんな人！

変化が力になる
愛媛県出身で浪人時代は兵庫県、大学時代は福岡県、現在は徳島県と、異なる土地で過ごした経験が自分の幅を広げてくれた。

ラケット競技が得意！
中学生のときは軟式テニス部。高校・大学ではバドミントン部に所属し汗を流す。

愛媛県出身
福岡大学医学部卒業

趣味は旅行
全国各地に友だちがいるので、会いに行くのが楽しみの一つ。

座右の銘は「しない後悔より、した後悔」
何事にも恐れずチャレンジできる前向きな性格は、この言葉に裏打ちされている。

門田副センター長より

縁あって他県から来てくれた太田先生。慣れないことも多かったでしょうが、いまや研修医室のムードメーカー的な存在に。見学に来た学生への面倒見も良く、先輩になっていく今後にますます期待しています。

[AWAすだちプログラム]って？

徳島大学病院と徳島県内や四国内のみならず、全国の協力病院での研修が可能なプログラム。研修内容や時期は自由に選択可能なので将来の進路やステップアップにつながる。協力病院では、プライマリケアから高度先進医療まで幅広く学ぶことができる。



医療現場の最前線

徳島大学病院の先進的かつ高度な医療技術にスポットを当てるこのコーナー。今回は、血液内科の『血液がん治療(CAR-T細胞療法)』についてです。かつては不治の病ともいわれた白血病。今では、あらゆる治療法が確立され、完治しやすい悪性腫瘍の一つになりました。このCAR-T細胞療法もその一助となり、血液がん治療は飛躍的に進歩しています。

血液がん治療への希望の光 CAR-T細胞療法

徳島大学病院では2025年6月より、『CAR-T細胞療法(遺伝子改変免疫細胞療法)』が開始されました。従来の治療法では、思うような効果が出ない血液がんに対してこの治療法は用いられます。その方法は、患者自身の免疫細胞を取り出し、遺伝子操作を加えたのち、体内へ戻すというもの。遺伝子操作では、がん細胞を攻撃する力を持たせることができるので、体内へ戻した細胞はがんを攻撃し、寛解(異常が消失した状態)に向かいます。

徳島大学病院では2025年11月現在、治療を受け寛解した人が6名。治療中や治療待ちの人を含めると10名への適用が決定しています。この治療法は、採血での細胞採取と点滴での投与を行います。自身の細胞を使用することで拒否反応や身体への負担が少なく治療法が限られていた70代も適用が可能です。副作用には、強い免疫反応に由来して高熱をきたすCRS(サイトカイン放出症候群)、また脳に一時的なダメージが起こるICANS(免疫エフェクター細胞関連神経毒性症候群)がありますが、多くは一時的なもので、経過観察や治療薬の投与等で後遺症なく改善が望めます。

治るべき病気を見落とさないために

今まで徳島県民が『CAR-T細胞療法』を受ける場合には、県外の病院へ紹介という選択肢しかなく、自身や家族の負担を考え断念する人もいるのが現状でした。今回の治療開始で「徳島で受けられるのなら、と治療に

血液がん治療(CAR-T細胞療法)



CAR-T細胞療法の流れ。



製造されたCAR-T細胞を保管するタンク。

つながることがあり嬉しく思います」と松岡先生。現時点では、県内でこの治療が行えるのは徳島大学病院のみですが、他病院とも一体となって取り組み、必要とする患者さんに治療できるよう実施に向けて進んでいる状況です。

また、『CAR-T細胞療法』を含め血液がんに対する治療法はここ5年ほどでの発展が著しく、がんの原因も精巧な遺伝子検査で突き止めることができるようになりました。そして、患者さんの意向にあわせた適切な治療法を選ぶことができるようになっており「今まで諦めていたものができるようになっていることを知ってほしい」と松岡先生は語ります。治せなかった病気が、治せる病気へ。医療の目覚ましい進歩と、頼もしい医療人の連携により今日も徳島の医療は前進しています。

血液内科 診療科長 教授
松岡賢市 先生(前列左)



治験を実施しています

現在、開発中の医薬品あるいは医療機器、再生医療等製品の候補となるものを用いた治験を、以下の病気を対象に実施しています。参加いただいた患者さんにおけるデータを集め、有効性や安全性を確認して厚生労働省から「承認」を得ることが治験の目的ですが、参加いただいた患者さんにとって良い効果をもたらす場合もあります。まずは、よく情報を得ていただきたいと思いますので、お気軽にお問い合わせ下さい。

- 肺がん ●大腸がん ●尿路上皮がん ●統合失調症 ●金属バネアレルギー ●原発性IgA腎症
- 筋萎縮性側索硬化症 ●全身性強皮症を伴う間質性肺疾患 ●悪性リンパ腫 ●ネフローゼ症候群
- 心房細動および心房粗動 ●皮膚潰瘍 ●気管支拡張症 ●前立腺がん ●卵巣がん ●家族性認知症
- 温式自己免疫性溶血性貧血 ●全身型重症筋無力症

ご協力
お願いします



問い合わせ:
徳島大学病院総合臨床研究センター
TEL.088-633-9294

からだを支える食のこと

ヘルシーでも大満足!

『鶏むね肉とキャベツの煮込み』と『きのこのガーリックオイル焼き』



鶏むね肉とキャベツの煮込み

材料(1人分)

- 鶏むね肉…70g ●キャベツ…80g ●ニラ…10g ●人参…10g
- 玉ねぎ…20g ●ニンニク…1/4片 ●A:調味液(塩…少々、酒…5cc)
- 片栗粉…適量 ●水…170cc ●酒…10cc ●鶏ガラスープの素…7g
- かつお節…0.4g ●醤油…4cc ●ごま油…少々 ●黒こしょう…少々

作り方

- ① ざく切りにしたキャベツ、くし切りにした玉ねぎ、薄切りにした人参とニンニク、水、酒、鶏ガラスープの素、かつお節を鍋に入れて火にかけ、全体がしんなりするまで煮込む。
- ② そぎ切りにした鶏むね肉に調味液Aで下味をつけ、軽く片栗粉をまぶす。広げながら①に入れる。
- ③ 具材全体を煮汁に浸すように軽く沈めて蓋をし、5分ほど煮込む。鶏肉に火が通りきる前にニラを加える。
- ④ 仕上げに醤油、ごま油、黒こしょうを入れ、味を調えて完成。

栄養量

エネルギー165kcal／脂質6.3g／炭水化物8.4g／塩分2.1g
たんぱく質17.3g／食物繊維2.0g

代謝が落ちやすい冬にぴったりの低カロリーメニュー。低脂肪で高たんぱくな鶏むね肉は片栗粉をまぶすことでふわふわに仕上がります。ヘルシーなきのこ料理は、たくさん食べても罪悪感なし! 腸内環境の改善も期待できますよ。



教えてくれたのは… 栄養部 管理栄養士

橋本 脩平さん

きのこのガーリックオイル焼き

材料(1人分)

- 舞茸…30g ●しめじ…20g ●エリンギ…30g ●オリーブオイル…小さじ1
- 鷹の爪…適量 ●ニンニク…1/4片 ●塩…0.3g ●オイスターソース…8g
- 白髪ねぎ…適量

作り方

- ① 舞茸、しめじをほぐす。エリンギを一口大に切る。
- ② フライパンにオリーブオイルと刻んだニンニクを入れて炒める。香りが立ったら輪切りにした鷹の爪を加えて、さらに炒める。
- ③ ①と塩を加え、しんなりしてきたらオイスターソースで味を調え白髪ねぎをかけて完成。

*粗熱をとり、冷蔵庫で冷やすとより味が馴染むのでおすすめ。

栄養量

エネルギー68kcal／脂質5.4g／炭水化物5.2g／塩分1.2g
たんぱく質2.5g／食物繊維2.5g

LUNCH { 働くヒトのお昼ごはん }

徳島大学病院で働くヒトたちの“お昼ごはん”をのぞき見るこのコーナー。「ちょっと一口…」と思わず手が伸びそうになるバラエティに富んだステキなお昼ごはんを取材させていただきました。

オリーブキッチンのタイムランチ



食道・乳腺甲状腺外科 医師
阿部 祐也さん

「タイムランチ(700円)をよく利用します。この価格で、この日のメインはトンカツ! 野菜もバランスよく摂れて大満足です。店員さんがいつも気持ちよく声をかけてくれ、窓際の席は眺めも良く気分転換になります。」

バランス満点! 愛情弁当



医療技術部 技工室
歯科技工士技師長
鴨居 浩平さん

「いつも休日に作り置きをして時短を心がけています。私も料理をしますが、今回は妻作! いぶりがっこのポテサラダ、カニカマの卵焼き、きんぴらごぼう、豚肉の炒め物、シュウマイ、サラダとバランスも◎」

ひと手間光る☆アレンジ弁当



西病棟6階 看護助手
木田 春香さん

「料理が好きなので味付けや具材の組み合わせは思いついたものを試します。基本は作り置き食材に朝、調味料や具材をプラスしてお弁当へ。鯛と三葉のまぜご飯も、具材を冷凍しているので、朝にご飯とまぜるだけで完成!」

ツナガル ―地域連携病院紹介―

地域連携病院とは？

本院と患者さんが住んでいる地域の診療機関と連携することで、大学病院から地域の病院、そして在宅療養へと継続できるようサポートしています。県民のみなさんに住み慣れた地域で安心して暮らしていただくため、チーム医療で治療にあたっています。



地域連携病院：

医療法人 きたじま倚山会

きたじま田岡病院

診療科目：

- 外科 ●内科 ●循環器内科 ●脳神経外科 ●整形外科
- 形成外科 ●皮膚科 ●脳神経内科 ●甲状腺科



献身と信頼で紡ぐ 地域に確かな医療を

“献身・信頼・進歩”を基本理念におき、地域に応える医療を提供する『きたじま田岡病院』。急性期から回復期、在宅医療まで幅広く対応し、患者さんや家族の思いを大切に多職種が一丸となってサポートにあたっています。部署間の垣根を越えたコミュニケーションも活発で、情報共有やカンファレンスを通してより良い医療を追求しており、地域住民にとっても「困ったときに頼れる病院」として揺るぎない信頼を築いています。

From Staff



患者サポート室スタッフ

看護師、社会福祉士、リハビリ、事務などの多職種が所属し、それぞれの視点で支援を行っています。入退院や通院のこと、そのほかなんでもお気軽にご相談ください。患者さんご家族の思いをつなぎ、支援できるよう尽力してまいります。

Data

医療法人 きたじま倚山会

きたじま田岡病院

板野郡北島町鯛浜字川久保30-1

TEL088-698-1234(代表)

・診療時間／9:00～12:30、13:30～18:00(受付17:00まで)

※診療科、担当医により開始、終了時間が異なる場合があります

・休診日／日曜、祝日 ・病床数／198床



ホームページ



一人ひとりの明日に 本気で向き合うリハビリを

在籍するリハビリスタッフ数は県内でもトップクラスの約130名。さらに、リハビリメニューは退院後の生活を見据え、あらゆる角度から一人ひとりにあわせた支援を行うのが『きたじま田岡』流。必要があれば[ドライビングリハビリ]という自動車の運転に不安がある患者さんへ個別に操作方法の確認や機能チェックなどを行っており、北島町と連携して教習所へつなげるなど、細部まで行き届いたサポートを行っています。



四国初の開設 地域包括医療病棟

2025年1月には「平均の入院日数が21日以内」「病棟の在宅復帰率8割以上」などの厳しい基準を求められる[地域包括医療病棟]を四国で初めて開設。主に急性期の高齢患者に対して、早期に適切なリハビリ治療と栄養管理を行うことで、ADL(日常生活動作)の低下を予防し、スムーズな在宅復帰を目指しています。地域医療を牽引する中核病院のひとつとして新しい一歩を踏み出し、地域包括システムの推進に注力しています。

医療のギモン

vol.5 …… キニナル「咳」

医療に関する気になる疑問を解決するこのコーナー。

秋から冬にかけての空気の乾燥や感染症の流行で症状が悪化しがちな咳。

近年は、長引く咳に悩む人も増えていることから今回は、

“咳”のギモンについて、専門の先生に聞きました。



私がお答えします！

呼吸器・膠原病内科
准教授

佐藤 正大さん

Q3 「乾いた咳」と 「痰の出る咳」ってどう違う？

A
咳によって病気は異なります。

乾いた咳は、咳喘息・アレルギー性鼻炎、後鼻漏などで出やすい咳です。痰の出る咳は、気道からの分泌が多く、風邪や気管支炎、肺炎などでみられます。ほかにも咳はさまざまな病気のサインである可能性があるため、咳の音や痰の状態などを確認し長引く場合には病院を受診しましょう。

Q6 コロナ後、咳は長引きやすい？

A
長引く、ぶり返すなど
変則的な咳も特徴です。

新型コロナウイルスに感染後、数週間から数カ月の咳が続くことは珍しくありません。先に述べた咳嗽後症候群のほか、後鼻漏や迷走神経が刺激され咳過敏症候群になっている場合もあります。症状に応じて吸入薬やアレルギー治療が有効なことがあるため、まずは医師に相談してみましょう。

Q1

風邪が治っても咳だけ
長引くのはなぜ？

A

咳嗽後(ガイソウゴ)症候群と
いわれる状態です。

咳嗽後症候群とは、感染によって気道の粘膜が過敏になっているため起こる咳です。喉から気管支までが正常な状態に戻るまで咳が続くので、落ち着くまで2～3週間はかかり、ときには8週間ほど残ることもあります。むせやすく、冷気を吸い込んだときや会話で出やすいのが特徴です。

Q4

内科・耳鼻咽喉科・呼吸器科
どこに行けばいい？

A

症状に応じて選択を。
迷うときには内科へ。

一般的な風邪の症状や、判断に迷うときには内科を受診しましょう。鼻や喉の症状が強いようであれば耳鼻咽喉科を選択しても構いません。8週間以上の長引く咳がある場合や、息切れ・胸痛・熱を伴う場合、喫煙歴が長い高齢者などは、呼吸器内科での精密検査をおすすめします。

Q2

夜になると
咳がひどくなるのはなぜ？

A

あらゆる要因が関係しています。

夜は気温や湿度の変化で喉が渇きやすだけでなく、体がリラックス状態にあるので気道を上げようとする力が弱まり気道が狭くなることも一因です。寝室の加湿や、喉の保湿のため寝る前にぬるま湯やはちみつを摂るのも有効です。逆流性食道炎があると、横になることで胃液の逆流で気道が刺激されて咳が強まることもあるので、枕を高くするのも◎。

Q5

咳止めは飲まない方がいい？

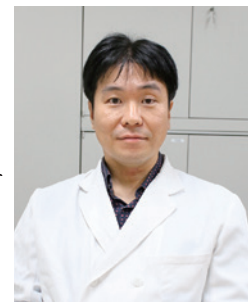
A

日常生活に支障が出るなら
無理せず飲みましょう。

咳は、異物や痰を出し、身体を守るための防御反応です。無理に止めると治りが遅くなることがあります。しかし、咳がひどく眠れないなど日常生活に支障が出る場合には、咳止めを使いましょう。痰が多いときは、痰切りの薬や水分を十分に摂取することで痰を出しやすくすることが大切です。

呼吸器・膠原病内科 准教授 佐藤さんより

咳の裏側にはあらゆる病気が隠れていることもあります。気になる症状があればためらわず病院を受診しましょう。身体的には異常のない心因性の咳もあり、原因を突き止めるためには必要に応じてCTなどの精密検査を行い、不安を取り除くことも大切です。



注意すべき 咳の症状

「8週間以上続く」「39℃前後の高熱・強い息切れ・胸痛を伴う」「痰に血が混じる、膿性で量が多い」「体重減少や夜間の寝汗が多い」「ゼイゼイ・ヒューヒューする咳や夜間の悪化が反復する」「小児・高齢・妊娠中で悪化が早い」場合などは特に注意し、早めの病院受診を！

【01】[AI電話]での受付開始

徳島大学病院では、[AI電話]による「予約の変更」「予約キャンセル」「予約確認」の受付を開始しております。これまでよりスムーズにお電話がつながりますので、ぜひAI電話をご活用ください。

【AI電話番号】050-1722-0148

【受付時間】月曜～金曜 8:30～17:15

【対応内容】予約変更、予約キャンセル、予約確認

【02】市民公開講座のご案内

徳島大学病院フォーラム2026春

「こころもからだも前向きに～認知症・こころ・歯の健康～」
「がんロコモ」

●日時／2026年3月1日(日)13:00～16:00

●場所／徳島大学大塚講堂

●参加費／無料(聴講券が必要)

●問い合わせ／徳島新聞社営業企画部

TEL.088-655-7313 (平日9:30～17:30)

【03】“ホスピタルギャラリーbe 「ONE DAY 最良の日物語」展”を開催



徳島大学病院では、武蔵野美術大学との共同研究により、「美(b)」と「医(e)」のコラボレーションとして、「ホスピタルギャラリーbe」を西病棟1階に設置し、県内作家の作品や武蔵野美術大学の学生作品を展示しています。

2025年12月15日(月)～2026年8月29日(土)には、県内作家の原田拓史氏による「ONE DAY 最良の日物語」展を開催しておりますので、ぜひお立ち寄りください。

【04】徳島大学病院公式SNSのご案内



Facebook



Instagram

この度徳島大学病院では、患者さん・地域住民の皆さんへの情報発信強化などを目的にSNS公式アカウント(Facebook・Instagram)を開設いたしました。

SNSでは病院からのお知らせ、イベント情報、メディア掲載情報などについて写真・動画を含め随時発信してまいりますので、ぜひフォローしてください。

📷 Cover Story



表紙場所：徳島大学 附属図書館蔵本分館
読書が趣味の高木先生。仕事に必要な医学書から、お気に入りの小説まで幅広いジャンルを楽しむ。

サブタイトル……………**SiDE YOU** (サイドユー)

『あなたのそばに』を意味します。この冊子が県民の皆さまの健康と笑顔に寄り添うものになるようにと願いを込めて名付けました。さらに、小文字の「私」を表現し、「あなた(YOU)」と「私(i)」を繋ぐものがこの「SiDE YOU」になればという思いも込められています。

徳島大学病院広報誌「**徳大病院ニュース SiDE YOU**」vol.5

発行／徳島大学病院 徳島市蔵本町2丁目50-1

発行者／病院長 西良 浩一

2026年1月10日発行

問い合わせ／徳島大学病院総務課広報・企画係 TEL.088-633-7697



「徳島大学病院」
ホームページ