

医科研病院だより



第5号

発行：東京大学医科学研究所附属病院
平成21年10月15日
〒108-8639 東京都港区白金台4-6-1
代表電話03-3443-8111
ホームページ <http://www.transrec.jp/>

CONTENTS

トランスレーショナルリサーチ・コーディネーターの仕事…	1
すこやか・カフェ……………	2
栄養サブリ……………	3
なんでも・ひろば……………	4

トランスレーショナルリサーチ・コーディネーターの仕事

～未来の医療への橋渡し～

医療安全管理部 河野美那子

いつも「医科研病院だより」をお読み頂き、ありがとうございます。毎号様々な部署のスタッフが医科研病院の特色を紹介しておりますが、今号では、トランスレーショナルリサーチ・コーディネーターの仕事について紹介させて頂こうと思います。

トランスレーショナルリサーチ・コーディネーター（TRC）という職種をご存知でしょうか？初めて耳にするという方も多いのではないのでしょうか。TRCは臨床試験を円滑に行うために、医師や看護師等の医療スタッフ、臨床試験の依頼者、患者様の間に入り調整を行う専門の職種です。患者様が安心して臨床試験に参加出来るよう、様々な仕事を行っております。具体的には、臨床試験に参加して下さる患者様のサポート（診察への同行、副作用の有無の確認、来院スケジュールの調整、情報提供、相談窓口etc..）、医師へのサポート（診察、記録作成の補助etc..）、病院内の各部門や臨床試験の依頼者との細かな打ち合わせなど多岐に渡ります。当院では現在、看護師2名、薬剤師1名がその仕事に当たっております。また、一部の試験では管理栄養士、臨床検査技師、臨床心理士も加わって、チームでコーディネート業務に当たっています。

私は約3年半、当院にてTRCの仕事をしておりますが、この仕事をしていていつも思う事は、「新しい治療法の開発に協力したい」という気持ちを持った患者様がいないのはどんな臨床試験も行う事は出来ないということです。臨床試験では、来院のスケジュールが決められていたり、通常の診療と比べて検査や生活の制限が多かったり、患者様にご協力頂くことが大変多いです。しかし、「臨床試験」を行わなければ新しい薬や治療法を開発することは出来ません。患者様の「協力したい」という気持ちを大切にし、患者様のご負担を最小限に留め臨床試験を円滑に進めて行くことが私達の仕事です。患者様の「協力したい」という気持ちが未来の医療につながるよう、これからもスタッフ

一同日々努力して行きたいと考えております。

- ※ トランスレーショナルリサーチ・コーディネーター（TRC）は、一般には、臨床試験コーディネーター、治験コーディネーター、CRC等と呼ばれています。当院ではトランスレーショナルリサーチ（探索型臨床研究）を推進しているため、この様な呼称で呼ばれています。
- ※ 「臨床試験」とは、患者様やボランティアの方にご協力頂き、新しい薬や治療方法が従来の薬や治療方法と比べて優れているか（有効性）、副作用が強くないか（安全性）を調べる試験です。新しい薬や治療方法を開発するための大切な過程です。



トピックス

◆医科研病院サマーコンサートが開催されました◆

去る8月25日（火）、病院棟8階のトミーホールにおいて、医科研病院サマーコンサートが開催されました。エンジェルハープ三重奏団「CoCoRi（ココリ）」の本多好美さん、山崎あけみさん、下田多佳子さん、そして賛助出演のトシ・山川さん（ギター&パーカッション）が、「ドレミの歌」や「夏の思い出」などの愛唱歌や、「崖上のポニョ」などのヒット曲を素敵にアレンジされ、美しい音色で演奏して下さいました。演奏終了後は来場者に楽器の解説をして下さるなど、終始和やかな一時をご提供下さいました。



すこやか・カフェ



糖尿病教室の御案内

検査部・先端診療部 医師 磯尾 直之

こんにちは。当院で糖尿病診療を担当しております磯尾直之と申します。

今回は「糖尿病教室」の御案内をいたしましょう。糖尿病教室は糖尿病診療をおこなっている多くの病院で患者さん向けに開催されていますが、当院でも2006年4月から月一度の頻度で（第4水曜日午後）実施しています。

糖尿病の治療にあたり、患者さん自身が糖尿病に対する正しい知識をもって自己管理することが特に重要です。糖尿病は単に医師が処方した薬を内服すれば治る、というものではなく、例えば食事療法や運動療法を長期にわたって継続する努力が求められます（ここで「食事療法や運動療法をせずに、その分薬を多めに使えばよいのではないか？」と疑問を感じられた方は鋭いと思います。なぜそれが好ましくないのでしょうか？疑問を解決したい方は是非糖尿病教室に御参加下さい！）。

自己管理のために患者さんが習得すべき知識はかなり多岐にわたります。私たちスタッフも、通常の外来診療中に可能な限りこれらを御説明していますが、残念ながら時間的な制約のために十分なことができないのが現状です。

これを補うのが「糖尿病教室」です。是非これだけは患者さんに理解して頂きたい、という知識のエッセンスといってもよいでしょう。

当院の糖尿病教室は、毎回、例えば「糖尿病の合併症について」といったテーマを決めて、これに関連して医師、管理栄養士、看護師、薬剤師、臨床検査技師が各々の観点から10～20分程度のお話をするという形式でおこなっています。質疑応答の時間も設けていますが、お話の途中での質問も歓迎しています。一年を通して必要な知識が一通り習得できるようにプログラムを組んでいますが、これとは別に、年に2回は「お食事会」として、かたい話抜きに雑談を楽しんで頂いています。

さて一年で「免許皆伝」といきたいところですが、医学・医療は日進月歩であり、糖尿病診療もその例に洩れません。従いまして、我々の糖尿病教室の内容も、年々少しずつ改訂を加えています。三年以上にわたって毎回御出席下さっている患者さんもいらっしゃいます。同じテーマを扱っても決してマンネリズムに陥らないよう、スタッフ一同工夫してまいります。

御参考までに、2009年度糖尿病教室（既に終了した分、これから予定している分を含め）の各テーマを御紹介いたします。

2009年度 糖尿病教室 開催内容

2009年4月現在

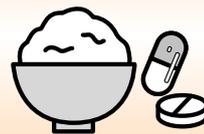
開催日 第4水 13:30～	開催内容				
	医師	検査技師	看護師	薬剤師	栄養士
4月	糖尿病とは			糖尿病の経口薬について①	「健康食」ってどんな食事？
5月	糖尿病の治療1 ～食事・運動・薬～		フットケア	糖尿病の経口薬について②	自分に適した食事とは？
6月	食事会（脂質異常症 食事の組み立て方）				
7月	糖尿病の治療2 ～インスリン・SMBG～		靴の選び方・フットケア	インスリンとは	低血糖対策・補食のとり方
9月 30日	メタボリック・シンドローム、肥満、脂質異常症		自分でできる運動	脂質異常症の薬	おやつとアルコールと脂質異常症
10月	高血圧症・シックデイの対策	糖尿病の検査について		高血圧の薬について	減塩の工夫
11月	食事会②				
12月 16日	フットケアについて		口腔ケア		年末年始の食事のポイント
1月	合併症について		まとめ		脂質異常症の食事・腎臓に優しい食事
2月	食事会③				
3月					

糖尿病教室は、糖尿病の患者さんや御家族の方だけではなく、どなたでも御参加頂けます。御希望の方は、担当医師または外来予約受付にお申し出下さい。予約を頂く場合、糖尿病教室担当医師の所属の関係上、「先端診療部」の枠内での登録となります。

多くの方の御参加をお待ちしています。



栄養サプリ



栄養管理室

やっぱり
食欲の秋！

旬の味覚を味わおう！

秋刀魚(さんま)

—秋刀魚の選び方—

黒目のまわりが透明で
澄んでいる

口と尾が黄色い



小さくても太っている

お腹がブヨブヨしていない

“新物” “ヒネモノ”

旬の季節以外に売られている秋刀魚は、冷凍を解凍したものが多く、これを“ヒネモノ”といいます。新物の秋刀魚は「新さんま」などの表示で見分けられます。

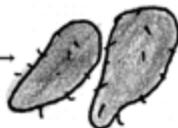
<栄養素>

秋刀魚は、DHA(ドコサヘキサエン酸)とEPA(エイコサペンタエン酸)を豊富に含みます。魚に多く含まれるこの油脂は、悪玉コレステロールや中性脂肪を低下させ、血栓の生成をおさえる働きがあり、動脈硬化を予防します。

さつまい

—さつまいの選び方—

黒い斑点や傷がない



全体的に
色ムラがない

<栄養素>

糖質、ビタミンC、食物繊維が豊富です。特に、皮の近くに多いヤラピンは、便をゆるくする働きがあり、便秘の方におすすめの食材です。皮ごと食べるとより効果的！

柿

—柿の選び方—

へたと実の間に
隙間がない



しっかりした形のへた

皮にハリとツヤがある

<栄養素>

「柿が赤くなれば、医者が青くなる」という言葉があるほど栄養価が高い食材です(糖質、ビタミンC、カロテンなど)。また柿は、アルコールの吸収を抑えたり、分解を促す成分(タンニン、デヒドロゲナーゼ)を含み、二日酔いに効果的！…とは言っても、飲みすぎれば特効薬はありません！

～ちょっとひと工夫～

秋の味覚の変わりメニュー

【さんまカレー粉焼き】

～材料(2人前)～

さんま2尾(半分に切る)
カレー粉・小麦粉・塩・こしょう各少々
サラダ油大さじ1



～作り方～

- ①あらかじめ、さんまに塩をふっておく。
- ②水気をふき取り、小麦粉をはたく。余分な粉を落としてから、カレー粉、塩、こしょうをまぶす。
- ③フライパンに油をしいて、②を片面ずつじっくり焼く。この際、頻繁に裏表をかえさないようにするとよい。
- ④きれいな焼き色が付き、火が通ったらできあがり。

【皮付きさつまいのきんぴら】

～材料(2人前)～

さつまい200g
油大さじ1 赤唐辛子(小口)1本
砂糖大さじ1/2、みりん大さじ1、しょうゆ大さじ1
白ゴマ大さじ1

～作り方～

- ①さつまいを皮ごときれいに洗い、せん切りにして水に放し、ざるにあげて水気をしっかりきる。
- ②フライパンに油と赤とうがらしを入れて、焦がさないように炒め、香りがたったらさつまいを入れてよく炒める。
- ③砂糖、みりんを入れなじませた後、しょうゆを加えて汁気がなくなるまで炒め、最後に白ゴマをふり入れ、ざっくり混ぜてできあがり。



なんでも・ひろば



近代医科学記念館へのお誘い

総務課庶務係 近代医科学記念館 木下 恵子

今年は冷夏といわれていますが…

記念館は展示品保存の為30度以下にならない日が続くと設定30度で空調を入れたままにします。今年は一度もありませんでした。平成13年の開館以来初めてです

来館される方は、たびたび病院にお見えになっても「なんだろうと思いつきながら、なかなかきっかけがなくて」とお話しされます。記念館は医科学研究所の歴史や現在の研究の実績や成果などを紹介しており医科学研究所の内容を理解いただくために設置されました。外観からは予想できない提示室のたたずまいやガラスのアトリエなど斬新です。展示スペースにはくつろいでいただけるようテーブル・椅子の用意もあります。また館内はバリアフリーになっていますので車椅子での来館も安心です

最近発見された野口英世先生の直筆年賀状は是非見ていただきたい物のひとつです。野口先生は横浜検疫で日本初のペスト菌患者を発見しています。その実績から清国の牛荘に派遣されました。そこに滞在中の1899年に書かれたも

ので大変価値のあるものです。どんな価値が…紙面の都合上長いので記載できませんが横浜検疫や牛荘での活躍は彼の躍進の大きなきっかけとなっています。是非記念館に足を運んで閲覧して戴きたいと思います

職員の皆様も朝な夕な記念館の前を通過して通勤している方が殆どだと思います。記念館に入館したことある方は意外と少ないです。この機会に是非寄り道していただきたいと思います

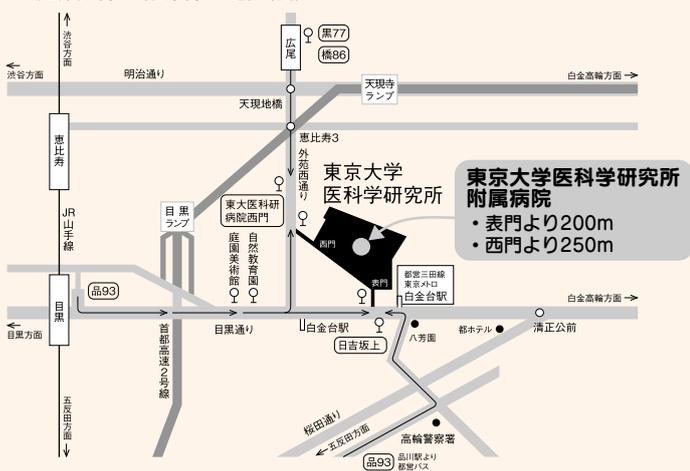


野口英世博士直筆年賀状（東大医科研・近代医科学記念館収蔵）

東京大学医科学研究所附属病院・ご利用案内

診療科

- 内科（総合、血液腫瘍、感染症、リウマチ・膠原病、代謝・内分泌、循環器、消化器）
- 小児科（小児細胞移植）
- 外科（一般、腫瘍、消化器、乳腺）、整形外科（関節）
- 放射線科、麻酔科、遺伝相談



外来診療日

月曜日～金曜日（祝日および年末年始を除く）

診療受付時間

- 8：30～11：30（初診・再診）
- 12：30～16：00（再診のみ）
- ※予約時間の15分前までに受付にお越しください。
- （確実にご受診いただくために、ぜひ予約をお取りください）
- 予約専用電話（予約受付および変更）
- 診察：03-5449-5560
- 検査：03-5449-5355
- 受付時間 8：30～17：00（外来診療日のみ）

アクセス

- 東京メトロ南北線・都営地下鉄三田線で「白金台駅」下車
- JR 山手線目黒駅東口から都バス品93大井町競馬場行で「白金台駅」下車、あるいは都バス黒77千駄ヶ谷行か橋86新橋駅行で「東大医科研西門下車」、または駅より歩いて約15分、タクシーで約5分（1メーター）
- JR 品川駅から都バス品93目黒駅行で「白金台駅」下車
- 東京メトロ日比谷線広尾駅から都バス広尾橋から黒77または橋86目黒駅行で「東大医科研病院西門」下車
- ※患者専用駐車スペースも数台分ございます。ご利用は受付にお申し出ください。