

# 母と子のにわ

—利用者のみなさまと母子医療センターをつなぐ—

- 1 インフルエンザ対策、レシピ紹介
- 2 シリーズ 大阪母子医療センターの高度な医療「造血細胞移植」  
長期フォローアップ小児がん患者サロンの創設について
- 3 がんばり屋さん
- 4 センターからのお知らせ、イベント紹介

## ♡ インフルエンザ対策

インフルエンザが流行する季節がやってきました。インフルエンザに「かからない」、「うつさない」を心がけましょう。

### 1 ワクチンをうちましよう

インフルエンザウイルスが体の中に入って増えると、発熱やのどの痛み、頭痛、関節痛などの症状が出現します。多くの場合は回復しますが、中には肺炎や脳に影響を及ぼすような重い合併症が現れ、死亡する重症な方もいます。特に呼吸器、心臓、腎臓などに基礎疾患のある方や妊婦さん、乳幼児は要注意です。ワクチンはこれらを予防することができます。また、ワクチンによって自分を守るだけでなく、流行を防ぐことで社会全体を守ることができます。

### 2 マスク、手洗いをしましょう

咳やくしゃみを人に向けてしないこと、また、マスクやティッシュ・ハンカチなどで口や鼻をおさえましょう。流水・石鹸による手洗いは手指など体についたウイルスを物理的に除去するために有効です。ご家族や周囲の大人たちが徹底することで乳幼児への感染を防ぎます。

### 3 日常生活でのこころがけ

十分な休養とバランスのとれた栄養摂取で体の抵抗力を高めましょう。空気が乾燥すると、気道粘膜の防御機能が低下し、インフルエンザにかかりやすくなります。適切な湿度を保つことも効果的です。

### 4 インフルエンザにかかったら

外出を控え、無理をして学校や職場等に行かないようにしましょう。医療機関を受診し、抗インフルエンザウイルス薬の服用を相談しましょう。発熱期間の短縮や重症化を防ぐ効果があります。またウイルス排出量も減少するので周囲への感染予防にもなります。

(感染管理室)



大阪母子医療センター  
医師・栄養士監修  
具だくさんの味噌汁

ビタミン A 豊富な **にんじん**  
ガラクトン豊富な **さといも**  
亜鉛、ビタミン D 豊富な **まいたけ** が入った  
味噌汁で温まって、インフルエンザ予防を！

- 1 <下ごしらえをする>  
さといもは一口大に切って塩(分量外)をふってもみ、水洗いをしてぬめりをとる。にんじんは 5mm 厚さの半月切りにする。まいたけは小房に分ける。白ねぎは 1cm 幅の斜め切りにする。きぬさやは筋を取る。
- 2 <煮る>  
鍋にだし汁・さといも・にんじんを入れて軟らかくなるまで煮る。まいたけ・白ねぎを加えて火を通し、きぬさやを加えてみそを溶き入れる。

材料 (2 人分)  
さといも ..... 60 g  
にんじん ..... 30 g  
まいたけ ..... 40 g  
白ねぎ ..... 40 g  
きぬさや ..... 30 g  
だし汁 ・ カップ 1 と 1/2 (300 g)  
みそ ..... 大さじ 1 (18 g)

大阪母子医療センターの医師と栄養士による食育レシピ  
「こどもの心と体の成長・発達によい食事  
III 学童期・思春期」P73 に掲載されています



(栄養管理室)

## 造血細胞移植

### 造血細胞移植とは？

白血病や再生不良性貧血など血液難病を治すために、1970年ごろ骨髄移植が開発されました。放射線全身照射や抗がん剤大量投与により、血液を作る場所である骨髄を空にして、その後で健康な人から採取した骨髄細胞を移植して健康な血液を作れるようにする、という治療です(図1)。

近年、骨髄の中にある造血幹細胞(白血球、赤血球、血小板の源となる細胞)が血液に出てくるようにして移植に用いられています。また、へその緒の血液に造血細胞がたくさん含まれていることから、さい帯血移植が行われており、造血細胞移植と総称しています。

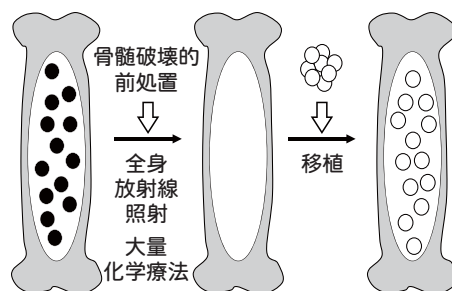


図1 標準的(従来型)造血幹細胞移植

### ドナーになれる人は？

HLAと呼ばれる白血球の型が一致することが必要です。HLAが一致する家族がない場合、骨髄バンクドナーや、さい帯血バンクから移植を行うことが可能です。

### 造血細胞移植の治療成績は？

造血細胞移植を行うことで血液難病の患者さんを治すことができるようになりましたが、その一方で副作用に注意が必要です。患者さんの体に根づいたドナー細胞が免疫反応を起こして、発疹、黄疸、下痢になったり、移植後2週間~1カ月は白血球の数が一時的に少なくなるので肺炎や腸炎など感染症を起こすことがあります。さらに、移植の後、成長や内分泌機能への影響が生じます。それを解決する移植法としてミニ移植が期待されています。

### ミニ移植とは？

放射線を当てずに、控えめに抗がん剤を投与して移植する方法で、患者さんの負担や成長への影響を軽減できる移植法です(図2)。血液難病に対する治療成績は従来の移植法と変わらないため、当科は積極的にミニ移植に取り組んでいます。

骨髄移植が最初に報告されてから50年、造血細胞移植は進歩続けています。血液難病の患者さんのために、今後も益々進化してより良い治療法となることが期待されます。

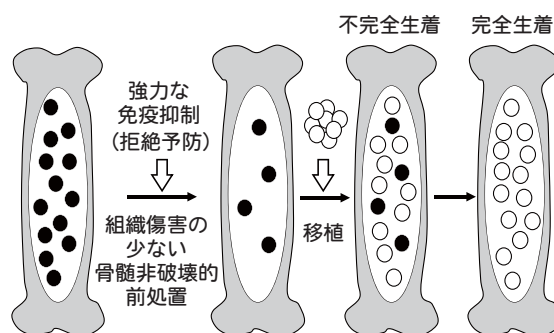


図2 ミニ移植

(血液・腫瘍科 主任部長 井上 雅美)

## 長期フォローアップ 小児がん患者サロンの創設について

第3期がん対策推進基本計画において、思春期・若年成人(AYA)世代のがん患者支援が重点課題となっています。AYA世代は就学、就労、結婚などライフイベントが多く、心理社会的に目まぐるしく変化します。同じ体験をしている患者同士のつながりが支えとなります。今夏から、長期フォローアップ外来に通っている方を対象とした患者サロンを年に2回程、開催しています。次回は3月27日(金)です。青少年ルームで行っていますので、ぜひお越しください。

(患者支援センター 小児がん相談員 川口 めぐみ)

# がんばり屋さん



当センター 看護師 後藤 雄哉

私は先天性ネフローゼ症候群を持って生まれ、生後すぐ大阪母子医療センターに転院しました。その後約5年間腹膜透析を続け、1999年2月1日の5歳の時に母親から腎移植を受けました。移植後に、膀胱留置カテーテル（おしっこのくだ）を抜くときの壮絶な痛みや、カテーテルに真っ赤な尿が流れた衝撃などのつらい記憶も残っていますが、それ以上にその日使用した点滴のバッグに当時好きだったポケモンの絵を書いて楽しませてくれたことや、頑張ったことがあるとマスキングテープを「頑張ったシール」にしてくれていたことを今でも覚えています。

そして私は現在、大阪母子医療センターの4階西棟（血液・腫瘍科）で看護師として勤務しています。4階西棟では化学療法を受ける患者や造血細胞移植を受ける患者などが入院しています。私は看護師としても日々移植に向き合っています。自分が患者として移植を受けた病院で、病棟は違いますが、看護師として移植を受ける子どもたちと共に頑張っています。

こうして私が看護師という職業を選び、そして大阪母子医療センターで働きたいと強く思ったのは、今まで関わってくださった医療者の方々のおかげであると考えています。看護師として働き、看護師として移植に向き合うということは、常に自分の病気とも向き合うことであると思います。私自身が病気を受け入れられず、病気を引け目に感じていたら絶対に看護師は選択していません。私が自分の病気を受け入れられたのは、入院生活が楽しい記憶、であることが一番大きな要因だと感じています。そして私が入院生活を楽しかったと思えたのは入院中の医師・看護師の方々の関わりがあつてのことだと思います。私のことを幼い頃から知ってくださっている方もたくさんいます。一人一人に心から感謝を伝えたいと思っています。加えて、皆様の看護をみて看護師を目指し、大阪母子医療センターで勤務できていることを誇りに思います。



がんばり屋さんのコーナーでは、登場してくださる方を募集しています。母子医療センターで治療を受け、現在各方面で頑張っている方をご紹介ください。自薦・他薦は問いません。詳細は、母子保健調査室までお問合せください。

## お問合せ

電話：0725-56-1220（内線 3241）  
E-mail：kikakusi@wch.opho.jp

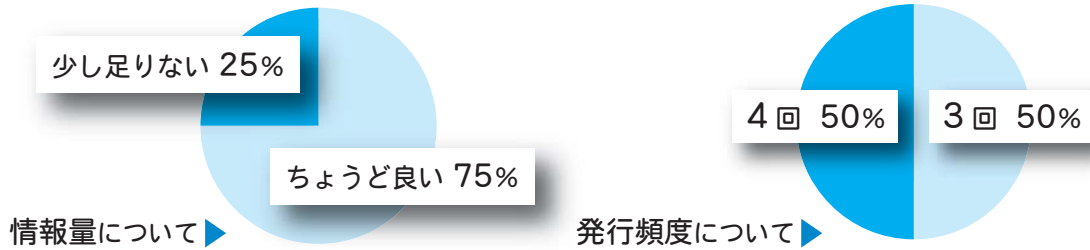




## 広報誌「母と子のにわ」アンケート ご協力のお礼

母と子のにわ第41号（2019年2月発行）と第42号（2019年8月発行）の2回にわたり、「母と子のにわ」に関するアンケートを実施しました。合計115名の患者さんやご家族からの回答をいただきました。ご多忙のところ協力いただきました皆さまに、心からお礼を申し上げます。

今回お寄せいただいたご意見を踏まえて、広報誌「母と子のにわ」は令和2年度から年4回（春・夏・秋・冬）の発行といたします。お寄せいただいた貴重なご意見・ご要望は、より良い広報誌づくりの参考とさせていただきます。今後ともよろしくお願いいたします。



1階 **パクパク**  
ひろばで

**Wi-Fi**  
つかえます

**FREE**

- 1 Wi-Fi 設定画面で「Wi-Fi」をオンにします。
- 2 ネットワークの一覧から「pakupaku」を選びます。
- 3 パスワード入力画面で「mokonyan」と入力します。
- 4 「pakupaku」にチェックが付いたことを確認します。

- ・本サービスは無料でご利用いただけます。
- ・このWiFiを利用しての迷惑行為、法令又は公序良俗に反する行為を禁止します。
- ・インターネット上の有料サービスを利用するときは、利用者のご負担となります。
- ・接続するスマートフォン等のセキュリティ対策は利用者で行ってください。
- ・スマートフォンのWiFi設定方法や操作方法については、メーカーや契約会社にお問合せください。

## イベント報告

子育てフェスタ  
2019年10月19日(土)



センタークリスマス会  
2019年12月13日(金)



埼玉西武ライオンズ増田投手来院  
2020年1月8日(水)



### 基本理念

母と子、そして家族が笑顔になれるよう、質の高い医療と研究を推進します

### 基本方針

- ・周産期・小児医療の基幹施設として高度で専門的な医療を提供します
- ・患者さんとの相互信頼の立場に立った医療を行います
- ・地域と連携して母子保健を充実させます
- ・母子に関する疾病の原因解明や先進医療の開発研究を進めます

地方独立行政法人大阪府立病院機構

**大阪母子医療センター**

〒594-1101 大阪府和泉市室堂町 840

電話 0725-56-1220

FAX 0725-56-5682

<https://www.wch.opho.jp/>