



●市民公開講座 ～ 骨髄移植を知ろう(第4回) ～

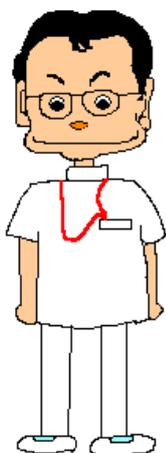
7月19日、血液ガンについて広く知っていただき、骨髄バンクへのドナー登録の大切さを考える市民公開講座が開催されます。

講座は、先生方による血液疾患セミナー、特別企画とし「ほほえみのちから」と題して県のほほえみプロデュース事業を体験、「骨髄移植を考える」と題して骨髄バンクの活動や骨髄移植経験者・ドナー提供者の体験談の発表など、盛りだくさんの企画となっています。

また、当日は同じ会場で、骨髄バンクのドナー登録説明会も開催されます。

まろまろも学習会の一つとして講座に協力します。

皆様お誘い合わせのうえお越し下さい。



日 時：平成20年7月19日(土) 13:00～16:30

場 所：JR青森駅ビル5階「ラビナホール」



●平成20年度総会のお知らせ

平成20年度まろまろ総会を開催します。

早いもので、まろまろ発足から2年を迎えようとしています。

まろまろでは、総会を市民公開講座の開催に合わせ、7月19日(土)に、場所を同じくラビナホールで開催したいと思います。

総会では、この1年間の活動を振り返り、そして来年度の活動について話し合います。

今後の活動内容については、「こんなことをやりたい」「こんな会であって欲しい」というご意見を皆様から募集し、それをもとに話し合いたいと考えています。後日郵送しますアンケートにご協力下さい。

なお、会議は16:30からを予定し、終了後は懇親会で親睦を深めたいと思います。詳細や出席の確認については、後日あらためてご連絡します。体調を整えて、是非大勢のご参加をお待ちしております。



●異動のお知らせ

4月1日付けで青森県立中央病院の人事異動があり、まろまろ会員の病院スタッフの方も異動されました。

<退職>

内科処置室(元血液内科外来) 岡本加壽子主任

<つくしが丘病院へ転出>

6階西病棟 沼館友子班長

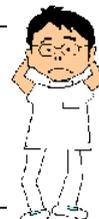
これからも、ご支援よろしくお願いたします。

●談話会(お茶会)開催中です。

と き: 毎月第4土曜日

午後2時から

と ころ: 県病8階食堂



骨髄バンク情報 (H20年4月末現在)

	全 国	青森県
患者登録者数	1,362人	7人
ドナー登録者数	308,872人	2,324人
対象人口千人あたり	4.84人	3.31人(42位)

—(財)骨髄移植推進財団—

● まろまろからのいろいろなお知らせ

●病棟班長のご紹介

このたび新しく就任された4階西病棟の豊島班長、8階西病棟の成田班長からご寄稿をいただきました。

「思いで深き 血液病棟」

4階西病棟班長 豊島 あけみ

「まろまろ」会員の皆様、このたび4階西病棟の班長になりました豊島です。どうぞよろしくお願いいたします。

私は、以前8階西病棟に看護師として10年近く勤務させていただきました。血液病棟を離れて3年過ぎ、ずいぶん日が経った懐かしい感じさえします。

「移植を始めるぞ」K部長の号令でスタートし、めまぐるしく過ぎ去る季節の中で患者さんと家族の強いつながりを感じ、私たち医療スタッフが患者さん方々に助けられ、勇気づけられたことが思い出されます。大部屋でのクリスマス会、消灯してからの看護者側からの説明、移植決定後の院内デートなど、その事柄が私の看護の方向に確信を持つことが出来た思いで深い病棟です。

再び血液疾患と関わりを持つことが出来た事は嬉しく、また緊張もしております。

「まろまろ」の会に出席の際は、気軽に声をかけていただいたら嬉しいです。これからもよろしくお願いいたします。



「支え合う医療を目指して」

8階西病棟班長 成田 美保子

皆さん、こんにちは。4月より2年ぶりにまた8階西病棟で勤務することになりました。

2年前と大きく変わったことは、がん診療センター・血液内科として独立したことです。病棟の雰囲気もどことなく明るく、慌しさの中にも落ち着きが見られ、病棟内が整理・整頓された感じがします。看護師スタッフも大幅に変わり、若返りました。そのパワーはこれからの移植看護を担う大きな原動力になってくれると思います。その中で唯一変わることなく青森県の移植医療をしっかりと守り、支えてくれているのが、久保部長を中心とした赤木先生、小倉先生の実在です。これからも良き医療スタッフと共に、質の高い移植看護の提供に努めたいと思っていますのでどうぞよろしくお願いいたします。

さて、血液疾患と歩む患者・家族の会「まろまろ」も2年が経過し、着実に一步一步前に踏み出していることを実感しています。創立当時、不安もたくさんありましたが、患者・家族の皆さんに支えられ、立派な会に成長したことを本当に嬉しく思います。

これからもスタッフ一同、患者様、家族の方々と共に命の尊さと向き合い、その命に寄り添っていきたいと思っています。また、この会を通じて多くの方々が、尊い命を救うことができる骨髄移植、大切な人を守るためのドナー登録、骨髄バンクを考える機会になってくれればと思います。

●質問にお答えします

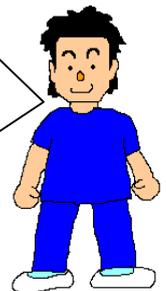
ー石田信行さんよりいただきましたー

私の弟（2歳下）は25年前に慢性骨髄性白血病で亡くなりました。当時40歳、千葉市に在住し、発病後2年位で亡くなったと思います。今ほど薬も治療法も良くなかったのでしょうか。

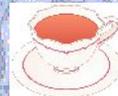
自分も4年前に同じ病気になり、兄弟であるからそういうことがあるのかなあと。本などでは遺伝しないと書かれてあったと思いますが、実際にはどのようなのでしょうか？

慢性骨髄性白血病（CML）における病因として唯一証明されているのは、放射線被曝である。広島、長崎における原爆被害者においてCMLを含む白血病の発症率が高い事が明らかになっている。また、同様に以前に様々な病気のために放射線照射や抗癌剤による化学療法を受けた方の中でも発症頻度が上昇している事が報告されている。

家族内多発発生に関しては報告は稀であり、遺伝的要因は乏しい。教科書ではこのような記載となっています。現時点では、偶然の発症と考えるべきだと思います。（小倉和外先生）
（三輪血液病学から引用）



●情報・相談投稿コーナー まろまろのもろもろルーム



～会員の皆様からお寄せいただいたメンバーカードを、順次、ご紹介します。～

まろまろ ネーム ♠ ハチ	入院病院	青森県立中央病院
	ご病気と経過	H19年2月に骨髄異形成症候群と診断され免疫抑制療法。2月～5月中頃まで入院。現在3ヶ月に1回通院しています。
	趣味特技	旅行、ショッピング
	ご職業等	会社員
	その他ひとこと	最初は落ち込みましたが、今は前向きに頑張っています。治るんだという気持ちで病気に負けないことだと思います。そして病院のスタッフの皆さんや入院中励まして下さった方皆さんに感謝です。

まろまろ ネーム ♠ もつけ	入院病院	青森県立中央病院
	ご病気と経過	H15年12月痛風検査で白血球10000近く。すぐ県病に紹介状を書いて下さり精密検査となった。2月初めに慢性骨髄性白血病と診断され、16年2月下旬から1ヶ月入院加療した。その後グリベック毎日2錠、血圧、高脂血症、痛風、利尿剤を飲み今日に至っている。以来満4年通常の生活をしている。感謝。
	趣味特技	各種団体の世話役を長年務めている。ボランティア活動に取り組んでいるので、頭も身体もフル回転の毎日である。
	ご職業等	無給の会社役員
	その他ひとこと	年に何回か「まろまろ会」に参加している。役員の方には会の運営で大変なご苦勞をおかけしている。多謝。やはりこうした場に出ることの意味は大きいと思う。各先生方も親身に話され、話題も多いので、私は得ること大です。

まろまろ ネーム ♠ 岡ちゃん	入院病院	青森県立中央病院
	ご病気と経過	3年前に悪性腫瘍になり手術をしてもらいました。3回の抗がん剤と22回の放射線、マルクを受けました。今はとても元気です。前向きに病気と向き合っています。
	趣味特技	音楽全般（ジャズ、三味線、その他）
	ご職業等	専業主婦
	その他ひとこと	病気をしたときは皆さんに甘えてもいいと思います。人は人を支え合っているのですから。何事も自分一人を責めないことだと思います。

まろまろ ネーム ♠ あかま ま	入院病院	青森県立中央病院
	ご病気と経過	2006年4月10日白血病と告知。ショック!4/18～5/3までグリベック調整のため入院。週1回の通院から今では月1回になりホッと。最初4錠、今は3錠。一番の副作用は色が白くなったこと（自分ではない!!）水が溜まりやすいこと。
	趣味特技	映画、音楽、友達とのランチ、ドライブ
	ご職業等	なし
	その他ひとこと	私は悲しい時は我慢することなく悲しい映画、ドラマを見て思い切り涙を流します。楽しい時はアップテンポの曲を聴きながら掃除、洗濯、手紙書きをしています。自分を信じ、スタッフの方々を信じること、家族を信じ、友達を信じること。病気を友達にすることが一番かと。皆さん、ファイティン～アジャ～頑張れ～それっきゃね～よ（笑）風や木、すべてに恋をして下さい。愛ですヨ。

● 学習会しましょう。

第5回 まろまろ 学習会

- ◇ 日 時
平成20年6月21日(土) 14:00~15:00
- ◇ 場 所
県立中央病院 3階大会議室
- ◇ 講 師
県立中央病院 リハビリテーション科 理学療法士 須藤 崇 先生
- ◇ テーマ
(仮題)療養生活で発生する筋力低下の予防と回復方法

入院中の方もお気軽にご参加ください。
多数ご参加お待ちしております。



● まろまろ会員からの声

「グリベックについて」

この薬が世に生まれ、100%ではなくとも今の私を生かしています。この薬が出来る前に私が病気になっていたら…恐ろしい!

いままでも両手両足に余るほど病気、けが、その時につきまとう手術をしてきました。最近では病気になったおかげで色々な人と出会い色々な人生があることを知りました。 <あかまま>

「4番目の母さんのこと聞いて下さい」

昭和何年かな、生まれた私は母の顔を知りません。育ててくれた父母は、母の妹でしたから。高校生になったとき、隣のおばちゃんから実母でないと言われました。ショックを受けたというより、余計なお世話だと思いました。育ての母はきびしい人でしたが、最後の時はありがとうと言ってくれました。私も母のようにありがとうと言えればと思っています。生母、育ての母、姑様、現在は主人の姉(93歳)を母と思って甘えております。 <岡ちゃん>

前号で募集した「アカモク」についての情報です。

私たちの近くに「出来島」というところがあります。その海岸に寄ってくる海藻に「ギバサ」というのがあります。同じものではないかと思えます。

食べ方は、細かく刻んでみそ汁に入れたり、ネカブと同じように三杯酢で食べる食べ方がおいしいですよ。こちらでは「海のなんば」と言いますよ。

春先は、小さくて若いので、ほとんどそのままです。5月頃には、なんばのようにプチプチを取ってお湯をくぐらせます。 <カメ>

「お礼」

今年3月、青森県立保健大学大学院修士課程を無事に終了いたしました。研究を行うにあたり、快く調査にご協力をいただき、貴重なご経験を語って下さったまろまろに参加する6名のご家族の皆様には深く感謝申し上げます。研究内容につきましては、近々談話会でお茶を飲みながら聞いていただけたらと考えております。 <4階西病棟看護師 赤川順子>

○ ご寄付いただきました

佐々木 瑞穂 様 成田 勝雄 様
深く感謝申し上げます。

● 情報、企画を募集しています。

みなさんのお声を会報に載せてみませんか？
自己紹介、相談ごと。おすすめの本やレシピ。
ちょっとした裏技。何でも結構です。
また、こんなことをしてみたいというアイデアも
随時募集中です。お気軽にお寄せください。

F A X : 017-726-8083

E-mail : fwby2780@nifty.com

血液疾患と歩む患者・家族の会 まろまろ

<事務局連絡先> 青森県立中央病院 血液内科 外来

TEL 017-726-8141

FAX 017-726-8083

〒030-8553

青森県青森市東造道2-1-1



県病HP <http://www.pref.aomori.lg.jp/welfare/hospital/>
ブログ <http://maromaroaomori.cocolog-nifty.com>