市立秋田総合病院広報紙

ふきのとう

fukinoto

2017
冬号
No.036

平成28年病院祭

平成28年度の市立秋田総合病院病院祭を平成28年11月6日（日）に開催しました。当日は風が強い1日でしたが、約420人ほどの来院者がありました。なんでも健康相談コーナー、救急救命コーナー、各種相談、バザー、ちびっ子コーナーに沢山の方にお越しいただきました。今年は初めて、院内保育園「こどものくに」の発表会を行い、ご家族の方が多く見学されました。午後からのいこいのコンサート、市民公開講座も盛況でした。

秋田県認知症疾患医療センター（基幹型）の紹介

秋田県において高齢化率は全国一位であり、高齢化とともに認知症が比例して増加する為、その対策は国及び地域社会にとって大きな問題となっています。当センターは、昨年10月1日に秋田県から指定を受けて開設しました。同日大館市立病院、鷹巣いまむらクリニック内にもセンターが開設されたため秋田県では5ヶ所の認知症疾患医療センターが稼働しております。その中でも、当院は「基幹型」ということで鑑別診断や身体合併症に対する対応、相談支援及び事例検討や研修会の開催を通じて関係医療機関と連携し切れ目のない支援体制の構築を行い、認知症の方を支えていく中核の医療機関として期待されています。

当初の1ヶ月で、相談件数97件、外来受診件数29件、鑑別件数14件、身体合併症で入院した件数6件と需要が多いことが分りました。

当センターでは次の業務を行っております！

◆専門医療相談

認知症について患者さん本人やご家族、医療・福祉関係からの各種相談について、専門相談員（精神保健福祉士）や認知症看護認定看護師が応じます。

◆鑑別診断と治療方針

各種心理検査や画像検査等を元に専門医師による鑑別診断とその後の治療方針の決定を行います。

◆急性期治療と身体合併症対応

周辺症状の急性期治療や身体合併症を伴う認知症患者さんの受け入れを行います。

◆関係医療機関との連携

地域の医療機関・介護施設等と連携をしながら、急性期治療後の医療や介護がスムーズに継続される様支援します。

◆研修会の開催や情報発信

他の認知症疾患医療センターや行政機関等と協力しながら認知症理解に関する研修会の開催や情報発信を行います。

認知症に関する心配事のある方は
まずは専用電話にご連絡ください
☎018-866-7123

糖尿病って、どんな病気？

糖尿病・代謝内科 科長　三浦　岳史

糖尿病という病気は、血糖が高い状態が続くことで、全身の血管などが痛み、様々な体の不具合（合併症）が起こる病気です。そして、合併症の多くはかなり進んでこないと症状は出ないので、その前に治療を始めるのが肝心です。主な合併症としてはいわゆる三大合併症といわれる網膜症、腎症、神経障害のほか、動脈硬化から心筋梗塞や脳梗塞なども起こしやすく、最近では認知症も起こりやすいとされています。

では、合併症を防ぐにはどうすればいいでしょうか。まずは血糖を一定の範囲に保つことが一番大切です。よほど血糖が高くならなければ、自覚症状は出ません。定期的な検査と、その結果に見合った適切な治療が必要です。薬さえ飲んでいれば大丈夫、ではないのです。また、動脈硬化を防ぐため、血圧や脂質も人並み以上に気を付ける必要があります。合併症の状態を見るための検査も定期的に行いましょう。内科だけではなく、網膜症の状態を見るために眼科にも年に１回は行きましょう。

糖尿病の治療の目安としては、HbA1c（ヘモグロビンエーワンシー）の検査があります。これはおよそ１～２か月間の血糖の平均の目安となるもので、三大合併症を防ぐには7.0%未満が目安と言われています。基本的にはこれが治療の目標です。また、2016年には65歳以上の高齢者向けのガイドラインが新たに設けられました。これによれば、本人の状態によっては、血糖を下げすぎないほうがよい場合もあるとされています。下表を参考にしてください。買い物や食事の準備、お金の管理などに支障が出てくればカテゴリーⅡ、家の中で身の回りのことをするのが難しければカテゴリーⅢと考えてください。この目標は絶対ではなく、今までうまくいっていた人が無理に治療内容を変える必要はありません。わからないことがあれば、主治医の先生にぜひ聞いてみてください。

	カテゴリーⅠ	カテゴリーⅡ	カテゴリーⅢ
患者の特徴・健康状態	①認知機能正常 かつ ②ADL自立	①軽度認知障害～軽度認知症 または ②手段的ADL低下，基本的ADL自立	①中等度以上の認知症 または ②基本的ADL低下 または ③多くの併存疾患や機能障害

重症低血糖が危惧される薬剤（インスリン製剤，SU薬，グリニド薬など）の使用	なし	7.0%未満		7.0%未満	8.0%未満
	あり	65歳以上75歳未満 7.5%未満（下限6.5%）	75歳以上 8.0%未満（下限7.0%）	8.0%未満（下限7.0%）	8.5%未満（下限7.5%）

スポーツで人生に活力を

整形外科　藤井　昌

2016年10月より、スポーツ損傷を抱える全ての患者さんを対象に、スポーツ整形外来を開設いたしました。スポーツは人生をより明るく、豊かにするものです。さらに体力向上やストレス発散、生活習慣病の予防など心身の健康保持、増進にもつながります。そのため、学童期、青年期はもちろんのこと、中高年の方々の関わりに対しても積極的に推進されるべきものです。しかし、痛みや機能障害をきっかけに、パフォーマンスが上がらなかったり、体を動かすこと自体を諦めてしまったりする患者さんがたくさんいらっしゃいます。このようなスポーツ損傷に悩まされる患者さんの診断、治療、再発予防に特化し、復帰への最短ルートの道標を示すことが、この外来の役割です。

スポーツ選手における治療目標は、痛みを軽減させるだけではなく、競技レベルに復帰することですので、それぞれの患者さんに合った綿密なケアが必要です。また、親御さんや指導者の方に納得していただけるような説明や、現場で実践できるような怪我の予防法などをお伝えすることも重要と考え、通常の外来よりも予約枠を減らし、一人一人の患者さんに、より時間を取れるようにしております。さらに最新の超音波やCT、MRIなどによる検査を当日に行い、迅速な診断と治療に結び付けられるよう心がけています。スポーツリハビリの知識が豊富な理学療法士による動作指導も、好評をいただいております。

おかげさまで現在まで、毎回ほぼ全ての予約枠が埋まるくらいの患者さんに来院していただいております。今後ますます診療を充実させ、地域の方々はもちろん、全県の患者さんから頼りにしていただけるような、明るく元気な外来にしていきたいと思っています。どうぞよろしくお願いいたします。

シリーズ病棟紹介 ― 第６回 ―

5階病棟

当病棟は産婦人科・耳鼻咽喉科・乳腺内分泌外科の混合病棟です。院内で一番入退院が多く、夜間の分娩とその他の入院が重なってしまうようなあわただしいことも度々あります。

また、年齢層が比較的若いこと、女性が中心であることが特徴です。また、外科的処置や治療が多いことから、心身の苦痛を軽減できるように医師・看護師一体となって頑張っています。

産科では分娩のみならず、妊婦や褥婦、赤ちゃんの生活を考え医療相談室や保健所との連携を図り、退院後も安心して暮らせるよう援助しています。

婦人科・乳腺内分泌外科では、手術や化学療法とともにリンパマッサージ指導などQOL

冬に流行する感染症とその予防について

感染管理室　感染管理認定看護師　山本　由紀子

毎年、冬になるとインフルエンザや感染性胃腸炎などが流行します。なぜ、冬に感染症が流行しやすいのか皆さんはご存知ですか？

冬は空気が乾燥しているため、せきやくしゃみのしぶきの水分が蒸発して軽くなり、しぶきに含まれたウイルスが遠くに飛びやすくなります。ウイルスは低温・低湿度を好むため、寒くて空気が乾燥する冬は夏よりも長く生存でき、感染力が強くなると言われています。そして、人間は体温が下がるとウイルスに対する免疫力が低下します。また、外気が乾燥し、水分摂取量も減ることから、のどや気管支の粘膜が乾燥し、ウイルスの侵入を防いでくれる粘液が少なくなるためにウイルスに感染しやすくなるのです。

冬に流行する感染症としてよく知られているのは、せきやくしゃみのしぶきを浴びることで感染する（飛沫感染）RSウイルスやインフルエンザと、カキなど食べ物のほか、感染している方の便や吐物等に接触することで感染する（接触感染）感染性胃腸炎です。これらを予防するためには、「手洗い、うがい、マスクの正しい着用」が大事です。手洗いは石けんと流水で30秒程度しっかり手をこすりあわせて行ないます。手洗いをするタイミングは①外から帰った時、②汚れたものに触った可能性のある時、③食事の前、④トイレの後です。うがいは、感染予防のために行なう場合には水道水で十分と言われています。外から帰ったら、まずはぶくぶくと口をゆすぎ、その後、ガラガラうがいを15秒間、３回ほど行ないます。マスクはガーゼのマスクでは咳のしぶきの水分が付着して、感染を防ぐ効果が乏しくなるので、不織布のサージカルマスクを正しくつけましょう。そして、免疫力を高めるためにも栄養と休養をたっぷりとりましょう。

病院エレベーターホール前の「感染管理室からの掲示板」では、季節の感染症情報のほか、正しい手洗いの仕方やマスクの着用方法などについてご紹介していますので、ぜひご覧ください。

を考えた援助を行っています。

耳鼻咽喉科では、手術のほかに眩暈や突発性難聴など緊急入院が多く、どんな時でも対応できるようにしています。

このように昼夜関係なく、赤ちゃんからお年寄りまで各年齢層にあった丁寧かつきめ細やかな対応を心がけて、日々奮闘しています。

５階病棟看護師長　武田　解子

認知症看護認定看護師について

認知症看護認定看護師　川越　智

わが国の高齢化率は2015年に26％を超え、その結果、高齢化に伴う認知症の人の数も上昇しています。認知症になる割合は年齢と共に高くなることから、団塊の世代が75歳以上となる2025年の認知症の人は700万人に達すると言われています。このような状況において、急性期治療を行う医療の現場では、認知症高齢者の入院がますます増加しています。特に認知症の人は、入院治療に関連した生活環境の変化に適応する能力が低下しており、興奮や焦燥などの認知症の行動・心理症状を悪化させやすく、転倒などの医療事故を起こしやすいと言われています。さらに、入院中にせん妄、感染症、肺炎などの合併症も起こしやすく、入院期間を長期化させることがあります。そこで、このような現状の認知症の人のケアに対応できる人材が求められるようになり、2005年認知症看護認定看護師の教育が開始されました。現在、全国に810名、そのうち秋田県には34名の認知症看護認定看護師が誕生しています。

認知症看護認定看護師の役割は、認知症の人の権利を守ること、生活環境の質を高めること、自己決定を支援すること、家族を支援することなどがあります。また、認知症の人は複数の病気を抱えたり、自分の思いを相手に伝えることができないことから、介護する人はアセスメントやケアに苦労することが多くあります。そのような時に相談役としての役割も担うことになります。

当院では、昨年7月に医師や精神保健福祉士、臨床心理士、認知症看護認定看護師で構成する認知症ケアチームを設立しました。入院による環境の急激な変化は、高齢者にとって大きなストレスとなり、その結果、一時的な混乱を引き起こしやすい状況になります。また、認知症の行動･心理症状を引き起こし､その後の認知機能、身体機能や生命予後に大きな影響を与えることになります。そのため、チームではそれぞれの職種の能力を活かし、できるだけ混乱を緩和するケアが行えるように日々活動しています。僅かであっても患者さんとご家族の力となり、速やかになじみの場所、または最も適した生活環境に戻れるように支援を行ってまいります。認知症に関することでご相談がありましたらいつでもご連絡下さい。

The Asian Confederation of Physical Therapy congress に参加して

リハビリテーション科　理学療法士　柴田　和幸

タイトルにあるThe Asian Confederation of Physical Therapy (ACPT) congressとは、アジア理学療法学会のことを指します。2016年は10月7、8日にマレーシアの都市クアラルンプールで開催されました。

今回のアジア学会ではポスター発表を行い、30分間の自由討論を行いました。

私の研究テーマは「変形性膝関節症患者における膝脂肪体のはたらき」です。少しマニアックな部分でもありますが、膝関節に存在している脂肪体は膝の動きや筋肉の動きに合わせてその形を変えていることがわかっています。しかし、変形性膝関節症の患者さんではその動きがどうなっているか、正確にわかっていません。超音波画像診断装置を用いるこ

地域医療連携の会 会員紹介

木村内科クリニック 木村　衛 先生

秋田新幹線「こまち」の開業と同じ平成９年から新屋高校の近くで内科のクリニックを開いて町医者をしています。

原産地は横手市です。横手高校から東海大学医学部に進学、卒業後横手市の平鹿総合病院で研修。その後秋田大学医学部附属病院第二内科（循環器、呼吸器内科）で勤務、学位取得後公立角館病院に赴任４年勤務の後に今のクリニックを開業して20年になります。秋田大学附属病院勤務の途中には、秋田県成人病医療センター（閉院）、市立秋田総合病院、秋田組合総合病院（現 秋田厚生医療センター）勤務の期間もありました。

父も以前横手で町医者をしていて、私は仕事場と住居は同じ場所にしたいと思っていました。そのため、診療所の二階に住み一階で仕事をするスタイルで通勤時間「０」を実現しています。

開業当初から「居るときは診ます。」とは言っていたのですが、最近は雑用を言いつけられる年回りなのかいろいろな雑用（警察医、医師会理事、産業医、学校医、介護認定審査会委員、団体評議員など）で出かけなければいけない時間が増え診療に応じられないことが増えてしまい迷惑をおかけすることが増えて申し訳ないと思っています。

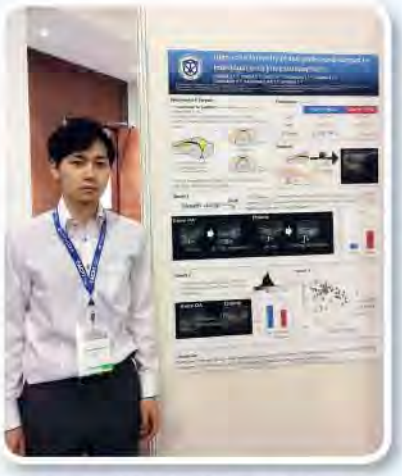
とは言え内科の開業医の仕事は、自ら自分の守備範囲の診療をするだけでなく「体の具合が悪いが、どの診療科を受診すればよいのか？」（診療科の振り分け、紹介）とか最近は「体の動きが悪くなったり物忘れ、行動の異常の出てきた高齢者をどうしたら良いか？」（いわゆる包括ケアの相談）など、色々な相談を受けることが仕事です。

幸い、秋田市内には私も含め多くの町医者がいますので、ぜひ住まいの近くや職場の近くでかかりやすく相談し易い「かかりつけ医」を見つけて欲しいと思います。

市内には、秋田大学附属病院を含め大きな病院が５か所ありますが、私の診療所から最も近いのが市立秋田総合病院です。少しの間私も給料をいただいていた病院でもありますし、認知症医療センターが開設され、病院の改築も予定され、顔の見える関係にある先生方が沢山いらっしゃいますので私達と新屋界隈の患者さんにとっての頼れる病院として今後もあり続けて頂きたいと期待しています。

とで実際に脂肪体がどのように動いているか、リアルタイムで見ることができます。実際に変形性膝関節症の患者さんでは脂肪体の動きが低下しており、膝関節可動域の低下や痛みとの関連性を示しているとも考えられました。今後はその脂肪体の動きの低下の原因や動きを出すためにどういったエクササイズがいいのか検討する予定です。

学会の会場には日本人だけではなく、アジア各国の理学療法士が集まっており、当然のことと思いますが、学術的な知識だけではなく、情報交換や討論を行うために必要な語学的知識も必要だと再認識しました。海外に行くということだけでも、他国の文化に触れることができるため色々な刺激を受けますが、さらに学会参加ともなると日本では得ることのできないアジアの理学療法の情勢などを直接知ることができ、非常に有意義な時間を過ごせたと思います。今後も日本国内だけではなく、国外での学会も多々ありますので、世界レベルでの研究を進めていけるように努力していきたいと思います。



当院自慢の行事食

クリスマス、年末、年始にかけての入院生活は患者さんにとって、特に精神的にも辛く寂しいものになるかと思います。そんな患者さんの病態に応じ、制限された中でも、いかにおいしく彩り良く食事を提供することができるか、我々栄養士・調理師の腕の見せどころです。

前回に引き続き、当院の行事食をご紹介します。今回は、秋から冬にかけての二つの行事食です。

一つ目は、9月に提供される『十五夜』です。

メニュー

- 萩ごはん
- すまし汁
- 天ぷら
- 酢の物
- お月見まんじゅう

調理師手作りのお月見まんじゅうが添えられました。

生地をこね、あんこを入れて…

蒸し上げます！

二つ目は、12月に提供される『クリスマス』です。

メニュー

- ごはん
- オニオンスープ
- チキンとミートローフ クリスマス仕立て
- ミモザサラダ
- プチケーキ

小児病棟では例年クリスマス会が開催され、ケーキが提供されます。

食事の時間が、辛い治療を受ける患者さん達の癒しのひとときとなって頂けるよう、今後も栄養室職員一同心を込めて食事提供致します。

栄養室　管理栄養士　佐々木美弥子

市立秋田総合病院

理　念

- 市立秋田総合病院は、すべての人々の幸福のため、良質で安全な医療を提供し続けます。

基本方針

- 常に医療水準の向上に努め、地域の中核病院として多様化する医療への要望に応えます。
- 患者さんの権利や意思を十分に尊重し、診療情報の提供による相互理解に基づく医療を行います。
- 医療の安全のさらなる向上に努め、患者さんが安心できる医療を行います。
- 職員にとり働きがいのある就労環境の整備に努め、質の高い医療人を育成します。
- 業務の改善と効率的な運営に努め、健全で安定した経営基盤を確立します。

編集・発行／市立秋田総合病院　平成29年2月10日発行
〒010-0933　秋田県秋田市川元松丘町４番30号　Tel（代表）：018-823-4171　Fax：018-866-7026
E-mail：ro-homn@city.akita.akita.jp　http://www.akita-city-hospital.jp/