



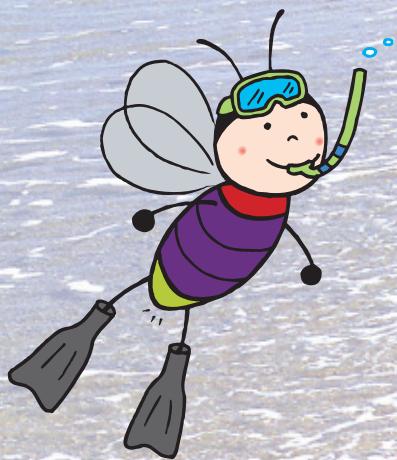
メディカルナウ 32



岸の浦だより



Medical Now



マスコットキャラクター
ホタイルくん

基本理念

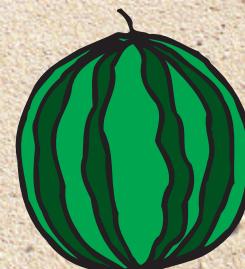


地域社会・地域住民に良質で安全な医療を提供し、「大切な人を安心して任せられる病院」として信頼されるよう努力する。



基本方針

- (1)信頼で結ばれた「病める人」中心の医療を提供する。
- (2)最適・最良の医療を全ての人に平等に提供する。
- (3)地域の医療機関と連携し、生涯にわたる継続的な医療を提供する。
- (4)医療の充実・発展のために日々研鑽し、将来の医療を担う優れた医療人の育成に努める。



第
32
号

2012年 7月

九州厚生年金病院

日本医療機能評価機構認定病院



ホスピス(緩和ケア)のご紹介

緩和ケア科



麻酔科 部長
(ペインクリニック担当)
神代 正臣

当院のホスピスは平成17年1月に開設しました。緩和ケアというとメディアによつて最期の場所、死ぬ所というイメージだけが植え付けられていると思います。確かに多くの方を看取っているのは事実です。しかしながら私達は患者さんを死なせるために病院にいるのではありません。患者さんが満足しながら生きることをお手伝いするために働いています。

では病気が治るとはどういうことでしょう。必ずしも身体が元通りになることだけではありません。患者さんがあ持ちの力による生活ができるということだと私は思います。その目的は他の科とも違いはありません。患者さんの力を最大限に發揮させるための方法を講じます。

患者さんの抱える問題は痛み、おなかの張り、痺れ、不安、不眠、家庭・仕事の心配など様々です。問題に応じ医師、看護師、薬剤師、臨床心理士、など他職種で解決するように努力します。

最も多くの方の心配は痛みです。痛みに対しては神経ブロック、医療用麻薬をはじめとした鎮痛薬を使用します。麻薬を使うと命を縮めると誤解されている方が多いのですが、痛みを取ってストレスのない方が生活の質も長さも向上することを知っていただきたいと思います。医療用麻薬とアウトローな覚醒剤とを混同している方が多いのは残念なことです。医療用麻薬は正しく使えば通常の痛み止めを大量に使うよりは身体に対して遙かに優しい薬です。正しい使い方のために、私たちは院内・院外の医師に対し研修会を行っています。

さて、ホスピスですが必ずしも最期の場ではありません。問題が解決した患者さんは外出・外泊、そして退院して自宅で生活していただいている。私たちは患者さんが生きて行くことをお手伝いすることを誇りに思い、毎日仕事をしています。宜しくお願いいたします。

こんにちは！看護部です♪

総合案内～ひまわり活動の紹介～

こんにちは。総合案内です。

総合案内は、外来フロア全体が見渡せるように、正面玄関から入ってすぐのところに設置されています。丸いカウンターが特徴です。

総合案内に求められる役割は多岐に渡ります。「病院の前で人が倒れています!」「車の中で赤ちゃんが生まれました! 今、玄関の前です!」などの緊急事態への第一対応、受診相談、入院治療等に関する相談…。適切に判断していくためには、病気や治療について幅広い知識と経験が必要です。総合案内のスタッフは、事務員が担当していましたが、平成23年4月より、新たに看護師1名が配置されました。看護の視点で関わらせていただくことで、患者さんやご家族がどれほどの不安を抱えて来院されているか、

ひまわりをつけた スタッフに 気軽に声をおかけ下さい

- * 受診相談
 - * 場所の確認
(診療科 検査室など)
 - * ご面会 など
ご不明な点は
- ひまわりを
胸につけているスタッフが
ご案内いたします。

九州厚生年金病院 総合案内



総合案内スタッフ

あらためて気付きます。どうしたら安心していただけるか、患者さんやご家族が話しかけやすい雰囲気を作ることができると考えたのが「ひまわり活動」です。カウンターの隣に「ひまわりをつけたスタッフに気軽に声をおかけ下さい」というメッセージボードを設置して、総合案内の看護師は、白衣にひまわりのコサージュをつけることにしました。「話しかけやすい」雰囲気づくりは、困っておられる方と視線を合わせることから始まると思います。フロア全体を見渡すために設けられた丸いカウンターですが、その中でじっとしていれば、役割は果たせません。歩いて、見渡して、視線を合わせる、声をかける…少しでも多くの患者さんへ手が行き届くようにと、動き始めた総合案内です。ひまわりコサージュが、病院の理念「大切な人を安心して任せられる病院」のシンボルになるよう、一期一会の精神で活動していくつもりです。

どうぞよろしくお願いします。

外来看護師長 武下 宣子



知っていますか？

中央検査室からのお知らせ

肺年齢ってなに??

肺年齢とは肺の健康をあらわす考え方の一つで、年齢、性別、体格、一秒間に吐く息の量を計算式に当てはめて求めることができます。肺機能は加齢と共に低下していきますが、喫煙や呼吸器疾患により低下のスピードが早くなります。肺年齢を知ることで肺の健康意識を高め、健康維持や禁煙指導、呼吸器疾患（主に COPD）の早期発見・早期治療に役立たせることができます。



臨床検査技師 梶原 博司

肺年齢の測定方法

肺年齢は
簡単な検査で
調べることができます♪

②胸一杯に吸って、
ずっと吸ってー



①一気にはけなくなる
まではいてー！



③楽に呼吸をしてください。



④はいて！はき続けて、
最後まではききって！



測定準備
マウスピースをくわえ、
ノーズクリップを装着します。

START

量 [L]

STOP
どうしてもはけなくなったら吸ってください。
測定終了です。
お疲れさまです。

今話題の「COPD」とは!?

COPD = 慢性閉塞性肺疾患のこと、空気の通り道（気管支）や、気管支の先にある酸素を取り込むための袋（肺胞）に治りにくい炎症が生じ、呼吸困難を引き起します。WHO（世界保健機関）によると、1990年では世界の死亡原因の第6位でしたが、2020年には第3位になることが予想されています。

世界の死亡原因の推移

	1990年	2020年
1	虚血性心疾患	虚血性心疾患
2	脳血管障害	脳血管障害
3	下部呼吸器感染症	COPD
4	下痢性疾患	下部呼吸器感染症
5	周産期疾患	呼吸器癌
6	COPD	交通事故

2020年には第3位に!?

WHOの統計データ
より引用

COPD = タバコ病

COPDの原因はさまざまですが、最も重大な要因は喫煙で患者の約90%が喫煙者です。そのため、別名タバコ病と呼ばれています。最大の予防法は禁煙です!!

こんな症状にご注意を

時々咳や咳払いをする、少し動いただけで息切れする、色のついた粘り気のある痰が出る、ゼーゼーということがあるなど。このような症状に心当たりのある方は肺機能検査のできる呼吸器内科を受診してみてはいかがですか??

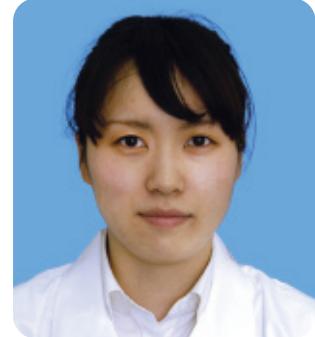




メディカル・レシピ

今年も暑い夏がやってきました！今回は、夏バテ解消メニューを紹介します。だるくて食欲がなく、夏バテ気味…そんな時は、食欲を刺激する香辛料を使った料理や、ビタミンB1を多く含む豚肉料理で、夏を元気に乗り切りましょう！

栄養部 管理栄養士 尾上 尚子



夏野菜のスタミナ ポークカレー



ワンポイントアドバイス

- 野菜は大きくカットし、別に茹でて盛り付ければ、彩りも食べ応えもグンとアップします！
- 豚ひき肉は、煮込んで脂をしっかりとることで、カロリーダウンできます。
- ※市販のカレールウ 1人前15gの塩分は1.5gあります。手作りカレールウで塩分を控えましょう。

1人当たりの栄養価

- エネルギー450kcal
- たんぱく質13.4g
- 脂質8.5g
- コレステロール35mg
- 食物繊維14.8g
- 塩分0.6g

材料(4人分)

ご飯	600g(1人分150g)	かぼちゃ	40g
豚ひき肉	150g	にんじん	40g
カレー粉	1g(小さじ1/2)		
トマト	200g(中玉)	水	200ml
なす	80g(1本)	玉ねぎ	200g
玉ねぎ	100g(中玉)	バター	10g
ケチャップ	15g(大さじ1)	小麦粉	15g
オイスターソース	18g(大さじ1)	カレー粉	1g(小さじ1/2)
オクラ	8本		

ルウの作り方

- 熱した玉ねぎは薄切りにする。
- フライパンにバターをいれ、玉ねぎが透き通るまで炒めた後、カレー粉を入れ、さらに炒める。
- 香りが出てきたら、小麦粉を振りいれ、玉ねぎとなじむまで1分くらい炒める。
- ③に分量の水(ブイヨンでも可)を5~6回に分け、少しづつ入れながらよく混ぜ合わせルウを作っておく。

作り方

- トマト・玉ねぎは2cm角に切り、なすは輪切りにしておく。
- オクラ(ヘタを切る)、かぼちゃ(薄切り)、にんじん(型抜き)は、レンジに3分かけ、蒸し野菜にする。
- 豚ひき肉にカレー粉を入れ、よく混ぜ、馴染ませる。
- ③の豚ひき肉を中火で炒めて、トマト・なす・玉ねぎを入れ火が通ったら、カレールウをいれて、同量の水(約200ml)で伸ばし、5分くらい煮込む。
- アクと余分な脂はとっておく。
- 最後に、ケチャップ・オイスターソースをいれ、味を調える。

クラッショントマトゼリー



材料(4人分)

ミニトマト	4個
梅酒	100ml
湯(約80°C)	200ml
ゼラチン	5g
ミントの葉	適宜

作り方

- ゼラチンを湯に振り入れてよく混ぜ、溶けたら梅酒を加える。
- 平たいバットに①を流し入れ、粗熱を取り、冷蔵庫で冷やし固める。
- 固まったゼリーをフォークで上下左右にくずした後、グラスの器に盛り、1/4に切ったトマトとミントを飾る。

1個当たりの栄養価

- エネルギー48kcal
- たんぱく質1.2g
- 脂質0g
- コレステロール0mg
- 食物繊維0.2g
- 塩分0g

ワンポイントアドバイス

- 梅酒のクエン酸は、体内にたまつた疲労物質(乳酸)を早く解消してくれます。
- 梅酒は、お好みで調節してください。

ようこそ!

医 療 支 援 部 です。



歯科との診療連携について

平成 24 年度の診療報酬改定における重点課題のひとつに、「周術期における口腔機能の管理等のチーム医療の推進」があります。歯科医師等による医師等との連携やチーム医療を推進し、がん患者等の周術期における包括的な口腔機能の管理等を評価し、併せて周術期に行なう専門的口腔衛生処置についても評価するものです。周術期とは、手術中だけではなくその前後を含めた一連の期間を示し、口腔機能管理を必要とする手術としては、全身麻酔下で実施される頭頸部・呼吸器・消化器領域等の悪性腫瘍の手術、臓器移植手術や心臓血管外科手術等があります。これらの治療目的で入院されても虫歯や歯周病等の歯科疾患を抱えたままでは、合併症予防のため歯科治療を優先することになり、手術や治療がなかなか始められない事もあります。また、手術のみでなく放射線治療や化学療法を受ける患者さんにとっても同じことが言えます。

急性期病院では、入院患者さんの合併症を防止し、在院日数の短縮や患者さんの QOL 向



上に努めており、対策のひとつとして口腔ケアが急務となっています。口腔内環境や口腔機能の改善は、治療後の回復に影響

することから、歯科医師等がチームに加わり患者さんの口腔機能を把握し、手術や治療前に必要とされる歯科治療とその後の口腔管理を行なっています。当院は歯科をもたないため、八幡歯科医師会の先生方のお力を借りして診療を行なう歯科診療の連携体制がスタートしました。

従来から、八幡歯科医師会では地域との連携を強化し、病院だけでなく施設や在宅などを訪問され、患者さんの歯科診療や口腔ケアを行なっています。訪問歯科診療において、かかりつけ医がない場合は居住地近くの診療所を紹介し、居住地近くに診療所がない場合でも 15 名ほどの先生方が連携チームを組んで対応されており、入院前から退院後まで一貫した診療が可能です。このような体制で院内の患者さんには取り組んでまいりますが、常日頃から皆さんに気をつけていただきたい事として、身体の疾患と歯科疾患は無関係ではありません。「8020（ハチマルニイマル）運動」(80 歳になっても 20 本以上自分の歯を保とうという運動) にあるように、歯の健康や口の中の状態を良好に保つことで全身の栄養状態も良好になります。定期的に歯の健診を受け、歯を失う原因となるむし歯や歯周病を早期に発見し、治療を受けるように心がけましょう。

文責 主任看護師 高田 由美子



イベント報告

「第4回 九州厚生年金病院 ティーンズ 心臓外科手術体験セミナー」を開催いたしました



医師による糸結び指導



ブタの心臓による模擬手術体験

外科医師不足が指摘される中、実際に心臓外科医の仕事に触れて関心を持ってもらおうと、平成24年3月24日（土）に当院において、将来医師を目指す北九州市内の高校生を対象に心臓外科手術に関する講演、手術室見学、模擬手術体験セミナーを開催いたしました。

今年も昨年同様、小倉高校、東筑高校、明治学園の3校から医学部進学を志望している生徒さんが参加してくれました。

当日は、西日本新聞の取材があり、翌日の新聞、インターネットニュースに掲載されました。

新棟・駐車場棟新築工事の地鎮祭が執り行われました



鍛入れの儀【理事長】

4月5日（木）大安吉日、当院にて新棟・駐車場棟新築工事の地鎮祭が執り行われました

本部から渡辺理事長、宮下病院部長をお迎えして、病院関係者14名、設計、施工業者合わせて30名が参加し、工事の安全を祈願しました。

挨拶で多治見院長は、「この工事は、当院の診療機能をさらに高める為の第一歩であり、この後本館の増改

築を行い、更なる診療機能の中核部分の充実を図っていかなければならぬ。」と地域医療への更なる貢献を誓いました。

新棟、立体駐車場の完成は来春を予定しています。



鍛入れの儀【多治見院長】



薬剤師 宮本 愛子

脂質異常症の薬



! 脂質異常症とは？

脂質異常症は、血液中の LDL(悪玉)コレステロールや中性脂肪(トリグリセライド)が多い状態、HDL(善玉)コレステロールが少ない状態が続く病気です。放っておくと動脈硬化が進み、心筋梗塞や脳梗塞などの深刻な病気が引き起こされる危険があります。

脂質異常症は生活習慣との関わりが深く、治療の基本は食事療法と運動療法です。それでも十分に改善できない場合に、薬物療法を検討します。



「脂質異常症の薬」の主な作用

① HMG-CoA 還元酵素阻害薬（リピトール、メバロチンなど）

肝臓でのコレステロールの合成を抑えることにより、コレステロールを低下させます。LDL コレステロールを効果的に下げる薬として広く使われています。

② フィブラーント系薬（ベザトール SRなど）

主に、肝臓で中性脂肪が作られるのを抑える薬です。LDL コレステロールを下げる作用、HDL コレステロールを上げる作用もあります。

③ コレステロール吸収抑制薬（ゼチア）

小腸でのコレステロールの吸収を抑え、LDL コレステロールを低下させます。

④ EPA 薬（エパデール Sなど）

魚の油に含まれる成分から作られた薬で、中性脂肪を低下させます。血液をサラサラにする作用、動脈の弾力保持作用もあります。

⑤ 陰イオン交換樹脂薬（コレバインミニなど）

腸管内で胆汁酸と結合して便と一緒に排泄されることにより、コレステロール、特に LDL コレステロールを低下させます。



ご不明な点は、主治医または薬剤師にお問い合わせください。



編集後記

この夏は、スポーツの祭典オリンピックの年。電通総研によると、ロンドンオリンピック（開催期間：7月27日～8月12日）にメダルの獲得を最も期待している、応援している選手・チームの1位は「なでしこジャパン」2位は「体操の内村航平選手」だったそうです。

メダル獲得を期待している選手の3位は「ハンマー投げの室伏広治選手」、4位は「レスリングの吉田沙保里選手」、応援している選手・チームの3位は「U-23男子サッカー」、4位は「水泳の北島康介選手」と、見ていて盛り上がる人気競技であることも反映した順位となっています。

ルールに詳しく無くても、日本代表選手が、日の丸を背負って一生懸命、がむしゃらに精一杯戦っている姿を見ていると自ずと応援に力が入り、なぜか日本人であると言うことだけで、その健闘ぶりに感動を覚えます。

4年に1度の日本国民が一つになれる季節。また寝不足の日々が続きそうです。

財団法人厚生年金事業振興団
九州厚生年金病院

〒806-8501

北九州市八幡西区岸の浦1丁目8番1号

TEL(093)641-5111(代表) <http://www.kyuko-hsp.jp/>