

メデイカルNOW

= JCHO 九州病院 基本理念 =

「愛と信頼そして納得」の医療を実践し社会に貢献する。

基本方針

- (1)相互理解と信頼を深め、「病める人」と共に、納得ゆく医療を実践する。
- (2)急性期・専門医療を中心に最適・最良の医療を多くの人に提供する。
- (3)関係機関と連携し、生涯にわたる継ぎ目のない地域医療の実現に貢献する。
- (4)医療の質向上のために日々研鑽するとともに、将来を担う優れた医療人の育成に努める。

2016
1月・新年号



独立行政法人地域医療機能推進機構

九州病院





明けまして
おめでとうございます。
本年もよろしくお願ひ申し上げます。



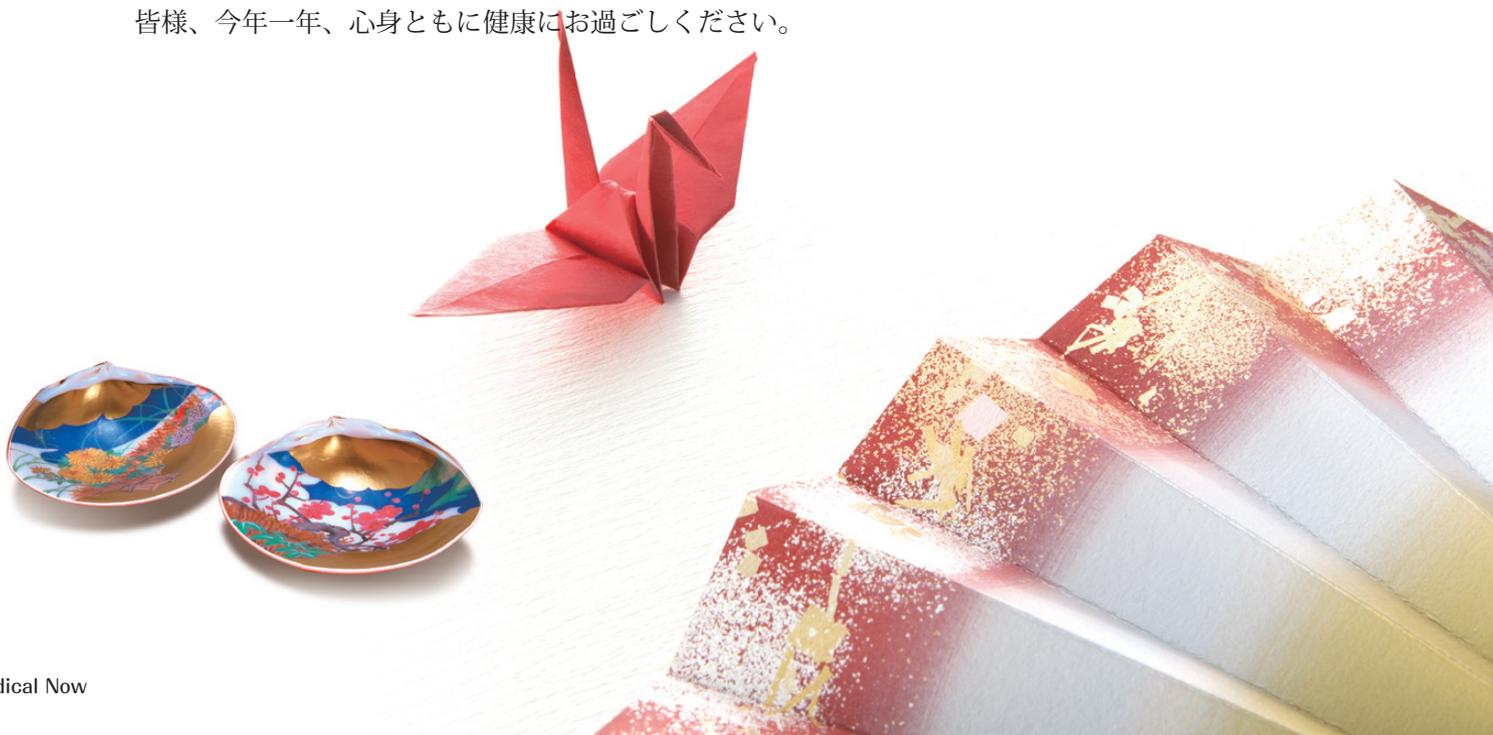
院長 多治見 司

人の歩く速さと年月の経過する早さは反比例するように感じます。つい先日お雑煮を味わったと思っていれば、もう次の新年が目前に迫ります。そのせいでしょうか、定年を過ぎるころから同期会が盛んです。暇もでき、昔が恋しくなるのと時間の経つ早さを感じるのがその理由かもしれません。同期会が出る話題は、まず身体の話、つまり病気、健康法など自身の体力の衰えを主とする話で、次は孫の話です。大概、子供が思い通りにならなかったことで、せめて孫はと期待しつつ、直接の責任はなくてただ可愛くて、孫の話は、嬉しそうで、控えめに自慢気です。長い人生を生きてきた人たちの関心事が最終的にこの二つに落ち着くように見えます。これらの話題、現代の重大な課題、矛盾を映していることに改めて気付きます。

高齢者の健康は今最も大きな国の課題です。国民皆、健康で長生きしたいと願っていますが、なかなかその通りにはなりません。身体は丈夫でも頭がおかしくなる人、その逆も増え続けています。そのため、医療福祉の経費は国家予算の約半分を占め、その多くは高齢者に使われます。やむをえないのですが、若い人の負担は増え続け、およそ30年後以降は経済的にも物理的にも若者一人が年寄り一人を支えなければなりません。心ならずも可愛いはずの孫世代を苦しめる事態が確実に近づいています。

この問題の主役である団塊の世代は、生まれてこの方、常に競争の中で育ってきました。信じられないかも知れませんが、小中学校では一クラス60人近くが教室にひしめき合い、高校・大学受験と激しい競争に晒されました。その習慣が身につく、社会に出てもずっと競争が当たり前でした。幸い、時は高度成長期でその気質は時代にマッチしましたが、今となっては問題も多いようです。歳を重ねてもこの気質は消えないでしょう。それならいっそ競争心を持ち続けたらどうでしょうか。ただし、これからは他人とではなく、自分自身と競争するのです。国や若い人の世話を受けないよう自立して頑張る。そして最後まで健康でいて、若い人のサポート役に挑戦する。団塊の世代のみならず皆が少しでもそんな気持ちを持てば、孫世代の負担も、10年後20年後の杞憂も少しは減らすことができるかもしれません。

皆様、今年一年、心身ともに健康にお過ごしください。



こんにちは、 5階北病棟です！



看護師長
武富 須磨子



5北病棟は、循環器内科と内分泌・代謝内科の病棟です。50床のうちHCU4床、CCU4床を有しています。循環器は心筋梗塞・狭心症・心不全の患者さんが多く、心臓カテーテル検査をはじめ、最前の医療を提供しています。循環器の急性期には人工呼吸管理など救命を第一にした管理が必要なため、緊急時にも対応できるように日頃から心電図の学習や心肺蘇生のトレーニングを行っています。

内分泌・代謝内科は、主に糖尿病について血糖コントロール、合併症の検査・治療を行っています。今回は、病棟の主な活動を紹介します。

【心臓リハビリテーション】

心臓リハビリテーションは、医師・看護師・理学療法士・薬剤師・管理栄養士・臨床検査技師・臨床心理士など心臓リハビリテーション指導士の資格を有したものを中心にチームで協働しています。社会復帰・役割復帰への支援とともに再発防止やQOL（生活の質）向上のための教育を行っています。



【慢性心不全看護認定看護師による指導】

慢性心不全患者さんの再入院率は高く、治療薬服用の不徹底や塩分・水分制限の不徹底など予防可能な要因が多くを占めています。在宅療養を継続するために、慢性心不全看護認定看護師である副看護師長が、自己管理能力を高められるよう個別に指導を行い支援しています。



【糖尿病教育入院】

糖尿病教育入院は2週間のプログラムで、医師・看護師・糖尿病看護認定看護師・管理栄養士・薬剤師・検査技師・臨床心理士などそれぞれが、専門的な知識を生かし指導を行っています。看護師はディスカッションで患者さんから相談を受け、退院後の生活に自信が持てるようアドバイスをを行いサポートしています。

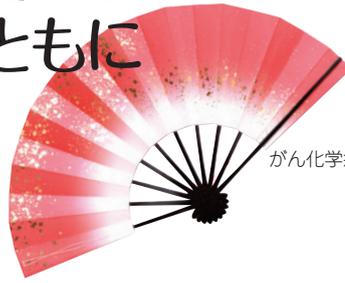


【リハビリカンファレンス】

医師・ソーシャルワーカー・理学療法士・看護師でカンファレンスを行い、病状や生活背景を考慮し、退院後は転院か自宅退院するのか方針を決め、少しでも良い環境で退院できるよう働きかけています。



造血幹細胞移植を受ける 患者さん・ご家族とともに



がん化学療法看護認定看護師

倉元 宏美



がん患者さんは、年々増加しており、がんは国民病、慢性疾患ともいわれる時代になってきました。当院でも、入院、外来ともに、がん患者さんや抗がん剤治療を受ける患者さんは増加しています。このような中、私は、7階北病棟（血液内科、腫瘍内科）で勤務し、大量の抗がん剤や放射線療法を受ける患者さん・ご家族へ入院中から退院後まで継続的に関わらせていただいています。

造血幹細胞移植とは、大量の抗がん剤や放射線療法を行い異常細胞を殲滅し、自己や血縁者、ドナーの血液の源となる造血幹細胞を輸注して病気を治療するものです。ドナーの方々は無償で造血幹細胞を提供してくださっています。患者さん・ご家族はドナーの方々への感謝の気持ちも胸に抱きながら治療に向かわれています。

病棟では、移植を受ける患者さん・ご家族へ副作用対策や生活上のケア、精神的なケアなどをスタッフと一緒に提供しています。近年、造血幹細胞移植の進歩により長期生存の患者さんが増え、当科でも2012年8月から移植後フォローアップ外来を開設しました。生活していく上での症状（例えば、移植片対宿主病：GVHD、移植後晩期障害など）、精神的、社会的、経済的な気付きに対応できるように努め、移植後合併症や感染症のリスクを考慮した生活に即した方略を一緒に考えます。医師や薬剤師、ソーシャルワーカー、栄養士、理学療法士など多職種との連携を図り、チームで患者さんやご家族の力を最大限に引き出し、サポートできるように努めています。

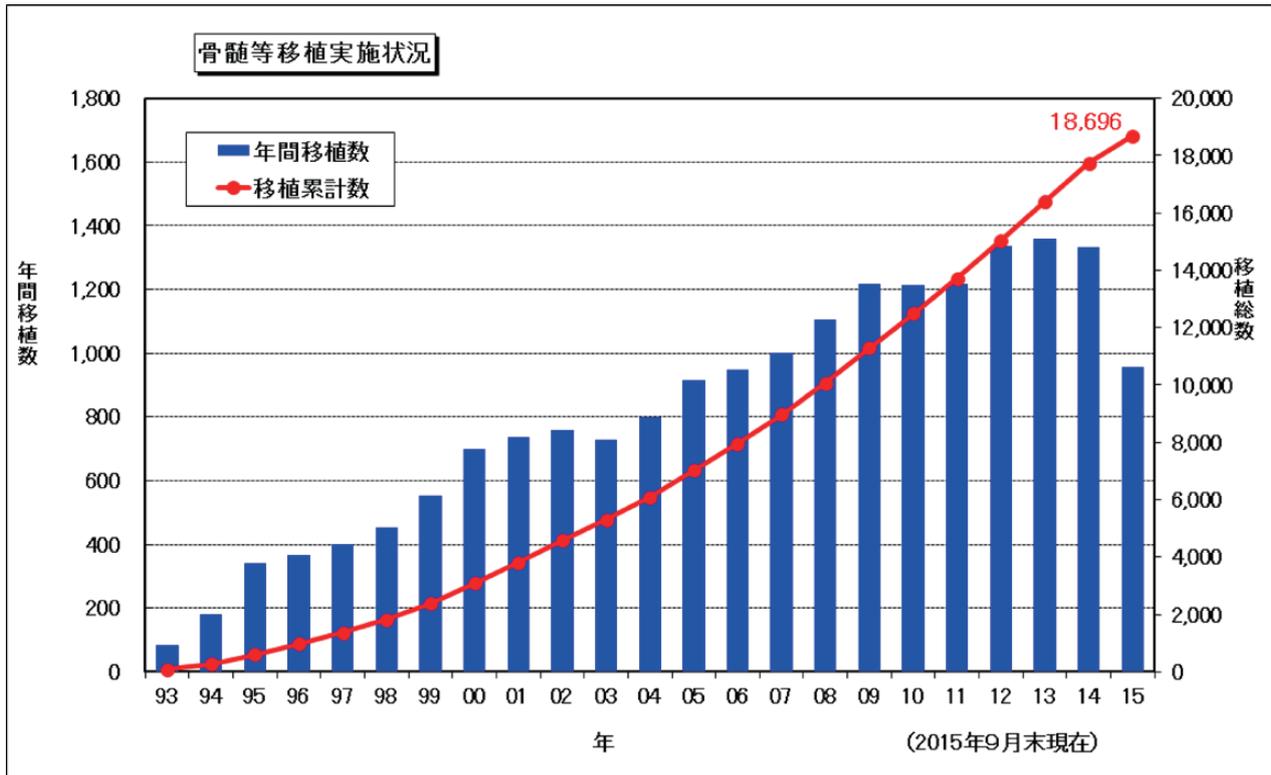
移植治療において患者さんやご家族、ドナーの意思決定には、十分な支援が必要です。患者さん自身が移植治療を受けるかどうかを最終的には決定しますが、生きることへの思い、家族への思い、今後の人生についてなど吐露できる環境を提供し、意思決定までのプロセスを支えていきたいと思います。患者さんやご家族が移植治療を受けたことを後悔することがないように、長期的にサポートしていくことを課題と考え、前向きに他のスタッフと協力しながら移植看護のレベルアップに努めていきたいと思います。

がん患者さんやご家族は、いろいろな気付きをお持ちと思います。

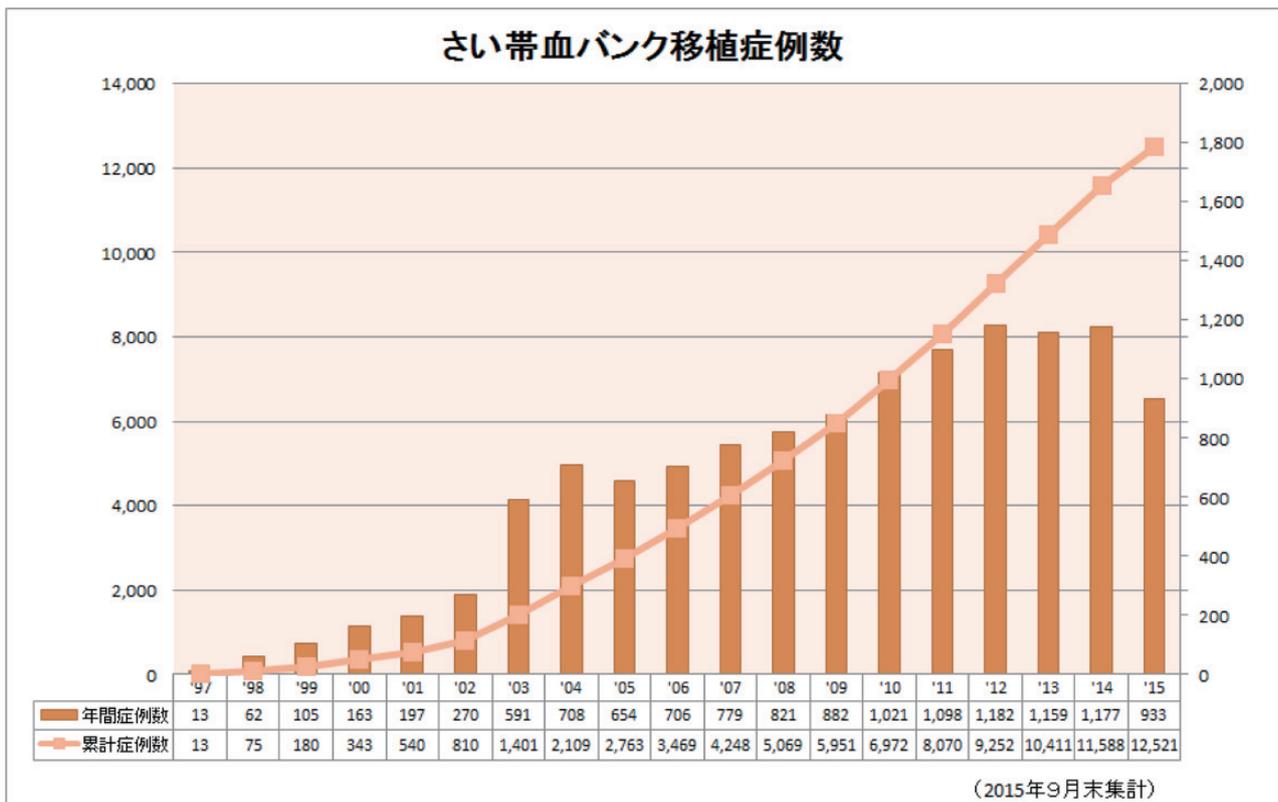
気軽に声をかけていただき、一緒に治療の事、生活の事など考えていきましょう！



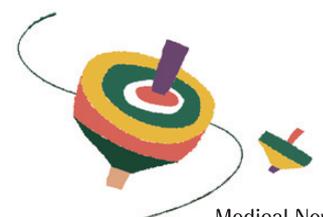
国内の骨髄バンクを介した、骨髄・末梢血幹細胞移植の実施件数



国内のさい帯血バンクを介した臍帯血バンク件数



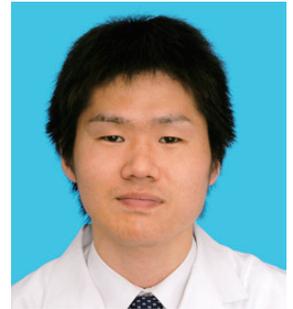
移植を受ける患者さんは、年々増えてきています！





ちょこっとリハビリ

飲み込み力の低下を予防しよう



言語聴覚士 吉岡 幹人

飲み込み力

食べる・飲み込む力は弱くなっていく？

体の機能は加齢により衰えていきます。食べ物を飲み込む機能も他の機能と同じように低下していきます。飲み込む力が弱くなってしまった状態を嚥下障害といいます。

飲み込む力が低下するとどうなる？

飲み込む力が低下すると、食べ物が喉に詰まる(窒息)、気管に入る(誤嚥)という危険性が高くなります。飲み込む力が低下していないか、下の表でチェックしてみましょう。1つでも当てはまる項目があれば、飲み込む力が低下している疑いがあります。

表 1. 嚥下障害を疑いたい症状

- よく熱が出る
- 食べられない、飲み込めない
- 食事時間が長くなった
- 食事中・食後にムセ・咳が見られる
- 体重が減少した
- 食べる量が減った
- 喉の違和感や残留感がある
- 寝ているときに咳込むことがある

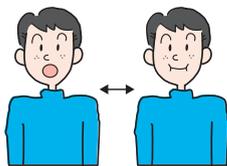
(三鬼達人: 摂食・嚥下口腔ケア 照林社より引用)

飲み込む力が低下するのを防ぐには？

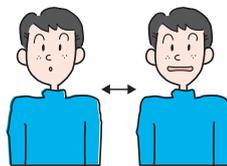
加齢により徐々に低下する機能も、普段から体操などを行うことで、低下を予防することが出来るといわれています。毎日継続して行うよう心がけましょう。

《嚥下体操》

食べ物を飲み込むために必要となる器官の運動を行い、機能低下を予防しましょう。



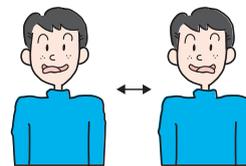
①口を大きく開けたり、口を閉じて歯をしっかりと噛み合わせたりを繰り返す。



②口をすぼめたり、横に引いたりする。



③舌をべーと出す。舌を喉の奥の方へ引く。



④口の両端をなめる。



⑤鼻の下、顎の先をさわるようにする。

《口腔ケア》

口腔内を清潔にすることで、細菌の増加を抑え、肺炎を予防できます。また、う蝕や歯周病を予防し、噛む力を保つことも出来ます。





栄養管理室 管理栄養士
土山 麻美

メデイカル・レシピ



寒い季節に食べたくなる肉まん。
蒸し器がないので自宅では作れない…と思いがちですが、
フライパンでもお手軽に作ることが出来ます。
また、簡単に作れる中華料理もご紹介します。
ぜひ試してみてください。



フライパンでお手軽肉まん

【生地作り方】

- ①ボウルに薄力粉・ベーキングパウダー・砂糖・食塩を計りながら入れていき、泡だて器でまんべんなく混ぜる。
- ②①に調味料④を入れ、手でこねる。(目安は3分程度)
- ③全体がまとまってきたら、ボウルごと乾燥しないようにラップをかけ、15分程常温で寝かす。

【肉ダネ作り方】

- ④豚ひき肉、みじん切りにした白ねぎ、調味料⑤をボウルに入れ、粘りが出るまでこねる。

【肉まんの作り方】

- ⑤まな板の上に軽く打ち粉をして生地を乗せ、包丁で8等分し、直径8cmに丸く伸ばす。
- ⑥生地に肉ダネを乗せ、包んでいく。
- ⑦フライパンにクッキングシートをひく。その上に⑥の肉まんを並べ、水2/3カップを注ぎふたをして、中火で3分蒸し焼きにする。
- ⑧さらに弱火にし5～6分蒸し焼きにし、水分がなくなったらふたをとり、最後に強火で10秒くらい底をカリッと焼けば出来上がり。

※肉ダネに、しいたけやたけのこを入れるとより本格的な味になります。
※②の工程で生地がべつついてなかなかまとまらないようだったら、薄力粉の様子を見ながら加えてください。

【材料(小さめ8個分)】

【生地】	
薄力粉	150g
ベーキングパウダー	小さじ2
砂糖	大さじ2
食塩	ひとつまみ
牛乳	80ml
ごま油	大さじ1

【1個当たりの栄養量】

エネルギー	138kcal
たんぱく質	4.2g
脂質	4.9g
炭水化物	17.8g
コレステロール	11mg
食物繊維	0.6g
塩分	0.4g

【肉ダネ】

豚ひき肉	100g
白ねぎ	1/3本
しょうがのすりおろし	小さじ1/2
酒	大さじ1
ごま油	大さじ1/2
しょうゆ	小さじ1/2
オイスターソース	小さじ1/2
塩コショウ	少々

打ち粉用の薄力粉

かぶの中華風ピクルス

【作り方】

- ①かぶは食べやすい大きさに乱切りする。茎少々は小口切りにする。
- ②フライパンを熱してサラダ油をなじませ、かぶ、赤とうがらしを入れて強火でサッと炒める。混ぜ合わせた調味料③、かぶの茎を加えてサッと混ぜ、すぐボウルにとる。
- ③時々上下を返し、冷めるまでおいで味をなじませる。



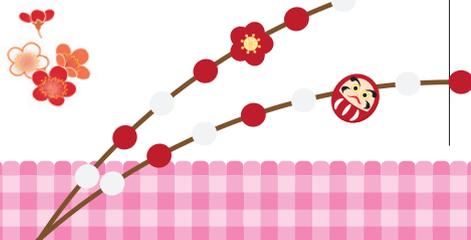
【材料(5人分)】

かぶ	1玉(450g程度)
赤とうがらし(小口切り)	1本
酢	大さじ3
濃口醤油	大さじ1
砂糖	大さじ2 1/2
食塩	小さじ1/3
ごま油	小さじ1
サラダ油	少々

【1人当たりの栄養量】

エネルギー	59kcal
たんぱく質	1.4g
脂質	1.7g
炭水化物	9.7g
コレステロール	0mg
食物繊維	1.3g
塩分	1.0g

※かぶは長時間漬け込まず、短時間で上げると減塩になります。



ゼラチンで作るぷるぷる杏仁豆腐

【作り方】

- ①鍋に牛乳、砂糖、杏仁霜(アーモンドパウダー)を入れてよく混ぜる。完全に溶けたら中火で時々かき混ぜながら温める。
 - ②80度以上になったら(沸騰するちょっと前)火を止め、ゼラチンパウダーを入れ、よく溶かす。
 - ③ゼラチンパウダーが完全に溶けたら容器につぎ分け、粗熱をとる。その後、冷蔵庫で冷やし固める。
 - ④砂糖水を作り、ココの実を戻す。③にココの実を上に乗せて、出来上がり。
- ※杏仁霜がない場合はアーモンドエッセンスで代用できます。アーモンドエッセンスを使用する際は、②の段階で数滴加えてください。



【材料(7人分)】

牛乳	500ml
砂糖	30g
杏仁霜(アーモンドパウダー)	大さじ2
ゼラチンパウダー	5g
乾燥ココの実	14粒
砂糖	小さじ1/2
水	50ml

【1人当たりの栄養量】

エネルギー	68kcal
たんぱく質	3.0g
脂質	2.7g
炭水化物	7.9g
コレステロール	8.6mg
食物繊維	0g
塩分	0g



認知症治療薬の話



薬剤師 藤村 弥生

1. 認知症とは

様々な原因により脳の神経伝達物質が分解されたり、神経細胞が壊れたりすることで起こり、記憶力や判断力が低下し、生活に支障が出て来るようになります。

認知症には、アルツハイマー型認知症、レビー小体型認知症、血管性認知症などがあり、これらは三大認知症と言われています。

アルツハイマー型認知症やレビー小体型認知症は、根本的な治療法はありませんが、薬によって症状の進行を緩やかにすることが出来ます。症状に気付いたら、早目に専門医にご相談ください。

2. 認知症治療薬について

現在、国内でアルツハイマー型認知症に適応がある認知症治療薬は4種類あり、この内、ドネペジルは、レビー小体型認知症にも適応があります。錠剤、パッチ剤などがあり、症状や状態に合わせて選択します。

●ドネペジル(アリセプト[®])

脳の神経伝達物質を分解する酵素の働きを抑え、神経伝達物質を増やす薬。

●ガランタミン(レミニール[®])

脳の神経伝達物質を分解する酵素の働きを抑え、神経伝達物質を増やし、働きを助ける薬。

《ドネペジル、ガランタミンの主な副作用》悪心、嘔吐などの消化器症状。

●メマンチン(メマリー[®])

脳の神経伝達物質の過剰な働きを抑え、神経細胞を保護する薬。

《主な副作用》めまいなど。

●リバスチグミン(イクセロンパッチ[®])

脳の神経伝達物質を分解する2種類の酵素の働きを抑え、神経伝達物質を増やす薬。飲み込む力が弱くなり、むせやすい場合などに適している。

《主な副作用》パッチ剤を貼った場所に出る皮膚症状、消化器症状など。

☆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。



「みなさまの声」のコーナー

(患者の声) (病院回答)

※病院に寄せられたご意見、回答等についてご紹介させていただきます。



入院中にしっかりしていても自己管理(内服)できない人もいます。

内服できたか毎回家族が昼・夕確認しました。

看護師は来られませんでした。人によっては、来ましたが、「飲みました?」と聞いただけ。患者の内服確認の方法を考え直してください。



今回はお薬に関する事で大変ご迷惑をおかけしました。入院時に薬の自己管理ができているか等の判断をし、看護師管理で行うか自己管理するかを決めています。

しかし、患者さんによっては、入院時に自己管理ができていても手術後や体調によって自己管理が行えない場合もあるかと思えます。患者さんが内服できたかの確認は治療において重要な事です。看護師の適切な対応ができていなくて申し訳ありませんでした。再度、看護師全員に教育指導を徹底いたします。

この度は貴重なご意見ありがとうございました。

独立行政法人
地域医療機能推進機構



九州病院

〒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/>

メディカル NOW VOL.8 2016年1月発行

発行責任者: 多治見 司 編集者: 海野聡美
制作: シンヤプリントファクトリー TEL (093) 922-6373