

Medical Now 2016 spring

岸の浦だより

メディカルNOW



独立行政法人地域医療機能推進機構



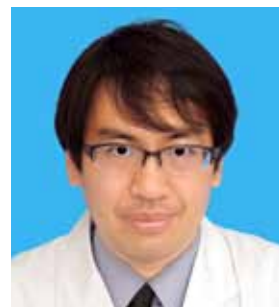
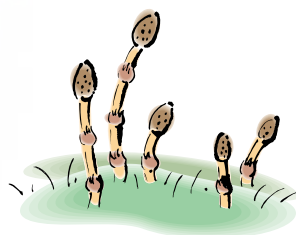
= JCHO 九州病院 基本理念 =

「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。

読影室業務と造影剤



放射線科 医長 篠崎賢治

画像センターでは平日1日あたり約100件のコンピューター断層撮影（CT）検査、約25件の磁気共鳴画像撮影（MRI）検査が行われ、放射線診断専門医がそれぞれの検査を解釈（読影）し、書面（レポート）として主治医に返しています。検査内容によりレポート作成までの日数はまちまちですが、9割の検査は当日中に読影しております。当院は320列マルチスライスCT、3テスラMRIなど最新装置も揃っており、1検査あたりの質、量とも増加しています。CT、MRIとも造影剤を静脈から注射して検査することも多く、注射担当スタッフは大忙しです。

読影の際、造影剤を使った検査は診断に有用です。しかしながら、造影剤はまれに副作用や注射部位の漏れが起きることから、検査毎に説明と同意が必要であり、患者さんの同意書を確認してから検査を行うことになります。造影剤の副作用は注射後すぐに起きることが多く、かゆみ、蕁麻疹、吐き気、くしゃみ、鼻づまり、のどの違和感やつまり感、めまい・・・などが挙げられます。副作用の確率はCT造影剤では2%ほどでMR造影剤はそれより少ないといわれています。副作用を予知することは困難ですが、気管支喘息の方や以前造影剤副作用が有った方、その他アレルギーのある方は副作用の可能性が高まると言われています。他、腎機能障害の方（CT、MRI）、ビグアナイド系糖尿病用薬服用中の方（CT）は造影剤使用に制限がかかりやすくなります。検査日当日の問診などで造影剤使用について疑義が生じた際は検査室より放射線科医に連絡が入り、最終確認をすることになります。また、検査室で副作用が発生した場合、まずは放射線科医が呼ばれます。

春になると暖かくなり、桜も咲いて気持ちの良い季節ですが、花粉が飛散する時期です。花粉症と造影剤副作用は類似点もあります。区別は難しいですが造影検査後に発症、増悪した症状は副作用の可能性もありますのでご注意ください。

こんにちは！ 5 階南病棟です♪



看護師長

白石 由紀



5階南病棟は、心臓外科・小児循環器科・泌尿器科・腎臓内科の混合病棟です。小児から成人までの幅広い年齢層の患者さんが入院されています。

私たちは安全で安心できる看護をモットーに、日々看護の質向上に努めております。コミュニケーションを大切に、常に笑顔の絶えないあたたかい看護を心がけています。また、子ども達のストレス、ご家族の疑問や不安を理解し、ICU・外来・小児病棟など様々な他部署と連携しながら支援しています。

当院泌尿器科では、昨年8月より前立腺癌に対してロボット支援手術による根治的前立腺摘除術を導入しました。ロボット支援手術は3次元映像を見ながら10倍の拡大視野で手術操作を行うため、術中出血量が大幅に減少することや、手術用ロボットは非常に器用に術者の動きを追従でき、狭い空間での可動域が広いと、より確実な手術操作が可能であることがメリットです。2012年に健康保険の適応となって以来、急速に普及しています。また開創手術に比べて術創が小さいため手術後の痛みが少なく、術後2日目には患者さんは病棟内を歩行されています。



毎年恒例の夏祭り



ロボット支援手術



5 階南病棟スタッフ

私たちはこれからも医療や看護技術の向上を図り、入院患者さんに質の高い医療を提供させて頂きたいと考えています。

第10回 JCHO九州病院・医師に対する 緩和ケア研修会



医療支援師 看護師長
是永 緑



平成 28 年 2 月 20 日・21 日、当院の別館 4 階講堂にて研修会を開催いたしました。

この研修会は、がん対策基本計画において、「がん診療に携わる全ての医療従事者が基本的な緩和ケアを理解し、知識と技術を習得する」ことを掲げられ、開催期間は 2 日以上、実質の研修時間は 12 時間以上と定められています。

福岡県での第 5 期単位型研修会として、事前にプログラム調整が行われ、新指針の内容として、新たに「つらさの包括的評価と症状緩和」や「社会的苦痛の緩和（就労や経済負担等）」が加わり、包括的な視点でがん患者の緩和ケアの理解を深める内容となりました。更に事前にがんの患者会の方々からのご意見を伺う機会を設け、「目に見える緩和ケアを提供してほしい！」等、実感のこもった言葉をプログラム内容に反映させるように努めました。

今回、参加された医師は 41 名（当院 34 名、他施設 7 名）で、長時間にわたる研修にもめげず、熱心に講義内容を聴講し、グループディスカッションやロールプレーに臨み、研修前後の知識の習得向上が、アンケートでも確認できました。緩和ケアに対する誤解（緩和ケアとは、治療が出来なくなつてはじめるのではなく、治療と共に始める）が一般の方々の中には、いまだに多いのですが、病院には緩和ケア研修会を修了した医師や看護師等、多くの医療従事者がいますので、分からないことがあれば気軽に声をおかけ下さい。又、入退院センター奥のがん相談支援センターの窓口もご活用ください。（*緩和ケア研修会を修了した医師はホームページで紹介しています）



講義風景



コミュニケーションロールプレーのまとめ



グループワーク場面

手術、麻酔について ご心配な事がありましたら、 声をお掛けください。



手術室 副看護師長

川原 さおり



当院の手術室では、数百gの赤ちゃんから100歳を超えるお年寄りまで幅広い患者さんの手術を年間約8,000例行っています。病気になることは、患者さんご本人はもちろんご家族にとっても、とても大きな出来事です。

手術となると、その不安は更に大きく感じることでしょう。手術室に入り、手術や麻酔を受けることは、ほとんどの方にとって、はじめて経験することが多いと思います。そのような患者さんの不安を少しでも解決できるように、私達手術室看護師にお手伝いさせて下さい。「手術」や「麻酔」についてあらかじめ知っておくことで心と体の準備ができ、不安が軽くなることもあります。当院では、入院手術が決まった段階で看護師による手術オリエンテーションを「入院センター」で行っています。「麻酔」についてさらに質問がある場合は、「麻酔外来」で麻酔医から診察・説明を受けることもできます。その際には、手術室看護師も同席し患者さんやご家族が安心して手術の日を迎えられるようにお手伝いします。私達手術室看護師は、手術を受ける患者さんの傍に寄り添い、患者さんの声に耳を傾け、一緒に治療に向き合う存在でありたいと思っています。手術、麻酔についてご心配な事がありましたら、声をお掛けください。





ちょこっとリハビリ

慢性閉塞性肺疾患(COPD)と上手に付き合うために！



理学療法士 梶島 寛子

COPDとは？

COPDとは、たばこの煙などの有害物質が原因で肺が炎症を起こし呼吸が行いにくくなる病気です。COPDは一度なると完治することではなく、生涯上手に付き合っていかなければなりません。主な症状としては咳や痰の増加、運動時の呼吸困難などがあります。そのため日常生活や運動することが制限され体力が次第に低下し、さらに呼吸困難が生じるという悪循環に陥りやすくなります。日常生活や運動時に少しでも呼吸が楽になる方法について紹介します。

～効果的な呼吸方法～

【口すぼめ呼吸】

●効果

気管支を広げることで、動作中（階段昇降や坂道）に行くと息切れの度合いが軽くなります。

●ポイント

息を吐く方を意識して行いますが、口をすぼめる際に力いっぱいしないよう注意しましょう。

呼吸法に慣れるまで少し息苦しいと感じる場合があります。

まずは安静時に練習し、慣れたら動作中に行う癖をつけましょう。

【腹式呼吸】

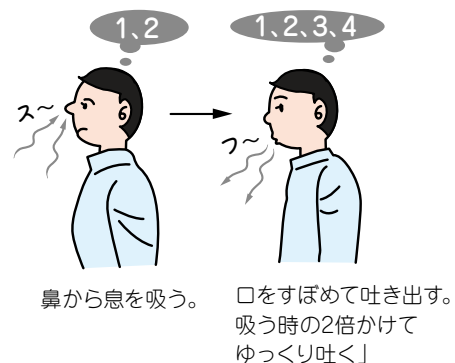
●効果

胸式呼吸に比べより横隔膜を利用すると効率的に酸素を取り込むことができます。

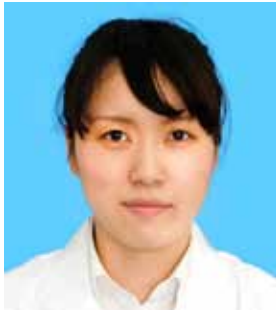
●ポイント

自分の手でおなか膨らむを感じながら行いましょう。無理におなかを膨らませるとかえって息切れを誘発します。

寝ている状態でできるようになったら、座ったり立ったりした状態で行いましょう。



※独立行政法人 環境再生保全機構のホームページを参考にしています。



栄養管理室 管理栄養士
川地 尚子

メデイカル・レシピ



お花見や運動会の季節になりました。
お弁当を持って出かけてみませんか？
野菜やこんにゃくを加えてボリュームを増やしたヘルシーで
春らしい弁当を紹介します。



①春色おにぎり&②鮭おにぎり

【春色おにぎりの作り方】

- ①春キャベツは、千切りにして 500W で 2 分程度電子レンジにかける。または、茹でて、水気を切る。
- ②ボールに炊きたてのごはん、①、桜えび、中華味を加え、混ぜ合わせる。適当な大きさに分け、形をととのえラップで包む。

【鮭おにぎりの作り方】

- ①生鮭は両面焼きにし、ほぐしておく。しその葉は千切りにしておく。
- ②ボールに炊きたてのごはん、①、薄口醤油、カツオ節を加え混ぜあわせる。適当な大きさに分け、形をととのえ焼きのりを巻き、ラップで包む。

※ワンポイントアドバイス

味が濃くなりやすいおにぎりは、鮭とカツオ節で旨味をアップさせたり、桜えびやしその葉の風味を使用することで、調味料が少なく済みます。



春色おにぎり材料 (1 人分)

ごはん	100g
春キャベツ	20g
桜えび	0.5g
中華味	1g

鮭おにぎり材料 (1 人分)

ごはん	100g	薄口醤油	2g
生鮭(骨皮は除く)	15g	カツオ節	0.5g
しその葉	1枚	焼き海苔	2枚

③1口サイズピーマン肉詰め

【作り方】

写真は一口サイズを縦半分にカットしています。

- ①ピーマンはへたをおとし、横 3 等分に切る。ピーマン全体に茶こしで片栗粉をふりかける。
- ②玉ねぎはみじん切り、えのきは根を取り 1cm 程度の長さに切る。
- ③ビニール袋に②と A を合わせ、混ぜ合わせる。
- ④ピーマンに③を詰め、テフロン加工のフライパンに並べ焼く。片面に焼き目がついたら返し、B を加え、フタをして中央程度に蒸し焼きにする。
- ⑤火が通ったら肉詰めだけ皿に取りだし、そのままのフライパンに☆を足し火にかけ、良い具合に煮詰まったら盛りつけた肉詰めにかける。

※ワンポイントアドバイス

かさ増しにえのきを加え、肉の量を減らしました。ピーマンを横に切ると、弁当にも入りやすい肉詰めになります。

材料 (1 人分)

ピーマン	大きめ 1 個	A パン粉	1g
片栗粉	適量	B 料理酒	15g
玉ねぎ	25g	水	15g
えのきたけ	20g	☆ケチャップ	10g
鶏ミンチ	20g	☆ウスターソース	5g
卵	1/4 個分	☆水	15g
おろし生姜	1g		

④たっぷりほうれん草の卵焼き

【作り方】

- ①卵は溶きほぐして砂糖、薄口醤油、だし汁を加える。ほうれん草は茹でておく。
- ②卵焼き器を熱し、油をひく。卵液半分を流しいれ、ほうれん草を芯にして、巻き、端に寄せる。残りの卵液を流しいれ、巻く。適当な大きさに切り分ける。

材料 (2 人分)

卵	1 個
砂糖	4g
薄口醤油	4g
だし汁	10g
ほうれん草	1/2 束
植物油	2g

※ワンポイントアドバイス

野菜をたっぷり使用することで、卵の量が少なくなります。

⑤糸こんにゃくチャプチェ

【作り方】

- ①糸こんにゃくは食べやすい長さに切り、熱湯でさっと茹でる。人参は細切り、ブロッコリーの茎は皮をむき、人参と同じ大きさに切る。
- ②フライパンにごま油を熱し、①を炒める。最後に A を加えさっと炒める。

材料 (1 人分)

糸こんにゃく	50g	★濃口醤油	1g
ブロッコリーの茎	10g	★オイスターソース	1g
人参	10g	★砂糖	2g
ごま油	1g	★おろしにんにく	1g

※ワンポイントアドバイス

糸こんにゃくは春雨を使うよりもヘルシーです。ブロッコリーの茎は、ビタミン C やカロテンが豊富なので捨てずに活用しましょう。

⑥ひじきと春菊のナムル風

【作り方】

- ①春菊は茹でておく。ひじきは水に戻しておく。
- ②水気を切った①に★を混ぜ合わせる。

材料 (1 人分)

春菊	30g	★ゴマ油	1g
乾燥ひじき	0.5g	★いりごま	0.5g
★ポン酢	5g		

1 食当たりの栄養量

エネルギー	623kcal	コレステロール	158mg
たん白質	23.1g	塩分	3.0g
脂質	11.0g	食物繊維	7.6g

	①	②	③	④	⑤	⑥	果物
エネルギー	117kcal	192kcal	135kcal	50kcal	36kcal	24kcal	10kcal
たんばく質	3.2g	6.4g	8.6g	2.8g	1.0g	0.8g	0.3g
脂質	0.4g	0.9g	3.6g	3.1g	1.1g	1.9g	0g
コレステロール	4.0mg	10.0mg	61.0mg	84.0mg	0mg	0mg	0mg
塩分	0.4g	0.4g	0.9g	0.4g	0.3g	0.7g	0g
食物繊維	0.7g	0.4g	2.4g	0.3g	2.4g	1.2g	0.2g



ジェネリック医薬品のおはなし

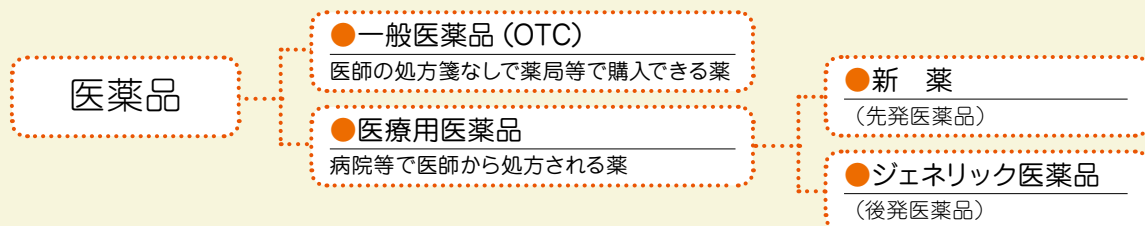


薬剤師 川島 映



1. ジェネリック医薬品ってどんな薬？

ジェネリック医薬品とは、新薬（日本で最初に発売される薬）の特許がきれた後に製造、販売されるお薬です。



2. どうしてお薬代がやすくなるの？

新薬の開発には長い研究開発期間がかかっていますが、ジェネリック医薬品は効き目や安全性がすでに確認されている有効成分をつかうため、お薬の価格を低くおさえることができます。

3. ほんとうに効き目があるの？安全な薬なの？

ジェネリック医薬品は様々な試験を行い、それによって新薬（先発医薬品）と効き目や安全性が同等であることが証明されたものだけが承認されます。効能効果・用法用量は基本的にかわりなく、製品によって新薬（先発医薬品）よりものみやすくなるように大きさ、味や形、使用感の改良や、湿気や光に弱いなどの品質面の改善による保存性の向上などよりよく工夫されているものもあります。

4. ジェネリック医薬品を使用するにはどうしたらいいの？

ジェネリック医薬品を希望している場合、病院・診療所・保険薬局で医師・薬剤師にそのことを伝えて下さい。

「ジェネリック医薬品希望カード」を受付に提示する方法もあります。ただし、すべての医薬品にジェネリック医薬品があるわけではありませんのでその点をご理解ください。



☆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）

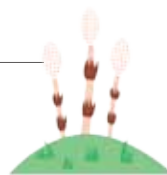
※病院に寄せられたご意見、回答等についてご紹介させていただきます。



入院中においては、昼夜を問わず看護師の方々にはお世話をいただきありがとうございました。皆さまのおかげで気持ち良く療養できました。お風呂の事です、風呂からあがっての一步がちっと出ない。足拭き又は足置きマットなり、何か敷物を考えていただければと思います。



お褒めの言葉ありがとうございます。ご意見のありました風呂の件ですが、脱衣場は、水分・湿気が多く、微生物の温床となり、感染の原因となるため、当院では足拭きマットは使用しないことにしております。ご自身のタオル等を利用して、拭いていただくことをお願いしております。ご理解のほどお願いいたします。



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.9 2016 年 4 月 発行

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