Medical Now 2017 winter

为 NOW

2017 1月·新年号 VOL.12

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。



明けましているか。おめでとうございます。

本年もよろしくお願い申し上げます。



院長 多治見 司

明けましておめでとうございます。本年も旧年同様 JCHO 九州病院をよろしくお願い申し上げます。

さて、地域医療構想という言葉を聞かれた方もあると思います。厚生労働省の説明によれば、それぞれの地域において「医療の機能に見合った資源の効果的かつ効率的な配置を促し、急性期から回復期、慢性期まで患者さんが状態に見合った医療施設(病床)で、状態にふさわしい、より良質な医療サービスを受けられる体制を作ること。」という計画です。かいつまんでいえば、それぞれの地域で将来の人口や有病者の予測を元に最適な医療福祉体制(機能別の病床数)を自治体、医療福祉関係者、住民が皆で考えなさいということです。言い方を変えれば、人口や医療福祉資源の偏在により全国画一的なやり方では今後の医療はもはや成り立たず、それぞれの地域で自ら対応方法を考えてくださいということになります。超少子高齢化に向けて医療福祉体制の再編が必要で、効率化を図るためにそれぞれの病院の機能を一層明確にし、役割分担と密な連携が求められているというわけです。

10年後を目指し、すでに計画は進んでおり、今年3月までに各都道府県が計画を立て、実行に移すことになります。わが国では入院病床が過剰でこれが医療費拡大の元凶のように言われていますが、この先15年ほどは有病人口増により病床総数が不足に転じ、在宅で治療を継続し最後を看取らなければならない人が相当数発生すると試算されています。病床を増やせばいいのでしょうが、30年以上先には急速に過剰になると予測され、財政的にも立ち行かなることなど問題は簡単ではありません。

厚労省の方針はある意味、皆さんに「自ら自分の症状を正しく認識し、それに見合った機能の医療施設を選択すること、そのような医療体制を理解し上手に利用すること」を求めているとも読み取れます。とはいえ、専門的な判断は素人にはなかなか難しいことですので、やはり頼りになるのは、身近にいらっしゃるかかりつけ医ということになります。異常を感じたらまずかかりつけ医に相談し、アドバイスをもらい、必要な治療あるいは最適の医療機関を紹介していただくというのが賢いやり方と思います。いま、かかりつけの先生を持たない方は是非早く見つけ出してください。

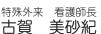
でもその前に、自分自身で生活習慣(食事、睡眠、適度の運動など)に心を配り、異常がある際には早めに対応することが大事です。今年も健康な一年を送られますよう願っております。

特殊外来は、救急センター・ 画像診断センター・内視鏡室の 3部署で構成されています。











●救急センター

二次救急医療施設として、多数の患者さんの受け入れを行ってい ます。昨年度の救急車の受け入れは、年間 5.700 台で年々増加し ています。

また、当院は災害拠点病院でもあり、昨年4月の熊本地震では 地震発生直後より、訓練を受けた看護職員が多職種と共に現地で



熊本地震・救護所での活動

の救護・医療活動を行いま した。

救急で搬送された患者さ ん、ご家族の方の心に寄り 添った看護ができるよう努 めています。





●画像診断センター

放射線に関する検査の介助を行っています。

放射線検査といった特殊な検査を受ける患者さんの不安はとても 大きいと思われます。患者さんに分かりやすく説明を行い、安心し て検査を受けていただけるように心がけています。患者さんと関わ る時間は短い部署ですが、いつも笑顔を大切にしています。



画像診断センタースタッフ

●内視鏡室

内視鏡に関する検査と治療の介助を行っています。主な検査は、 上下部消化管・気管支内視鏡検査です。主な治療は食道・胃・大腸 の早期癌に対する粘膜切除術、止血術等です。

当院の内視鏡件数は、年々増加傾向で、昨年度は年間8,000件 を超えました。特に消化管出血等、時間外に緊急内視鏡が必要な ケースもあり、宅直体制で365日24時間、対応できるようにして います。

少しでも患者さんが苦痛なく、検査・治療を受けていただけるよ う、介助を行っています。



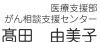
内視鏡室スタッフ



特殊外来、3 部署は各々、特殊で専門性が求められます。より質の高い看護が提供できるよう、 各自が自己研鑽しています。また3部署で協力体制をとり、安全に業務が行えるよう努めています。

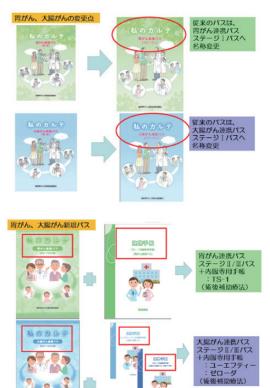
『ようこそ! 医療支援部です。』 ~がん相談支援センターだより~





福岡県では県下統一の「がんの地域連携クリティカルパス」(以下連携パスという) に取り組んでおり、胃がん・大腸がん・肺がん・乳がん・肝がん・前立腺がんという種類があります。これは、手術後の患者さんの経過を急性期病院とかかりつけ医で円滑にフォローできるように作成された計画書です。平成 23 年に開始され平成 28 年 9 月の時点で、福岡県全体では 2,263 件の実績が報告されており、当院でも約 230 名の患者さんに利用して頂いております。平成 28 年に実施された地域連携パス大規模アンケート調査の結果によると、連携パスを利用している患者さんからは「かかりつけ医への通院や双方の医師が連携して診ることで分からないことを質問できる安心感がある」「今後の自分の計画が分かりやすく示されて良かった」「手術後の不安な時に手帳をいただいて、これからこの手帳と一緒に頑張っていこうと思った」等の意見が寄せられています。かかりつけ医からは、「連携することで患者さんの経過がよくわかる」「診療において困った際は相談して対応を検討できる」「煩雑であっても連携パスは有効であり、がん診療連携拠点病院との繋がりを持ちこれらを使用した地域連携が広がった方が良い」との意見があります。しかし、利用患者さんが1~2名の少ないかかりつけ医も多く運用方法の理解や定着には時間を要すると思われます。

胃がん・大腸がんのガイドライン変更に伴い、従来の術後連携パスは内容が一部変更されステージIの術後フォローパスとして運用し、新たにステージI・IIの経口抗がん剤服用などの治療を伴う連携パスが加わりました。新規パスの導入に向けては、県内 19 のがん診療連携拠点病院が中心となり、それぞれの地域において医療機関向けの説明会を開催したのちに県内一斉に開始する予定としています。がん診療連携拠点病院だけでなく、非がん診療連携拠点病院や地域の医療機関とも協働し、患者さんが安心して地域でがん診療を受けられるように進めていきたいと思います。



がん連携パスの種類と適応				
がん種	連携パスの種類	対象条件		
胃がん	術後連携パス	・ステージ I・経過観察		
	術後内服抗がん剤 連携パス	・ステージⅡ/Ⅲ 《連携手帳》経□抗がん剤 (TS-1) *ステージⅡ、Ⅲのみでの使用も可		
大腸がん	術後連携パス	ステージ I経過観察		
	術後内服抗がん剤 連携パス	・ステージⅡ/Ⅲ 《連携手帳》経口抗がん剤 (ユーエフティー/ユーゼル・ゼローダ) *ステージⅡ、Ⅲのみでの使用も可		
肺がん	術後連携パス	• 経過観察		
肝がん	術後連携パス	ステージI/II		
乳がん	術後連携パス	・ホルモン剤内服		
前立腺がん	術後連携パス	• 経過観察		







専門・認定看護師からのお知らせ









冬こそみんなで感染対策をしましょう!!

冬は一年の中でいちばん感染症の流行する季節です。私たちは目に見えない細菌やウィルスと闘っていかなければ いけません。1~2月はインフルエンザが流行する時期ですが、皆様は大丈夫ですか?インフルエンザに負けていませ んか?

インフルエンザの流行は、みなさんがご存じのように集団生活をしている学校などから始まり、家庭へと広がってい きます。持病を持っている方や高齢の方に感染してしまうと、この感染が原因で全身状態が悪化する場合もあります。 感染はもらわないことそして、うつさないことが重要です。今回は、感染対策についてまとめてみました。

●インフルエンザの感染経路





くしゃみの飛沫は2mくらい飛ぶと言われています。目には見えな くても思っているより飛んでいるので注意しましょう。それ以上に 注意が必要なのが接触感染です。くしゃみや咳などと共に飛んで 様々なものに付着します。また、手にウィルスがついた状態で物を触 ることで自分の手にもウィルスが付着します。多くの人が触れるも のは見た目がきれいでも、何が付着しているかわかりません。





そのために…自分自身や家族を守るために行うのが感染予防です。

インフルエンザ予防の3原則を左枠内にあげてみました。

実行し継続すること…これが簡単なようで難しいのです。でも、と ても大切なことです。是非、ご家族やお友達同士で声をかけあって 実行していただきたいと思います。そして、この冬のインフルエンザ を撃退しましょう。

●インフルエンザ予防の3原則

1. 感染経路を断つ

- *人混みへの外出は避ける
- *外出時はマスクをつける
- *うがい、手洗いを忘れない
- *適度な湿度(50~60%)を保つ

2. 抵抗力をつける

- *十分な睡眠をとる
- *バランスのよい食事をする
- *適度な運動をする

3. 免疫力をつける

*ワクチン接種を受ける





それでも・・・インフルエンザに感染したら

- ●早めに(発症から48時間以内)医療機関を受診してお薬を処方 してもらいましょう。
- ●安静第一です。しっかり休養をとりましょう。
- 水分を十分補給しましょう。
- ●家族とタオルや食器類などの供給をしないようにしましょう。

インフルエンザ流行時期のお願い

病院は、抵抗力の弱い方がたくさん集まっているところです。

- ※体調の悪い場合は自分自身のためにも患者さんのためにも面会 を控えてください。
- ※来院時には手指アルコール消毒を行い、マスクを装着しましょう。 ご協力をお願いいたします。





腰痛を予防しよう!



リハビリテーション室 理学療法士 **古門 功大**

腰痛とは?罹患率は?

腰痛は、2 足歩行を選択した人類にとって宿命の病だといわれています。人類は2 足で直立するようになって、脊椎で重い上体を支えなければならなくなり、その結果腰痛に悩むようになったとされているのです。罹患率としては、実に84%の人が腰痛を一生のうちに経験すると言われております。我が国で厚生労働省によって毎年行われる国民生活基礎調査のデータによると、入院者を含まない腰痛の愁訴率は約8.5%であり、男性では最も多く、女性では肩こりに次いで2番目に多い愁訴です。

特に、慢性の持続する腰痛に悩まされる人では、姿勢の異常や体幹・下肢の筋肉のバランス不良が 多く見られることが指摘されています。これらの不良姿勢、筋肉のアンバランスを治す目的で次のような運動を行ないましょう!

● 1 体幹・下肢の筋肉を柔軟にする運動





②腹筋・背筋・大臀筋の力を強くする運動





最後に・・・上記の体操以外にも、下記に示す日常生活動作にも注意が必要です。正しい習慣を身につけて、腰痛を予防しましょう!

- ●重たいものを持ち上げるときは、膝・股を十分 に曲げる。足を前後にずらす。
- ●荷物は出来る限り体に密着させて持つ。
- ●はきもの(ハイヒール、サンダル)に注意。
- ●寝具・ベッドは固めのものを選ぶ。

- ●カルシウム摂取を心掛ける。
- ●長時間座り続ける、立ち続けることは控える。
- ●食べ過ぎ、肥満に注意。
- ●腰や足を冷やさない。





三樹 敬二



最所 俊啓

メディカル・レシピ

今回は、患者さんに提供している食事の中から、月に 2回実施している箱膳のレシピをご紹介します。

春の香りがするせりを使った混ぜご飯と、少し手間を かけることでおもてなし料理にもなる鰆の西京焼き、 寒い季節にあったかいまでん風煮物のレシピを紹介し



せりごはん

【作り方】

- ①米は洗い、ざるに上げておく。
- ②せりは根を切り、さっと湯通しし1cmの長さに切る。うす口 しょうゆ小さじ1(材料別)で下味をつけておく。
- ③①の米を炊飯器に入れ、みりん、しょうゆを入れてから2合 の目盛り通りにだし汁を入れ、炊く。
- ④炊き上がったら、②のせりを混ぜ合わせる。

ワンポイントアドバイス

せりはβ-カロテンやビタミンCが多く含まれ免疫機能を高める働き があります。寒い季節に風邪などの予防に役立ちます。



材料 (4 人分)

米 2合
せり80g
うすロしょうゆ 小さじ1
みりん 小さじ 1/2
酒 小さじ 1/2
だし汁······350ml

1人分の栄養価

エネルギー: 265kcal).7g
たんぱく質・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	3.0g
食物繊維····································).9g



鰆の西京焼き

【作り方】

- ①みそ、酒、みりん、砂糖を合わせ、合せ味噌を作る。
- ②鰆の切り身はペーパータオルで水気をよくふき取る。合せ味 噌を両面にぬり、容器に入れラップで密封し、冷蔵庫で一 晩寝かせる。
- ③低温のオーブンでじっくり焼く。 (味噌が焦げやすいので注意する)



●ワンポイントアドバイス

コレステロールの抑制、動脈硬化の予防に効果のある大豆レシ チンが含まれます。また味噌に含まれる酵母、乳酸菌には発がん 性物質の抑制も期待されます。

材料(1人分)

- 鰆 60g(1切れ)
西京味噌 小さじ 2
酒 小さじ 1
みりん 小さじ 1/2
砂糖小さじ 1/2

1人分の栄養価

エネルギー:127kcal	
たんぱく質 ′	12.89
脂質	·6.7g
糖質	·1.8g
食物繊維	·0.3g
塩分	·0.9g

おでん風煮物

【作り方】

- ①大根は半月に切り、面取りをする。
- ②厚揚げは油抜きをし、40gの大きさに切る。かまぼこは食べ やすい大きさに切る。
- ③こんにゃくは茹でてあく抜きをする。ミニトマトはへたをとっ
- ④鍋にトマト以外の材料を入れ、だし汁を加え火にかける。沸 騰したら砂糖、みりん、しょうゆ、コンソメを加えコトコト煮 込む。
- ⑤ミニトマトを入れ、 ひと煮立ちしたら、 器に盛る。

●ワンポイントアドバイス

不足しがちな食物繊維を多く含む野菜やこんにゃくをしっかり とりましょう。

材料 (1 人分)

だいこん50g	みりん1g
厚揚げ40g	うすロしょうゆ 3g
かまぼこ (鳴門) ······· 20g	コンソメ 2g
ねじりこんにゃく 1個	だし汁適宜
ミニトマト 1個	練りからし好みで
砂糖 ······ 2g	

1人分の栄養価

エネルギー:87kcal		糖質7.9g
たんぱく質		食物繊維1.4g
脂質	3.2g	塩分 ······ 2.0g



[医療用麻薬とは?]

がんは、我が国での死因トップの病気で、男性では2人に1人、女性では3人に 1人ががんと診断されると報告されています。さらにがんの痛み は、"がん"と診断された時点で既に30%の方に出現していると 報告されています。また、がんの痛みは我慢すると眠れなくなっ たり、不安が強くなったりと日常生活への影響も見られます。



薬剤師 川久保 充章

がんの痛みの治療法

がんの痛みはお薬で和らげられます。使用するお薬は痛みの強さに応じて決められ、軽い痛みには効果の軽い痛み止め、強い 痛みには効果の強い痛み止め(医療用麻薬)が使われます。

"麻薬"って大丈夫なの?

麻薬と聞いてどう思われますか?―"中毒にはならないの?""末期の人が使う薬?""寿命が縮まる?"患者様から不安の 声が聞かれます。

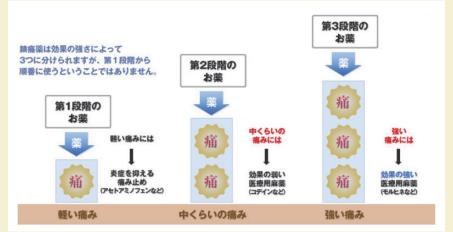
しかし、医療用麻薬をがんの痛みに適切に使用すれば中毒にはならず痛みは和らげることができます。医療用麻薬は、最後の 手段ではなく、がんの進行度に関わらずいつでも使われます。

医療用麻薬はどんな薬?

医療用麻薬には長く効く痛み止めと早く効く痛み止めがあり、それらを組み合わせて使用します。お薬の形も錠剤、粉薬、貼

り薬、坐薬、舌下錠など様々です。 このようなお薬を外来で処方され、 ご自宅で使用することも増えてきま した。

そこで、当院薬剤部では医療用麻薬 を安心して使っていただくために適 切な使い方などの説明を行っていま す。また、開始後のご自宅での痛み の様子や副作用の出現などをお電話 で伺い、主治医と共によりよいがん の痛みの治療が行えるよう支援して います。

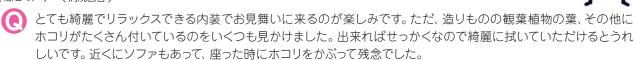


☆ご不明な点は、主治医または薬剤師にお問い合わせください。



「みなさまの声」 のコーナー

※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。



ご指摘のありました観葉植物の葉、その他、鉢など清掃の不備が起こりまして大変申し訳ありませんでした。今後、 全般的にこのような事が無いよう従事者一同気をつけてまいります。またソファについても清掃チェックを入れ、汚 れ、ホコリなどが無いよう心がけていきますのでよろしくお願いいたします。この度は大変不快な思いをさせてしま い申し訳ありませんでした。

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 グ 九州病院 〒806-8501 北九州市八幡西区岸の浦 1 丁目 8 番 1 号 地域医療機能推進機構

発行責任者:多治見 司 編集者:海野聡美 メディカル NOW VOL.12 2017 年 1 月 発行 制作: シブヤプリントファクトリー TEL (093) 922-6373