

Medical Now 2017 spring

岸の浦だより

メデイカル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。

胃癌・大腸癌手術の現況



外科(上部消化管)医長 難波江 俊永

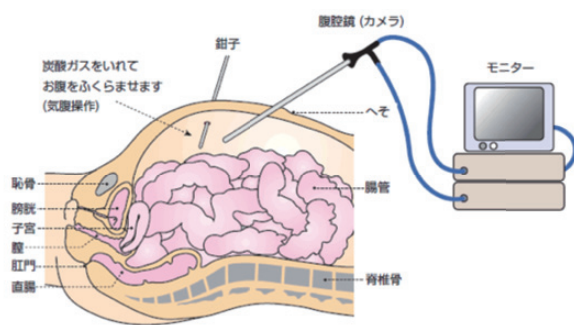
従来は胃癌や大腸癌の外科治療は開腹手術(写真1)が主流でしたが15年前に腹腔鏡手術(写真2)が保険収載されてから徐々にこの方法が普及しています。腹腔鏡手術(絵1)はおなかのなかに細いカメラ(腹腔鏡)をいれてテレビ画面で病変をみながら、長い手術器具を使いながら手術を行います(写真3)。腹腔鏡手術の利点は、創部が小さいので手術後の痛みが少なく、開腹手術と比較して入院期間が短いといわれています。それに加えて、カメラで病変を拡大して観察できるため精密な手術を行うことが可能です。欠点は手術時間がやや長くなる点や大きな癌や腹部手術既往のある方には腹腔鏡手術が適応とならないことがある点です。当院では10年前から腹腔鏡手術を導入しており、その長期経過・生存率も開腹手術に劣らない成績です(グラフ)。今後、ますます腹腔鏡手術が普及していくと思われます。



写真1: 開腹手術のきず



写真2: 腹腔鏡手術のきず



絵1: 腹腔鏡下手術のイメージ

(グラフ) JCHO 九州病院における腹腔鏡下胃癌手術の長期予後

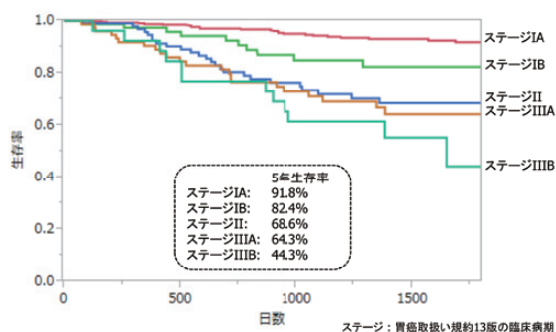


写真3: 腹腔鏡下手術のようす

『こんにちは!看護部です』

今回は集中治療室をご紹介します。



集中治療室 看護師長

松浦 洋子



集中治療室をご存知の方は少ないのではないのでしょうか?当院の集中治療室は本館3階のスタッフエリアの奥に位置し、手術室、心臓カテーテル検査室に隣接しています。エレベータホールにも近く、各病棟、各科外来との搬入・搬出が容易にできる場所に設置されています。

病床数は16床で、個室9床(陰圧室2床、陽圧室2床を含む)、オープンフロアー7床それに加えて、手術後の回復室3床を有しています。年間延入室患者数は約4,200名で、1日平均14名の患者さんが入室しています。0歳の新生児から100歳を超えた方まで年齢や診療科を問わず、大手術後の術後管理が必要な方や、救急外来・病棟からの重篤な急性期機能不全など多種多様な病態の患者さんが入室する事が大きな特色です。

この、集中治療室を支えているのは41名の看護師、2名の看護補助者です。平成28年度の新採用者4名も重症疾患の患者さんを担当し、緊張の連続ですが、日々の学習や先輩の丁寧な指導のお陰で順調に成長しています。高度・専門的最先端医療に対応し、かつ安全な集中管理・集中治療が提供できるよう自己研鑽に努め、各診療科の医師や臨床工学士・薬剤師・栄養士等のコメディカルとも連携を図りながら、学習会、院内ラウンド、カンファレンス等に力を入れて取り組んでいます。

集中治療室という特殊な環境に入室される患者さんやご家族は、生命の危機にさらされ不安を感じておられます。常に患者さんに寄り添い、病状は勿論、生活面、心理面にも目を向けた看護ができるよう日々努力しています。



平成28年度採用スタッフ



ラウンド



学習会



カンファレンス

～医療費控除～ セルフメディケーション税制を 知っていますか？



医療支援部 MSW
木村 円



セルフメディケーションとは、WHOの定義で「自分自身の健康に責任を持ち、軽度な身体の不調は自分で手当てすること」です。平成29年1月1日より、自己又は自己と生計を一にする配偶者その他の親族に係る特定の一般用医薬品購入費を支払った場合に、合計額が1万2千円を超える部分の金額を控除するセルフメディケーション税制が創設されています。

●対象者（下記いずれも該当する人）

- ・所得税や住民税を納めていて、対象となる医薬品の年間購入費が1万2千円を超えた人
- ・健康の維持増進や疾病予防のために健康診断等を受けている人（定期健康診断、インフルエンザ予防接種など）

●対象となる一般用医薬品

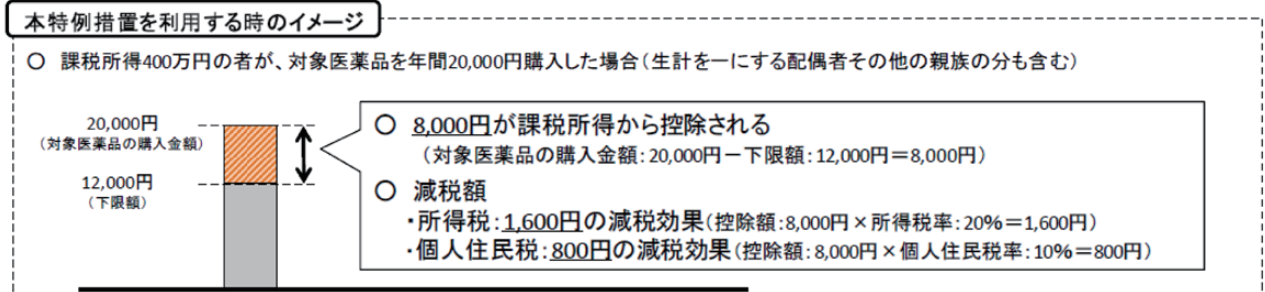
医師の処方なしにドラッグストア等で購入できる医薬品で、治療を目的とした風邪薬や鼻炎薬などが該当します。

対象商品には右記のような識別マークがついています。

また、厚生労働省のHPにも対象の医薬品が掲載されています。



●セルフメディケーション税制を利用するときのイメージ（厚生労働省 制度概要より抜粋）



上記のように所得税・個人住民税が減税されます。

●制度の利用方法

セルフメディケーション税制を利用するには、確定申告に必要な書類に加えて、①対象となる医薬品を購入した際の領収書②定期健診などを受けたことを証明する書類（結果通知、領収書など）を管轄する税務署に提出する必要があります。また、この制度は平成30年の確定申告より適応されます。

従来の医療費控除制度とセルフメディケーション税制（医療費控除の特例）を同時に利用することはできません。どちらの医療費控除制度を利用するかは自己で選択することになります。医療費の自己負担額や通院の交通費などを含めた従来の医療費控除を受けるのか（詳細は国税庁HPで）、一般用医薬品購入費のみ対象のセルフメディケーション税制を選ぶのか、どちらの医療費控除制度を利用するのがお得になるのか確認し、わからなければ税務署に相談しましょう。また、手続きにはレシート・領収書が必要になります。日頃から、必要なレシート・領収書は整理し保管しておく習慣を持ちましょう。年末にまとめたレシート・領収書を確認し、1年間の医薬品にかかった金額が1万2千円を超えているか確認してみましょう。1万2千円を超えていれば確定申告、超えていなければその年が健康に過ごせたと振り返ってみることも良い習慣になるのではないのでしょうか。

退院後のスキントラブルで困っていませんか



7 階南病棟 看護師

池田 佳子



超高齢化が進む中、めざましく医療技術は進歩していますが、生命の危機は乗り越えても、大きな手術の後にはスキン(皮膚)トラブルをかかえることになったり、ストーマ(人工肛門)の管理が必要となったり、これまでの生活の質を簡単に保つことができなくなる方がいます。そのような方が社会復帰するとき困らないようにお手伝いさせていただくのが皮膚・排泄ケア認定看護師です。入院中はもちろん、退院後のセルフケア、日常生活の不安、スキントラブルに対して相談・対応を実施しています。最近では、80代90代で手術を受けられる方も多くなってきました。入院中は医師、看護師、コメディカルスタッフが協働しストーマの管理や日常生活が自立できるように支援します。スムーズな退院に向けて医療支援部と連携し、地域の入院施設への転院、訪問看護の導入など調整をおこなっています。

また、ストーマの事で相談があれば、外来と病棟で週に2回ストーマ外来を行っており、トラブルの解決に努めています。ただ、在宅医療が推進される中、ストーマ外来の受診ができない方やスキントラブルのアドバイスが必要なとき自宅や施設で悩んでいる方もいるのではないのでしょうか。

当院では地域医療の推進や退院後の支援にも力を入れており、健康教室やセミナーの開催のほか、必要があれば退院後の訪問も行っています。ストーマ管理やスキントラブルなどお気軽にご相談ください。





ちょこっとリハビリ

～肩こり予防体操～



リハビリテーション室 作業療法士
渡邊 勇樹

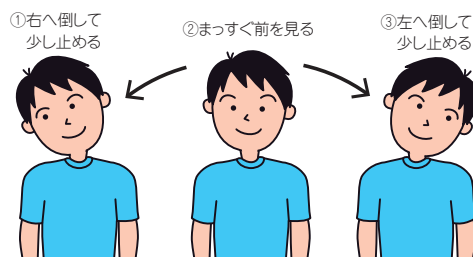


「肩こり」は大人ならほとんどの人が経験した事のある症状ではないでしょうか。調べたところ、「肩こり」は男性では腰痛に次いで2番目に多く、女性では最も多い症状でした。肩こりの起こりやすい条件としては、運動不足による『筋力の低下』、長時間同じ姿勢をとるなどの『持続的な緊張』などが要因としてあげられます。首や肩の筋肉などをしなやかに保つことが肩こりの予防・治療に繋がるため、こりを感じたときや作業の合間（一時間に一度くらい）に体操を取り入れ、肩こりの予防・緩和を目指しましょう。

●首の体操

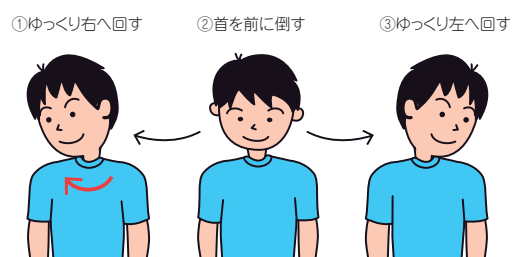
《前後・左右の運動》

首を前後左右にゆっくりと3回動かします。



《首を回す運動》

右回り・左回りとゆっくり2周ずつ動かします。

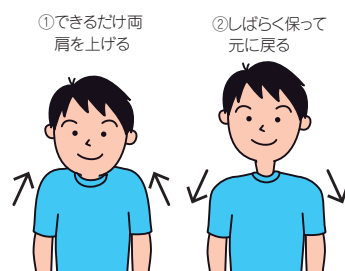


※頸椎に損傷がある方が首を後ろに反らせるのは危険です。首に違和感がある方は無理に行わないようにしましょう。

●肩の体操

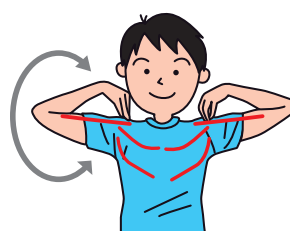
《肩すくめ運動》

肩を3秒すくめて、すんと力を抜き肩を落とします。



《肩回し運動》

肘を後に引きながら肩を大きく回します。前方向・後方向に5回ずつ回します。



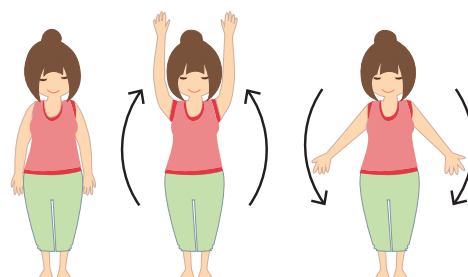
《肩甲骨引き寄せ》

手を組んで頭に載せ、ゆっくりと胸を開き肩甲骨を内側に引き寄せ、気持ちのいいところで3秒止め、緩めます。



《腕を上げる運動》

ゆっくりと頭の上まで腕を上げます。5回繰り返します。



※運動はゆっくり行いましょう。肩が強く痛むときは無理に運動せず、整形外科に受診することをお勧めします。



栄養管理室 主任調理師
中島 浩



栄養管理室 調理師
園田 一雄

メディカル・レシピ

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。

桜えびの彩りと風味を生かし、色鮮やかでさっぱりとした味わいのピラフと白身魚の淡泊な味にバルサミコ酢の酸味を効かせたソースの組み合わせです。



① 海鮮ピラフ



【作り方】

- ①米は洗い、ざるに上げておく。
- ②イカは2～3センチの長さの細切りにする。
- ③たまねぎ、黄ピーマンはみじん切りにする。
- ④材料Aで調味液を作る。
- ⑤①の米を炊飯器に入れ、④の調味液を2.5合の水位まで入れる。
- ②と③の材料を入れ平らにし、スイッチをいれる。



ワンポイントアドバイス

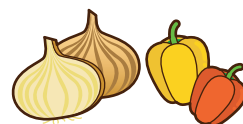
炒飯は一度炊いた米を炒めますが、ピラフはよく洗った生米をバターなどで炒めて炊きます。今回は炒める工程をはぶき、調味液を作って具材と一緒に炊飯器で炊くだけの簡単ピラフの紹介です。桜えびのだし成分グルタミン酸とイノシン酸の旨味成分の相乗効果で風味たっぷりのピラフです。

材料(4人分)

米	2.5合
さくらえび	8g
イカ	80g
たまねぎ	120g
黄ピーマン	80g
塩	1g
こしょう	少々
コンソメ	6g
オリーブ油	4g
だし汁	450ml

一人分の栄養価

エネルギー	389kcal
たんぱく質	10.5g
脂質	2.0g
糖質	78.0g
食物繊維	1.3g
塩分	1.1g



② 魚のムニエル バルサミコソース

【作り方】

- ①白身魚はこしょうで下味をつけ、小麦粉をまぶす。油をひいたフライパンで両面をきつね色になるまで焼く。
- ②バルサミコソースを作る。
たまねぎはみじん切りにする。トマトは皮をむき種をとって1センチ角のざく切りにする。
- ③鍋にたまねぎとマーガリンを入れ、たまねぎがしんなりするまで炒める。トマトを加え、炒めながらバルサミコ酢を2～3回にわけて加える。
- ④火をとめる直前に梅肉を加え混ぜる。荒熱が取れソースにとろみがついたら出来上がり。
- ⑤器に焼いた魚を盛り、ソースを添える。

ワンポイントアドバイス

お酢の主成分である酢酸は唾液や胃液の分泌を促進し、消化酵素の働きを活性化させる働きがあります。お酢のなかでもバルサミコ酢はポリフェノールを多く含む抗酸化作用もあります。

材料(1人分)

白身魚	50g(1切れ)
こしょう	適宜
たまねぎ	30g
トマト	20g
マーガリン	3g
梅肉	5g
バルサミコ酢	3g

一人分の栄養価

エネルギー	139kcal
たんぱく質	10.6g
脂質	5.2g
糖質	11.0g
食物繊維	0.9g
塩分	0.8g



関節リウマチの薬

関節リウマチは、免疫の異常により関節の腫れや痛みを生じ、それが続くと関節の変形をきたす病気です。



薬剤部 薬剤師

加藤 絵理子



関節リウマチに使われる薬

①抗リウマチ剤（DMARDs、免疫抑制剤）：アザルフィジンEN、リマチル、リウマトレックスなど

病気の根本の免疫の働きに作用し、炎症の広がりを抑え、病気の進行を抑えます。

現在の関節リウマチ治療の第一選択薬です。効果が現れるまでに1ヶ月から半年くらいはかかるため、消炎鎮痛剤を併用することもあります。

②非ステロイド性消炎鎮痛剤（NSAIDs）：ロキソプロフェン、セレコックスなど

炎症や疼痛を直接抑えて、関節変形で起こっている痛みや腫れをとります。

効果は早く現れますが、進行を止めることはできません。



③ステロイド：プレドニゾンなど

炎症を抑える作用が強く、効果が早く現れます。しかし、それは一時的なもので根本的な治療にはなりません。消炎鎮痛剤や抗リウマチ剤を用いても炎症が十分に抑制できない場合に用いられます。

④生物学的製剤：レミケード、エンブレル、オレンシアなど

炎症をおこす元となるサイトカイン(TNF- α やIL-6など)や炎症性サイトカインを作る細胞の働きを抑えます。この薬は点滴または皮下注射で投与します。投与間隔は1週間に2回から2ヶ月に1回までとさまざまです。通院回数やライフスタイルに合わせて治療薬を選択できます。



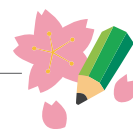
☆ご不明な点は、主治医または薬剤師にお問い合わせください。



「みなさまの声」のコーナー

（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。



13時から、家族込みで説明をしますとの案内をいただいたので、仕事・家庭の都合をつけ、12時30分に来院したのに先生は不在で、連絡が取れないので13時30分にもう一度電話をしてみます。と看護師から説明された。13時で予約されているのではないのでしょうか？初めてこちらの病院を利用していますが、とても不愉快に思います。



大変ご不快な思いをさせてしまい、申し訳ございませんでした。説明予定時刻より調整して頂き30分早く来院していただきましたが、お待たせする結果となりましたこととお詫びいたします。ご指摘の内容をスタッフに周知し、看護師はご家族の来院を把握し、来院時にはすぐに医師へ連絡するようにしたいと思います。また、家族には時間の制限、お困りのことがないかを尋ね、家族の立場を考慮し対応するよう指導いたしました。

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



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://kyusyu.jcho.go.jp>

メディカル NOW VOL.13 2017 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