

Medical Now 2017 summer

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。

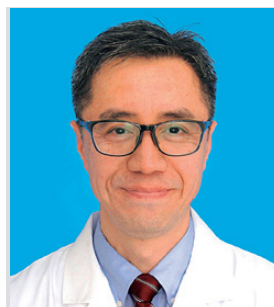
基本方針

- (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。

低侵襲小切開心臓手術



心臓血管外科
診療部長
徳永 滋彦



従来より開心術のアプローチ到達法は前胸部皮膚の真ん中を縦に切って胸骨という骨を上から下まで縦切りにすることで心臓に到達する「胸骨正中全切開」が標準でした。その操作性と安全性から胸骨正中全切開アプローチは今も広く行われていますが、そのキズの大きさは25～30cmにおよぶこともあります(図1)。近年、より小さなキズ(手術創)で心臓手術を行う低侵襲小切開開心術が話題になっています。これは胸骨を全部縦切りにするのではなく、部分的に胸骨を切開するなどして、より小さな皮膚切開で心臓にアプローチするものです(図2)。

また胸骨を切らずに右胸を小さく切り肋骨の間に入っていくアプローチもあります。小さなキズで心臓手術操作を行うためには人工心肺で使用する血を抜いたり送り込んだりする管を細くしなければならず、そのため陰圧吸引脱血法という特別な方法で人工心肺を操作する必要があります。当院では昨年10月より陰圧吸引脱血法を導入し、昨年12月に(たぶん)北九州地区第一例となる6.5cmの手術創による大動脈弁置換術を施行しました。その後も患者さんのご希望があればこの

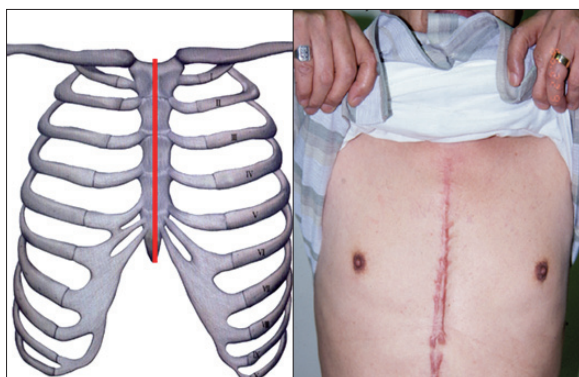


図1：胸骨正中全切開

方法で心臓手術を行っています。胸骨を全部切らないため回復も早くキズも小さいことから患者さんにもとても喜んでいただきました。キズの大きさよりも手術の安全性が最優先なので全ての開心術を小切開で行える訳ではありませんが、症例に応じて患者さんのご希望があれば今後もこの方法を順次採用していきたいと思います。今年中に日本でも使用可能となる縫わない大動脈弁用人工弁(スーチャーレス大動脈弁人工弁)とこの小切開開心術の組み合わせにより、今後より安全確実な低侵襲手術を行うことが可能になると思います。

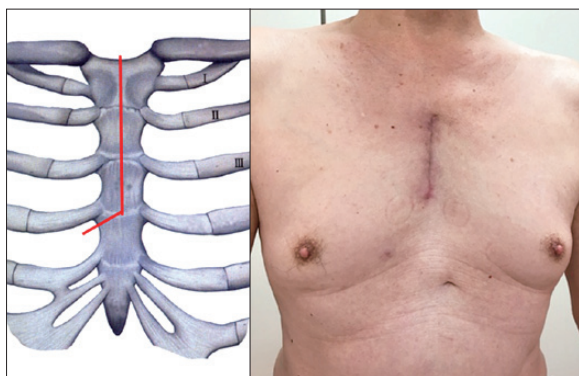


図2：胸骨部分切開



災害には日頃の備えが大切です!



特殊外来
救急看護認定看護師
野寄 真紀



救急看護認定看護師は、救急医療現場において迅速な救命処置を実施するとともに、突然の病気や傷を負い危機的状況にある患者さんやご家族の方に早期から支援しています。また、地震などの災害発生時、現場に急行し救護活動を行うなど、災害直後からの医療ニーズに対するケアを行うことも重要な役割です。今回は、災害拠点病院である当院での活動について報告いたします。

災害拠点病院とは、24時間いつでも災害に対する緊急対応ができ、被災地域内の傷病者の受け入れや搬出が可能な体制を備えた病院です。そのため、北九州市の地形や災害の特徴、行政の災害予防対策を把握し、定期的に地震や列車事故を想定した大規模災害訓練を行い非常時に備えています。昨年4月14日に発生した熊本地震では、災害派遣医療チーム（DMAT）を編成し、発震直後から現地での救護活動を行いました。その2週間後には医療班として救護所を回り、エコノミー症候群やノロウイルス感染の予防方法をお伝えし、避難生活によって生じる身体的・精神的負担に対しても支援いたしました。

災害はいつ起こるかわかりません。日頃から水や食料等を備えておく必要があります。また、避難所や避難経路の確認、エコノミー症候群や感染症の予防等の知識が災害被害からご自身とご家族を守ります。災害に対し、地域の皆様もいろいろと気がかりな事があるのではないかと思います。今後、災害に対する準備や応急処置等の研修会を開催したいと思っています。その際は、どうぞお気軽にご参加ください。



がん相談支援センターについて



9 南病棟 看護師長
がん相談支援センター
高田 由美子



◆がん相談支援センターは、全国のがん診療連携拠点病院に設置されている「がんの相談窓口」です。患者さんやご家族あるいは地域の方々に、がんに関する情報の提供や相談にお応えしています。当院は認定がん相談支援センターとして、国立がん研究センター認定がん専門相談員をはじめ、がん専門相談員としての研修を受けたスタッフが、信頼できる情報に基づいて、がんの治療や療養生活全般の質問や相談をお受けしています。

◆がん治療の進歩に伴い、がん治療と就労や生活との共生は大きな課題でもあります。困ってからではなく治療前や治療中でも一人で抱え込まずご相談下さい。相談だけでなく患者さんやご家族が悩みを聞いたり話したり気軽に集える場所を設けています。

「がん患者と家族のためのサロン」

【参加できる方】 当院におかかりの
がん患者さんご家族

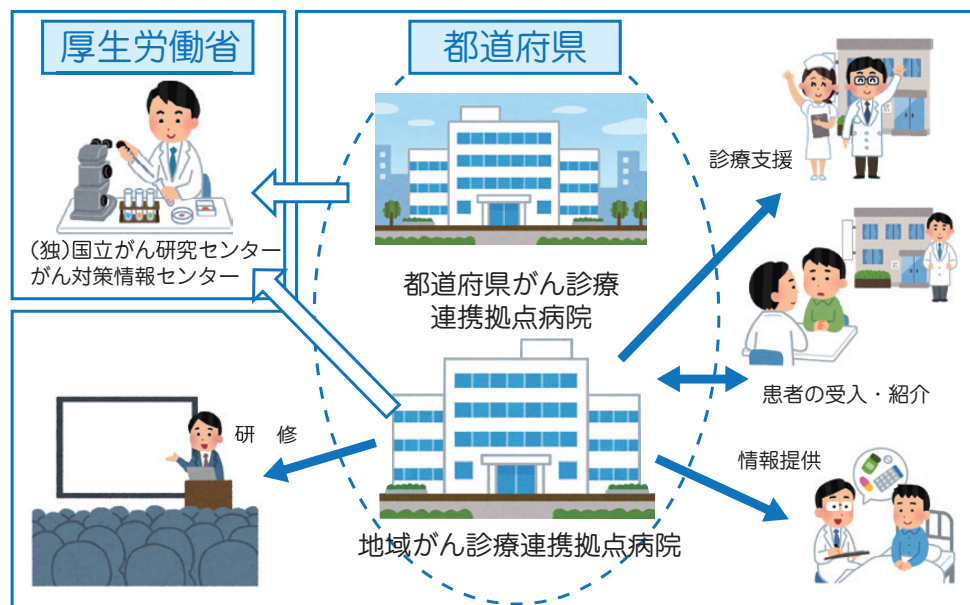
【時 間】 14時～15時 予約は不要です。

【会 場】 当院別館4階 大会議室

日 程	テーマ	担 当
7月24日	がんリハビリテーション	リハビリ室
9月25日	造血幹細胞移植後の 語らいの場	がん化学療法看護 認定看護師
11月27日	がん治療中のおしゃれ	化学療法関係者
H30年 1月22日	がんで使うお薬の話	薬剤部
3月26日	食事の工夫について	栄養部

◇北九州市内にある4つのがん診療連携拠点病院は、がん相談員のスキルアップと必要な情報の共有、連携の強化を目的に共同で相談員研修を開催する予定です。多くの医療機関の相談員の方々にご参加頂けますよう計画しています。

がん診療連携拠点病院制度



《北九州ブロック》

北九州市立医療センター
産業医科大学病院
JCHO 九州病院（当院）
戸畑共立病院

「こんにちは!看護部です」 今回は手術室をご紹介します。



手術室 看護師長
池田 浩子



当院の手術室は、手術室 13 室と心臓カテーテル検査室 2 室、血管アンギオ室 1 室、計 16 室を備えています。数百グラムの赤ちゃんから、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 8000 例行っています。手術中は全力を尽くし、真摯な気持ちで命に向き合っています。手術室はチームの力を最大限に発揮できるところです。安全な手術は、各診療科医師、麻酔科医師、看護師、臨床工学技士、委託業者のそれぞれの専門技術と互いの信頼と協力で成り立っています。緊急手術も迅速に対応できるように他部門と連携を取りチーム一丸となりがんばっています。その中、看護師は親切丁寧に、患者さんに安心していただけるように笑顔で対応を行うように心がけています。患者さんが手術を受けて、元気に退院されることが私たちの一番の願いです。手術を受けるということは、ほとんどの患者さんにとって未知で不安なものです。そのような漠然とした不安を理解し、患者さんが安心して手術が受けられるよう手術室スタッフが術前・術後の訪問を実施して良好な信頼関係を築くための努力をしています。

私たち手術室看護師は、手術を受ける患者さんの傍らに寄り添い、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。手術についてご心配なことがありましたら是非、声をおかけください。





ちょこっとリハビリ

～運動のすすめ～



理学療法士 溝上 拓也

運動

日々の生活の中で身体を動かす時間を増やすことは、がんや認知症のリスクを減らすことが出来ると言われています。

普段の生活において身体を動かす時間を増やす具体的な手段は、歩行時間を増やすように心がけることです。歩くことを中心とした身体活動を増加させることにより、生活習慣病の発症率減少が期待できます。

－成人の方の目標－

- 日頃から「散歩」、「早く歩く」、「乗り物やエレベータを使わずに歩くようにする」など意識的に身体を動かしましょう。
- 週2回以上、1回30分以上の息が少しはずむ程度の運動を習慣にしましょう。
- 1日10,000歩を目標としましょう。



－70歳以上の高齢者の方の目標－

- 年齢や能力に応じてストレッチングや体操を1日10分程度、あるいは散歩を1日20分程度行いましょう
- 地域の行事や、趣味の集まりに参加しましょう
- 最終的には1日6,000～7,000歩(1時間相当)以上を目標にしましょう

膝や腰に痛みのある方にはプールでの歩行がお勧めです。
身体の半分までの深さだと体重が1/2になり関節への負担が軽くなります。

心臓や呼吸について指摘されたことのある方や、膝や腰の痛みが強い方は、かかりつけの医師に相談して運動を始めましょう。

引用：厚生労働省ホームページより





メデイカル・レシピ

患者さんに提供している食事の中から、月に1回実施している箱膳のレシピをご紹介します。

炊き上がりにごまと三つ葉を加え、風味たっぷりのしらす干しの炊き込みご飯と、白身魚にピューレ状にした枝豆と玉ねぎのソースをかけたさわやかな彩りの初夏にピッタリの組み合わせです。



①じゃこごはん

【作り方】

- ①米は洗いざるに上げておく。
- ②しらす干しは熱湯をかけ軽く洗い塩抜きをする。
- ③油揚げは、油抜きし 0.5 センチ幅の千切りにする。
- ④人参は 2 センチ長さの千切りにする。
- ⑤①の米を炊飯器に入れ、調味料を加え、2.5 合の水位まで出し汁を入れる。
- ⑥②～④の材料を入れ平らにしスイッチをいれる。
- ⑦炊き上がったら、下湯で 1 センチ長さに切った三つ葉とごまを混ぜ合わせる。



ワンポイントアドバイス

しらす干しは日本人に不足しがちなカルシウムを骨ごとたっぷりと摂取できることと、その吸収を促進するビタミンDも多く含まれています。また炊き上がりに三つ葉とごまを混ぜ合わせることで、口ざわりが賑やかで食欲の進むごはんです。

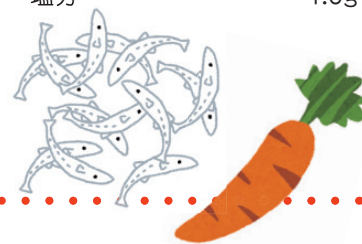
材料(4人分)

米	2.5合
しらす干し	20g
油揚げ	8g
人参	20g
三つ葉	12g
ごま	2g
薄口しょうゆ	小さじ2
みりん	小さじ1/2
だし汁	450ml

一人分の栄養価

エネルギー: 350kcal

たんぱく質	8.4g
脂質	2.0g
糖質	70.0g
食物繊維	0.7g
塩分	1.0g



②魚のムニエル 枝豆ソースかけ

【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枝豆ソースを作る。
枝豆と玉ねぎは下茹でし、水を加えミキサーにか
ける。



ワンポイントアドバイス

枝豆に含まれるビタミンB₁は、糖質をエネルギーに変換するときに必要なビタミンで、糖質の分解・代謝を促し疲労感を改善します。また枝豆と生クリームをピューレ状にしたソースはコクのある味とさわやかな彩りで活動的な初夏のメニューにぴったりです。

- ③鍋に②を移し火にかけ、バターを加え溶かす。コンソメ・ナツメグで味を調え、生クリームを加え火を止める。
- ④器に焼いた魚を盛り、ソースを添え、みじん切りのパセリを散らして出来上がり。

材料(1人分)

白身魚	50g(1切れ)
小麦粉	適宜
こしょう	適宜
枝豆(さやなし)	10g
玉ねぎ	20g
水	大さじ1
バター	1g
生クリーム	1g
コンソメ	0.5g
ナツメグ	少々
パセリ	好みで

一人分の栄養価

エネルギー: 112kcal

たんぱく質	11.4g
脂質	4.8g
糖質	4.0g
食物繊維	1.1g
塩分	0.3g





不眠症のくすり

不眠症とは、寝つきが悪い（入眠障害）、眠っても何度も目がさめる（中途覚醒）、朝早く目が覚める（早朝覚醒）、熟睡できない（熟眠障害）といった症状が続き、日中の眠気、疲れや種々の体調不良が起こる状態をいいます。



薬剤部 薬剤師
釘原 瑤子

睡眠薬の種類

- 1. 超短時間型** トリアゾラム（ハルシオン®）、ゾルピデム（マイスリー®）など
作用時間が2～4時間ほどの睡眠薬です。入眠障害のある方に使われます。作用時間が短いため、翌朝、眠気やふらつきなど（持ち越し効果）が残ることがほとんどありません。
- 2. 短時間型** プロチゾラム（レンドルミン®）、エチゾラム（デパス®）など
作用時間が5～10時間程度の睡眠薬です。入眠障害のある方、中途覚醒の症状がある方に用いられます。持ち越し効果はあまりありません。
- 3. 中間型** フルニトラゼパム（ロヒプノール®）、エスタゾラム（ユーロジン®）など
作用時間が約20時間ある睡眠薬です。主に中途覚醒、早朝覚醒などに用いられます。連用により蓄積され、日中の抗不安作用も期待されます。持ち越し効果が現れることがあります。
- 4. 長時間型** クアゼパム（ドラール®）など
起床後も長時間に渡って作用が持続します。日中の抗不安作用が強いので、早朝覚醒の改善と、日中の抗不安の両方の目的で使用されることがあります。持ち越し効果が現れやすいので注意が必要です。

以下の点にご注意ください。

- 長期使用、高用量での使用、種々の睡眠薬の併用により、効果が出にくくなることがあります。
- 連用した後で急に服用を中止すると強い不眠が現れることがあるので、中止する時には医師の指示のもと徐々に薬の量を減らしていく必要があります。

☆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。



（患者の声）（病院回答）

「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。



入院中において、笑顔のない態度の悪い看護師がいる。改善をして欲しい。
看護師はみんなマスクをしていて顔が分かりづらく名前と顔が覚えられない。



貴重なご意見ありがとうございます。ご指摘された件ですが、看護師の対応で不快な思いをさせてしまい深くお詫び申し上げます。不安な気持ちで入院されている患者の気持ちに寄り添うことができるように、今後は看護師の言葉遣い、態度など接遇教育を徹底して行ってまいります。なお、マスクの件につきましては、感染対策の一環としてマスクを着用して業務をおこなっています。顔や表情が分かりにくく、親しみを感じにくい面もありますが、名札を見せたり自己紹介したり、お声かけの際には態度やコミュニケーションがとりやすいよう努めていきたいと思っております。

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://kyusyu.jcho.go.jp>

メディカル NOW VOL.14 2017 年 7 月 発行

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