

Medical Now 2018 autumn

岸の浦だより

メディカルNOW

2018
10月

利
号

VOL.19

独立行政法人地域医療機能推進機構

九州病院

= 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。

「先天性心疾患診療にみる 胎児から成人までの トランジション」



小児科医長
宗内 淳



小児がん、先天代謝異常、重症新生児、発達障害、等々、数多の小児重症疾患の中で、先天性心疾患はこの30年の中で最も治療予後を改善させた疾患の一つではないでしょうか。心臓外科手術の技術的進歩はもちろん、胎児診断の浸透により早期治療が可能となったことやカテーテル治療による低侵襲治療の併用もまた、その予後改善に大きく寄与しています。そして、多くの先天性疾患を抱えた子供たちが大人へ成長してゆく中で尚、彼らが医療的ケア・サポートを必要としていることも事実です。小児の先天性心疾患に対する外科手術が可能な病院は限られますが、実際に患者さん全国各地で生活されているため、小児期から成人期への移行医療（トランジション）はそれぞれの地域が抱える問題として大変重要です。

1. 現在どのような心疾患が診断されているの？

昨年、当科で診断された心疾患の内訳を（表1）に示します。先天性心疾患の発生頻度は100～120出生に1人ですので、北九州市の出生数が年間約9,000人とした場合、90～100人の方が新たに先天性心疾患と診断されることになります。2017年に当院で新規診断した先天性心疾患は弁膜症も含めて139例で、この他にも福岡市都市圏や山口県・大分県などの近隣地域からも高度な専門治療を受けるために来院されます。

（表1） 当院で新規に診断された心疾患の内訳

先天性心疾患		弁膜症		不整脈		肺高血圧・心筋疾患		遺伝子・染色体異常	
心室中隔欠損	48	大動脈弁狭窄	4	WPW 症候群	3	肺動脈性肺高血圧	0	Down 症候群	7
心房中隔欠損	28	僧帽弁閉鎖不全	2	PSVT (除 WPW)	2	門脈性肺高血圧	0	Trisomy 18	1
動脈管開存	6	肺動脈弁狭窄	4	心房粗動	0	肥大型心筋症	0	Trisomy 13	0
大動脈縮窄・離断	3	末梢性肺 PS	11	QT 延長症候群	12	拡張型心筋症	0	無脾症候群	2
房室中隔欠損	2	三尖弁逆流	5	Burgada 症候群	0	拘束型心筋症	0	多脾症候群	0
Fallot 四徴症	6			CPVT	0	左室緻密化障害	0	22 q 11.2 欠失	1
肺動脈閉鎖 PAIS	3			特発性心室頻拍	0	ARVC	0	Williams 症候群	0
完全大血管転位	3			洞機能不全	0	急性心筋炎	0	Noonan 症候群	0
修正大血管転位	0			完全房室ブロック	2	川崎病	20	Marfan 症候群	0
両大血管右室起始	3					川崎病冠動脈瘤	1	CHARGE 症候群	0
総肺静脈還流異常	4					川崎病後心筋梗塞	0	VACTER 症候群	0
単心室	2								
左心低形成症候群	3								
三尖弁閉鎖	0								
Ebstein 奇形	0								
総動脈幹症	1								
AP window	0								
冠動脈異常	1								
計 113		計 26		計 19		計 21		計 11	

2017 年 1 月 1 日～12 月 31 日

2. 胎児診断の現状は？

胎児心疾患の診断は当院産科と連携し行っています。当院NICUへ入院した先天性心疾患児の中で胎児診断を受けていた方は約60%です。胎児診断の精度は高いものの、左心低形成症候群など生後間もなく治療介入が必要な疾患も未だ胎児診断がなされていない場合もあります。胎児診断により胎児期からその子の一生を踏まえた治療計画を立て、不安を抱えたご家族のご質問に丁寧にお答えします。

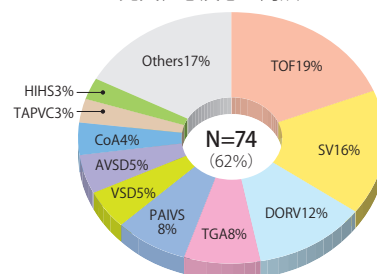
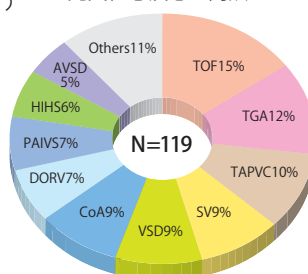


（図1）

NICUへ入院した
先天性心疾患の内訳

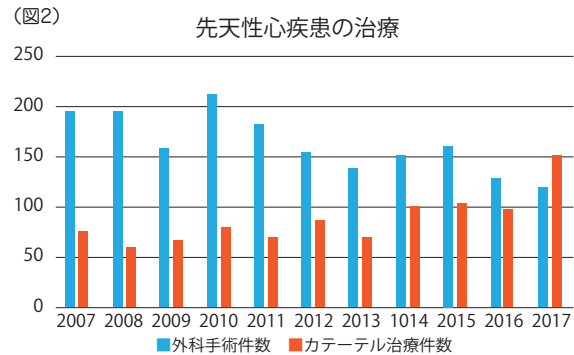
胎児診断がなされていた
先天性心疾患の内訳

TOF：ファロー四徴症
TAPVC：総肺静脈還流異常
VSD：心室中隔欠損
DORV：両大血管右室起始
HLHS：左心低形成症候群
TGA：完全大血管転位
SV：単心室
COA：大動脈縮窄
PAIS：肺動脈閉鎖
AVDS：房室中隔欠損



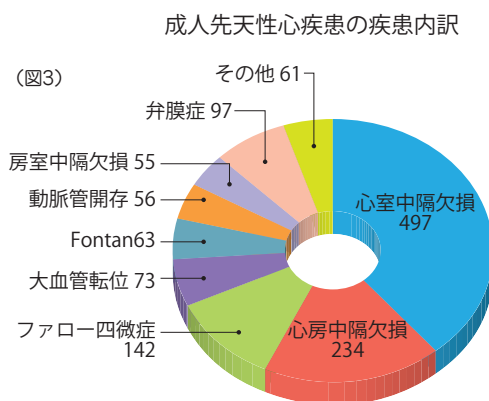
3. 外科手術とカテーテル治療の現状は？

先天性心疾患の外科手術件数とカテーテル治療件数の年次推移を(図2)に示します。心房中隔欠損症や動脈管開存症など単一の異常はカテーテル治療で修復できるようになり、カテーテル治療件数は増加の一途です。また複雑な先天性心疾患の手術が増加しつつあり心臓外科医はより高度な技術を要求されます。当院での先天性心疾患の生存率99.2%と高いレベルを維持しています。



4. 大人へ成長した後はどうなるの？

本邦では成人の先天性心疾患患者数は約50万人以上と累計され、当院でフォローしている約6,000名の先天性心疾患患者さんの内、実に1,400名の方は成人です。成人となった患者さんの疾患内訳は(図3)の通りです。心室中隔欠損症や心房中隔欠損症などは極めて良好な経過をたどりますが、ファロー四徴症や完全大血管転位症など少し複雑な疾患になると、術後20～30年の経過の中で不整脈や血管の異常などを起こすことがあり注意が必要です。また機能的単心室に対する最終手術であるフォンタン手術は、小児期に複数回の手術を乗り越え安定を得たとしても、その遠隔期に心不全、不整脈、肝線維症、蛋白漏出腸症、血栓症、耐糖能異常など多岐にわたる問題を抱えることが多く、永続した医療的ケアが必要です。対象者増加に応じたスムーズな移行のための専門チームの擁立が急務です。



常などを起こすことがあり注意が必要です。また機能的単心室に対する最終手術であるフォンタン手術は、小児期に複数回の手術を乗り越え安定を得たとしても、その遠隔期に心不全、不整脈、肝線維症、蛋白漏出腸症、血栓症、耐糖能異常など多岐にわたる問題を抱えることが多く、永続した医療的ケアが必要です。対象者増加に応じたスムーズな移行のための専門チームの擁立が急務です。

5. 先天性心疾患で相談したいときは？

小児循環器専門外来を火・金曜日に行っておりますので、地域連携室や小児科外来にご連絡いただければ予約診療致します。「以前、定期検診を受けていたけど最近全然病院へ行ってないから心配だな」など、ちょっとしたことでもお気軽に私たち小児循環器チームへご相談ください。



小児循環器専門外来		火・金曜日
連絡先	地域連携室・小児科外来 予約診療致します。	

～医療チームで退院支援～

国は、病気になり入院しても、住み慣れた地域で生活できるよう、また、地域における医療、介護関係機関が連携することで、切れ目のない必要な支援が受けられるようチームでの調整を推進しています。

入院が必要となった時から、次の医療や生活を多職種で検討し、その方らしい生活を選択していけるようサポートしていくのが退院支援です。

当院では、入院前から入退院センターを通して、専門職の医療チーム（医師、看護師、薬剤師、栄養士、ソーシャルワーカー、医事課）が必要に応じて関わり、入院診療に必要な情報の収集、内服などの確認を行い、療養中の安全に努めています。また、入院前から説明を行うことで患者さんの入院療養に対するイメージができ、安心感に繋がると考えています。

医療支援部
副看護師長
由美子

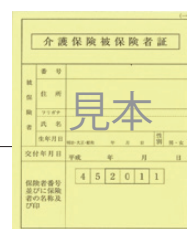
谷口



【入院時に持参ください】

●介護保険証（介護保険被保険者証）

介護保険証をお持ちの方は、医療保険証と一緒に提出いただいています。これは、介護度を確認し、退院後介護サービスの継続や見直しに必要な情報となります。



●お薬手帳

お薬手帳から今まで飲んでた内服薬を薬剤師が確認します。継続して飲む薬や治療上中止する薬はないか、医師が確認します。内服薬以外に点眼薬などもあればお知らせください。



●ケアマネジャーがいる方

入院時にケアマネジャーの名前、事業所をお知らせください。これは、入院早期にソーシャルワーカーまたは退院支援看護師と、ケアマネジャーが連携し退院後の生活準備を進めていくためです。

必要に応じて退院前に患者さん、家族と一緒にケアマネジャー、訪問看護師、主治医、看護師、リハビリ技士、薬剤師、ソーシャルワーカーまたは退院支援看護師などでカンファレンスを行い、継続する医療、看護を話し合います。



患者さんの意思を尊重し、患者さん、ご家族に寄り添った退院支援を行うことに努めています。



自然災害への備え

日本は、台風、大雨、地震、火山噴火、大雪など自然災害の多い国です。7月に起こった西日本豪雨は、皆さんも記憶に新しいのではないかと思います。災害から命を守るためには、自ら防災行動を起こすことが重要です。平成28年の台風10号による水害で、高齢者の被害が相次ぎました。そこで、高齢者が避難を開始する時期を明確にするために「避難準備情報」の名称が下記のように変更されました。避難の判断基準を参考にして、余裕を持って行動するように心がけましょう。

救急看護認定看護師長
村上 貴子



危険度	避難情報の種類と対応	
高 ↑ 低	避難指示（緊急） まだ避難をしていない人は、緊急に避難場所へ避難をしましょう。 	
	避難勧告 速やかに避難場所へ避難しましょう。 	
	避難準備・高齢者等避難開始 避難に時間を要する人（ご高齢の方、障害のある方、乳幼児など）とその支援者は避難を開始しましょう。	

また、災害が発生しても落ち着いた行動が取れるように、日頃から災害時の心構えを持ちましょう。事前の準備として、家族の連絡先や連絡方法を決めておきましょう。災害発生時は電話が殺到し、被災地域内では電話がつながりにくくなります。その時に活用できるNTTの「^い^ない171災害用伝言ダイヤル」の使用方法を確認しておくのもよいでしょう。

災害用伝言ダイヤル

171

の利用方法

☎メッセージを残す場合

1 171をダイヤルする

2 「1」（録音）を選ぶ

3 自分（被災地）の電話番号をダイヤル

4 メッセージの録音



☎メッセージを聞く場合

1 171をダイヤルする

2 「2」（再生）を選ぶ

3 被災地の方の電話番号をダイヤル

4 メッセージの再生



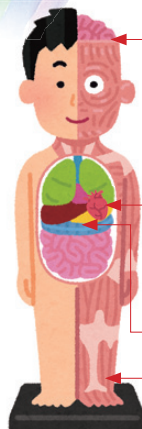


ちょこっとリハビリ

～運動習慣を身に付けて
動脈硬化を予防しよう～

動脈硬化とは…

動脈硬化とは、動脈の血管壁が老化して硬くなるだけでなく、血管の内側にも脂肪のかたまりがこびりついて血行が悪くなり、血液が詰まりやすくなる状態です。動脈硬化の血管は硬くなってひび割れた古いホースのような状態です。その中を脂肪や糖でドロドロになった血液が流れ続けると、血のかたまりができ、最悪の場合、血管が詰まったり、破裂したりします。（右記を参考に）



【動脈硬化により引き起こす疾患】

- ① 心臓／心筋梗塞、狭心症など
- ② 脳／脳卒中（脳梗塞、脳血栓）など
- ③ 足／末梢動脈疾患など
- ④ 大動脈／大動脈瘤、大動脈解離など



理学療法士
坂本 明穂

動脈硬化を予防するには食事、そして運動が重要といわれています。

そこで、今回は、“ご自宅でも可能なちょこっとリハビリ”をお教えしたいと思います。



① 有酸素運動

ゆっくりと深く多くの酸素を取り込むことで、より多くの脂肪を燃やすことができる!!

目標：一日一万歩（歩行）

頻度：週3回以上

時間：30～60分



② 筋力トレーニング

体力を向上させて
ロコモティブシンドロームや
介護予防を!!

【参考運動 例】

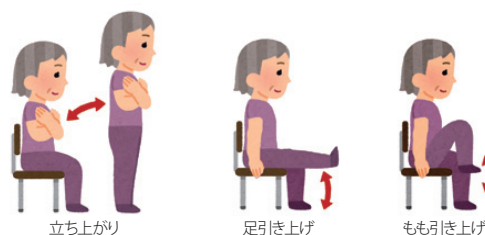
●立ち座り運動（スクワット）

260～300回/日

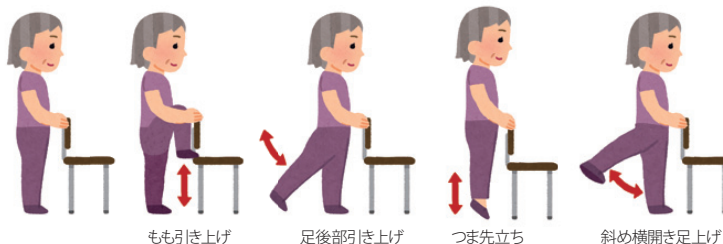
●つま先立ち運動

470～620回/日

座位



立位



引用：日本動脈硬化学会

普段から運動を継続しておこなう事が重要です。運動習慣を身につけて動脈硬化を予防しましょう。



栄養管理室 管理栄養士
大庭 久実

メディカル・レシピ

秋の旬の野菜をたくさん詰め込んだ料理です。
トマトや酢の酸味を効かせているので、少ない食塩でも
おいしく食べることができます。



①秋野菜のトマト煮

【作り方】

- ① かぼちゃは7mm厚さに切り4等分、れんこんは5mm厚さのいちょう切り、なすは1cm厚さの半月切り、たまねぎは半分のくし切り、にんにくはすりおろしておく。
- ② 鍋にオリーブ油と①を加え、火にかけオリーブ油に野菜を絡ませるように混ぜる。
- ③ トマトは湯むきし、種ごとつぶした後、塩と一緒に②に加え、全体的にトマトが絡まるように混ぜる。
- ④ 落とし蓋をし、汁気がなくなるまで煮込む。

ワンポイントアドバイス

水を入れずに、野菜の水分で煮込むことで、少ない塩分でも
おいしく食べることができます。

材料(1人分)

かぼちゃ	30g	にんにく	0.4g
れんこん	30g	トマト	80g
たまねぎ	20g	オリーブ油	1g
なす	20g	塩	0.3g

秋野菜が豊富に入っているの、食物繊維も多く、
様々な食感が楽しめます。



②春菊とくるみの酢の物

【作り方】

- ① 春菊は根を切り3cmの長さに切る。しめじは石づきを取り小房に分ける。春菊、しめじをゆで、水気を絞っておく。
- ② くるみは袋に入れ、麺棒で細かく叩く。
- ③ ②の調味料を混ぜておき、①とくるみと柚子皮を和える。

ワンポイントアドバイス

酢により春菊は色が変わってしまうため、食べる直前に調味料
と合わせましょう。

材料(1人分)

春菊	40g	酢	5g	④
しめじ	10g	砂糖	1g	
くるみ	2.5g	塩	0.2g	
柚子皮	1g	だし汁	10g	

ナッツ類に多く含まれるオメガ3脂肪酸は
コレステロールや中性脂肪を低下させる働きが
あります。





高血圧の薬

高血圧とは

血管の中を流れる血液が血管の壁に加える圧力のことを血圧といい、心臓から送り出される血液の量（心拍出量）や血管の硬さ（血管抵抗）が大きくなることで血圧が高く維持される状態を高血圧といいます。高血圧は自覚症状が少ない病気ですが、放っておくと動脈硬化が進み、脳卒中・心筋梗塞・慢性腎臓病などの病気を引き起こす可能性があります。



薬剤部 薬剤師
長谷川 真理子

●診断

収縮期血圧（最高血圧）と拡張期血圧（最低血圧）の測定値により診断されます。診察室での測定値が140/90mmHg以上、家庭での測定値が135/85mmHg以上で高血圧と判断されます。

●治療

治療の目的は血圧を正常にコントロールすることで合併症を予防することです。まずは食塩の摂取制限などの食事療法や運動療法、禁煙など生活習慣の改善を行った上で、十分にコントロールできない場合に薬の服用を開始します。1種類の薬で目標の血圧まで下がらない場合は、働きの異なる薬を組み合わせる場合もあります。



※**カルシウム拮抗薬**：血管収縮の原因となるCaが血管の筋肉へ入るのを防いで血管を広げる。

（例：アムロジピン、ニフェジピン、シルニジピン、アゼルニジピンなど）

※**利尿薬**：体の外へナトリウムと水分を出しやすくして体内の水分量を減らす。

（例：ラシックス（フロセミド）、ダイアート（アゾセミド）、アルダクトン（スピロラクトン）、サムスカ、フルイトランなど）

※**ACE阻害薬**（※1）：血圧を上昇させる物質（アンギオテンシンⅡ）の産生を抑える。

（例：レニベース（エナラプリル）、タナトリル、セララなど）

※**ARB**（※2）：血圧を上昇させる物質（アンギオテンシンⅡ）の作用を抑える。

（例：カンデサルタン、オルメテック（オルメサルタン）、バルサルタン、ロサルタン、ミカルディス（テルミサルタン）など）

※**β遮断薬**：心臓に作用して心拍数や心収縮力を低下させる。

（例：アーチスト（カルベジロール）、メインテート（ビソプロロール）など）

（※1）ACE阻害薬：アンギオテンシンⅡ変換酵素阻害薬 （※2）ARB：アンギオテンシンⅡ受容体拮抗薬

☆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。



整形病棟の看護師さんたちは、色々と尋ねにくかったです。前日の看護師とずいぶん違いました。目配せし合って迷惑そうな感じを受けました。休み（日曜日）だったから無愛想だったのでしょうか。家族としては、分からないから尋ねたり、お願いをしたりしているのですが迷惑なのでしょうか。



ご指摘のありました件ですが、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さま、ご家族の方の気持ちに寄り添うことができるよう、今後は看護師の言葉遣い、態度など接遇教育を徹底してまいります。貴重なご意見、ありがとうございます。



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.19 2018年 10月 発行

発行責任者：内山 明彦 編集者：山本 勇
制作：シヤブプリントファクトリー TEL (093) 922-6373