

メデイカルNOW

= 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)「病める人」と共に、相互理解と信頼を深め、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へ提供する。
- (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。
- (5)全ての職員がこの病院で働くことに誇りと生き甲斐を持ち、幸せを感じる事の出来る職場を作る。



独立行政法人地域医療機能推進機構





Happy New Year Medical Now 2021



新たな気持ちで迎える新年



院長
内山 明彦



新年明けまして おめでとらございます

令和3年を迎え、清々しい気持ちで新たな1年が始まります。ここでゆっくり立ち止まって、冷静に自分たちの立ち位置を考えてみることは必要かもしれません。

昨年の2月頃から本邦でも広まった新型コロナウイルス感染症ですが、当院でも様々な課題を実感してきました。詳細についてこの紙面では述べませんが、まだ当分は試行錯誤を繰り返しながら、院内感染を防止し、市中での感染拡大を抑えつつ、このウイルスと対峙していく生活が続くと思われれます。これまでの経験から、私たち一人ひとりが実践できる基本的な感染予防策(マスク、手洗い、3密を避ける、など)は分かっています。同時に感染拡大に至る危険因子(大人数での会食、飲酒時の会話など)も広く知られるようになりました。頭で分かっていることを上手く実行し、それほど極端な制限をかけなくても日々の生活を楽しく送る術を、時間の経過とともに身に付けていける。それが結果的に、皆さんの住んでいる地域全体の穏やかな安定につながると思います。

JCHO九州病院では、院内感染対策チームが先頭に立って、昨年春以降様々な感染防止対策の活動を行ってきました。当院は福岡県が指定した新型コロナウイルス感染症の重点医療機関ではありませんが、これまでに救急で搬送されてきた患者さんの中で、COVID-19陽性の方は複数名認められました。これからも気は抜けませんが、市内の感染状況を注視しながら、適切に感染防止対策を行い、この地域において当院が果たすべき役割、医療を遂行していくことが大切な柱だと考えています。

話は少し変わりますが、当院で昨年5月からスタートした大動脈弁狭窄症に対する経カテーテル大動脈弁置換術(TAVI)は、順調に症例数を伸ばしています。コロナ禍においても通常の診療は大切であり、必要な治療を適切に提供できるよう、これからも鋭意努力してまいります。本年もどうぞよろしくお願いいたします。



患者さんの思いをつなぐ



緩和ケア認定看護師
進藤 美舟

～福岡県地域緩和ケアパス『地域とつなぐ一言日記帳』のご紹介～



当院では、疾患の積極的治療と同時に、患者さんらしさや生き方・暮らしを大切にしたいと意思決定支援に取り組んでいます。新型コロナウイルス感染症拡大防止のため面会禁止となり、「家で家族と過ごしたい」と希望する患者さんやご家族が増えています。患者さんが大切にしていることを在宅チーム（往診医、訪問看護師などの医療・介護担当者）へ引き継ぎながら、患者さんらしく過ごせるように支援しています。

地域とつなぐ一言日記帳（以後、一言日記帳）は、がん治療を行う病院と在宅チームが患者さんの大切な情報を共有して緩和ケアに関するスムーズな連携の体制整備と、質の高い緩和ケア提供をするために作成されたものです。

◆内容の構成

- ①一言日記帳の説明
- ②困った時の連絡先
- ③わたしについて
 - ❖わたしのこと
 - ❖かぞくのこと
 - ❖わたしが大切にしたいこと(図1)
- ④よくある質問
- ⑤患者と家族と医療者が書き込む一言日記(図2)

❖わたしが大切にしたいこと

あなたが医療・介護担当者を知ってほしいと思うことを伝えてください。お気持ちが安ったら、書き直していただいてもかまいません。

自分らしく過ごすために、ご自分が特に大切にしたいと思っていることで、医療・介護担当者を知ってほしいことはありますか？
例：趣味や生きがい、できるだけ自宅で家族と一緒に過ごしたいなど

逆に、これだけはしたくない、してほしくないと思っていることで、医療・介護担当者を知ってほしいことはありませんか？
例：入院はしたくない、痛い検査はしないでほしいなど

心配なこと、気がかりなこと、困っていることはありますか？
例：家族のこと、仕事のこと、お金の心配など。

医師からの説明を一緒に聞いてほしい方はどなたですか？

お名前	ご関係	ご連絡先

からだがつらいなどの理由で自分の意思表示が難しい場合、どなたに（家族等）意思決定を任せたいですか？（上と同じ場合は、ご記入不要です）

お名前	ご関係	ご連絡先

図1 わたしが大切にしたいこと

一言日記帳の肝！

『わたしが大切にしたいこと』は
※患者さんの個性を引き出す問いかけです。

- 自分らしく過ごすために大切にしていること
- してほしいこと、してほしくないこと

※患者さんの療養について希望の問いかけです。

- 医療・介護担当者を知ってほしいと思うこと

患者さんの思い・意思を尊重！

●使用している患者さんからの声



「私のことを理解してくれて嬉しかった」
「これからのことを話し合うことは自分らしく生きるために大切であるとわかった」

『患者と家族と医療者が書き込む一言日記帳』

※日々の暮らし、体の様子、困りごとなど何でも書き込むページです。

●介護するご家族からの声



「思いついたときにメモできた」
「訪問看護師が記載内容について、いつも考えてくれて安心できた」
「初めての介護で気になることを家族間でも共有でき安心であった」

5患者と家族と医療者が書き込む一言(ひとこと)日記帳

わたし・家族 医療者・介護者

20×0年 0月 0日
日々の暮らしやからだの様子、お困り事など、何でもよいので書き込んでみましょう。メモ書きでも、どなたが書いても結構です。

からだ・気持ちの症状による生活の支障がとてもある・少しある・あまりない・全くない

20×0年 0月 0日
あまり書きたくない時は、「からだ・気持ちの症状による生活の支障」のところを、○で囲んでいただくだけでも結構です。

からだ・気持ちの症状による生活の支障がとてもある・少しある・あまりない・全くない

20×0年 0月 0日
家に帰るの不安な人 本人の名前：○○ 家の花だんの手入れができない事を気にされています。
書いた人のお名前 ☆☆病院看護師：△△

からだ・気持ちの症状による生活の支障がとてもある・少しある・あまりない・全くない

20×0年 0月 ×日
今日はいつもより調子がいい ○○ 洗濯しました。
まんじゅうを美味しく食べてました。今日はニコニコしてます。 家族の名前：☆☆ 訪問看護師：□□

からだ・気持ちの症状による生活の支障がとてもある・少しある・あまりない・全くない

年月日 血圧安定し、顔色も良い。

最近増減した薬剤の種類と内容(医療者記載)

おこりうることと対応:

図2 患者と家族と医療者が書き込む一言日記帳

この一言日記帳を使って、かかりつけ医やご家族と、あなたの思いや希望について話し合ってみませんか？一言日記帳は下記のQRコードよりダウンロードできます。ご活用ください。





在宅医療をご存じですか？



がん相談支援センター MSW
木村 円

通院が難しくなったときや、退院後、自宅等[※]でも医療を受けられます。

困ったときのために、前もって
かかりつけの医師やケアマネジャーと相談し、
色々な選択肢を見つけておきませんか？

- ☆ 介護サービスの利用についても
今から調べておきましょう！
- 要介護認定の申請場所は区役所、出張所、
地域包括支援センター、地域交流センター等
- ホームヘルパー等が自宅等を訪問し、
食事・入浴の介助や掃除・洗濯の援助等
を通じて、生活を支援する訪問介護
- 一時的に施設に入所するショートステイ

病院
診療所

- ケース 1 通院が困難となり、
通院から自宅等[※]での在宅医療へ
- ケース 2 病状が進むなどで入院し、
退院後に自宅等[※]での在宅医療へ

在宅医療
～自宅等[※]で受ける医療～

※ 例えば、年齢・疾患・病状によって、自宅の
ほか 高齢者住宅等のお住まいで、医療を受ける
ことも可能。



地域によって受けられるサービスが異なる場合もありますので、医師・ケアマネジャー等とも相談しましょう。

在宅医療を利用できる方（例）

通院が困難。
例えば…

- 難病などで療養が必要
- 慢性疾患などでできる限り家で過ごしたい
- たんの吸引などの医療処置が頻繁に必要

医師による在宅医療

訪問診療

計画的・定期的に、患者さんのご自宅などに医師が訪問し、診療を行います。

往診

急要の際などに、不定期に、患者さんのご自宅などに医師が訪問し、診療を行います。

かかりつけ医等は、ご本人の状態に応じ、適切なサービスを受けられるよう、他の医療従事者等へ指示を行います。

在宅医療で受けられる主なサービス

かかりつけ医等が自宅などでの療養が必要だと判断した時に、以下のサービスを受けられます。

訪問診療	通院が困難な方のご自宅に医師が訪問し、診療を行います。
訪問歯科診療・ 訪問歯科衛生指導	通院が困難な方のご自宅に歯科医師・歯科衛生士が訪問し、歯の治療や入れ歯の調整等を通じて食事を噛んで飲み込めるよう支援を行います。
訪問看護 [※]	看護師等がご自宅に訪問し、安心感のある生活を営めるよう処置や療養中の世話等を行います。
訪問薬剤管理 [※]	通院が困難な方のご自宅に薬剤師が訪問し、薬の飲み方や飲み合わせ等の確認・管理・説明等を行います。
訪問による リハビリテーション [※]	通院が困難な方のご自宅に理学療法士・作業療法士・言語聴覚士が訪問し、運動機能や日常生活に必要な動作を行えるように、訓練や家屋の適切な改造の指導等を行います。
訪問栄養食事指導 [※]	管理栄養士がご自宅に訪問し、病状や食事の状況、栄養状態や生活の習慣に適した食事等の栄養管理の指導を行います。

※医師の指示のもとで実施

〈お問い合わせ先〉 JCHO 九州病院 医療支援部 / がん相談支援センター



ちよこつとリハビリ

～増加している脳卒中！
しっかり予防しよう！～



リハビリテーション室 理学療法士
愛甲 真衣

・脳卒中とは…

脳卒中は頭の中の血管に起こる病気です。日本人の死亡原因の第4位、寝たきりになってしまう原因の第2位の病気です。脳卒中には、脳の血管が破れて出血する「脳出血」「くも膜下出血」と、脳の血管が詰まる「脳梗塞」があります。

●脳卒中の原因

脳卒中を引き起こす主な原因は動脈硬化です。その動脈硬化を招く要因としては高血圧症、高脂血症、糖尿病、喫煙などが挙げられます。

●脳卒中になると…

脳が受け持つ多種多様な心身機能の障害が出現します。例えば、半身の運動麻痺、感覚障害、意識障害、認知障害などです。

●予防するには…

運動や食生活などの生活習慣の見直し、日頃の血圧管理、最近では脳ドックで早期発見に努めることも可能となっています。今回は自宅でも出来る運動を紹介したいと思います。血圧を下げるのに効果的な運動は有酸素運動が推奨されています。有酸素運動の**運動強度はややきついと感じる程度**です。可能な方は**1日8000歩程度の歩行**、そのうち**20分程度のウォーキング(速歩)**や**サイクリング**を行いましょ。また筋力訓練も効果的であり、まずは下の図の運動を10回から始め、体力に合わせて回数を増やしていきましょう。高強度の運動は血圧が上がるので無理ない程度で行いましょう。

〈有酸素運動〉



〈筋力訓練〉

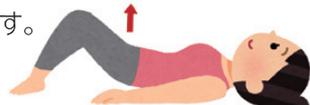


①腕伸ばし運動

手のひらを合わせて天井へ突き上げます。

②ブリッジ運動

膝を立てた姿勢からお尻を持ち上げます。



③膝伸ばし運動

膝をまっすぐになるまで伸ばします。



④太腿上げ運動

膝を胸に近づけるように持ち上げます。



⑤踵上げ運動

壁を支えながら踵を上げてつま先で立ちます。



●運動の効果

運動を行うことによって血管内皮機能が改善し、降圧効果が得られます。

●運動時の注意点

- 1 無理にのびしたり、反動をつけて行わない。
- 2 痛みがでたり、痛みが増す時は、速やかに中止する。



栄養管理室 主任栄養士
原 裕子

メデイカル・レシピ

おうち時間が増えた方やいつもの食材に少しアレンジを加えたい方に、
家にある食材で簡単にできるレシピを紹介します。



☆里芋とろとろグラタン



《作り方》

- 1 里芋はよく水洗いし、皮がついたまま耐熱容器に入れ、電子レンジで串がスッと通るまで加熱する。(600Wの電子レンジで9~10分加熱)
- 2 里芋の荒熱が取れたら皮をむき、フォークでよく潰す。
- 3 ベーコン、白ネギ、エリンギは1cm幅の薄切りにする。
- 4 フライパンに油を入れ、ベーコン、白ネギ、エリンギを炒める。
- 5 ②の里芋を加え、さっと炒め和える。
- 6 分量の牛乳と塩、こしょうを少々加え、とろみが出るまで煮る。
- 7 器に分け、とろけるチーズをのせて、チーズに焦げ目がつくまでトースターで焼く。



ワンポイント

里芋は秋から冬が旬の野菜です。里芋の粘りを活かして牛乳を加えれば、簡単ホワイトソースの出来上がりです。この粘り成分の「ガラクトン」や「粘液糖タンパク質の混合物」はコレステロールを下げる効果や免疫を上げる効果、便秘改善効果などがあります。

また、芋類の中でもカロリーが低い食材で100g当たり58kcal(さつま芋:132kcal、じゃが芋:76kcal)です。ダイエット中の方も安心。

〈材料:2人分〉

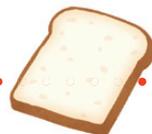
里芋	300g
(皮つき350g)	
ベーコン	40g
白ネギ	100g
エリンギ	50g
植物油	小さじ1
牛乳	200ml
塩	0.5g
こしょう	少々
とろけるチーズ	20g

〈1人分の栄養価〉

エネルギー	271kcal
たんぱく質	10.2g
脂質	14.1g
糖質	22.3g
食物繊維	5.6g
塩分	1.0g



☆フレンチトースト



《作り方》

- 1 食パンは1/4等分に切る。
- 2 卵、牛乳、砂糖を混ぜ、卵液を作る。
- 3 パットに②の卵液入れて、食パンを浸す(時間があるときは1時間ほど浸しておく)。
- 4 フライパンにバターを溶かし、弱火でじっくり両面を焼く。
- 5 器に盛り、お好みで粉砂糖、シナモン(分量外)をふって出来上がり。



ワンポイント

一見面倒なイメージですが、家にある食材だけで作れます。卵と牛乳を加えるので栄養バランスもばっちりです。朝食にするなら野菜のサラダや果物を添えたり、おやつにするならアイスやトッピングしたり、メイプルシロップやはちみつをかけてもいいと思います。

〈材料:2人分〉

食パン	2枚(6枚切り)
バター	10g
卵	1個
牛乳	100ml
砂糖	10g

〈1人分の栄養価〉

エネルギー	286kcal
たんぱく質	10.4g
脂質	11.2g
糖質	34.0g
コレステロール	121.5g
塩分	1.1g

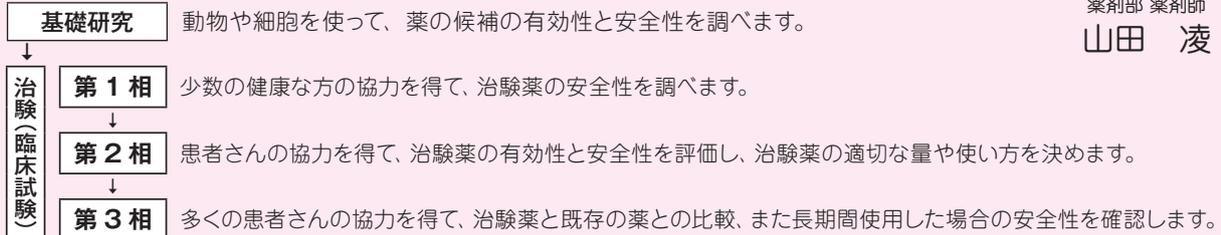


治験(ちけん)ってなに?

ひとつのくすりが誕生するには、長い研究開発期間を必要とします。その間、細胞や動物でさまざまなテストを繰り返し、有効性と安全性の評価を行います。そして、最後の段階でヒトを対象に行う試験が「治験」です。私たちが普段使用しているくすりも、このような治験によって有効で安全なのか確認されてきたもので、今後も医療の進歩には必要不可欠なものです。



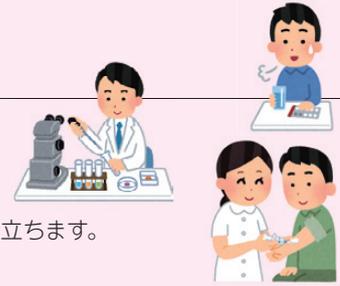
薬剤部 薬剤師
山田 凌



治験のメリットとデメリット

●メリットの一例

- ①最新の薬による治療をいち早く受ける事ができます。
- ②副作用などに素早く対応するため、通常より詳しい検査や診察が受けられます。
- ③一部の治療費や薬代、交通費等の負担がいつもより少なくなる場合があります。
- ④治験に参加されることにより、新しい薬の誕生や医療の発展、同じ症状の方の治療に役立ちます。



●デメリットの一例

- ①治験薬の効果や安全性の確認のために、診察や検査の回数が通常の治療より多くなる可能性があります。
 - ②日誌や記録を残す必要があり、負担が増えることもあります。
 - ③治験薬が見た目は同じだが有効成分を含まない薬(プラセボ)であったり、今まで知られていない副作用が発現する可能性があります。
 - ④有効性を評価するため、決められた日程での通院や薬の飲み方など治験で定められた細かなルールがあります。
- ※上記がすべての治験に当てはまるわけではありません。

☆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

※病院の各部署に寄せられたご意見、お褒め等の声を参考に改善、励み等にしていきたいと思えます。

(患者の声) (病院回答)



子どもの受診なのか(父・母・男の子)が外来待合いでの事です。

病院内に入る時は、マスクを着用するようスタッフに言われるが、入ってからは顎の辺りに下げたまま、スタッフは誰も注意しない。子どもは待ち時間が長くなるとぐずったりすることもあるだろうが、注意を促して欲しい。また中待合い室にある体重計に靴のまま上がった、手すりにぶら下がっている。それを父母は見て見ぬふり、すごく嫌な気分になりました。



この度は、不快な思いをさせてしまい、大変申し訳ありませんでした。コロナ禍において、院内感染防止のため来院されるすべての方にマスク着用を協力していただいている中、適切にマスク着用の私的指導ができなかった事はスタッフの対応不足と反省しております。スタッフの感染管理に対する認識に欠けていたとお詫び申し上げます。また小児科外来においては小さなお子さまの行動にも十分に注意を払い、親に対しても言葉かけするよう危険のないよう対応していきたいと思えます。今後もお気づきの点がありましたら、ご遠慮なくご指摘くださいますようお願い申し上げます。

「患者の声」お褒め等

胆石でお世話になりました。手術直後、数日間肩の痛みがひどく、不安になっていましたが、看護師さんをはじめ、担当の先生も何故そうなるかをきちんと調べて教えて下さり、「大丈夫ですよ、絶対によくなります!!」と言ってもらい安心しました。コロナで大変かと存じますが、頑張ってください。ごはんもお風呂も設備もとても快適でした。ありがとうございました。

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.27 2021年1月発行

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