

岩手県立大船渡病院広報紙

2013 秋 No. 5

けせん絆

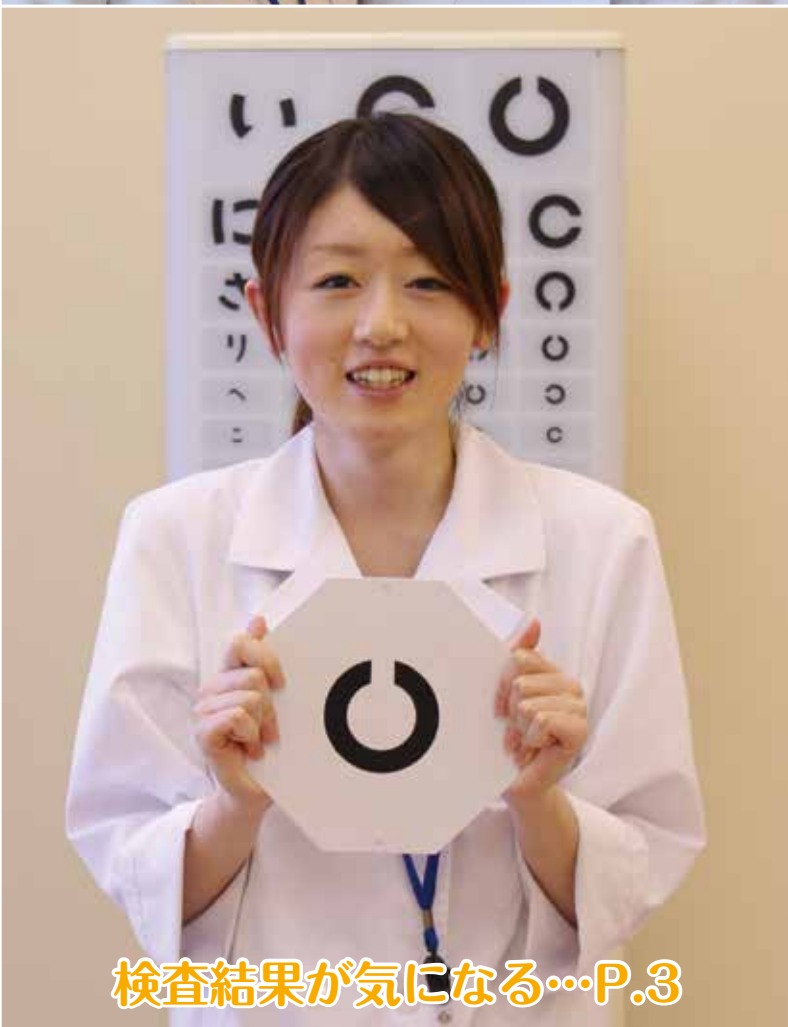
TAKE FREE

ご自由に
お持ちください

優しさと信頼のある医療の実現



ASOってどんな病気?...P.1 P.2



検査結果が気になる...P.3



お薬とレシピ...P.5



つばきの会って...P.6

身近な病気 A S O

「ASOって聞きなれないけど、身近なの？」と思った方も多いかもしれません。
ASOとは、簡単に言えば足の動脈硬化です。高齢化、食の欧米化により患者数は増加しています。
今回は、循環器科長 長沼雄二郎先生に「ASO」とは何か、ASOの治療には何が重要なのかお聞きしました。



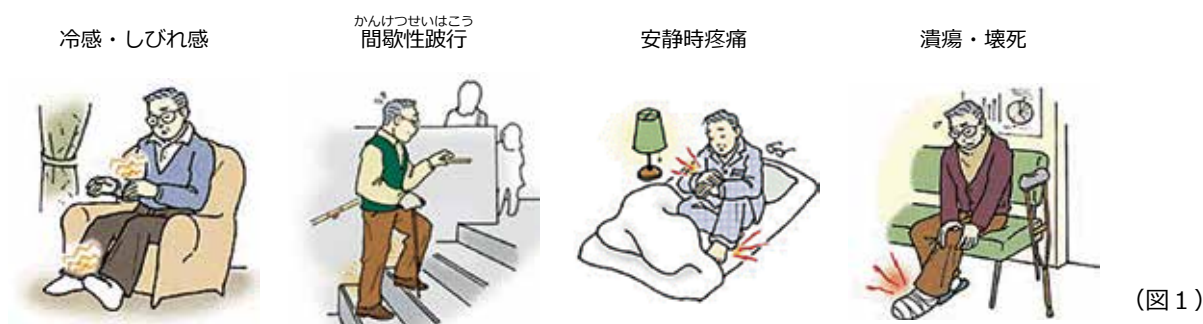
●ASO (エイ.エス.オー) はいつ治すの？ 今でしょ！

閉塞性動脈硬化症（略称：ASO）は足の血管が動脈硬化により虚血症状を呈する病気を言います。下肢動脈が狭窄・閉塞し血流が悪くなるために、足に冷感・しびれ感や歩行時・安静時の疼痛、さらに重症になると潰瘍・壊死を引き起こします。（図1）

●POINT 早期診断・早期治療が大切！

日常診療では、大多数のASO患者の病状は安定しており、わずか1～3%の患者だけが下肢切断などの重篤な経過を辿るため、適切な診断・治療を行えば決して怖い病気ではありません。

ASOの診断には、医療機関での問診・診察・検査が必要です。足関節上腕血圧比を測定し、造影CTで狭窄・閉塞病変を確認します。症状が足にみられるため、整形外科を受診される方も多いのですが、ASO診療は循環器科と血管外科が担当しています。



科研製薬株式会社閉塞性動脈硬化症（ASO）情報サイトより引用

●どんな治療法がありますか？

- ①運動療法
- ②薬物療法
- ③血行再建術（カテーテル治療、外科的バイパス手術）

それぞれの病態に応じて治療法を選択します。また、発症を予防するためには動脈硬化危険因子（喫煙・糖尿病など）の是正も重要で、禁煙指導は費用対効果が高いとされています。

●CLI（シー.エル.アイ）ってどんな病態？

重症虚血肢（略称：CLI）とは下肢虚血が進行し、安静時疼痛あるいは潰瘍・壊死を合併した状態を言います。すぐに血行再建術を優先すべきで、血行再建術が行わなければ創傷治癒遅延から下肢切断に至る可能性があります。CLIは『待ったなし』の病態であり、治療のタイミングはまさに『今』なのです。

血流不足の状態では潰瘍・壊死の創傷治癒は始まりませんが、血行再建術に薬物療法と感染・血糖コントロールを組み合わせることで、次第に傷は縮小して治癒が可能となります。

●チーム医療が必要！

ASO診療には血行再建術を行う循環器科と血管外科だけでなく、糖尿病代謝科・皮膚科・形成外科など複数科の連携が大切です。さらに看護師、臨床工学士、放射線技師の医療スタッフによるチーム医療が必要とされ、当院での診療体制づくりを進めます。ASO患者でお困りの際には是非ご連絡ください。



検査結果が気になる！

病院での血液検査の結果。コレステロールと中性脂肪を注意されたけど、どうのこと？ どうしたらいいの？



コレステロールは下げればいいの？

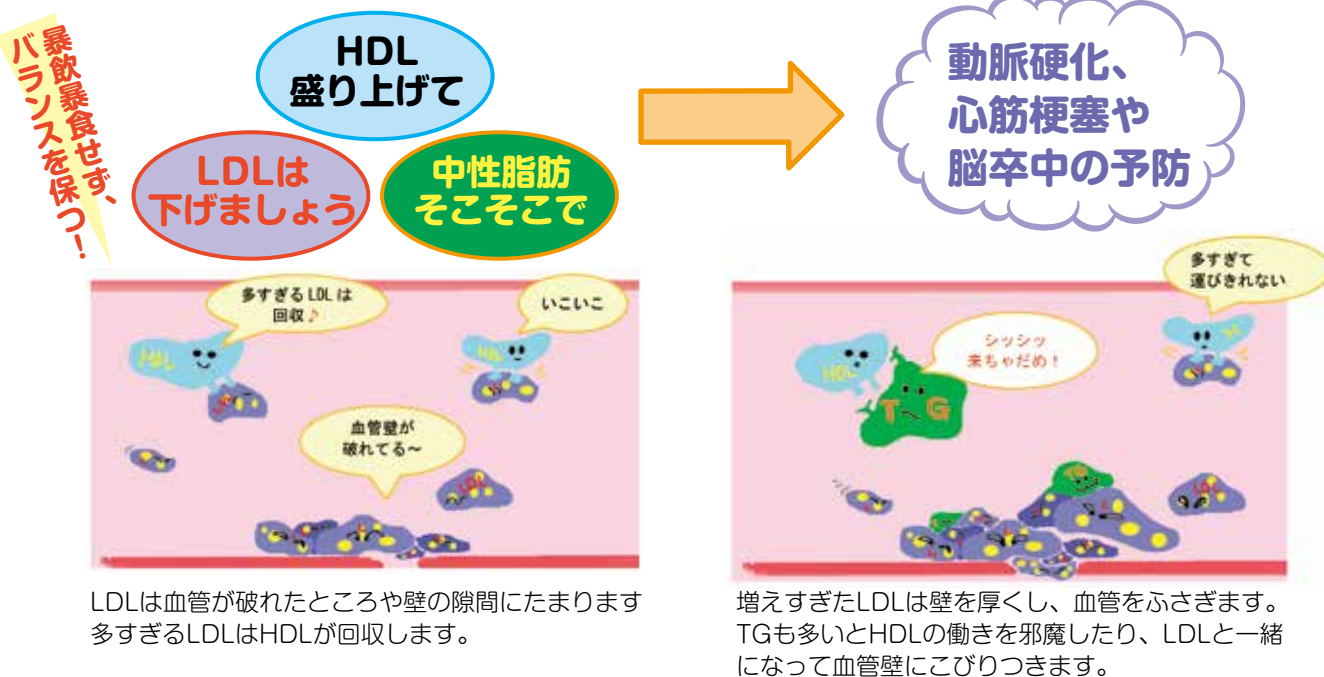
■コレステロールには 2 種類

コレステロールには、いわゆる「善玉コレステロール」といわれるHDLと「悪玉コレステロール」といわれるLDLがあり、細胞膜の成分やいろいろなホルモンの原料として体に重要な成分です。

LDL 悪玉	細胞の材料となる成分を血管壁まで運ぶ働き、多すぎると、血管壁の傷ついたところに集まり血管の壁を厚くしたり、破れたりする原因に!!
HDL 善玉	血管に付着したLDLを回収してくれるため、動脈硬化の予防につながる。

■中性脂肪も注意です

コレステロールとは別の脂質の一種に中性脂肪があり、トリグリセライド（TG）とも呼ばれます。通常は脂肪細胞に蓄えられ、必要に応じてエネルギーとして使われます。中性脂肪も増えすぎるとHDLの働きを邪魔し、LDLを増やす手助けをすることがわかってきました。この中性脂肪もまた動脈硬化の原因となるわけです。



平成24年院内がん登録集計結果

平成24年における、当院で新たに悪性腫瘍として診断・受診されたデータです。

■全症例数

566件（男306件・女260件）

■男女別上位 5 部位

順位	部位	件数	割合
1	結腸	50	16%
2	胃	44	14%
3	肺	40	13%
4	前立腺	29	9%
5	直腸	22	7%

男性

女性

順位	部位	件数	割合
1	乳房	54	21%
2	結腸	36	14%
3	子宮頸	21	8%
4	胃	19	7%
5	肺	16	6%

TOPICS

医療メディエーション研修会が行われました

平成25年9月7日に、大船渡病院の講義室で、講師に山形大学医学部総合医学教育センター准教授 中西淑美先生をお招きし『リスクとコンフリクトとマネジメント』—大切な人と人の絆のために—という題目で、講演会が行われました。

なんだかカタカナばかりで気が引ける、と感じた方も多いかも知れませんが、実は医療の専門的な講義ではないのです。たとえば、みなさんが喧嘩した時に感じる意見の食い違い。その食い違いを解決するにはどんな「考え方」があるか、それを医療の現場に置き換えるとどうか？といった「考え方」の講義なのです。

患者さんと医療者では観点が違います。それをどんな視点でものごとをとらえていくか考え直す良いきっかけになるのではないのでしょうか？医療者だけでなく市民の方も、興味のある方はぜひご参加ください。

※医療メディエーター…患者さんと医療者側との意見の食い違いが起きた場合、問題解決に導く仲介（メディエーション）役を指す。



ヘリポートが完成しました

この大きな建物に驚いた方も多いのではないのでしょうか？大船渡病院敷地内にドクターヘリや防災ヘリの離着陸場所となるヘリポートが完成しました。ヘリが離着陸するデッキの高さは8m、アルミニウム製のデッキ21.2㎡、デッキ部分の色は赤。これからヘリポートの本格運用が開始されます。

当院では従来、ドクターヘリの離着陸場所に盛川河川敷もしくは病院駐車場を利用していましたが、河川敷からは1kmほど離れており、河川敷からの移動に時間をとられていました。このヘリポートを運用することで、その移動時間が短縮されるとともに、内陸の病院への搬送がよりスムーズになります。

8月26日にはドクターヘリの訓練が行われ、9月14日には「救急の日」のイベントでヘリポートの見学会が開催されました。そして9月24日には防災ヘリによる訓練も行われ、いよいよ本格運用が始まります。

ヘリポート使用の際にはヘリポート施設周辺では進入禁止等の交通規制が敷かれるため、係員の指示、案内に従ってください。少しでも早く、そして1人でも多くの命を救うため、皆さまのご協力をお願いいたします。



知っていますか？ **病気**と**薬**。

季節性インフルエンザとは？

皆さんご存じの通り、季節性インフルエンザとは通常初冬から春先にかけて流行する感染症です。インフルエンザウイルスが原因となり、突然の高熱・喉の痛み・関節痛などが主な症状です。

◎ワクチンによる予防

10月頃からインフルエンザの予防接種の受付が始まります。『インフルエンザワクチンを接種すれば絶対にかからない』というものではありませんが、ある程度発病を抑える効果があり、症状の重症化を防いでくれます。また接種後から効果が現れるまで通常約2週間程度かかり、約5ヶ月間その効果が持続するとされています。

◎家庭での予防

- ・室内では加湿器などを使い適度な湿度を保つ。
- ・人ごみを避ける。
- ・栄養バランスの良い食事をする。
- ・休養、睡眠を十分にとる。
- ・外出時や人ごみの中に行く時はマスクをする。
- ・手洗いをしっかりと行う。

◎注意点

最近では、インフルエンザの治療薬も1回で終わるものや5日続くもの、点滴や吸入薬など色々な種類があります。医師、薬剤師から言われた正しい使用法で使ってください。

解熱後、最低2日間は自宅で療養しましょう。



岩手県立大船渡病院 薬剤科

大船渡病院栄養管理室特選!!

秋のほっこり簡単レシピ



超簡単 炊飯器で大学いも

材 料 作りやすい量 5.5合炊

さつまいも…2本（約800g）

はちみつ……大さじ4

しょうゆ……小さじ1と1/2

黒ごま……適量

はちみつ……大さじ2

（最後にまわしかける）

作り方

① さつまいもは乱切りにして、お釜に入れ水で洗い、水を切り過ぎない程度に切る。

② 上から蜂蜜、醤油をまわしかけ、ざっくり混ぜる。炊飯器のスイッチオン！

③ 炊き上がったら、追加の蜂蜜を加え、黒ごまをかける。

POINT

・自動でスイッチが止まらない場合は40分たったら確認を。

・かき混ぜるときの型崩れに注意！

さつまいもの栄養って？

- 各種ビタミン・ミネラル類・食物繊維が豊富
- 便秘解消だけでなく、血液中のコレステロールを低下させる作用や血糖値をコントロールする働き
- 大腸がん・高血圧・糖尿病などの成人病予防にも効果的！



アイスを添えてちょっぴり贅沢スイーツに…

気仙つばきの会



皮膚・排泄ケア認定看護師をしている佐藤由美子です。

私は主に褥瘡やストーマ（人工肛門、人工膀胱）の方のケアを行っております。
今回は当院にあるオストメイトの患者会「気仙つばきの会」についてお話しさせていただきます。

（オストメイトとは人工肛門、人工膀胱を持っている方々を云います。）

平成16年気仙地区のオストメイトの患者会として気仙つばきの会が発足されました。活動は、春に「気仙つばきの会」として集い、お茶を飲みながら、ストーマに対しての思いや近況など語り合い、同じ仲間との交流を深めております。秋には「社会訓練事業の講習会」として講義形式のストーマについての研修会を行っています。内容としては、市役所職員の方より福祉サービスについて、皮膚・排泄ケア認定看護師よりストーマケアや日常生活についてなどです。

院内や外来で告知しております。多くのオストメイトの方々に参加をお持ちしております。

気仙つばきの会と並行してストーマ外来をも開設されました。ストーマケアでお困りの方、定期フォロー、新しい製品の情報などを知りたい方などの受診を承っております。要予約ですが、診療科診察時にお声をかけていただいてもかまいませんのでお気軽にどうぞ。



住田地域診療センターだより

過日、消防・避難訓練を実施しました。

1階患者用男子トイレから出火との想定で、火災発見、通報、初期消火、館内放送、患者避難、鎮火報告といった内容による総合訓練としました。

事前打ち合わせは1回行い、副センター長以下ほぼ全員が集まり、自衛消防隊各班の役割と行動等について説明し本番に備えました。

訓練当日は、14時50分第1発見者である清掃委託職員の大きな叫び声で始まり、自衛消防隊長（副センター長）の指示による館内放送で各班がそれぞれの活動を開始し、患者さんを誘導して正面駐車場に避難するという一連の訓練を行いました。

訓練の結果としては、参加者全員がタオル等で鼻と口を塞ぎ、靴履き（サンダル等はNG）、そして素早い行動であったことなど、時折消防署から指摘される点はクリアしてあり、概ね良好であったと思っております。

また訓練には、先生方や医事、清掃委託職員も含め、当日勤務していた職員全員が参加をしたものであり、最後に一ノ瀬副センター長より、「非常時に備え、各人がそれぞれの役割を常に心がけておくことが大切である。」との講評により訓練を終了しました。

文責 事務 今野



当院の車いす用駐車区画の適正利用について

岩手県では、公共施設や商業施設などにある車いす用駐車場の適正利用を図るため、「ひとにやさしい駐車場利用証」を発行しています。

当院においても、**車いす用駐車区画を利用される方には、利用証を自動車に提示いただいております。**

当院の車いす用駐車区画の利用対象の方は？

下記に該当し、車いす用の駐車場を必要とする方です。（自動車を運転されない方も、下記に該当される方は含みます。）

- 障害者手帳を受けられている方
（※一部対象外となることがあります。）
- 介護保険で要介護1以上の認定を受けられている方
- 出産予定日前後12週の妊産婦の方

●難病のため特定疾患医療を受けられている方

●けが等で歩行困難の旨医師診断を受けられている方

※利用証の交付が必要な方は、沿岸広域振興局大船渡保健福祉環境センター（電話0192-27-9913）までお問い合わせください。



利用証をお持ちの方の優先駐車場の表示です。

大船渡病院の状況 | 診療活動報告

※数値は平成25年5月～25年7月の平均値による

○本院の状況

平均入院患者数 **309** 人/日 月末病床利用率 **65.2** %
平均外来患者数 **702** 人/日 平均在院日数 **16.9** 日

○救急センターの状況

救急患者数 **1,188** 人/月
救急搬送受入数 **205** 人/月



IWATE PREFECTURAL OFUNATO HOSPITAL
岩手県立大船渡病院

〒022-8512 岩手県大船渡市大船渡町字山馬越 10-1
TEL.0192-26-1111 FAX.0192-27-9285
URL:oofunato-hp.com Email:EA1002@pref.iwate.jp
編集・発行 岩手県立大船渡病院広報委員会