

こんには

vol.17

冬号

2018

病院と地域をつなぐ情報誌



周術期センタースタッフ 旭中央病院では、一部の外科手術患者さんを対象に手術前の準備を総合的にサポートする「周術期センター」を平成28年6月より開設。より安心・安全な周術期管理に向けた体制を強化しました。今回の医療最前線では周術期センターを特集します。

目次

- | | | | |
|---------------------------|---|------------------------------------|----|
| ▶ 病院長 新年ご挨拶 | 2 | ▶ かかりつけ医を持ちましょう 第17回
旭市・青葉クリニック | 9 |
| ▶ 医療最前線 vol.16
周術期センター | 3 | ▶ アクティビティレポート | 10 |
| ▶ やさしい医学講座 第17回
熱性けいれん | 8 | ▶ 病院からのお知らせ | 12 |

新年を迎えるにあたり

総合病院 国保旭中央病院 病院長 田中信孝



謹んで新年のご挨拶をもうしあげます。本年が、みなさんにとって、大変いい年になることを、心よりお祈り申し上げます。

我が国は、世界最高水準の平均寿命を達成し、超高齢社会を迎えていきます。100歳以上人口は6万人を超えています。人生100年時代の到来もすぐ傍にきているようにも思えます。みなさんにおかれましては、それぞれが、予防や健康づくりに精進され、健康寿命の延伸で長寿を実現されることを期待しています。

いま、社会保障の分野では、国民の一人一人が、地域の実情に応じて可能なかぎり住み慣れた地域で能力に応じて自立した日常生活をいとなむことができるよう、地域包括ケアシステムの構築に向けた取り組みが推進されています。そのシステムには、医療と介護が不可欠です。私どもも、昨年、全国自治体病院学会を主催した折、「医療がつくる地方創生～2025年、その先へ～」をテーマに掲げ、病院が将来を見据えて、積極的にまちづくりに関与していくことの重要性を議論しました。ここでの議論や提言を生かす形で、みなさんのお役に立っていきたいと思っています。

当院は、昨年3月より、地域医療支援病院になりました。「地域医療支援病院」とは、一次医療を担う「かかりつけ医」を支援し、身近な地域で完結した医療が提供できるように、専門外来や入院、救急医療など地域医療の中核を担う体制を備えた病院のことを指し、都道府県知事が2次医療圏に少なくとも1か所指定承認するものです。このため、「地域医療支援病院」である当院と、「かかりつけ医」との連携は、ますます重要性が増しています。

当院での治療が一段落し状態が安定されている患者さんには、「かかりつけ医」に、その後のフォローアップをお願いしています。また当院は、「かかりつけ医」からの依頼を受け、MRIやCTなどの検査を実施し、「かかりつけ医」からの紹介で、外来や入院に応需いたします。普段から診察してもらっている先生、すなわち「かかりつけ医」と当院の主治医が一緒になることで、患者さんに安心してより質の高い医療が提供できると考えています。初診の場合、一部の診療科を除き、原則として「かかりつけ医」からの紹介状を持参しての受診をお願いしています。みなさんのご理解とご協力をお願いするものです。

昨年、周術期センターを入退院センターに同居させることで、術前説明、指導、検査、処置等の入院前準備の便宜を一層はかることとしました。当面は限られた疾患の方でのご利用ですが、さらに拡大していく予定です。当院は、安全安心な医療提供のための取り組みに邁進いたします。本年もどうぞよろしくお願ひします。

旭中央病院で平成28年度1年間に行われた手術数は8477件。とても大きな数ですが、その1つひとつに対して安全で安心な手術が行えるよう、多職種が連携しながら一丸となって手術支援にあたっています。

一方、高齢化の進行や医療技術の進歩等により、手術の対象となる患者さんの数は増え続け、年間手術数は10年前と比較して約1000件も増加。患者さんの平均年齢も上昇し^[注1]、手術を取り巻く環境も一層複雑化、高度化しています。

そのような背景のもと、当院では一部の外科手術患者さんを対象に手術前の準備を総合的にサポートする「周術期センター」を平成28年6月より開設。より「安心・安全な」周術期管理に向けた体制を強化しました。

そこで今回は、センター立ち上げ時より運営に関わる外科 医長 小池大助医師と、9階西病棟兼周術期センター 茂木鈴枝主任看護師に、センターの役割や活動内容などについて聞きました。

Q. そもそも周術期センターの「周術期」というのは、どのような意味なのでしょうか。

小池 大助 医師(以下、小池) 手術だけではなくその前後、すなわち術前検査・入院・麻酔・手術・回復・退院までを含めた一連の期間を周術期と呼びます。当センターでは周術期の中でも主に手術前(術前検査～入院までの間)のケアを担っています。

Q. 周術期センターの対象は。

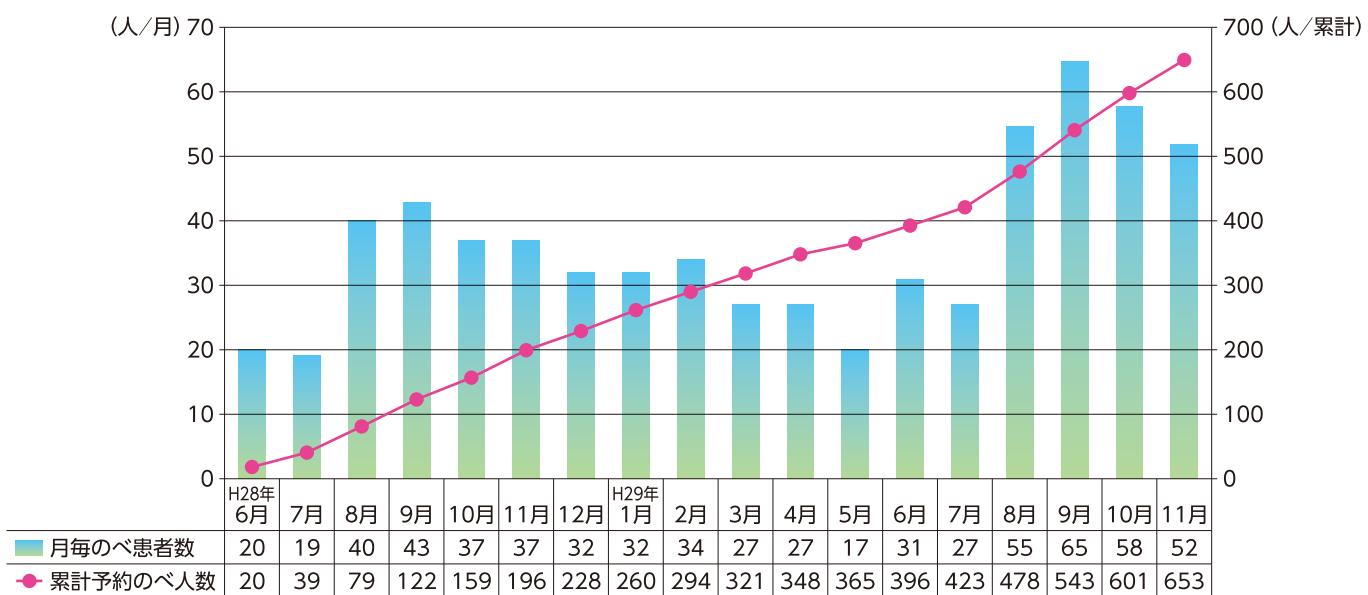
小池 当院では現在のところ外科の一部の患者さんのみを対象としています。周術期センターの取り組みを先行して始めている大学病院の事例な

どを参考に、徐々に対象を拡大していく方針としており、平成28年6月に胃がん、肺がんの患者さんに向けたセンターの運用を開始。その後、食道がん、平成29年8月より大腸がんに対する対象を広げております。今後センターの対象を他の疾患や診療科にも拡大していくよう検討を進めています【図1】。

Q. 周術期センターの体制とお二人のセンターへの関わりについて、伺います。

小池 周術期センター開設の約2年前に、渡邊三郎副院長を委員長として、多職種による準備プロジェクトが

【図1】周術期センター のべ患者数(平成28年6月～平成29年11月21日)



【注1】平成28年度の外科入院患者の平均年齢は65.9歳で、10年前と比較して約6歳、25年前と比べて約15歳(内科は同期間で約12歳)上昇(当院医事課調べ)。



外科医長
こい け だい すけ
小池 大助 医師

ご家族が安心・安全な手術を受けられるように、多職種が連携して、患者さんとともに手術前の準備を行う場所」です。手術前の準備自体は従来より実施されてはいるのですが、例えば

外科の手術を受ける患者さんは外科、産婦人科の患者さんは産婦人科、泌尿器科の患者さんは泌尿器科といたように各診療科の主導で別々に行われています。しかし病気の

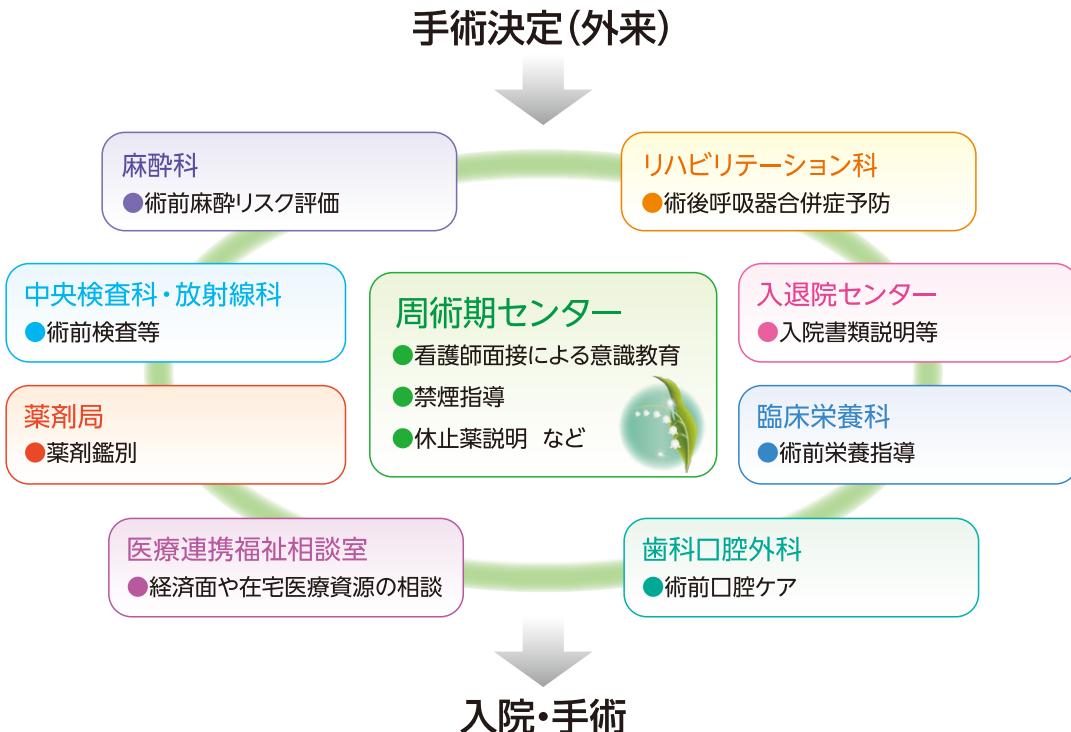
立ち上がったのですが、私は外科医として当初から参画しています。外科以外にも周術期管理に関わる多職種、麻酔科医、歯科医、リハビリ医、看護師（病棟・中央手術室・外来等）、栄養士、薬剤師、理学療法士、歯科衛生士、臨床検査技師、診療放射線技師、医療ソーシャルワーカー、医事課事務職員などが部署横断的に関わっています【図2】。

茂木 鈴枝 看護師（以下、茂木） 私もプロジェクト発足時から運営に参画しています。普段は外科病棟で入院患者さんのケアに携わっていますが、周術期センターの運営窗口である火曜日・木曜日は、周術期センター内で患者さんへの説明・相談業務等を担当しています。

Q.周術期センターの役割について教えてください。

小池 ひとつひとつと「患者さんと

【図2】周術期センター



小池 私はよく「身体の準備」と「心の準備」という言葉を使います。安全な手術、手術後の順調な回復・社会復帰のためには、手術そのものだけではなく、手術前の準備が極めて重要です。というのも手術というのは病気を治すことを目的に行われるものではあ

Q.手術前のケアがなぜここまで重要なのでしょうか。

小池 私はよく「身体の準備」と「心の

云々ではなく、手術の準備という視点で見ると必要な検査や確認事項などには共通項が多いのです。しかも

手術前のケアに関する知識はより高度化、複雑化しています。そのため、診療科単位で別々に行うのではなく、周術期センターという枠組みをつくり、あらかじめ必要なスタッフをそこに集約しておくことで、患者さんはセンターに来るだけで最良のクオリティの術前準備を効率的に受けれることが可能となるのです。

云々ではなく、手術の準備という視点で見ると必要な検査や確認事項などには共通項が多いのです。しかも



9階西病棟 兼 周術期センター
茂木 鈴枝 主任看護師

【図3】周術期センター受診時の流れ

時間の目安	場所	内容
約20分 ＊予約時間が決まっています	周術期センター	●本日の流れの説明
約40分	入退院センター	●必要な書類の説明
	薬剤局	●お薬の確認（薬剤鑑別） 薬剤師が現在飲まれているお薬の確認をします。薬の種類によっては手術前に一定期間の休薬や調整などが必要になることがあります。
約30分	レントゲン撮影室	●歯科レントゲン撮影 ●胸部・腹部レントゲン撮影（必要時）
約30分	血液検査室	●血液検査（必要時）
約45分	生理機能検査室	●心臓エコー検査（必要時）
	売店	●必要物品の購入
約60～90分	歯科口腔外科	●歯科医師による診察 ●歯科衛生士による指導 口腔内を清潔に保つことで手術後の肺炎予防になります。またグラグラした歯が、手術中や就寝中に自然脱落し、肺に入ると肺炎につながることがあるため、必要により手術前に歯科治療を済ませていただきます。
約60～90分	理学療法室	●術前リハビリ（必要時） 全身麻酔で肺の機能が落ちることや、傷の痛みで咳をしないことで肺の奥に痰がたまりやすくなるため、肺炎の合併症のリスクがあります。そのため、手術前から理学療法士が呼吸訓練や痰の出し方を指導します。また、手術後は早い段階でベッドから起き上がり、リハビリを開始することを伝えます。
約30分	周術期センター	●栄養指導 栄養士による栄養指導により、手術に向けて栄養状態を良好に保ちます。
約60～90分	周術期センター	●麻酔科来院日の決定 ●看護師面接

後日

麻酔科医診察:検査結果やこれまでかかったことのある病気・現在治療中の他の病気などを確認し、患者さんの全身状態を把握します。その上で一人ひとりの患者さんに最も安全と考えられる麻酔計画を立てます。また、手術後に起こりうるリスクを未然に防ぐために、追加の検査や循環器科、呼吸器科など他科の受診・治療を依頼することもあります。高齢者や複数の病気を併せ持つ場合など(高リスク症例)については、関係部署が集まり「ハイリスクカンファレンス」を開催。安全な手術に向けて、患者さんの症状や治療方針などの情報共有、意見交換を行います。

りますが、一方で悪い部位を取り除くためとはいえ、体の表面に傷をつけ、身体に必要な内臓が一部切除されるというのは、身体にとって大きな負担であることも事実なのです。そのため手術前の全身状態によつては、たとえ手術の原因となつた疾患は治つても、手術が引き金となつて免疫力が低下したり、「合併症」すなわち別の病気（肺炎、肺血栓塞栓症など）を起こしてしまつたり、手術後、元の状態まで回復できずに退院後の日常生活に支障が出てしまつリスクがあります。高齢の患者さんや複数の持病を



【図4】リハビリテーション科スタッフ

Q. 周術期センターでは具体的に、どのような支援を行っているのですか。

小池 手術2週間前までに全員に麻酔科医の診察を受けていただきますので、センターにはそれ以前にお越しいただくことになります。具体的な流れは【前頁図3】の通りです。

栄養指導やリハビリテーションなどを手術前に専門職が行う効果は非常に大きいと思っています。例えば初めて手術を受ける患者さんにしてみると、手術前というは何を食べたら良いのか、どのような食生活を送つたら良いのかわからないのは

Q・周術期センターでは具体的に、どのような支援を行っているのですか。

小池 手術2週間前までに全員に麻酔科医の診察を受けていただきますので、センターにはそれ以前にお越し頂くことになります。具体的な流れは【前頁図3】の通りです。

Q. 茂木看護師は実際にセンターで患者さんに説明を行ったり、相談を受けたりしていますが、センターができただことで患者さんにはどのようなメリットがあると考えますか。

茂木 患者さんの心の準備、不安を和らげるところ点でセンターがとても大きな役割を果たしているのかなと思っています。「不安で不安で仕方がないから話を聞いてほしく」という患者さんが来られることもよくあります。ここで患者さんと接するようになつて、手術を受けられることを決意

Q. 茂木看護師は実際にセンターで患者さんに説明を行ったり、相談を受けたりしていますが、センターができることで患者さんにはどのようなメリットがあると考えますか。

が入院時に病棟にいると安心すると
言つてくださる方も多いので、病棟と
周術期センターの兼務であるメリッ
トを生かしながら、患者さんの安心
につながる看護を今後も継続してい
きたいですね。

周術期センターで面談した看護師が入院時に病棟にいると安心すると
言つてくださる方も多いので、病棟と
周術期センターの兼務であるメリッ
トを生かしながら、患者さんの安心
につながる看護を今後も継続してい
きたいですね。

また、リハビリコアーションについても、手術前は身体をよく動かしておいていただいた方が良いのですが、身体を動かしてはいけないと考えて身体を休めてくる方が少なくあります。手術後につしても、患者さんは傷の痛みは我慢するものと思っておりれる方が多いのです。が、いまは痛み止めを上手に使ってリハビリを早期に行うことが推奨されています。セン

また、多くの患者さんは手術自体の不安だけでなく、手術の後に自分がどうなるのか、寝たきりになつたらどうしようか、どのくらい入院が必要なのか…といった不安を感じておられます。私は外科病棟で十数年勤務して、様々なケースを見てきましたので、経験を踏まえながらお話をさせていただくようにしています。

お持ちの患者さんが手術を受けられるケースも増えてる中で、手術による身体への負担(侵襲)から患者さん

無理もない」とです。実際、たくさん食べてこられる方もいらっしゃりますし、制限していく方もいらっしゃ

してから入院されるまでの患者さん
の道のりはものすごく長いのだなと
いうことをあらためて痛感していま

ちなみに当院の周術期センターの強みは病棟の看護師と中央手術室の看護師、両方が揃っているところだと思います。先行事例として見学した大学病院等では片方だけというとの意識もずいぶん変わり、術後の回復への好影響も少なくないと思います。

患者さんの不安が少しでも和らぐようサポートさせていただきますので、遠慮なくご相談ください。



【図5】周術期センター所属の看護師は計8名のローテーション



【図6】外科病棟 茂木主任看護師と中央手術室 廣井手術看護認定看護師(左)。

ころも多かつたのですが、病棟の話と手術室の話、どちらにもきめ細かく対応できるところは患者さんにとつて心強いことだと思います。【図5】【図6】

Q. 最後に地域住民の皆さんへのメッセージなどをお願ひします。

茂木 手術を受けるということは人生の中で、とても大きな出来事だと

安心・安全な手術のため、それぞれの専門性を活かしながら、患者さん一人ひとりと向き合います。

思います。何が心配なのか、不安のか、わからないけど「どうしよう」「こわい」、そのような方々に寄り添って、手をさしのべて、少しでも前向きに手術に臨んでほしいと思っています。そして、患者さんの安心・安全のために、スタッフ一同、全力でサポートさせていただきます。

小池 周術期センターでは、「安心・安全な周術期医療を提供する」を基本方針として各部門の力を合わせています。すべての手術の患者さんが、安心・納得して手術治療を受け、疾患を治し、そして手術の前の日常生活に当たり前に戻れる、そんな周術期医療が理想です。患者さんと一緒にこのような医療を実現していくたいと思います。患者さんは「旭中央病院で手術を受けたいな、手術を受けてよかつたな」と思われるよう努力しております。どうか安心して当院で手術をお受けください。

旭中央病院 周術期センター 基本情報 (平成29年12月現在)

- 運用日: 毎週火・木曜日
- 対象診療科: 外科
- 対象疾患: 胃がん、肺がん、食道がん、大腸がん
- スタッフ構成: 外科医、麻醉科医、歯科医、リハビリ医、看護師(手術室・病棟・外来)、栄養士、薬剤師、理学療法士、歯科衛生士、臨床検査技師、診療放射線技師、医療ソーシャルワーカー、医事課事務職員



やさしい 医学講座

第17回



お話し：小児科主任部長
ほんだ あきひと
本多 昭仁 医師



子どもの熱性けいれんに
について教えてください。

A

熱性けいれんとは38℃以上の熱が出た時に子どもに起きることがあるけいれん(ひきつけ)です。たいていは目を開いて手足に力が入りびくびくと震えがあり顔色が悪くなりますが、まれにぐったりとして体の力が抜けてしまうだけのタイプもあります。どちらの場合もけいれん中は意識がありません。ほとんどは2~3分で終わりだんだんと目が覚めています。わが子がけいれんしているのを初めてみた親御さんはとても驚き、このまま息が止まってしまうのではないかと心配になりますが、普通の熱性けいれんで呼吸や心臓が止まることはなく命にかかわる事はありません。

子どもが熱性けいれんを起こす確率は日本人では約7%、15人に一人ぐらいの確率です。起こす確率は人種によって違いがあり、日本人は多い方です。生後6か月から6歳までの子どもに多く起り、初めて熱性けいれんを起こした子どもの内、70%は一生に1回しかけいれんを起こしませんが残りの30%のお子さんは2回、3回と熱性けいれんをくり返します。

ちなみにてんかんとは発熱を伴わないけいれんを繰り返しておこす病気で熱性けいれんとは全く別の病気です。熱性けいれんを起こしたことのあるお子さんがてんかんになる事もありますがその確率はごく低いものです。

また脳炎などの神経の病気に伴って起るけいれんは熱があっても熱性けいれんではありません。

お子さんが熱性けいれんを起こした時に周りの大人が「しなくてはいけない事」と「してはいけない事」を当科で配布しているリーフレットからご紹介します。

何よりもまずあわてないでください。



しなければ
いけない事

- ①顔と体を横に向ける(呼吸が楽になり、吐いた場合には吐いた物がのどに詰まりにくい)
- ②衣服を緩める(けいれん中は呼吸が弱くなるので)
- ③時計を見て時間を図る(5分続いたら救急車を呼ぶ)



しては
いけない事

- ①口の中に物を入れる事(窒息の危険があります)
- ②きつく抱きしめる事(呼吸がいっそう苦しくなります)
- ③人工呼吸や心臓マッサージ(誤飲を誘発させたりしてかえって危険です)

熱性けいれんをくり返しておこしたり、一回の熱性けいれんでも長い時間続いたりした場合には熱さましとは別の座薬で熱性けいれんのくり返しを予防する方法があります。かかりつけの小児科の先生と相談してください。ちなみに熱さまし(解熱剤)では熱性けいれんのくり返しは予防出来ません。

‘かかりつけ医’を持ちましょう ~連携医療機関のご紹介~

ここでは、当地域の‘かかりつけ医’として、皆さんの身边にある医療機関をご紹介します。

第17回 青葉クリニック(旭市)

施設の特徴 医師2名が所属。身近なかかりつけ医としての役割に加え、院長の小林先生は日本消化器内視鏡学会認定内視鏡専門医として、消化器疾患の早期発見にも力を注いでおられます。



- 所在地：旭市イ4644
- 電 話：0479-60-5005
- 診療科：内科・消化器科・小児科・皮膚科



内科・消化器科・小児科

診療日・時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00-12:30	○	○	○	○	○	○	×
15:00-18:30	○	×	○	○	○	×	×

皮膚科

診療日・時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00-12:30	○	×	○	○	×	○	×
15:00-18:30	○	×	○	×	○	×	×

★：水曜日は、17:30まで

◆：土曜日の午前中は、9:00～14:00

休診日：日曜、祝日

院長：小林 裕子 先生 インタビュー



小林 裕子 先生

Q:これまでのご経歴や医師を志したきっかけから、お伺いします。

A:出身は旧海上町(現旭市)で、地元の公立中高から筑波大学に進学しました。18年間の大学病院・関連病院勤務、途中大学院での研究を経て、2004年に地元に戻り、当院を開業して13年になります。医師になりたいと最初に思ったのは小学校4年生頃です。当時の人気ホームドラマを見ていて「ああいうお医者さんになりたいなあ」と憧れたのがきっかけですね。

Q:大学病院では、何科をご専門にされていたのですか。

A:消化器内科、特に内視鏡です。私が大学を卒業した約30年前は内視鏡もまだ今ほど発達していなかったのですが、当時の筑波大には崎田隆夫先生【注】、福富久之先生という内視鏡で高名な先生がおられたので、手に技術を身につけていたこともあり、消化器内科の教室を選びました。ただ、筑波大学病院では他の多くの大学病院と異なりアメリカの制度を取り入れ様々な診療科をローテーションする6年間の研修医プログラムを導入していましたので、私も専門の消化器内科に進む前に皮膚科、放射線科、外科など幅広い診療科で病棟業務から小手術まで幅広く経験を積むことができました。現在かかりつけ医として地域医療に携わる中では特定の科に限らず全身を診ることが必要となる場面も多く、これらの知識や経験が活かされていると感じます。

【注】崎田隆夫先生：消化器内視鏡を開発・普及させ、また世界に先駆けて早期胃がんの診断学を確立させたパイオニア。

Q:先生が患者さんと接する上で、心がけていることは、どのようなことですか。

A:患者さんのお話をよく聞くことですね。患者さんのお話の中から病気が見つかることも少なくないですし、顔を見ながらお話をしていると、顔色の良し悪しや、太った・痩せたもわかります。

Q:貴院では胃カメラについても、高い技術による検査を行っていると伺いました。操作の秘訣は。

A:30年近く専門にしてきましたので、職人と同じで、手が覚えています(笑)。また診断についてもかなり細かいところまでみるようにしており、最低限の治療で済むぐらい早期の段階で見つけられるよう努めています。がん専門病院の先生方から「小さいのに見つけましたね」とお褒めいただくこともあります。ただ、当院では治療までは行っていませんので、検査の結果、治療が必要となった場合には、すぐ近くに旭中央病院があることで大変助かっています。

Q:お忙しい毎日だと思いますが、リフレッシュ法について教えていただけますか。

A:子どもの頃から手先を使う手芸が好きで、いまもカーディガンを編んでいます。あとは低い山の山歩きですね。年に1～2回ぐらいしか行けませんが、いい空気を吸っていい眺めを見て、いい筋肉痛になって帰ってくることで、リフレッシュできます。

アクティビティーレポート

① こども薬局

～第2回病院まつり～

旭中央病院の取り組みや活動をお知らせします



旭中央病院では、地域住民の皆さんとの交流を目指し、昨年9月23日に第2回目となる病院まつりを開催しました。当日は健康講座や健康チェック、展示・体験コーナー、施設見学ツアーをはじめ、子どもから大人まで楽しめる様々な催しが並び、院内はいつもと違った雰囲気の中、多くの参加者で賑わいました。

ここでは、出展の1つである「こども薬局」の企画・運営に携わった薬剤師 中嶋章人薬剤師に、出展内容や「こども薬局」にかける思いなどについて聞きました。

なかじま あきひと

Q 平成28年の第1回病院まつりに続いて2年連続の出展ですが、今回も子どもたちで大賑わいでしたね。「こども薬局」ではどのようなことが体験できるのですか。

A ラムネやアメなどのお菓子やジュースを薬剤に見立てて、調剤を体験していただきました。①受付を済ませたあと、②白衣に着替えて名札を作成し、記念撮影、③疑似処方せん交付、④錠剤調剤体験(ラムネ、アメ)、⑤水剤調剤体験(ジュース)、⑥軟膏調剤(ワセリン)、⑦薬剤師による最終鑑査、⑧記念写真付体験証明書交付、⑨体験アンケートで終了、という流れです。体験して終わりではなく、やり遂げた記録を形で残してあげたいという思いから、参加者には写真付きの体験証明書をプレゼントしています。

今回は地元小学校の運動会と重ならなかったので、前年(86人)より増えることも想定して準備しましたが、予想を超える180人の子どもたちが参加してくれました。前年参加されたお母さん方からの口コミ効果もあったようで、大変うれしく思います。

Q このような企画を考えたきっかけや目的は。

A 自分自身が昔から子ども好きだったこと、薬剤師として普段小児科病棟を担当していることもあります。子ども対象の催しを行うことで、多くの子どもたちに病院まつりに来てもらいたいと思ったことが企画のきっかけです。

「こども薬局」では調剤体験を通して、薬剤師の仕事を知ってもらうこと、興味を持ってもらうことを目標としていますが、アンケート回答では「薬が苦手だったけれども、今回の体験で頑張ろうと思った」といった嬉しいご意見もいただきました。水剤調剤はメスシリンダーから瓶に移し替える作業に時間がかかるため、参加者が滞留する場面もありましたが、保護者の方々に対する副次的効果として子どもと一緒に処方せんの確認から調剤、最終鑑査までを体験されることで、どのような作業に時間がかかるのか知っていただく機会にも繋がっているようです。

Q 普段は小児科病棟を担当しているとの話がありました。仕事で子どもと接する際に心がけている点について、聞かせてください。

A 当院では2013(平成25)年から薬剤師の病棟への配置が開始され、私は小児科病棟を含む2つの病棟の担当となりました。子どもの年齢によって児本人であったり、ご両親であったり、説明をする方の対象が変わってきますが、共通して心がけているのは、苦い薬を内服できたり、吸入できた時には「褒めてあげること」です。褒めることが子どもの頑張ろうという気持ちに繋がりますし、あたりまえのこととせず、褒めることは大事だと思っています。

Q 最後に、次回の病院まつりに向けての意気込みなどをお願いします。

A これから多くの方々に病院まつりに参加してもらえるように、こども薬局も様々な工夫を凝らしていきます。ぜひ病院まつりに来てください。よろしくお願ひします。



こども薬局の様子



薬包紙について子ども達に説明する
中嶋薬剤師

② 糖尿病教室

～糖尿病を正しく知り、上手に付き合うために～

厚生労働省が発表した2016年の国民健康・栄養調査によると、糖尿病有病者(糖尿病が強く疑われる人)は約1,000万人と推計され、1997年の初回調査時より5割近くも増加。糖尿病重症化予防の重要性が増す中、旭中央病院では多職種連携によるチーム医療の強みを活かし、地域全体に視野を広げた糖尿病改善活動に力を注いでいます。それらの取り組みの中から今回は「糖尿病教室」について、日本糖尿病療養指導士でもあるリハビリテーション科 野村良亮理学療法士に聞きました。

Q 糖尿病教室の対象者や内容について教えてください。

A 糖尿病と既に診断されている方を対象に、基本編・応用編からなる2日間のプログラムを毎週実施しています【表1】。当院受診中(内科以外含む)の患者さんはもとより【注1】、当院受診歴のない患者さんも地域のかかりつけ医の先生方からの依頼により広く受け入れています。糖尿病教室は集団指導の形を取っているのですが、かかりつけ医からの紹介患者さんに対しては最後に糖尿病専門医が1対1で面談の時間を持ち、今後のアドバイス等を直接行うほか、同様の内容は紹介元の先生にも後日紹介状の形で詳細に情報共有させていただいている。また、より多くの方に受講していただけるよう開催曜日も固定せず、週によって変えるようにしています【表2】。

【注1】受講には事前予約が必要ですので、担当医にご相談ください。



日本糖尿病療養指導士
糖尿病サポートチーム
院内糖尿病改善活動リーダー。
リハビリテーション科
のむら りょうすけ
野村 良亮 理学療法士

【表1】糖尿病教室スケジュール表(2日間コース)

講義内容(各20分)		担当者
基本編 ①	生活指導	看護師
	糖尿病食とは	栄養士
	ストレスとの付き合い方	看護師・臨床心理士
	糖尿病について	医師
応用編 ②	運動療法	理学療法士
	歯周病の予防	歯科衛生士
	糖尿病と薬	薬剤師
	糖尿病と検査 血糖測定器の説明	臨床検査技師
	病院食について(Q&A)	栄養士

【表2】平成30年3月 スケジュールカレンダー(予定)

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7 ①	8 ②	9	10
11	12	13	14	15 ①	16 ②	17
18	19 ②	20	21	22	23 ①	24
25	26 ①	27 ②	28	29	30	31

Q 医療機関で既に治療を受けられている患者さんに、わざわざ糖尿病教室まで足を運んでいただく意義はどのような点でしょう?

A 「糖尿病は自分で良くする病気」と言われております。手術を受けたり薬を服用すれば治療効果が期待できる病気と異なり、糖尿病は薬だけで治療することはできず、患者さんご自身が中心となって進める食事、運動、ストレスなどの生活習慣の見直しや改善が不可欠です。そのためには、まず患者さんご自身に糖尿病についての正しい知識を身につけていただくことが前提となるのですが、いま世の中には書籍、テレビ、さらにインターネット等を通じた医療情報が溢れている一方で、一般の方が情報を取捨選択すること、正しい情報を得るのは容易ではないとも感じています。糖尿病教室では、我々から見て必要だと思うものを講義内容として組み入れながら、医学的に正しい情報を伝えていますので、糖尿病と診断された方には正しい情報を収集する場として糖尿病教室をぜひ1度は受けていただきたいと思います。

(→次ページへつづく)

糖尿病教室～糖尿病を正しく知り、上手に付き合うために～

Q 具体的にはどのようなことが学べるのですか。

A 私は理学療法士として「運動療法」という項目を担当しています。運動がもたらす効果についてまず説明します。次に運動の種類や強さ、頻度、運動の継続時間、効果的な時間帯について説明します。患者さんの体の状態も人それぞれ違いますので、その人に合った運動療法や注意点を学ぶことが出来るよう心がけています。

Q 当院の糖尿病教室の長所は。

A 項目が充実している点です。他の病院でも糖尿病教室を行っているところはありますが、2日間にわたってこれだけ多彩なプログラムを提供しているのは当院ならではだと思います。糖尿病の治療は多岐にわたる取り組みが必要ですが、当院では専門職が充実しており、糖尿病教室においても様々なご質問などに対応致します。当院では37名もの日本糖尿病療養指導士が在籍しています(全国でも6位の人数です!)【注2】。

【注2】2017年12月現在

Q 住民の皆様にメッセージをお願いします。

A まずは簡単なことから始めてみましょう。近くを歩いてみたり、エスカレーターではなく階段を使ってみたり。それは健康な人でも同じことができます。

病院からのお知らせ

1 第64回「市民健康講座」のお知らせ～高めよう健康意識～

「市民健康講座」を、下記の要領にて開催いたします。皆さんのご参加をお待ちしています。

●日時 平成30年3月10日(土) 14:00～16:00

●場所 旭中央病院 本館3階「しおさいホール」

●内容 講演1 栄養に関する内容：栄養科科長 坂井厚夫管理栄養士

講演2 泌尿器がんに関する内容：泌尿器科部長 島敬之医師

●参加費・申込み 不要。どなたでもご参加いただけます。

※詳細は決まり次第、ホームページや院内掲示等でお知らせいたします。

2 広報誌「こんにちは」のバックナンバーは当院ホームページでご覧いただくことができます

病院と地域をむすぶ広報誌「こんにちは」は、本号で第17号を迎えました。

今後も、当院で行われている医療の最新情報、病気の予防や健康増進に関する知識、当院の取り組みなど、地域の皆さまのお役に立てるような情報をお届けしてまいります。最新号の他、バックナンバーも、当院ホームページでご覧いただくことができます。

「こんにちは」へのご意見・ご感想をお寄せください

当広報誌へのご意見・ご感想は、病院内の「ご意見箱」、または広報患者相談課 (FAX: 0479-62-7690／メール: kouhou@hospital.asahi.chiba.jp)までお寄せください。春号の発行は2018年4月を予定しています。

こんにちは 2018年1月
vol.17

発行者: 地方独立行政法人 総合病院 国保旭中央病院
発行責任者: 田中 信孝
医療監修: 渡邊 三郎



地方独立行政法人

総合病院 国保旭中央病院

千葉県旭市イ-1326番地 ☎(代)0479-63-8111 www.hospital.asahi.chiba.jp

病床数: 989床	診療科数: 40科	1日平均外来患者数: 2,555人 (2016年度)
年間救急受診者数: 約48,000人 (2016年度実績)		