



## 奨学金制度のご案内

当院では、看護師・助産師・保健師養成学校に入学を予定される方、在学中の方で卒業後に当院で働くことを希望される方を対象に、奨学金制度を設けております。是非この制度を利用し、自分の看護師になるという夢をかなえてみませんか。また、お知り合いの方で奨学金制度の利用をご希望の方がおみえになられましたら、是非ご紹介ください。

お気軽にお問い合せください。

(058) 388 - 0111 (代)  
E-mail jinji@matsunami-hsp.or.jp 担当：人事部 林



## 講習会・イベントのご案内

### 第70回 開放型病床カンファランス

医療関係者向

日時：9月13日(木) 20:00~21:30 場所：松波総合病院 3階講堂  
テーマ：『女性の下腹部痛 ~外科と婦人科の立場から~』  
講師：松波総合病院 内分泌臨床研究センター長 今井 篤志先生  
松波総合病院 副院長 兼 外科部長 小林 建司先生

### 第83回 すこやかネットワーク

医療関係者向

日時：9月19日(水) 19:00~20:00 場所：松波総合病院 3階講堂  
テーマ：『認知症の診断と治療 その2』  
講師：松波総合病院 回復期リハビリテーション病棟部長 川口 雅裕先生

### 第10回 岐阜南NST研究会

医療関係者向

日時：9月27日(木) 18:30~20:00  
場所：松波総合病院 3階講堂  
テーマ：『在宅要介護高齢者の望む暮らしを支える栄養支援の可能性と限界』  
講師：在宅栄養支援の和・愛知 管理栄養士・介護支援専門員 奥村 圭子先生

## かかりつけ医院のご紹介



## 羽島市 足近町の 小田内科

内科 小児科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前8:30~12:30	○	○	○	○	○	○	—
午後4:30~ 6:30	○	○	○	—	○	—	—

休診日 日曜日・祝日  
〒501-6207  
岐阜県羽島市足近町  
1丁目41番地の1  
☎ 058-392-1225  
FAX 058-391-7728

院長：小田 政行

私は、昭和57年より羽島市の北の端で内科・小児科を標榜して開業いたしました。以来ここで約30年間地域の患者さまと過ごして参りました。私の地域医療の精神は、恩師、早瀬正二先生よりお教えいただいた“三つの納得”という言葉がささえてあります。この言葉を大切に診療をしています。

患者さまと  
病院をつなぐ  
かけはし  
No.155  
MATSUNAMI

# まつなみ

2012

9

発行  
社会医療法人  
蘇西厚生会

## Clinical Talk

### 透析合併症の予防と早期発見 その2

## 閉塞性動脈硬化症とフットケア

### 急増している閉塞性動脈硬化症(ASO)

近年、透析患者さまの高齢化や透析の長期化、また糖尿病の腎臓障害で透析をされる患者さまの増加により、足の動脈硬化である「閉塞性動脈硬化症」を合併した患者さまが急増しています。閉塞性動脈硬化症による足病変は初期には気づきにくく、また、どこの病院に行ってもよいかかわらず、早期発見が遅れて足の切断を余儀なくされる方も少なくありません。足を切るというのは患者さまはもちろんでしょうが、医師も大変つらいものです。足のトラブルを早く見つけ、早く治療すれば、多くの足を、そして命を救えるのではないかと。そうした考えから10年前に「日本フットケア学会」を立ち上げ、重篤な足病変に有効なフットケアの普及に努めています。

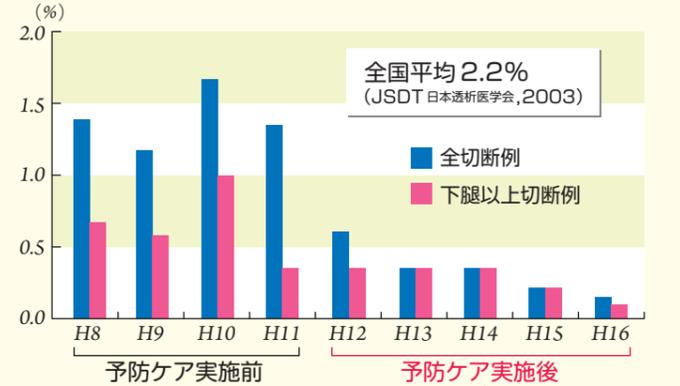
### なぜ、早期からのフットケアが重要なのか？

閉塞性動脈硬化症では、足の動脈が狭くなったり、詰まったりした結果、血液の流れが悪くなり、足が冷たい、しびれる、間欠性跛行(歩くと足が痛み、しばらく休むと治る状態)などの症状が出てきます。しかし、透析患者さまはあまり動かず、外出も少ないので、間欠性跛行のような虚血症状も自覚しにくい状態にあります。さらに糖尿病のある方は痛みやしびれの感覚が鈍くなるため、傷や火傷に気づかずにいることもあります。体の免疫力も弱くなっているため、はじめは小さく浅い傷であっても、短期間のうちに悪化し、最悪の場合、足の潰瘍や壊疽を起こして、足を切断しなければならぬこともあります。足切断は生活の質が大きく損なわれるだけでなく、生命予後にも重大な影響を及ぼします。そうならないためにも、我々医療者や近親者が足の観察をして、患者さま自身では見ない、見えない、気づかない足のトラブルに早く気づいてケアをしてあげることが最も重要になります。足は心臓のように大がかりな検査は必要ありません。患者さまの素足をさわって皮膚の色や温度をチェックし、「冷たい」



傷の原因になりやすい爪を切る、かかとの角質を処置する、傷が見つかったら小さいうちに治療するなど、定期的なフットケアを行うことで足病変の芽を摘み取ります。

### 【前任地の病院における下肢切断の年次推移】



フットケアを含めた予防ケアを行うようになって、下肢切断例が減少したことがわかります。

「足の指の色がおかしい」などの症状があれば、足の動脈がつまっている可能性があります。また、腕と足首の血圧を測り、腕より足首の血圧が低いときは足に動脈硬化が起こっていることがわかります。こうした視診や触診、検査で閉塞性動脈硬化症の疑いがあるときは、超音波、CT、MRIなどでさらに詳しく調べ、治療に繋げていきます。

### 足を守って、命を守る。

閉塞性動脈硬化症の治療では、初期の場合は運動療法と薬物療法が選択されます。これらの方法で改善しない場合、あるいは重症化している場合は、カテーテルによる血管内治療またはバイパス手術で血行を良くします。そこに運動療法や薬物療法を組み合わせれば、足の切断は大幅に減らすことができます。動脈硬化は全身の病気ですから、足の血行障害は心筋梗塞や脳卒中を予知する重要なサインにもなります。足病変がみられる方は、できるだけ早く適切な診断と治療を受けることが大切です。

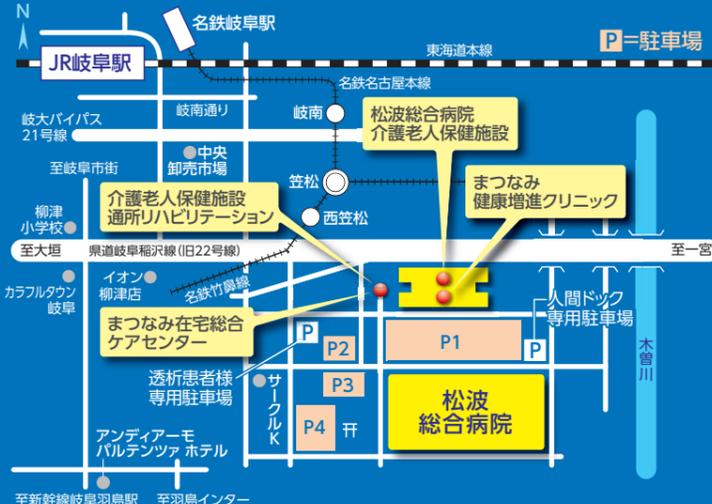
### 熊田先生からメッセージ

足は自分を支えてくれる大事なものです。皆さんも、ときどきはさわってあげて「冷たい」とか「痛みやしびれがある」「傷が知らないうちにある」ということがあれば、すぐに循環器内科、あるいは血管外科の医師にご相談ください。



松波総合病院 心臓血管外科センター長 熊田 佳孝

心臓血管外科医として多くの手術を手がける傍ら、2003年には「日本フットケア学会」を立ち上げ初代理事長を務めるなど、フットケアの正しい知識と啓発・普及を目指して精力的に活動。



### 遠方よりお越しの方



お気軽にお問い合せください。

☎ 058-388-0111  
http://www.matsunami-hsp.or.jp/



当院は、病院内・敷地内全面禁煙です。皆様方のご理解とご協力をお願いします。

松波総合病院 〒501-6062 岐阜県羽島郡笠松町代185-1



【シリーズ第3回】  
感染管理認定看護師 文字 雅義

### 患者さま、来院者、病院職員 すべての人を感染症から守る。



感染症は細菌やウイルス、カビなどの微生物が人の中に入り込んで増殖することで起こる病気です。病院はたくさんの病気が集まる場所だけに、さまざまな菌が活発に活動し、免疫が低下した患者さまが感染しやすいというリスクが潜んでいます。感染管理認定看護師の役割は、患者さま、来院者、職員など、病院に関わるすべての人をこうした感染症から守ることにあり、そのための効果的な予防および管理を行っています。日常的な活動としては、院内で検出される病原菌のデータ収集を毎日行い、感染対策のプログラムに活用しているほか、全病棟を巡回して、スタッフの手指衛生が適正に行われているか、点滴などの薬剤を詰める作業が適正に行われているか、カテーテルの先が床についていないかなどを細かくチェックします。こうした日々のチェックはかなり厳しくやっており、改善が必要であれば、その場で個別に指導します。

### 感染対策チームと力をあわせて、 院内感染対策を実践。

感染防止はひとりではできません。そのため、院内感染防止マニュアルの改訂や、感染対策の最新情報の提供、感染担当者への直接指導や新規採用者研修の実施など、病院の全職員に教育・指導を行って、感染防止の知識や技術を伝えるように努めています。また当院には、医師、薬剤師、看護師、臨床検査技師、リハビリスタッフなど多職種からなる「感染対策チーム」があります。私自身もその一員ですが、チームではメンバーそれぞれの専門知識と技能を持ち寄り、患者さまと職員を院内感染から守るための活動をしています。また、院内に感染症が発生した時はチーム一丸となって迅速に対応し、院内感染が広がることを防いでいます。

### 地域全体の感染対策の向上が、 感染症発症の予防につながる。

私が感染管理認定看護師をめざしたきっかけは、感染対策チームのリーダーでもある小林建司先生（当院副院長 兼 外科部長）の影響が大きいと思います。先生の感染管理に対する知識や意識の高さに感化され、私も感染管理について深く学びたいと思うようになりました。私は認定看護師になって1年10ヶ月となりますが、今では職員の皆さんが顔を覚えてくれたり、医師や看護師から相談を受けたりと、院内の感染対策に対する意識が高まってきたことを実感しています。これからも、不必要なものを省き、必要とところにコストをかけるなど、病院の費用対効果も考えながら、院内の感染対策をしっかりやっていきたいと思っています。同時に、感染対策の相談窓口を設けたり、感染対策に取り組む他院のスタッフと連携を図るなど、地域全体で感染対策を推進していきたいと考えています。そのためには、第2の感染管理認定看護師を育てるのも、私の大事な役割です。



「手指衛生」は感染管理の基本。病院に関わる全ての人が正確に実施すれば、ほとんどの感染を防ぐことができます。



▲白く光っている部分が蛍光塗料です。



### 村瀬理学療法士の リハビリまめ知識

### 転倒しにくい身体を 作りましょう。

最近、小さな段差につまずきやすくなったり、ふらつきやすくなったりしていませんか？筋力は、年齢と共に徐々に低下していきます。65歳になると、20～30代に比べ、約30%筋力が低下するといわれています。手と脚では、脚の筋力の方が低下しやすく、その中でも、体の中心に近い部分（太ももなど）の筋力が先に低下するといわれています。脚の筋力が低下すると、「歩行や階段を昇る際に脚が上がりにくくなる」、「バランスを崩した際に踏んばれなくなる」ということが増え、転倒する危険が高くなります。筋力低下は転倒につながるため、筋力を維持していくことが大切です。

そこで今回は、自宅で行える筋力トレーニングをご紹介します。



1セット10回とし、1日2～3回が目安です。体調に合わせて無理のない範囲で行い、転倒しにくい身体を作りましょう。運動中は息を止めないように注意をしてください。また、持病のある方は主治医に相談してください。

**1 上体起こし** … 腹部の筋肉を鍛え、身体を安定させます。仰向けで両膝を曲げ、お腹をのぞきこむようにして上体を起こします。※頭と肩が床から離れる程度。

**2 もも上げ** … 脚の付け根の前の筋肉を鍛えることで、脚が上がりがやすくなります。椅子に腰かけ、太ももを左右交互に上げます。

**3 膝伸ばし** … 太ももの前の筋肉を鍛えることで、膝を支える力をつけます。椅子に腰かけ、左右交互にゆっくりと膝を伸ばし、ゆっくりと元に戻します。

**4 爪先上げ** … すねの外側の筋肉を鍛え、爪先のひっきり、つまずきを防ぎます。壁や机につかまり、踵をつけたまま爪先だけを浮かせます。※立って行うことが難しい場合、椅子に腰かけ、踵をつけたまま爪先を浮かせます。

**5 踵上げ** … ふくらはぎの筋肉を鍛え、歩く際の蹴りだしをスムーズにします。壁や机につかまり、爪先をつけたまま、踵を浮かせます。※立って行うことが難しい場合、椅子に腰かけ、爪先をつけたまま踵を浮かせます。

### 知ってトクする 高木薬剤師の くすりのお話し



### 妊娠中や授乳中のステロイドの 塗り薬の使用について

みなさんはステロイドの塗り薬について、どのような印象をお持ちですか？ステロイドとは、人間の体内にある副腎や、生殖器から分泌されるホルモンの一種です。このステロイドの薬は、正しく使用することでかゆみや炎症がすぐに治まり効果が目に見えてあらわれるとても効果的な薬です。一方では副作用の出る怖い薬というイメージをもっている方もいるかもしれません。ステロイドの塗り薬の説明書には大抵、「妊娠又は妊娠している可能性のある婦人に対しては使用しないことが望ましい」と書かれていますが、本当のところはどうなのでしょう？実際のところ妊娠中や授乳中のステロイド塗り薬の使用は、例えば全身のような広範囲の使用でなければ安全なものであるといわれています。ステロイドの塗り薬の成分は全身に移行しづらく、今のところステロイド塗り薬の使用が原因で胎児に悪影響がでたという例は1例も報告されていません。

妊娠中はホルモンや免疫などさまざまな影響で体が反応し、皮膚に変化がある方もみられます。ステロイドの塗り薬の使用を我慢して、炎症やかゆみが悪化し、それがかえって精神的な苦痛となり胎児に悪影響を及ぼすことも考えられます。無理に我慢せず主治医に相談してください。医薬品としてステロイド薬には内服薬、注射、塗り薬等があります。塗り薬のステロイド薬はステロイド成分の体内への吸収度の違いにより薬の強さが5段階に分けられています。ステロイドの強さと副作用は必ずしも一致するわけではありません。また強さによって使用できる場所が限定されたり塗り方も変わってきます。一般薬局店で購入できるOTC医薬品のステロイド塗り薬も強さで分類されており、過剰に副作用を心配するよりも、使用する方法を守ることが大切です。薬の使い方、副作用について心配であれば気軽に薬剤師にご相談ください。