

『クリニカルインディケータ―(医療の質の指標)』を公開しました。

松波総合病院では、当院ホームページにて「クリニカルインディケータ―」の公開を始めました。クリニカルインディケータ―とは、死亡退院する患者さまの割合や退院後に緊急入院した患者さまの割合など、客観的な数値で医療の質の良否を評価する指標のことで、現在は124の項目について2010年度の実績を公開しています。

なお、独自の指標の公開は岐阜県内の病院では初めてのこととなります。その背景には、患者さまに診療に関する情報を知っていただくとともに、得られた結果を分析し、その改善を促すことにより、地域の皆さまに、より質の高い医療を提供していきたいとの決意が込められています。

講習会・イベントのご案内

平成23年度 市民公開講座 患者さま向け

日時:8月27日(土) 14:00~
 場所:松波総合病院 3階講堂
 テーマ:『胃がんで死なないために』
 講師:松波総合病院 消化器内科部長 伊藤 康文先生
 テーマ2:『女性(特有)のがんで死なないために』
 講師:松波総合病院 内分秘臨床研究センター長 今井 篤志先生
 注意事項:事前申し込みや参加費は必要ありません。どなたでもお気軽にご参加ください。

松波総合病院 がん患者会『絆』 患者さま向け

日時:8月23日(火) 11:00~
 場所:松波総合病院 3F講堂
 対象:当院に通院・入院治療中のがん患者さまとご家族、ご遺族、ご友人など。
 内容:患者さまはもちろん、ご家族やご友人の方々も皆様お誘い合わせの上、どんどご参加下さい。みんなでお喋りしながら、お昼のひと時を過ごしましょう。
 テーマ:『あなたもできるリンパマッサージ』
 講師:松波総合病院 理学療法士 富崎 崇先生
 注意事項:事前申し込みや参加費は必要ありません。どなたでもお気軽にご参加下さい。開催時間内は出入り自由です。軽食や飲み物等を持ち込んで頂いても構いませんが、各自でご準備下さい。

かかりつけ医院のご紹介



羽島郡 笠松町の まつばら皮膚科

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前9:00~12:00	○	○	○	—	○	○
午後4:30~ 7:00	○	—	○	—	○	—

院長:松原 勝利

皮膚科専門医として、皮膚のトラブル全般を診させていただいております。自分が生まれ育った、この地域の皆さまのお役に立てるよう、微力ながら努力しております。

皮膚科

休診日 日曜日・祝日・木曜
 〒501-6034
 岐阜県羽島郡笠松町
 中野24
 ☎ 058-387-7872
 FAX 058-387-7872



お気軽にお問い合わせください。
 ☎ 058-388-0111
<http://www.matsunami-hsp.or.jp/>
 社会医療法人 蘇西厚生会
 松波総合病院 〒501-6062 岐阜県羽島郡笠松町田代185-1

患者さまと
 病院をつなぐ
 かけはし
 No.142
 MATSUNAMI

まつなみ

2011
 8
 発行
 社会医療法人
 蘇西厚生会

医療最前線 命を支える最新医療

中高年女性に多い「骨盤臓器脱」。ひとりで悩まず、まず相談を。

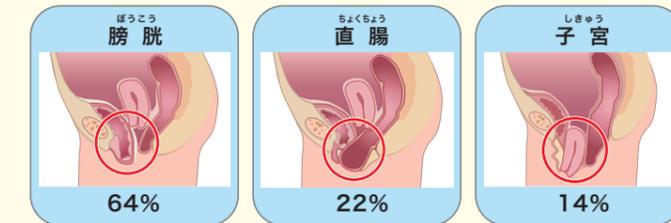
中高年の女性に多い病気のひとつに「骨盤臓器脱」があります。ただ、日本ではあまり知られていないため、ひとりで悩んでいる患者さまも少なくありません。そこで、当院産婦人科部長・高木博医師に、骨盤臓器脱の最新情報を聞きました。



松波総合病院 産婦人科部長 高木 博
 専門分野: 周産期、腫瘍、内分泌、腔式手術
 認定資格: 日本産婦人科学会専門医
 母体保護指定医
 日本がん治療認定医機構暫定教育医

骨盤臓器脱ってどんな病気?

女性の骨盤内に収まっている子宮や膀胱、直腸などの臓器が本来の位置から下がって、腔から脱出してくる病気です。下がってきた臓器によって「子宮脱」「膀胱瘤」「直腸瘤」と呼ばれ、これらを総称して「骨盤臓器脱」といいます。症状が進むと、外出をひかえる、温泉旅行に行けない、スポーツができないなど、生活の質(QOL)が著しく悪化します。



臓器別発生頻度

欧米では出産経験者の40%が発症

日本ではまだ正確な数字が出ていませんが、欧米では、出産経験者の発症率が40%を超えるとのデータが報告されています。このことから、日本でも多くの女性がこの病気に悩まされていると推測されます。

骨盤臓器脱の原因は?

出産によって、骨盤内の臓器を支えている筋肉やじん帯(骨盤底筋群)が大きく伸びて損傷することに加え、加齢や閉経による女性ホルモンの減少などで、さらに強度が低下することで、骨盤臓器脱の症状が出てきます。また、肥満や慢性的な咳、便秘でむむことなども骨盤臓器脱の原因になります。

どんな症状が出るの?

最初は入浴中にピンポン玉のようなものが腔から出てきたといった気づき、そのうち、股間に何か挟まっているような違和感や圧迫感を訴える方が多いです。また、膀胱瘤では頻尿や排尿困難、残尿感を、直腸瘤では排便困難や便秘の症状を伴うことがあります。

骨盤臓器脱のこれまでの治療方法

症状が軽い場合は腔や肛門の筋肉を鍛える「骨盤底筋体操」を行います。多くの施設で腔の中にペッサリーというリングを入れる「ペッサリー療法」を行っていますが、留置期間が長いと腔壁にピランを作り感染や出血の原因となります。このため当院では自己管理可能な方には、ご自身で脱着ができるよう指導を積極的に行い合併症の軽減に努めています。脱出が中程度あるいは重症の場合には「手術療法」が基本となります。従来行われてきた多くの手術は、経腔的に子宮を摘出し腔壁を縫い縮めて補強するというもの。補強の際にはもともと傷んでいる組織を使うため再発率(30%)が高いことや腔の短縮や狭くなったことが課題でした。

最新の手術法「メッシュ手術」とは?

2000年にフランスで開発された新たな術式で、メッシュと呼ばれる編み目状のシートを腔と膀胱の間、または腔と直腸の間に、臓器を本来の位置に戻して再び下がってこないように組織を補強します。この手術のメリットは、子宮を温存し、腔壁も切除しないため、腔の状態が本来の自然な形態に再建できること。腔壁を剥離してメッシュを入れるだけなので身体への負担も少なく、再発率が低いのが特徴です。当院でも早めに手術を受けることで生活の質が向上し、悩みからも開放された患者さまが多くいらっしゃいます。手術時間は2時間前後で、入院期間は1週間ほど。健康保険も適用されます。



メッシュが傷んだ組織の代わりとなって、腔壁と臓器の間を補強します。



人工素材で編み上げた高強度のメッシュ。

患者さまの症状に合わせ、
 最良の治療法をご提案します。

当院では、メッシュ手術が多くの女性のニーズを満たすという点を考慮して、2007年より従来法だけでなくメッシュ手術も積極的に導入し、良好な成績をおさめています。もちろん軽症の場合は、骨盤底筋体操やペッサリーの自己着脱の指導、下がった臓器を半球形のクッションで受け止めホルダーとサポーターで固定するフェミクッションなどで対応しており、治療法には様々な選択肢があります。当院では、症状の程度・年齢・健康状態・ご本人の希望にあわせて、最良の治療方針をご提案しています。骨盤臓器脱でお困りの方はひとりで悩まず、まずはご相談ください。

「こんにちは 東5階病棟です。」 「名前を覚えていただくこと」 を目標に、やさしさと 思いやりのある看護を 心がけています。

東5階病棟は病床数36床で、その多くが糖尿病と誤嚥性肺炎の患者さまです。スタッフは医師と看護師25名。糖尿病認定看護師や嚥下・摂食認定看護師、薬剤師、作業療法士、管理栄養士など多職種で構成されたチームと連携しながら、

患者さま一人ひとりに合わせた看護ケアを行っています。



看護師長
木村 信子

受け持ち看護師と医療チームが協力して、 患者さまの看護にあたっています。

糖尿病の悪化や合併症の発症を防ぎながら、その人らしい生活ができるようケアをし、支援するのが私たち看護師の役割。特に糖尿病治療では食事療法、運動療法、薬物療法が3本柱となります。患者さまから普段の食生活や暮らし方などについてお話を伺い、患者さまを中心とした個別ケアを心がけています。たとえば牛乳が体に良いと思って多量に飲んでいる患者さまがいたとします。たしかに牛乳は優れた食品ですが、脂肪分も多いので、糖尿病患者さまにとって飲み過ぎは禁物。こうしたことも、患者さまと深く関わらないとわからないこと。そのため、病棟では患者さまの受け持ち看護師を決め、信頼関係を密にすることで、よりよい看護につなげたいと思っています。



糖尿病治療の第一歩は正しい知識を身につけること。病棟では定期的に「糖尿病教室」を開いている他、糖尿病チームによる「教育入院」ではチームスタッフと連携し、個々の患者さまに応じたきめ細かい支援を心がけています。

口の中をきれいにし、嚥下機能を改善することで誤嚥性肺炎の再発を予防しています。

誤嚥性肺炎は、細菌が繁殖した食べ物や唾液が誤って気管に入ることによって起こる肺炎です。高齢者の方に多く、再発を繰り返すことも多いため、病棟では摂食・嚥下障害認定看護師を中心に言語聴覚士や管理栄養士などがチームを組み、摂食・嚥下機能を改善するリハビリや口腔ケアを行うことで、発症の予防に努めています。また、食べる機能が落ちてくる患者さまには、「食べる機能」と「食べる楽しみ」を取り戻すためのリハビリを行っています。口から食べるための訓練には時間と労力がかかりますが、食べられるようになったときの喜びは何ものにも変えがたく、患者さまの生きる力にもなっています。

退院後も継続して患者さまの療養生活をサポートします。

入院当初から患者さまやご家族の声に耳を傾け、退院後もより安全で安定した療養生活が続けられるための準備をすることも、患者さまの一番近くにいる看護師の大事な役割。退院調整カンファレンスを実施し、地域の医療機関や在宅サービスなどとも連携を取りながら、患者さま一人ひとりにあった退院支援に取り組んでいます。また、病棟看護師も糖尿病看護外来に参画することで、退院後も継続してサポートしています。これからも「患者さまに名前を覚えていただけるような看護」を目標に頑張っていきたいと思っています。

みんなで取り組む 認知症対策

地域の中で認知症診断、治療、支援を行きましょう

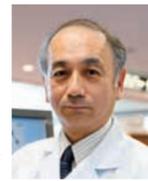
高齢化社会の到達とともに、認知症を患う人は増加しています。認知症といえばアルツハイマー病が知られていますが、これは脳の中の神経細胞の間で情報ネットワークが何らかの原因で壊れ、特に記憶に関する脳の働きが悪くなり、「もの忘れ」などの症状がでてくる病気です。当院におきましては、そのような症状の患者さんの診察や知能検査などによって診断を行い、認知症の疑いがあれば、MR装置と脳血流SPECT検査という最新の画像診断装置によって診断の精度を高め、他の認知症を来す疾患との鑑別も可能です。また、治療薬としても、これまで10年以上にわたって、1種類しかありませんでしたが、本年春より新たに3種類の新薬が使用

できるようになりました。症状や病期に応じて治療薬の選択の幅も広がり、より充実した治療が行うことができるものと考えています。しかし、認知症の治療として最も大切なものは、住み慣れた環境とご家族のケア、そしてご家族の負担を軽くするための地域全体での介護・福祉の取り組みです。当院では医療福祉相談員を中心として、地域の介護・福祉機関と密な連携を進めていますので、何か不安を抱えていらっしゃる方はご相談ください。また、認知症を来す病気の中には、ビタミン不足や甲状腺機能低下症、あるいは正常圧水頭症、慢性硬膜下血腫などのように適切な診断、手術を含めた治療によって治る可能性のある疾患もありますので、かかりつけの先生ともご相談いただきながら、専門医の診察を受けてください。

回復期リハビリテーション病棟部長

川口 雅裕

専門分野：脳卒中診療、リハビリ全般
地域医療、認知症診療
認定資格：日本脳卒中学会：専門医
日本脳神経外科学会：専門医
日本体育協会：公認スポーツドクター
日本医師会：認定産業医



馬淵管理栄養士が
お届けする

体に◎ヘルシーレシピ

メタボ予防レシピ ゴーヤーチャンプルー

- 1人前 176 kcal
- <材料・2人前>
 ・ツナ缶(水煮) 1缶(80g)
 ・卵 …………… 小1個
 ・木綿豆腐 …… 100g
 ・にがうり(ゴーヤ) 1/2本
 ・にんじん …… 1/2本
 ・しめじ …… 1/2パック
 ・たまねぎ …… 1/2個
 ・食塩 …… 少々
 ・醤油 …… 大さじ1/2
 ・油 …… 大さじ1/2
 ・かつお節 …… 1パック

- <作り方>
 ①木綿豆腐は水切りをして、ひと口大の大きさに切る。にがうりは縦半分に切り、スプーンで綿と種を取り除き、5mm幅の薄切りにする。にんじんは皮をむいて細切り、たまねぎは薄切りにする。しめじは根元の硬い部分を切り、ほぐしておく。
 ②フライパンに油を熱し、豆腐を入れる。にんじん、たまねぎ、しめじ、にがうりの順に炒め、ツナ缶と醤油、塩を加えて混ぜ合わせる。
 ③材料に火が通ったら溶き卵を加え、卵がかたまり始めたら2、3回混ぜる。
 ④器に盛り付け、かつお節をのせる。

！ここがヘルシーポイント！

今回は、エネルギーを抑えた、栄養バランスの良いレシピのご紹介です。肉類のあぶら身など脂質が多い食品を抑えると、エネルギーを減らすことができることから、ツナ缶を使用。また、フッ素樹脂加工のフライパンを使うと油の量

が少なくとも焦げ付きにくく、さらにエネルギーを抑えることができます。野菜やきのこなど低エネルギー食品を多く使用することで料理のボリュームが増えるため、満腹感が得られやすくなるので、おすすめです。

知ってトクする 中村薬剤師の

くすりのお話し



Q. 熱中症になりやすい薬？

厳しい暑さが続いていますね。毎年この時期は「熱中症」が起こりやすく、体調管理が特に重要です。ところで、皆さんは熱中症になりやすい薬があることをご存知ですか？人は汗を出すことにより、体温の上昇を抑えることができます。しかし、薬の中には「抗コリン作用」とよばれる作用をもつ薬があります。この作用のうちの一つには汗を出す働きを弱くすることがあり、熱中症が起こりやすくなってしまいます。例えば、パーキンソン病や頻尿の薬などの一部に強い抗コリン作用

を持つ薬があります。また、酔い止め、総合感冒薬、咳止め、胃腸薬の中に入っている場合もあります。このような薬を飲んでいる時は、日中の高温下で激しい運動や仕事をすると熱中症になりやすいので、体調の変化に十分、気をつける必要があります。心配があれば医師や薬剤師に相談してみてください。特に高齢者は、体温調節機能が低下しており、影響を受けやすいので注意が必要です。今年もまだまだ暑い日が続くそうです。十分に水分補給し、しっかり体調管理をして暑い夏を乗り越えましょう。