

目次	・循環器内科の診療について	・・・1	・インスリンの保管について	・・・5
	・部署紹介 ～リハビリテーション科～	・・・2	・免疫力について	・・・6
	・地域包括ケア病床について	・・・3	・新入職員紹介、編集後記	・・・7
	・院内の取り組み、 世界糖尿病デーイベントについて	・・・4	・外来診療表	・・・8

循環器内科の診療について

循環器内科医長 古賀 ^{さとし} 敏



昨年4月より当院での診療に従事しております(これまでは心臓血管外科と言う循環器科領域の‘外科’を専門としておりました)

循環器内科は狭心症・心筋梗塞・弁膜症・不整脈等を主とする「心疾患」動脈瘤・動脈解離・閉塞性動脈硬化症・静脈瘤・深部静脈血栓症等を主とする「脈管疾患」を主な領域としており、疾患の状態・経過によっては重大な合併症(心房細動に伴う脳血栓塞栓等)の併発や、致死状況に陥ってしまう可能性もあり、加療を開始する「タイミング」が非常に重要となります。

加療については薬物療法は勿論の事、従来は(外科的)手術による加療を選択してきた疾患も、医療技術の発展・進歩に伴いカテーテルによる血管内手術(狭心症・心筋梗塞に対するバルーン拡張・ステント挿入による形成術や動脈瘤に対するステント留置術)等も普及してきており、より負担の少ない施術の選択も可能となり治療の‘幅’が広がってきております。

人口統計を見ますと近年、高齢化人口の増加(今後更に増加傾向)が顕著で糖尿病・高血圧・脂質異常等の有病率も増加傾向を辿っており、これらに伴う心疾患・脈管疾患の患者さまも今後増加していく事が懸念されています。

当院の循環器内科は部長の石坂先生と小生、非常勤医師(今年度は熊大病院の石井先生 毎週木曜日)の3人体勢で診療にあたっており、外来診療はもとより入院が必要となった患者さまの(入院前ADLの回復・維持とQOLを十分に考慮した)加療・心臓リハビリテーション等を行っております。

(私的ではありますが、小生は患者さま・ご家族に「病識・疾患に対する理解」をお持ち頂く事が非常に重要と考えており、可能な限り病気に対する判りやすい説明を心掛けております。かなりの時間を要してしましますが・・・)

また最近(自身の心臓血管外科での診療経験を活かし)熊本赤十字病院、済生会熊本病院等の高次機能病院にて(弁置換術・人工血管置換術等)手術を受けた患者さまの術後早期の受け入れ(療養・薬剤調整・リハビリテーション)も積極的に行っております。

現在、院内設備として手術室を整備中で、稼働開始されれば永久ペースメーカー植え込み術等も本格的に開始したいと考えております。

医師としての経験は18年目を数えましたが、循環器内科医としての経験はまだまだ浅く、不勉強な面も多々ありますが日々精進し、周りの先生方と協力しながら菊池医療圏の安定・発展の為に少しでも貢献出来ればと考えております。今後共宜しくお願い致します。



部 署 紹 介

リハビリテーション科



リハビリテーション科では、医師、看護師、リハビリスタッフをはじめ他職種間での連携をとり、より質の高いリハビリテーションを提供し患者さまが住み慣れたところで安心して生活できるよう支援します。

現在リハビリテーション科には、理学療法士(PT)8名、作業療法士(OT)3名、言語聴覚士(ST)2名、リハ助手1名の計14名が在籍しています。

施設基準は心大血管リハビリテーション(I)、脳血管等リハビリテーション(I)、運動器リハビリテーション(I)、呼吸器リハビリテーション(I)の認可を受け 主に急性期の脳血管疾患や整形疾患、心臓疾患、呼吸器疾患、ガン疾患の患者さまの機能訓練、動作指導を行っています。



理学療法士による個別機能訓練



エルゴメーター訓練



言語聴覚士による言語訓練



3F屋上緑化での歩行訓練も行っています

平成26年5月から地域包括ケア病床の認可を受け、充実したリハビリテーションの提供と共に住み慣れた地域での生活、在宅復帰を、より円滑に進めていく支援体制を整えています。

ここでは、個別の機能訓練だけではなく、病棟内訓練、ADL(日常生活動作)訓練、生活訓練も行っています。

また、入院期間中に医療ソーシャルワーカー、担当ケアマネージャー、福祉用具業者などと一緒に患者さま・御家族さまが退院後も安心して在宅生活を送っていただけるように自宅を訪問し住宅改修やサービス利用等の支援・相談を行っています。

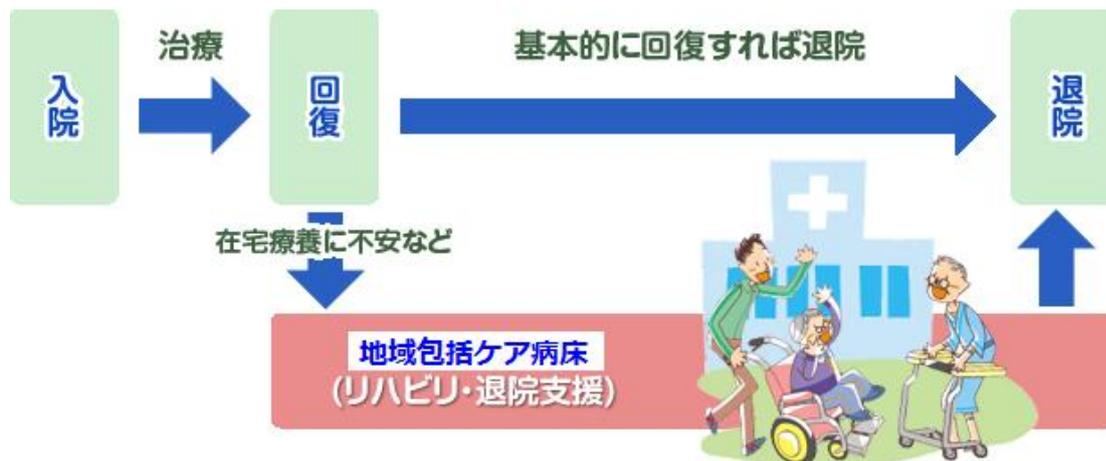
「地域包括ケア病床について」

地域包括ケア病床を運用してから半年が経過しました。
7月号にも掲載しましたが、改めてどのような病床なのかご紹介いたします。

脳血管疾患や手術後、肺炎など急性期治療は終了したものの、退院するにはもう少し経過観察やリハビリなど退院準備が必要な方を対象した病床です。具体的には、退院を想定したリハビリに力を入れ、試験外出・外泊を行い、家の環境に少しずつ慣らしたり、家の療養準備(住宅改修など)に一定の時間が必要な方です。

主に急性期の治療を終了した方が対象となるため、原則主治医の許可が必要となり、**最長で60日以内**の退院となります。こちらの病床は他の病院から当院への転院を希望される方も利用可能な病床です。

退院の際に、ご不安な方は一度ご相談下さい。



医療関係機関の皆さまへ

急性期病院からの転院は原則、地域包括ケア病床にて対応しております。

当院の地域包括ケア病床(27床)は、包括診療でありながらもリハビリ(PT、OT、ST)の協力のもと、回復期に準ずるリハビリを実施し、在宅復帰を支援しております。実績と致しましては、急性期病院より**39名転院**(※平成26年9月末日時点)を受け入れており、リハビリは平均して3~4単位/日実施しております。疾患別にみますと、脳血管疾患は6単位程度の実績もございます。

地域医療連携科 (松下・府内・佐藤)
TEL : 0968 - 36 - 9944 (直通)

院内の取り組み

糖尿病療養指導士による
職員向け学習会



高齢者疑似体験の様子

糖尿病センター開設後、糖尿病療養指導士の活動は、療養指導を始めフットケア外来の開設、糖尿病教室の開催、職員向け学習会など多岐にわたって行われています。その中でも職員向け学習会は、“糖尿病の療養指導を行うために求められている知識や理論を理解し、療養指導を行う専門職として、その役割を把握し実践していく”ことを目的とし、糖尿病療養指導士が講師となり、糖尿病に携わる全職員を対象に毎月行われています。

今年度は以下のような職員向け学習会を開催しました。

- ・糖尿病療養指導士の役割や機能の理解
- ・糖尿病の病態と治療
- ・高齢者疑似体験
- ・糖尿病患者の情報収集について
- ・インスリン使用と自己血糖測定
- ・病気になった時の対策

9月の学習会は、糖尿病療養指導士である臨床検査技師から検査値や検査目的などの講義が行われました。

<学習会参加者の感想>

- ・検査項目ひとつひとつについて講義していただいたのは初めてでした。今度からは今日学んだ事を踏まえて患者さまの状態を考えていけたらと思います。(看護師 松浦)
- ・どんな検査なのか詳しく説明がありよくなりました。正常値等再確認出来ました。(看護師 園原)
- ・初めて知った検査があり勉強になりました。患者さまのアセスメントに活かします。(看護師 鷹木)



11月 世界糖尿病デーの
13日(木) イベントを行います!

11月14日(金)は世界糖尿病デーです。拡大を続ける糖尿病の脅威を踏まえ、世界各地で糖尿病の予防、治療、療養についてさまざまな啓発活動が実施されます。その一環として、菊池郡市医師会立病院では、その前日の11月13日(木)に糖尿病の啓発イベントを開催します。また、夜には菊池郡市医師会立病院を糖尿病啓発のシンボルカラーであるブルーでライトアップすることを計画しています。

【日時】 平成26年11月13日(木) 【場所】 菊池郡市医師会立病院2F 多目的ホール

【内容】

- 13:00~16:00 特設ブースにて健康教室
(栄養指導・運動療法・血糖測定・お薬の相談・血圧測定・フットケア)
- 14:00~14:30 ころう君 & さきもりころう隊によるころう君体操
- 18:30~21:00 病院南側(正面玄関側)をブルーにライトアップ

鞠智城のイメージキャラクター



ころう君

参加無料
予約不要



インスリンの保管について

■インスリン製剤の保管方法

インスリン製剤は、未使用か使用中かによって、保管場所が異なります。

未使用のインスリン製剤

冷蔵庫保存(2~8℃)



凍らせないように注意してください。

使用中のインスリン製剤

室温保存(1~30℃)



使用開始から室温保存にする理由は**冷たいインスリンを注入することによる痛みと結露**を避けるためです。

■使用中のインスリン製剤の取り扱いの注意点

高温の注意

高温・直射日光下で放置してしまうとインスリンの変性や含量の低下が起きます。インスリンはたんぱく質でできているため37℃を超えると変性が起きますので、車の中、屋外、窓際などに置かないようにしないとけません。

高温・直射日光下に放置したインスリンの特徴は懸濁製剤(白濁の製剤)が透明・半透明になる、透明な製剤が白く濁る(結晶が出る)、大きな気泡が出る等があります。持ち運ぶ時の対処法としてタオルで包んだ保冷剤(結露と凍結をさける)と一緒に保冷バックに入れる方法があります。



正常な製剤
(懸濁された後)



内側に付着物が見られ半透明になった製剤
(懸濁できないので、使用しないでください。)



低温の注意

飛行機に乗る際は、貨物室は氷点下になる可能性があるため、必ず手荷物にして機内に持ち込んでください。凍結させてしまうと結晶が変化、析出したり作用時間に影響したり注入器が破損する恐れがあります。

凍結させた場合には大きな気泡ができたり注入器が壊れる、ガラスにヒビが入る、ゴム栓が膨張・破裂等の現象が起きます。





風邪予防！

免疫力をアップしましょう



寒くなると流行してくる風邪やインフルエンザ。免疫力は20歳をピークに、年を重ねるほど低下するものです。免疫力をアップして元気に過ごしましょう。

免疫力を有効に活用するためには…

① 食べる

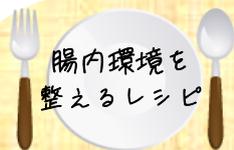
免疫力を働かせるためには「きちんと食べる」ことが重要です。免疫力を維持して健康を保つための基本は、色々な食材をバランスよく食べることです。また、免疫細胞の約6割は腸に集中しているので、腸内環境を整えることも大切です。

② うるおす

皮膚や粘膜を乾燥させないことが病原菌やウイルスから体を守ることに役立ちます。冬は乾燥しがちなので、マスクをしたり、お茶を飲んだり、唾液を出すようにガムをかんだり、外から戻ったらうがいをするなど、潤す生活習慣を心がけましょう。

③ リラックス

寒さもストレスの要因の一つになります。軽い運動や入浴など体を温めることで緊張が緩んでストレス発散にもなります。また、笑うことでリンパ球の一種であるNK細胞が活性化され免疫力がアップします。



かぼちゃとさつまいもの ヨーグルトサラダ



■ 材料(4人分)

水切りヨーグルト	35g	} 腸内の善玉菌を増やす！ 豊富な食物繊維が 善玉菌のエサになる
かぼちゃ	180g	
さつまいも	100g	
レーズン	20g	
塩、こしょう	少々	
マヨネーズ	お好みで	

■ 作り方

- ① 水切りヨーグルトを作っておく。
キッチンペーパーを敷いたざるにヨーグルトを入れ、冷蔵庫で半日程度置くことができます。重しをのせると時短に！水の切り方で分量は変わりますが、水切りをすると半分の重さくらいになります。
- ② かぼちゃとさつまいもは一口大に切る。
- ③ 電子レンジで6分程度加熱する。火の通りが十分でない場合は、追加で加熱する。
- ④ あら熱が取れたら、ヨーグルト・レーズンを和える。
- ⑤ マヨネーズ、塩・こしょうで味を整える。

☆アレンジ☆

炒めた玉ねぎや生の玉ねぎを入れたり、粒マスタードを入れてもおいしいです。

人事異動 (平成26年10月1日付)

※係長級以上を掲載しています。



内科部長
児島 協



副看護部長
(地域医療連携室担当)
佐藤 麻美子



外来看護師長
大石 久美子



総務課長 兼 医事課長
嶋村 秀一



施設営繕課長
高濱 朋基



外来看護主任
城 春美



総務課医事係長
安武 恵子



総務課総務係長
乙津 純一

編集後記



長かった夏も終わり、秋晴れのもと皆様におかれましてはスポーツまたは読書など趣味を満喫されていることと存じます。

スポーツの秋…本院のソフトボールチーム「医師会ソフトボール部」が第3回菊池市ソフトボール協会登録大会において、素晴らしい成績を収められました。一回戦は遊楽会チーム、二回戦はFCチーム、三回戦はFIRESチームと勝ち進み、決勝では伊坂レッズチームとの決戦でしたが、6点の差をつけ見事優勝です。改めておめでとうございます。

補足ですが、優勝祝賀会もラストオーダー(居酒屋さん)まで戦ったそうです。お疲れ様でした……

天高く馬肥ゆる秋…これからは、食べものおいしい季節ですネ。実りの秋を十分味わいましょう。

そして、さわやかな秋風を受けながら、スポーツに読書に、そして仕事に頑張りましょう。

菊池郡市医師会立病院 外来診療表

	午前/午後	月	火	水	木	金	土
総合内科	午前		児島 協	児島 協	松田 浩治		松田 浩治
糖尿病センター 代謝内分泌科	午前	矢野 智彦 古賀 荒太郎	田口 哲也 矢野 智彦	田口 哲也		矢野 智彦 古賀 荒太郎	田口 哲也
循環器内科	午前	予約	石坂 浩	古賀 敏	石坂 浩	熊大病院	古賀 敏
	新患	古賀 敏	石坂 浩	古賀 敏	熊大病院	石坂 浩	
腎臓内科	午前					緒方 智博	
	午後		石田 秀太 緒方 智博				
消化器内科	午前			検査のみ	済生会 熊本病院		
	午後			検査のみ			
神経内科	午前			井上 泰輝			
放射線科 (CT・MRI)	午前/午後	本田 伸	本田 伸	本田 伸	本田 伸	本田 伸	熊大病院

外来受付時間：午前8時30分から午前11時30分

診療時間：午前9時から午後12時

※内科・代謝内科、循環器内科の普通診療は午前のみとなります。ただし、救急の場合はその限りではありません。

※午後の腎臓内科は予約制となります。

※検査は予約制となります。

【病院理念】

かかりつけ医の先生方と連携して、地域の皆さまに信頼され、愛される病院を目指します。

【基本方針】

- ・チーム医療と地域連携に努めます
- ・より良い医療の提供を目指し、研修・研鑽に努めます
- ・自己満足に陥ることなく、業務改善に努めます
- ・病院の健全な運営を目指します



一般社団法人 菊池郡市医師会

菊池郡市医師会立病院

〒861-1306 熊本県菊池市大琳寺75番地3

TEL:0968-25-2191 FAX:0968-24-5762 <http://www.kikuchi-hosp.com/>

発行責任者：病院長 矢野 智彦

