

ご自由にお持ちください。

## 島根県立中央病院 広報誌

# えにし

-Vol.5-

2020 2月  
February



糖尿病療養支援委員会のメンバー

特集 1 P2 国民的「病」の糖尿病 生活習慣の是正へ栄養指導や教育入院

特集 2 P6 魅力的な臨床研修の場の実現へ 臨床教育・研修支援センター

P9 職員紹介「スタッフきらり！」 P10 新病院開院20周年記念まつり

P5 P12 P14 活動紹介 P13 おすすめ!病院食「3ソフト食 豆腐バーグ」 P14 「先生、おしえて!」知っておきたい泌尿器科

P15 地域連携だより P16 知って得する健康・医療・看護ミニ知識



県民に信頼され  
地域に必要な医療を  
公平・公正に提供できる病院でありたい

広報誌「えにし」はウェブサイトからもご覧いただけます▶



<https://www.spch.izumo.shimane.jp/>



糖尿病治療のチームのイメージ

内分泌代謝科の医師

# 国民的「病」の糖尿病

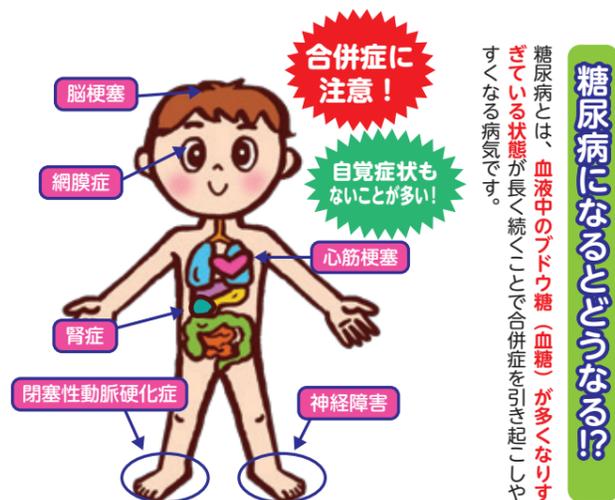
## 生活習慣の是正へ栄養指導や教育入院

全国的に糖尿病患者は増えており、島根県立中央病院に来られる患者さんも増えています。糖尿病は自己管理が重要な疾病です。その為に必要な知識、技術、能力を提供するだけでなく、患者さん個人の病態に応じた治療選択肢を提供し、患者さん自身の価値観に合致した最善の医療を実施し支援できるように、当院では栄養指導や教育入院に力を入れています。

### 糖尿病初期はほとんど症状がない

糖尿病とは、インスリンの分泌量が不足したり、効果が弱まったりすることで、血糖が増加します。初期症状はほとんどなく、高血糖状態が持続し進行すると徐々に口渇・多飲・多尿などの自覚症状が現れます。更に放置すると昏睡などの糖尿病性ケトアシドーシスといった急性合併症、更に神経障害、網膜症、腎症、虚血性脳疾患、虚血性心疾患、閉塞性動脈硬化症などの慢性合併症を引き起こします。

合併症の発症や進行を阻止するには、血糖のみならず、体重、血圧、脂質などをコントロールすることが必要です。すなわち生活習慣の改善です。そこで当院にかかれた糖尿病患者さんのほとんどは、医師の診察とともに、管理栄養士による栄養指導を受けてもらっています。



糖尿病とは、血液中のブドウ糖(血糖)が多くなりすぎている状態が長く続くことで合併症を引き起こすようになる病気です。

### 糖尿病の教育入院

当院は糖尿病学会認定教育施設であり、糖尿病教育入院(1週間コース、2週間コース)を行っています。

患者さまのさまざまな病態やライフスタイルに合わせてケースバイケースで治療を行っております。退院後も栄養指導、フットケア外来を含め療養をサポートしています。多職種のスタッフと一緒に糖尿病に関する基本的な知識を学んでいただけます。



### 一人一人に合わせた適切な食事や運動を

管理栄養士の聞き取りから、一日の摂取カロリーや運動量を調べ、全身の筋肉量や体脂肪率などの体組成を計測します。それに加え家族構成や食事の回数などを含めた総合的な情報から、患者さんと一緒に問題点を見つけ、一人一人に合わせた適切な食事量や運動量について確認していきます。そうすることで節制や運動の動機づけができるようになります。

教育入院は1週間と2週間のコースがあり、2~4人の集団教育となっています。期間中、患者さんにあった適切な食事をしてもらう為に、栄養指導を複数回受けてもらいます。集団教育での指導や、個別での体組成チェックによる筋肉量・脂肪量の計測、食事の内容を一緒に確認し、問題点を把握してもらいます。問題を改善するための目標や退院後の献立を作っていく、その実践に向けてどうしたらいいか一緒に考えていきます。また、理学

療法士から運動方法の指導、薬剤師から薬の説明もしており、退院後に病気とうまく付き合っているようにしています。

これらの指導の中で、普段使っているお茶碗に白米をよそってもらい、実際に食べられる一食あたりのご飯の量を認識してもらいます。ご家族と一緒に栄養指導を受けていただくこともあり、自己注射や血糖測定をご家族が手伝えるように指導しています。

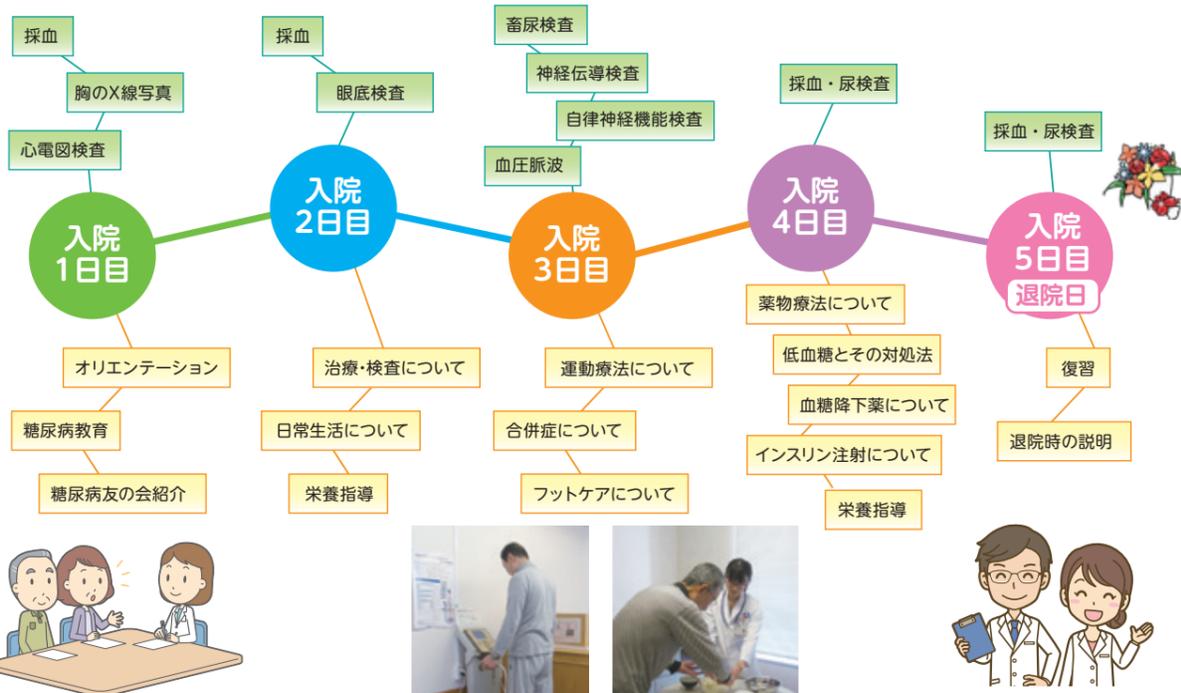
地域の医院では栄養士がいないところが多いことから、2019年度から紹介による外来栄養指導も始めました。

従来の2週間に加え、2017年から1週間のコースを始めたことで51人だった教育入院患者数は、18年には69人と増加しました。長期間の入院が困難な働き盛りの世代の患者さんでも1週間であれば入院しやすくなることから、さらに増えていく見込みです。

## 教育入院スケジュール

検査・測定

説明・教育・指導



## 各自の専門性を活かして最適な治療を

# チームで患者さんを支援



当院では内分泌代謝科に加え腎臓科や眼科の医師、看護師、管理栄養士、薬剤師、さらに退院後の生活を支援する医療ソーシャルワーカーらが、チームとして患者さんを支援しています。また、患者さん同士の情報交換をしていただく「友の会」の活動や、茶話会の開催などを通じ、啓発に力を入れています。

全国で糖尿病が強く疑われる人の数は、2012年には950万人でしたが17年には1000万人に増加しています。しかもその3割が未治療だと言われています。

内分泌代謝科の並河哲志部長は「糖尿病は早期からの血糖コントロールが、多くの合併症発症、進行のリスクを減少させることは明らかですが、初期は自覚症状がない場合が多く、気づかないうちに進行しているケースもあります。年に1回は健

康診断を受け、自分の体の状態を把握し、かかりつけ医を作るようにしてほしいです。教育入院や栄養指導を通じて、患者さん自身が病気のことを理解し、生活を改善し健康な人と変わらない生活ができるよう支援していきたい。」と話しています。

### 糖尿病友の会

当院の糖尿病友の会では、親睦と交流を深めながら糖尿病の知識を普及することを目的に、調理実習や茶話会、外出レクリエーションなどさまざまな活動をしています。茶話会には糖尿病の人だけでなく誰でも参加できます。ぜひ皆さんも一緒に参加してみませんか？

問い合わせは地域医療連携センター  
☎(0853) 30-6500 まで



病院機能評価

## 病院機能評価を受審して

病院機能評価プロジェクト委員長 **磯和 理貴**

私たちは、日々「医療」を行っています。個々の医療技術・知識については、各職種が学会等の団体に所属し、高い水準を目指して切磋琢磨していることと思います。しかし、医療の提供体制の質については、他院と比較する機会もなく主観的な自己評価になりがちで、時には独善に陥りかねません。そのため自分たちの医療の質が一定の水準に達しているのか、客観的な検証が必要となります。

病院機能評価とは、公益財団法人日本医療機能評価機構が、中立的、科学的、専門的な見地から行う第三者評価です。現在8,000余りある日本の病院のうち、4分の1の病院が受審しています。

当院では受審に向けて、2018年5月にプロジェクトを立ち上げ、全職員を対象に勉強会を開催し、89の項目別にチームを作って課題を洗い出し、院内各部署の点検を行い、自己評価を重ねてきました。そして2019年7月24日から26日の3日間にわたって、「一般病院2」としての本審査および救急病院としての付加機能審査を受けました。本審査では6名の

調査者が2日間、付加機能審査では2名の調査者が1日間、院内の部署を回り、ケアプロセス調査では、調査者と担当病棟の間で活発な議論が交わされました。11月1日付で認定され、機構から詳細な報告書が送付されました。高い評価を受けた項目もあれば、課題を指摘された項目もありましたが、早急な改善を求められた項目はありませんでした。

今回の受審を契機にすでに改善が得られた課題も多々あります。その中には受審していなければ課題であると気づくことすらなかったものもあるのではないのでしょうか。重要なことは、高い評価を受けた点は維持し、課題を指摘された点は改善し、自分たちが提供している医療の質が妥当なものかどうかを日々見つめ直していくことだと思います。今後ともより良い「医療」を目指すという共通したベクトルを全職員が維持していければと思います。



病院機能評価の認定証

## 特集2 臨床教育・研修支援センター



「技術」を学ぶ研修（除細動器について）

## 魅力的な臨床研修の場の実現へ 若手の診断、治療技術習得へ充実した支援体制

当院は2016年4月に、医師や看護師を含む全職員の教育を目的に「臨床教育・研修支援センター」を開設しました。今回はその目的や成果について、紹介します。

まず、病院で行う医師の教育とはどのようなものでしょうか。これには（1）医学生を対象とした臨床実習（2）医師免許取得後の医師臨床研修（3）専門医制度に基づく専門研修があります。

医師の確保に力を入れている当院では、医師免許を取得後、2年間の臨床研修を行う場として選んでもらうことを目指しています。当院では2018年度と19年度の2年間、募集定員（12人）に対して100%の充足率となっています。「1人前の医師になりたい」という若手に対して、当院の人材、設備によって診断、治療の能力をつけてもらい、同僚との切磋琢磨によって成長できる仕組みを整えています。

研修体制を知ってもらうために、医学生に対

する実習の場の提供や情報発信を心掛けています。これが医学生を対象とした臨床実習です。2018年度は島根大学、自治医科大学などから総合診療科、救命救急科など17診療科に計74人を受け入れました。加えて、医学部や歯学部の4～6年生を中心とした病院見学は島根大生など30人が参加し、当院医師と話ができたり、機器に触られたりする臨床研修病院説明会へ33人に来



ていただきました。18年度からの初期研修で当院を選んだ12人の医師は、いずれも臨床実習、病院見学、病院説明会のいずれかに参加しており、情報発信が大切であることが分かります。

そして最も大切なのが、臨床研修でのサポートです。当院の臨床教育・研修支援センターの体制はセンター長以下、医師、看護師、臨床検査技師、臨床工学技士、事務職員、アシスタントなどのスタッフ15人で運営し、医師だけでなく、看護師など全職種の研修を統括しています。

医師臨床研修では、内科系や救命救急科、外科系の診療科などを幅広く経験し、指導医の助けを得ながら「知識」と「技術」を学びます。診療時に役立つ知識を身につけるため毎週水曜日には「朝カンファレンス」と呼ばれる勉強会があります。また、隔週木曜日には他の研修医や指導医と共に、さまざまな病気への対処法を学ぶ「ケースカンファレンス」を行います。センター長補佐を務める増野純二地域医療科部長は「昔は先輩の背中を見て育つという感覚でしたが、今は研修医が楽しみながら学び、かつ主体的に将来やりたいことが見つけられるよう工

夫しています」と話しています。

臨床研修の2年間を経て、内科や外科、救急科などの専門医研修プログラムへと進んでいきます。センター長の磯和理貴医療技術局長は「当院での臨床



他職種について学ぶ研修（リハビリ）

研修医をきちんと育成していくと共に、専門医研修の応募を増やしていくことが今後の目標です。山陰をはじめとする中国・四国地方の病院で臨床研修を受けている研修医への広報や、島根県出身の医師に関する情報を把握し、呼び掛けることなどをしていきたいと考えています」と話しています。

### 地域の医師増には初期研修医の確保が重要

医師不足の中、医師を確保するには臨床研修医を育成することが重要です。出身都道府県で臨床研修を行った研修医がその後、その都道府県で勤務する割合は90%となっています。出身地以外の大学に進学した場合であっても、臨床研修を出身都道府県で実施した場合、79%と高くなっています。

逆に出身地の大学に進学しても、臨床研修を別の都道府県で行うと、その後出身都道府県で勤務する割合は36%と低くなってしまいます。つまり、臨床研修医の育成がその後の医師確保に直結しているということです。地域医療の維持のためにも、研修医がここで研修したいと思うような魅力的な環境を整えることが必要です。

#### ◆出身都道府県で臨床研修を行ったときの定着割合

			臨床研修終了後に勤務する都道府県			
			A県		A県以外	
出身地	大学	臨床研修	人数	割合	人数	割合
A県	A県	A県	2776	90%	304	10%
A県	A県	B県	321	36%	567	64%
A県	B県	A県	2001	79%	543	21%
A県	B県	C県	474	9%	4578	91%

（参考）

			臨床研修終了後に勤務する都道府県			
			A県		A県以外	
出身地	大学	臨床研修	人数	割合	人数	割合
B県	A県	A県	2347	79%	617	21%

※1 出身地又は大学が海外の場合及び当該項目について無回答の場合は除外。  
※2 出身地：高校等を卒業する前までに過ごした期間が最も長い都道府県。  
※3 A県は任意の都道府県。B県、C県はA県以外の都道府県。  
(C県はB県と一致する場合も含む)

出展：臨床研修終了者アンケート調査（平成27・28年）厚生労働省調べ

### 職種横断型研修

臨床教育・研修支援センターは職種横断型研修も行っています。新卒看護師と臨床研修医が合同で行う輸液ポンプ・シリンジポンプ



実習や、新入職員の他職種研修などがあります。これらはチーム医療のはじめの一歩として、職種や年齢も異なる職員がゲームやグループワークを通じ連携を強めるため、毎年行っています。



# 「支える医療」を目指し、看護師の教育に力を

当院では約720人の看護職員が在籍しています。患者さんが地域に帰っても安心して暮らせる「支える医療」を実現するため、看護師の教育に力を入れています。ここでは、特に新人の看護職員がどのような段階を踏んで、患者さんをケアする力を養うのか、紹介します。

卒後1年目看護職員は、各診療部門に配属されます。各職場で、医師など多職種と一緒にチームの一員として、臨床の実践能力を高めるためにさまざまな研修に取り組みます。解決すべき課題の違う複数の患者さんの思いを優先し、適切かつ安全に看護が提供できるように、基礎看護技術の習得や、現場のイメージができるようなシミュレーション研修を行っています。配属された現場では、教育担当の副師長をはじめ、経験5年目以上の実地指導者、相談に乗ったり、悩みを聞いたりする「プリセプター」と呼ばれる3年目の看護職員が中心となって全員で支える体制を作っています。新人看護師は日々の看護をその日のうちに先輩とともに振り返り、自

分の課題を確認しながら成長していきます。

2年目では、メンバーシップ研修や現場での多職種との関わりを通して、受け持ち看護師としての実践能力を高めていきます。

3年目以降は、後輩看護師を指導する役割を果たしていきます。新人の看護職員が早く職場に慣れるよう、技術面だけでなく心の支えとなるようにかかわりながら、患者さんを生活者として捉え、必要な事はなにかを考えて、医療チームの一員として役割を發揮できるように育成しています。

当院で看護師の研修を統括する看護局の飯塚淳子教育担当看護部長は「看護師本人の強みを引き出しながら求められる看護が実践できるよう丁寧に指導していきたい」と話しています。



## 新人看護師OJTの様子



## スタッフきりり! (職員紹介)

### 瞬時の判断が求められる救命救急科で研鑽を重ねる



医療局救命救急科 **波多野 拓也**

生死に関わる一刻を争う医療を行う救命救急科。救急外来や院内業務はもとより、ドクターヘリ、ドクターカーによる病院前救急医療にも当たっています。波多野医師は、新専門医制度の下、患者さんが住み慣れた地域で自分らしい生活を人生の最期まで続けられる地域医療の担い手を目指し、3年間の内科専門研修プログラムの中で、瞬時の判断が求められる同科で葛藤しながら知識、技能の向上に努めています。

広島県に接する島根県美郷町にある開業医の家に生まれ、親の背中を見て育つ中で、医師を目指すようになり、島根大学医学部へ進みました。当院で2年間の初期臨床研修を終え、将来は地元で地域医療を支えようと決意し、病名の診断、治療方法など適切な対応ができるように研鑽しています。

当院の救急外来には年間約21,000名が来院され、

入院患者さんの約1,000例が集中治療室に入室されます。波多野医師は、先輩医師の指導を受けながら、患者さんと優しく接するように心がけています。春からは地域で研修するため、県内他病院に勤務し、3年目は当院総合診療科での研修を予定しています。



内科医研修プログラムで知識と技能の向上に努める波多野医師

### 栄養管理のスペシャリストとして症状に応じた指導

栄養管理科 管理栄養士 **周藤 紀子**

島根県職員の管理栄養士として、保健所、福祉施設、病院などに勤務し、2013年から当院で勤務しています。

がん患者さんや家族の方と接すると、抗がん剤な

どの副作用により「食事が食べられない」という訴えが多く、専門的な知識を得て、細やかな栄養管理や指導をするため日本病態栄養学会が認定する「がん病態栄養専門管理栄養士」（県内6名認定）の資格を2018年度に取得しました。抗がん剤などの副作用により、食欲不振や嘔気・口内炎に悩まされる患者さんも多く、少しでも食べられるようにとアンケート結果より「食べやすい献立」を組み合わせた食欲不振対応のメニューを作成し提供しています。

また、緩和ケアチームのメンバーとしても活動しており、退院時には、転院先や在宅診療所と情報共有するために、食事の内容、形態、栄養状態など食生活に関する栄養ケア情報をまとめた「栄養サマリー」を送るなど、退院後の療養生活を安心して送れるよう支援しています。公開講座など啓発にも努め、副科長として、若手を育てる指導にも力を注ぐ毎日です。



きめ細やかな栄養指導で患者さんご家族を支援する周藤紀子さん

## 新入医師紹介

伊藤と申します。主に入院業務を担当しています。丁寧な診療を心掛けています。宜しくお願い致します。

血液腫瘍科 **伊藤 俊輔**



10月に愛媛県から参りました。島根県の医療に貢献できるように頑張ります。

救命救急科 **竹内 龍之介**



# 20周年記念まつりを開催しました!



大人気だったドクターヘリ見学

島根県立中央病院が出雲市姫原4丁目の現在地に移転開院してから20周年を迎え、令和元年11月16日(土)に、「新病院開院20周年記念まつり～県民の皆様とともに～」を開催しました。

20周年記念式典をはじめ、「春雨や落雷のお達者落語会」、医療現場の見学ツアーや体験など病院ならではの様々な催し物を行い、およそ1,300名の方にご来場いただきました。お子様からご高齢の方まで、多くの方の笑顔に出会うことができ、当院スタッフも元気をいただけた1日となりました。病院や医療の世界を身近に感じて、健康の大切さを改めて考えていただく機会となりましたら幸いです。



記念式典では、丸山達也島根県知事が挨拶いたしました。



医師免許を持つ真打ちの落語家、春雨や落雷師匠のお達者落語会。演目は「親子酒」。“笑い”こそ、百薬の長ですよ!



理学療法・作業療法・言語聴覚療法、盛りだくさんのリハビリテーション室見学



普段見ることのできない機器でいっぱいの手術室の見学。大人も子どもも興味津々です。



出雲やしろ太鼓さんによる大迫力の演技。



観客を沸かせた出雲高校サッカー部2年生のソーラン節演舞。



出雲ロータリークラブさんは毎年院内コンサートを開催されています。今年は病院まつりで出雲学友協会さんの美しい演奏を届けてくれました。



アンリミテッドブラスさん。楽しい曲では自然と手拍子が。

他にもたくさんの催し物がありました。おかげさまでどれも大盛況。ご来場いただいた皆さま、ありがとうございました!

ハイブリッド手術室

# ハイブリッド手術室稼働1年を経て

心臓血管外科部長 **上平 聡**

昨年11月1日にハイブリッド手術室が稼働し1年が経過致しました。ハイブリッド手術室とは、高詳細の血管造影装置を備えた手術室のことで、中四国で初の最新鋭の据え置き型バイブレーション血管撮影装置（フィリップス社製Azurion7 B20/15）を設置し稼働開始しました。当科では1年間にこの手術室で、胸部大動脈ステントグラフト内挿術 37例、腹部大動脈ステントグラフト内挿術 32例、末梢血管手術（血管内治療と外科手技）31例を安全に施行できました。ハイブリッド手術室の利点は①患者さんご本人や医療スタッフへの放射線被曝量が極めて少ないこと、②術前のMRIやCT画像と透視画像を同期させるなど、様々なアプリを併用し透視時間の短縮と造影剤使用の低減が図れること、③58インチの大画面モニターで高詳細の画像を面前に治療が可能なことです。実際に稼働してみると、予想以上の画像の高詳細さやアプリの使いやすさを感じる部分と、予想外であった手術台の高さや可動性不具合などの使いにくさを感じる部分がありますが、次の1年はさ

らなる改良を経て手術症例数を安全確実に伸ばしていきたいと思えます。当科のみならず、脳神経外科でのコイル塞栓術や血栓回収術、放射線科での血管内治療など、他科の使用も増加しています。病院全体としてハイブリッド手術室が柔軟で有効に活用できるように今後も取り組んでいきます。



ハイブリッド手術室での胸部大動脈ステントグラフト内挿術の様子

看護師の特定行為研修

# 看護師の特定行為研修開講 特定行為研修修了看護師への期待

看護局長 **池田 康枝**

団塊の世代が75歳以上となる2025年に向け、今後の医療を支えるために保健師助産師看護師法の一部が改正され、手順書により特定行為を行う看護師の研修制度が創設されました。当院では、在宅や施設・病院などの医療現場において、医療安全に配慮しつつ高度な臨床実践能力を発揮し、チーム医療のキーパーソンとして機能できる看護師を育成するために特定行為研修に取り組んでいます。研修修了看護師は、急性期から慢性期、在宅医療といった幅広い領域

における活躍の場が期待されています。就労を継続しながらでも研修を受けられるように自宅でインターネットを利用した学習「e-ラーニング」を中心とし、実習と演習のみを集合研修としてしています。今年度は3名が受講中で、3月に修了式を迎える予定です。集合研修の対面授業では、指導医と受講生・指導看護師などによる活発なディスカッションが行われ、よりリアルに臨床推論力や病態判断力を習得することができます。受講生には、病院・施設・在宅などあらゆる場所で活躍し、「暮らし」に密着した「看護」の実践を期待しています。「看護の力」を結集し、地域を支える医療に貢献していきたいと思えます。令和2年度は募集人数を5名に増員し、地域で活動できる特定行為研修修了看護師を養成するとともに、研修修了看護師の活用のためフォローアップや活動体制づくりにも力を入れていきたいと思えます。



演習の様子



看護師の特定行為研修開講式

嚥下調整食レシピ

# 『県中の おうちで簡単 嚥下調整食レシピ』を作成!!

医療技術局次長（栄養管理科長） **下垣 かすみ**



当院では、1日約1200食を入院患者さんへ提供しています。

鳥根県は全国的にも高齢化率が高く、それに伴い入院患者さんも高齢の方が増えています。高齢になると、咀嚼（かむこと）や嚥下（飲み込むこと）の力が低下し、むせやすくなります。そうすると誤嚥（ごえん）が起き、誤嚥性の肺炎を繰り返される方もいらっしゃいます。肺炎を起こすと命に関わりますので誤

嚥しないような食事の工夫が必要です。

当院では、飲み込みやすさに配慮した「嚥下調整食」という5段階の食事を設定していますが、この食事の提供割合が年々増加しています。

退院後は病院のような食事にはできないという声も聞きます。そこで、飲み込みやすい食事作りのポイントを加えたレシピ集を、管理栄養士、調理師とで検討を重ね、新病院開院20周年に合わせて作成しました。

少しの工夫で、誤嚥を防ぎ元気に過ごしていただけるよう栄養相談等で食事、栄養面の支援をしていきたいと思っています。



新病院開院20周年イベントにて



## 食べやすい! 「3ソフト食 豆腐バーグ」 おすすめ! 嚥下調整食レシピ

栄養管理科 管理栄養士 **杉本 奈美**

### 材料 (4人分)

- 鶏ミンチ肉…200g
- 豆腐…1/2丁 (250g)
- 人参…40g (みじん切り)
- 青葱…1本 (12g) (小口切り)
- 大根…300g (すりおろし)
- 生姜…小1個 (6g) (すりおろし)
- サラダ油…12g

### 【下味調味料】

- 濃口醤油…小さじ2杯
- 酒…小さじ2杯
- 卵…1/2個
- 片栗粉…小さじ1杯半

### 【おろしたレ調味料】

- 濃口醤油…大さじ1杯
- 砂糖…大さじ1杯半
- 酒…大さじ1/2杯
- 生姜汁…少々
- だし汁…適量

### 【とろみあん】

- おろしたレ…200g
- とろみ剤…6g

### 作り方

- ①豆腐は水分をきって潰す。
- ②鶏ミンチ肉、豆腐、人参（茹）、青葱と下味調味料を加えてよく混ぜ合わせ、4等分にしてハンバーグ型に整える。
- ③フライパンに油をしき、②を入れて中火で蒸し焼きにする。
- ④おろし大根にタレ用調味料を加え、蒸し焼きにしたハンバーグに加えて煮込む。
- ⑤煮上がったハンバーグはおろしたレを取り除く。
- ⑥取り除いたおろしたレにとろみ剤を加え混ぜ合わせてとろみをつけ、豆腐ハンバーグの上にかける。  
※必要に応じて食べやすい大きさにカットする。



「3ソフト食 豆腐バーグ」  
栄養成分 (1食当り)  
エネルギー 193kcal  
たんぱく質 14.4g  
塩分 1.4g

# MOMO 導入 補助具アームサポートMOMO導入

～生活の質向上にむけて～

リハビリテーション技術科 作業療法士 **梶谷 宏一**

リハビリテーション部門では補装具（失われた身体の機能を補完するもの）のアームサポートMOMOを導入しました。脳や脊髄、筋肉の病気で運動障害をきたした患者さんが腕を持ち上げる動作が困難な場合に、日常生活の食事動作や書字動作の補装具として活用しています。在宅生活でも自力での食事や、趣味活動、仕事が快適にできるようになるといった効果も期待できます。



アームサポートMOMOは、身体

障害者手帳がある方の補装具費の支給対象（申請し医師の認定が必要）となっています。鳥根県内の導入例はまだ少なく設置された病院、施設はごくわずかです。

リハビリテーション部門では、新たな機器も導入し患者さんの機能回復や日常生活の質の向上のための治療に取り組んでいます。



## 先生、おしえて！ ～知っておきたい泌尿器科

泌尿器科 部長 **吉野 千城**

### 最も増加しているがん 前立腺がん 50歳以上の男性はPSA検査を

#### そもそも前立腺とは

前立腺は男性だけにある生殖器官の一つです。栗の実ぐらいの大きさで、膀胱の下に位置し、尿道を取り囲むように存在します。そして、精液の一部を産生します。

#### 疫学・症状

前立腺がんは50歳以上の男性に多く、2020年には肺がんに次いで罹患数の第2位になると予測されています。初期のうちには自覚症状がほとんどありません。

#### 検査

前立腺がんの疑いがあるかは血液検査によるPSA（前立腺特異抗原）測定が重要です。前立腺にがんができると血液中にPSAというタンパク質が漏れ出るため、数値が上昇します。男性は50歳を過ぎたらPSA検査を受けることをおすすめします。最終的に前立腺に針を刺して、組織を採取し、確定診断を行います。組織検査による悪性度や画像検査によるがんの広がり（病期）などを踏まえ治療法を決めていきます。

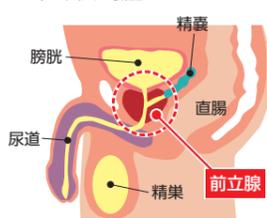
#### 治療

前立腺がんは稀な場合を除いてゆっくり進行し、進行がない段階で見つかれば治療法を検討する時間を十分に持てるがんだと思います。また、前立腺内のどこにどのくらいがん細胞が占拠するかの正確な予測は困難であり、前立腺全体の治療が必要です。根治療法としては手術療法と放射線療法の2つがあります。それ以外の方法としては内分泌療法などの薬物療法があります。手術は長期成績において生存期間の改善が証明された唯一の根治療法であり、当院では腹腔鏡手術による低侵襲治療を実践しています。



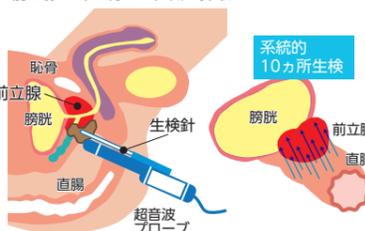
#### 前立腺とは

尿道を取り囲むようにある栗の栗の臓器



#### 前立腺生検

直腸から挿入した超音波で観察しながら、前立腺に針を刺し、組織を採取します。



#### 系統的10ヵ所生検

## 地域連携だより 第85号

### 「地域医療支援病院」として地域との連携に努めます

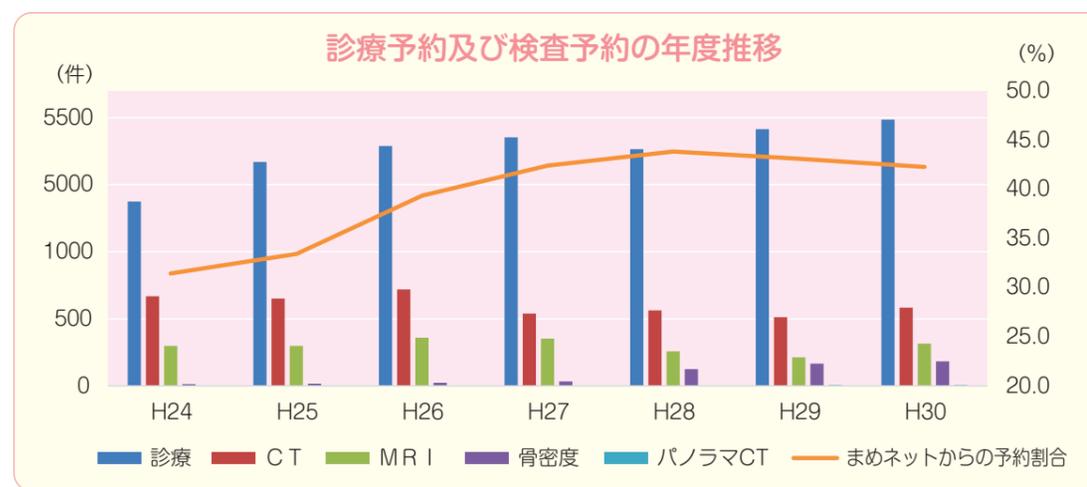
鳥根県立中央病院は、「地域医療支援病院」として、地域の医療機関との診療連携、当院の病床や医療機器・設備等の共同利用、24時間救急医療体制強化、地域医療従事者に対する研修会など地域医療の支援に努めております。

#### 地域医療支援病院登録医制度

出雲二次医療圏の医療機関の医師、歯科医師の方は、当院の医療機器（CT、MRI、骨密度測定、パノラマCT等）をご利用いただけます。利用には事前登録が必要です。出雲医師会を通じてお申し込み下さい。当院から登録医証等をお送りします。

#### お問い合わせ

入退院支援・地域医療連携センター  
電話 0853-30-6500  
FAX 0853-30-6508  
担当 楨原・小川



※診療予約は登録不要です。

### 地域の医療・介護関係者を対象とした研修会



2019年度は、高齢者ケア、緩和ケア、歯科口腔ケアなどをテーマにした17件の研修会を企画し、2020年1月までにのべ493名にご参加いただきました。今年度は、講師が出雲市民病院へ出張して「急変時対応研修」を開催し、医師や看護師、理学療法士等36名の方に参加いただきました。危険な状況の見極めとその伝え方について、演習を中心に講師と参加者の方々が積極的にディスカッションをする場となり、明日から活かせること好評で終わることができました。出雲市民病院では、講習会で取り上げたRRS（Rapid Response System：院内救急対応システム）の導入が決まったとのこと。来年度も引き続き出張研修を企画いたします。



# 知って得する 健康 医療 看護 ミニ知識 より

## ピックアップ

当院では、患者さんやご家族、地域の皆さまに、健康や病気についてのちょっとしたお役立ち情報や、ぜひ知っておいてほしいことなどをお伝えする『知って得する 健康・医療・看護 ミニ知識』を毎月開催しています。

ここでは、過去に開催した中からお役立ち情報をピックアップしてお届けします。



### 病院と歯科診療所の連携であなたの健康を守ります (2019年10月17日開催)

歯科口腔外科 尾原 清司 / 歯科衛生士 青木 瑠那

#### 歯周病や虫歯は身体にどう影響してくるの??

歯周病や虫歯などの口腔内の病気や衛生状態は、糖尿病や誤嚥性肺炎など他の様々な病気に影響します。また、高齢になり心身機能や活力が衰え、虚弱になった状態の「フレイル」に陥る前に、噛む力が衰える口のフレイルが先に起こるといわれています。お口のケアはとても大切です。

#### 歯のセルフケアで気を付けることは?

自分で毎日行うセルフケアでは、歯ブラシだけでなく歯間ブラシやフロスを使って歯の間の歯垢までしっかり落としましょう。さらに、定期的に歯科医師や歯科衛生士によるクリーニングを受けましょう。定期的にクリーニングを受けた人たちは、80歳で20本以上の歯がある割合が増えますが、そうでない人たちは5本程度というデータがあります。かかりつけ歯科医院を持って、あなたの健康を守りましょう。



### 知ってほしい～医薬品副作用被害救済制度～ (2019年11月1日開催)

薬剤師 頼光 翔

#### 医薬品副作用被害救済制度って??

医薬品等を適正に使用して、副作用による健康被害を受けた方への医療費等の給付のことです。

#### 給付の対象って??

副作用によって、疾病（入院治療が必要な程度）、障害（日常生活が著しく制限される程度）、死亡した場合、「PMDA 独立行政法人 医薬品医療機器総合機構」に請求の手続きをします。詳しくは当院1F「やおよろず相談プラザ」へご相談下さい。



### いつまでも強く丈夫な骨で、いきいき生活 (2019年12月4日開催) 看護師 山田 洋一

#### なぜ、骨はもろくなり、「骨粗鬆症」になるの??

「加齢」によって栄養状態が変化し、(カルシウムの取り込み低下、ビタミンDの生成低下、食事量の低下・偏り) それにより生活習慣の変化が occurs。骨は負荷がかかると丈夫になりますが、年齢とともに筋力が低下し運動量が減少すると、骨への負荷が低下しもろくなってしまいます。

#### どうしたら防げる??

食事でカルシウム(骨の原料となる)やマグネシウム(骨からカルシウムが流出するのを防ぐ)、ビタミンD(カルシウムの吸収を助ける)やビタミンK(骨形成を促進する)を意識的に取ったり、スクワット運動や片足立ち運動・ストレッチなどの運動、そして骨を壊す働きを抑える治療薬(ビスホスホネート薬、サーム、デノスマブなど)によって、予防をします。



## 知って得する 健康 ミニ知識 今後の予定

開催 月1回 平日の15:00～15:30

場所 1階 ふれあいホール(正面玄関ホール)

テーマ:「知っておきたい乳がんのこと～自分と家族を守るために～」

開催日: 2020年4月23日(木)

講師: 乳腺科 橋本 幸直(医師)

※ミニ知識へのご参加6回で記念品プレゼント!

※詳細は当院ホームページやFacebookでご確認ください

テーマ:「多すぎる薬に気を付けよう!!」

開催日: 2020年5月21日(木)

講師: 臨床薬剤科 吉岡 美智子(薬剤師)

テーマ:「妊娠前からの摂取が大切な“葉酸”のおはなし」

開催日: 2020年6月26日(金)

講師: 不妊症看護認定看護師 勝部 愛子

### 一般外来診療のごあんない(予約のない方)

#### 診療受付時間

各診療科の外来日はホームページをご確認いただくか、お問合せ下さい。

月曜～金曜 8時30分～11時00分

※当日に診療していない診療科、あるいは特殊外来に受診を希望される場合には、総合受付にお問い合わせください。

#### かかりつけ医からの紹介状をお持ちください

継続して受診している診療科以外の診療科を受診するとき、他の医療機関からの紹介状を持たずに当院を受診された場合、初診料のほかに5,100円(税込)(口腔外科の場合は、3,060円(税込))をお支払いいただきます。



## 島根県立中央病院

〒693-8555 島根県出雲市姫原4丁目1番地1

TEL: 0853-22-5111

Mail: spch@spch.izumo.shimane.jp

URL: <https://www.spch.izumo.shimane.jp/>

## イベント紹介 看護の日

開催日 2020年5月13日(水)

時間 10:00～11:30 場所 1階 ふれあいホール(正面玄関ホール)

イベント一例

フットケア  
骨密度測定  
体重測定・体脂肪測定  
骨盤ケア  
認知症について

健康相談展示

医療・健康相談  
栄養相談

など、イベント盛り沢山です!



島根県立中央病院公式Facebook  
院内情報を随時更新しています

<https://www.facebook.com/ShimanePrefecturalCentralHospital/>

