

せせらぎ

第9号



平成25年10月発行

四万十川のせせらぎのようにやさしく、そしておおらかに…患者様に寄り添い共に歩む、真心のこもった医療を目指します

**希望に向かってジャンプ!
わくわく、フレッシュ医・療・人!!**



災害に備えた透析医療体制を

四万十市立市民病院 院長 樋口佑次

東日本大震災が発生した平成23年3月11日。

その日に厚生労働省から「災害時の人工透析の提供体制及び難病患者等への医療の確保体制について」と題する文書が全国の都道府県に通知されています。

震災による停電と断水、医療機器や建物及び配管等の被害、さらに医療スタッフが被災したことによるマンパワー不足により、多くの透析医療機関が人工透析を継続することが不可能な状況になりました。通常、透析患者は1週間に3回の透析治療を受けるなど、定期的・継続的な治療が必要不可欠となっています。東日本大震災では、被災地域から、多くの透析患者を被災していない地域に送ることで、人工透析を継続するなどの措置が取られました。

厚生労働省は、公益社団法人日本透析医会の災害時情報ネットワーク等を活用して、被災した地域及びその近隣地域における人工透析患者の状況や透析医療機関の稼働状況について国へ情報提供するよう求め、また人工透析の提供体制を確保することも求めています。

市民病院では、このたび25台の人工透析装置を全て更新しました。

新しい人工透析装置は患者の安全に配慮した、災害に強い設計となっています。また災害時には、透析患者の安全を図り、患者とご家族に正確な情報を提供するとともに、万が一人工透析が継続できなくなった場合には透析可能な施設を紹介することなどを定めた「災害発生時の対応マニュアル」も作成しました。

これからも災害に備えた透析医療に努めてまいります。



糖尿病について知りま

市民病院では、「糖尿病にならないためのセミナー」開催や糖尿病について熟知したなってしまってからも「糖尿病教育入院」や糖尿病による足のトラブルに悩む方の「フ

糖尿病ってどんな病気？

糖尿病とは、血液中のブドウ糖(血糖)が増えすぎた状態(=これを「高血糖」といいます)が続くことを言います。

ブドウ糖は普段の食事から得ることができ、血液中に溶け込んで全身に運ばれます。そして、すい臓から分泌されるインスリンというホルモンの働きで細胞内に吸収され、私たちの生命活動のためのエネルギーとして使われたり、蓄えられたりします。

通常インスリンは、ブドウ糖の使い道をうまくコントロールしているので、食事をして血糖値が上昇しても、しばらく時間がたてば元の血糖値にもどるしくみとなっています。

ところがインスリンの分泌量が少なくなったり働きが悪くなったりすると、ブドウ糖が細胞内にうまく吸収されず血液中にあふれ出てしまう状態(=高血糖)になります。

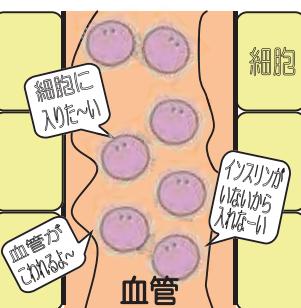
この「高血糖」状態だけではほとんど自覚症状がありませんが、そのままにしておくと、血管が弱り詰まって破れたり、目が見えなくなったり、腎臓が弱ったりと様々な病気(合併症)を引き起こします。

血液中のインスリンとブドウ糖の関係

インスリンの働きが正常なとき



インスリンの働きが正常でない(糖尿病)



糖尿病には大きくわけて「1型糖尿病」と「2型糖尿病」の2種類があります。

「1型糖尿病」は、すい臓の細胞性免疫の異常によってインスリンをつくることができなくなる病気です。遺伝子と環境要因が関係しているとも言われていますが、まだ原因不明な部分も多いとされています。

「2型糖尿病」は、インスリンが作られる量が少なくなったり、その効き目が低下する病気です。その原因是、親からの遺伝であったり、過食や運動不足、肥満、ストレスなどが誘因となったりします。日本では、糖尿病の約9割以上の患者さんがこの「2型糖尿病」と言われています。

糖尿病の多くは、生活習慣病にみられる原因がほとんどで、

- 「食事の量と栄養バランスに気を付け肥満防止すること」
- 「普段から適度な運動を心がけること」
- 「禁煙すること・飲酒を控えること」
- 「ストレスをためないこと」



で予防・改善ができるとされています。

これらは健康の基本です。

日々の生活で心がけていきたいですね。

自己管理がとても大切です！
生活のなかで、心がけてくださいね。



薬剤師
平地 珠美

糖尿病療養指導士
刈谷 八重 ナース

しよう！

…糖尿病にならないために…
…これ以上悪化させないために…



「糖尿病療養指導士」を配置するなどの予防啓発に努めています。また、万が一糖尿病にハットケア」など生活の質を向上させる(QOL)のための取り組みも積極的に行っていきます。

とうじょうびょうきょういくじゅういん

「糖尿病教育入院」をおすすめします！

糖尿病は治る病気ではありませんが、治療を続け血糖値のコントロールをきちんと行うことで、合併症の発症や進行を遅らせることができ、健康な人と変わらない生活を送ることが可能な病気でもあります。

そのためには、患者さんとそのご家族が糖尿病に関する正しい知識を身につけ病気を十分に理解し自己管理をしていくことがとても大切です。

糖尿病と上手につきあっていくためのステップとして、当院の「糖尿病教育入院」を是非ご利用ください。「糖尿病療養指導士」を中心としたスタッフが全力でサポートします。

↓ 「糖尿病教育入院」のご案内

対象のかた	<ul style="list-style-type: none"> ・健康診断などで糖尿病と診断された ・糖尿病だが自己管理の方法がよくわからない ・外来通院だけは管理がうまくできない ・合併症が心配、または進んできた可能性がある 
入院期間	<ul style="list-style-type: none"> ・2週間です（病状などにより変更になる場合があります） ・どの曜日からでも入院可能ですが、病室の空き具合により指定させていただく場合もあります
内容	病院給食による食事療法やビデオ学習、理学療法士による運動療法など当院のプログラムに沿って行います。
お申込み・相談	当院内科外来を受診のうえ、お申込みください。 又は、お電話（☎34-2126）にて内科外来看護師までご相談ください。

おまかせください！

私たち糖尿病療養指導士をはじめ、当院スタッフチームがあなたの療養をサポートします。



第3回 糖尿病にならないためのセミナー開催！

テーマ：「健康で元気に生活をおくるための食事」
～おいしくて体にもよい「クリスマスメニュー」～

- とき：平成25年12月14日(土)
10:00～13:00(受付9:30～)
- ところ：市立中央公民館(右山五月町)
1階 調理実習室
- 参加費：500円(材料費)
- 定員：15名(先着順)
- 申込期限：平成25年12月6日(金)まで



今回は、食生活を様々な視点から改善するための「クッキングセミナー」です。
実際に「クリスマス料理」を作ります。血糖値や加熱に気を付けながらクリスマスメニューが楽しめる内容となっています。

「不規則な食生活がやめられない」、「検診で、糖尿病予備軍と言われたけれど…」などと健康に不安のある方やそのご家族の方々、ぜひ参加してみませんか？

※お申込み・お問合せ先 ☎(0880)34-2126(代表)、「セミナー申込み」の旨お伝えください



じんこうとうせき 人工透析って？

人工透析とは、働きが低下した腎臓の代わりに老廃物や余分な水分などを取り

除く治療法のことで、主に「慢性腎不全」「急性腎不全」という病気の患者さんに行います。

私たちの体は、常に代謝を行っているので老廃物ができ、また食事をすることで分解された栄養から毒素が作られます。そして、これらの老廃物や毒素が含まれた血液を腎臓でろ過し、余分な水分と一緒におしっことして体外へ排出することで体内的健康を保っています。

しかし人工透析の患者さんは、この腎臓の働きを透析装置という機械で人工的に行わなければなりません。

人工透析には大きく分けて「血液透析」と「腹膜透析」があります。日本で行われている人工透析の約9割以上が「血液透析」で、市民病院でも現在25ベッドで行っています。

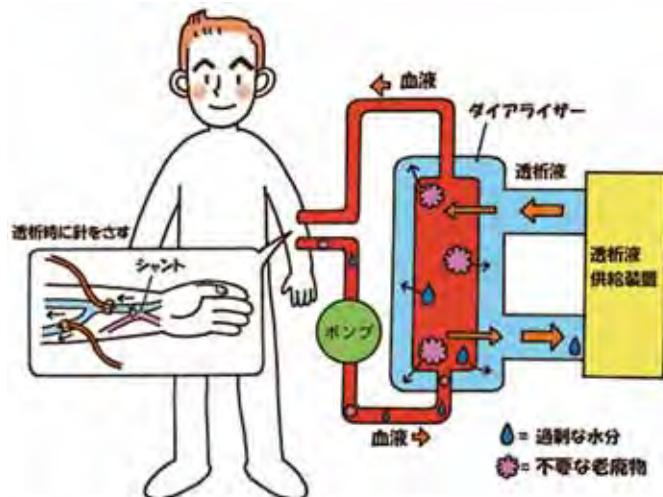
「血液透析」では、患者さんと透析装置をつなぎ、血液を送りこんで浄化しキレイになった血液を再び体内に戻します。治療の回数としては、一回3~4時間かかり、一週間に2~3回は行う必要があります。

このように、腎臓の機能を失ってしまうと、「人工透析」などに頼らざるを得ません。

腎臓の病気の原因は様々ありますが、その多くは、高血圧や糖尿病などの生活習慣病や、メタボリックシンドロームとも深い関わりがあり、誰もがかかる可能性のある病気と言われています。

また、初期のころには自覚症状がほとんどないため知らず知らずのうちに進行してしまうといわれ、現在日本では慢性腎不全患者が増え続けており、最近では「新たな国民病」と呼ばれ、約30万人が透析療法を受けています。

普段から、バランスのとれた食事(特に塩分の取りすぎに注意)をはじめとする規則正しい生活を中心がけましょう。また定期的に健康診断を受けることで、慢性腎臓病(CKD)を予防しましょう。



透析室のプロフェッショナルたち



透析装置の老朽化にともない、このたび機器を一新しました。これにより性能がより向上したことはもちろんのことですが、従来型は床頭据置タイプだったことに対し、今回の新型はフロア設置タイプになったことで、落下の危険が解消されるなどの地震対策もとられました。

また、「透析通信システム」というコンピュータ機器も導入し、これまで以上に患者さんの体重・除水管管理を適切かつ安全に行うことができます。

私たちスタッフも新システムを導入することで、さらに効率よく、スムーズな伝達・治療を行っていきます。

これは、「透析液供給装置」といって、血液透析では、血液をキレイにするためにかかすことができない「透析液」を作る装置です。

患者さんの状態にもよりますが、1回(約4時間)の透析液の使用量は120～150リットルです。

細菌などが侵入しないよう、管理やメンテナンスは、私たち臨床工学技士(計3名)が細心の注意をはらって行っています。

③透析液供給装置



臨床工学技士
江口 洋平



樋口佑次
院長

※臨床工学技士とは…

医師の指示のもとに、人工呼吸器・血液浄化装置などの生命維持管理装置の操作します。

各装置の保守点検も行い、臨床工学法で定められた国家資格です



透析室
ナース
柿谷 和代

これは、「透析用監視装置」といいます。

水道水から始まって最終的に透析液として患者さんのベッドサイドまでたどりつき、透析液や血液の流れ、除水量、透析液の温度、抗凝固薬の注入量など様々な調節・監視をこの1台で行っています。また、血液透析療法(HD)に加えて血液ろ過透析療法(HDF)など治療ニーズにも対応できるようになりました。

新しい機器は、大きな液晶画面で操作しやすく、スムーズに管理できます。

臨床工学技士 剱谷 貴幸

これは、「逆浸透水処理装置」といいます。とても大きな機械です。

人工透析を行うためには大量の水道水を使います。水道水には塩素や不純物が含まれているため、これらを取り除くためにこの装置を使って、クリーンな水に換えて透析用水として供給するのです。

①給水(水道水)

②逆浸透水処理装置



臨床工学技士
武政 翔梧

患者さん一人一人に
あつたケアと不安な
気持ちを少しでも
解消できるよう、
「まごころ」こめて
サポートしています。

わたしたち
透析室のナースは
合計7名で
がんばってます!!



透析室ナース
山脇 あい

④透析用監視装置



今年の夏も

医学部の学生さんが実習に訪れました



市民病院では、毎年8月に行われる「幡多医療道場」及び「へき地医療夏期実習」の医学部学生の実習を受入しており、ともに「地域医療」を考え交流を深めています。

幡多地域医療道場

地域枠学生など高知県医師養成奨学貸付金を受けている学生の実習として高知大学医学部家庭医療学講座及び高知大学地域枠学生等アドバイザーWGが主催しているものです。

8/19～21の日程で約32名の学生が、当市民病院と幡多けんみん病院を訪れました。

1日目は当院外科の石井先生による「幡多地域医療考える」と題した講義で、先生自身が他県から四万十市に移り住み地域と医療にどのように関わってきたのか、学生にとっては「地域医療」を肌で感じ、自身の将来に重ねることができるような内容であったと思います。



へき地医療夏期実習

高知県へき地医療協議会の主催で、県内15医療機関、47名の学生が実習をしました。当院では、今年は自治医科大学より1名高知大より3名の計4名が8/22～23の日程で実習を行いました。



お知らせ 第3回 健康フェア開催

今年も
開催します



今回で3回目となる「市民病院健康フェア」。

今年もますますパワーアップしての開催です!!

日頃、市民病院と関わりのある方も全く無い方も、健康に自信のある方も、ちょっと悩みを抱えている方も、どなたでもお気軽にお越しください。

今年も「サプライズ企画！？」を準備してお待ちしてます!!



**とき 11月23日(土)
祝日 10:00～12:00
ところ 市民病院 1階ビ-**

おもなプログラム(予定)

- 血圧・血糖測定など「健康チェックコーナー」
- 入院治療食の「試食コーナー」
- いざという時だいじょうぶ？「AED体験コーナー」
- 介護・栄養・お薬・運動など「お悩み相談コーナー」
- …などなど

(※ プログラムは当日変更になることもあります)



お知らせ オーダリングシステムを導入しました

平成25年9月2日より、オーダリングシステムの運用を開始しました！



↑再来受付機

磁気カード
診察券→



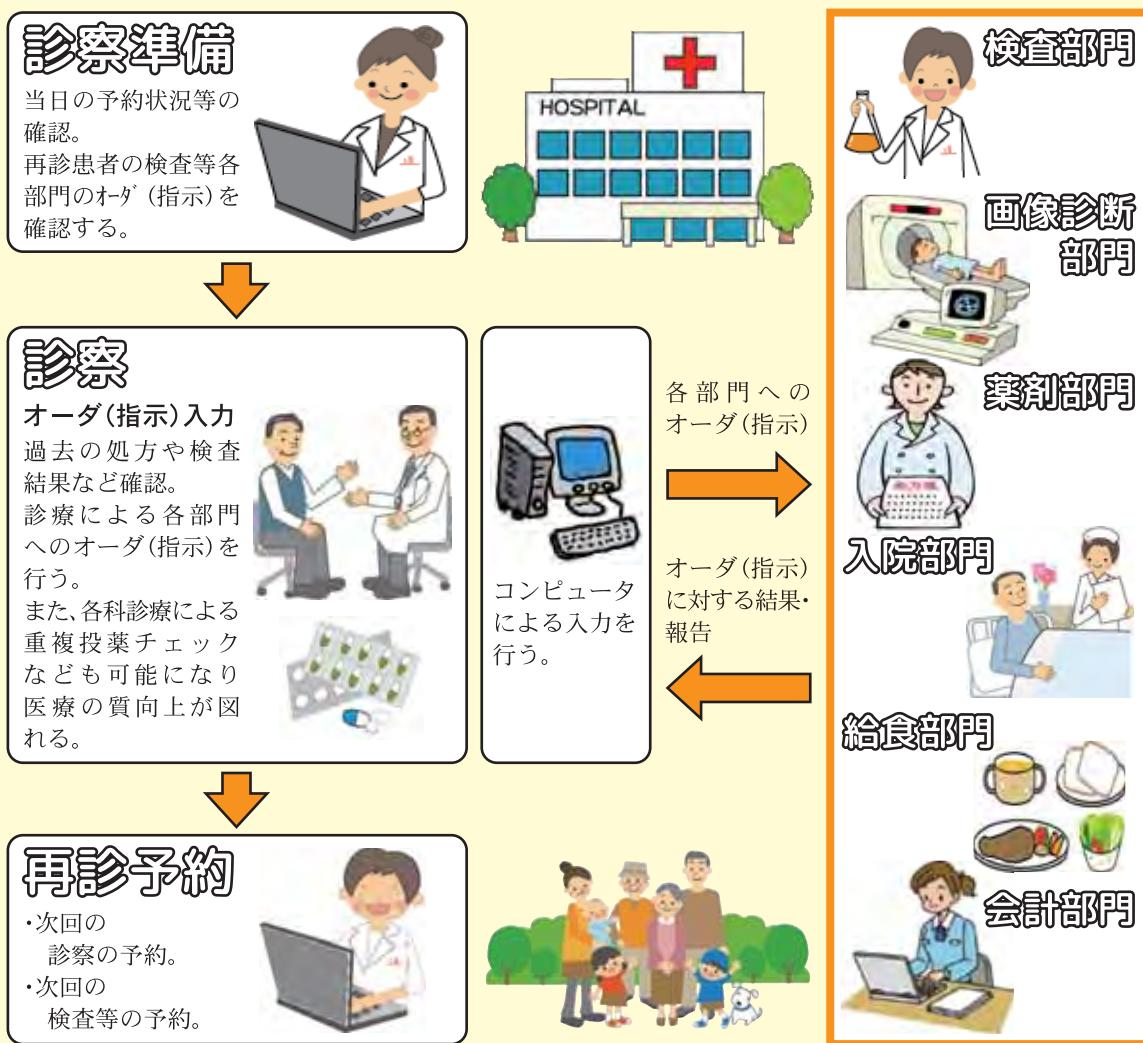
オーダリングシステムとは、院内における検査や処方などの情報伝達システムのことです。

これまで検査や処方箋の指示などは、医師が紙に書いたり、口頭で各部門に伝達されており、時間がかかるなど患者さんをお待たせする要因の1つになっていました。

このオーダリングシステムの導入により、コンピュータに入力することで即座に関連部門に伝達され、診療をはじめ検査・薬品処方そして医事会計など病院内の処理・業務を迅速に行うことができるようになります。また、蓄積された検査結果や服薬の情報を確認することで、医療の質の向上にも役立つことが期待されます。

これに合わせて「磁気カード診察券」での「再来受付機」による自動受付も開始します。診療予約をされている患者さんについては、再来受付機をご利用いただきますよう(※磁気カード診察券をお忘れ無いように!)お願いします。

●当院におけるオーダリングシステムの流れ



職員一同、皆さんにご迷惑とならないよう機器操作の習得に努めておりますが、その場の状況などによっては、診察、検査、会計のお呼びだしまでに多少の時間を要することがございます。

何とぞ、ご理解をくださいますよう、お願いいたします。



外来診療医師担当日表

*印は「非常勤医師」です

(平成25年10月1日より)

●受付：午前 8時～11時まで(☎34-2126)

●診療開始時間：午前 9時から

		月	火		水		木		金		
内 科	午 前	初 診	小川貴司	初 診	矢野昭起	初 診	樋口佑次 (紹介患者のみ)	初 診	高橋敏也	初 診	小川貴司
	再 診	樋口佑次	再 診	樋口佑次	再 診	高橋敏也	再 診	矢野昭起	再 診	*竹田修司 (注)第1・2・5週	
		矢野昭起		*鷺山憲治	再 診	矢野昭起	再 診	樋口佑次	再 診	高橋敏也 (注)第1・3・5週	
	午 後	再 診	樋口佑次	再 診	小川貴司	再 診	高橋敏也	再 診	小川貴司	石井泰則 (呼吸器外来) (注)第2・4週	
		高橋敏也		*鷺山憲治	再 診	小川貴司	再 診	*竹田修司 (注)第3週		樋口佑次	
外 科	午 前	宇都宮俊介	石井泰則		宇都宮俊介	石井泰則		宇都宮俊介			
外 科形	午 前	河内 通	坪屋英志		河内 通	坪屋英志		河内通			
外 科 神 経	午 前	伴 昌幸 (川田祥子)	川田祥子 (伴 昌幸)		伴 昌幸 (川田祥子)	川田祥子 (伴 昌幸)		伴 昌幸 (川田祥子)			
泌 尿 科	午 前	中尾昌宏	休 診 (手術・検査)		中尾昌宏	休 診 (手術・検査)		中尾昌宏			

注) 国立高知病院医師4人(篠原勉、畠山暢生、岡野義夫、町田久典)が、交代で診察します。

看護師(臨時職員)募集!

看護師・准看護師(臨時職員)を募集しています。
あなたの『資格』、地域医療に生かしてみませんか?



あとがき ~編集後記~

毎年恒例となりました「幡多医療道場」。今回も大勢の高知大学医学部の学生さんが当院で実習されました(6P)。

1日目の講義の後、懇親会でたくさんの学生さんに、大学のことや医療の勉強のことなどお話しを伺いました。

「将来、四万十市民病院で働いてみたい」とおっしゃっていた学生さん! ぜひ、四万十市においでください! お待ちしています! (岡田)

四万十市立市民病院理念

【基本理念】 私たちは良質な医療を提供し、患者さんに信頼される病院を目指します。

【基本方針】

(患者の権利の尊重) 患者さんの人権と生命の尊厳を尊重した医療を行います。

(職員の自覚・自己啓発) 全ての職員は医療技術の研鑽に努め、親切で優しい対応を心がけます。

(地域連携) 地域の医療機関等との連携を推進し、開かれた病院づくりに努めます。

(経営健全化) 経営の健全化を図り、安定した病院運営に努めます。

ホームページも
ぜひご覧ください!

四万十市立市民病院

検索

発行元

四万十市立市民病院
広報委員会

〒787-0023
四万十市中村東町
1丁目1番27号
TEL (0880) 34-2126
FAX (0880) 34-1861