

保健

医療

福祉

分野で社会に貢献します。

医心伝心

[いしんでんしん]

1

January

No. 148

2017.1.5

一特集一

安心して
がんの治療を
受けていただく
ために

INDEX

P.01 メッセージ

P.02 医療の輪

P.03 特集

「安心してがんの治療を
受けていただくために」

P.07 HOSPITAL NEWS

P.10 健心だより

P.11 福祉の窓から

P.11 在宅療養あれこれ

P.12 モノ知り博士

P.15 Information

P.18 娯楽室

P.19 旬を食す

新年のご挨拶

明けましておめでとうございます。

昨年も地震などの災害が各地で発生し、大変な年でありました。決して他人事ではなく、この地域でも災害に備えた準備を怠りなく行う必要性を痛感いたしました。

さて、当院は昨秋に愛知県知事から地域医療支援病院の承認を受けました。地域医療支援病院とは、地域の中核病院として地域の診療所などで対応が困難な専門的治療や高度な検査・手術などを行い、地域完結型医療の中心的役割を担う病院です。国は以前から、地域における医療の全てを各医療機関が個々に行うのではなく、医療機関ごとに機能を分担してその領域の医療に専念することを求めています。それにより、地域で必要とされる医療を効率的に提供できる体制づくりが可能と考えています。

「もっと入院したい」「このまま通院したい」という患者さんも多くいらっしゃる中、そのお気持ちを十分に理解した上で当院では転院や逆紹介をお願いしてまいりました。それは、当院の役割は地域の診療所などでは対応が難しい患者さん



刈谷豊田総合病院 病院長

井本 正巳

の診療を行うことだと考えているからです。また、名古屋まで行かなくても良質な医療が受けられる設備や環境の整備にも努め、昨年はがん治療を行う化学療法センターを開設し、一般病院では初となる全自動抗がん薬調製支援装置「DARWIN™-Chemo」を導入しました。

当院は地域医療支援病院としてさらなる向上を目指してまいりますが、当院での急性期医療を終えた後も慢性期医療や介護が必要な患者さんも多くいらっしゃいます。豊田会には療養型病院の東分院や高浜分院、介護老人保健施設のハビリスーツ木があります。また、在宅医療となれば日頃から連携している地域の開業医の先生方にお願ひして切れ目のない医療の提供を目指します。豊田会を含むこの地域の全ての医療機関が協力して、地域の皆さんが必要な時に必要な医療・介護が受けられるよう努めていくことが必要です。当院の取り組みを何とぞご理解いただきますようお願いいたします。

最後になりましたが、本年が皆さまにとって良い年であることを祈念いたします。

〔豊田会理念〕 保健・医療・福祉分野で社会に貢献します

〔豊田会方針〕 温かい思いをこめた、質の高い保健・医療・福祉サービスを提供します

〔権利宣言〕 私たちは患者の皆さまの権利を尊重します

1. 安心して最善の医療を受ける権利を尊重します。
2. 治療に関する情報を知り、説明を受ける権利を尊重します。
3. 治療に関する方法を自己の意思で決定する権利を尊重します。
4. 個人の情報が保護される権利を尊重します。

これらの権利を守り発展させるため、私たちと協力し、医療への参加をお願いいたします。



研修の様子



地域医療連携

医療の輪



地域の医療・介護水準の向上を目指して

急性期病院と地域の医療機関が役割を分担しつつ協力し合うことは、この地域における医療・介護の質の向上につながります。地域の皆さまが住み慣れた地域で必要な時に適切な医療・介護を受けながら安心して暮らせるよう、当院は、近隣

の医師会や行政と協力し、さまざまな取り組みを行っています。

その一つとして、当院を含めた地域全体の医療・介護従事者を対象に医療・介護の質の向上を目指した研修会を開催しています。昨年度は年間36回の研修会を行い、延べ参加者数は1,798名でした。当院職員に加え、院外からも多くの医療・介護従事者が参加しました。今年度は78回の研修会を計画しており、参加者数はすでに昨年度を上回っています。

研修会では最新の医療情報の講演や活動実績の報告などの他、実技研修やグループワークも行っています。グループワークは、異なる施設・職種の方々と直に話ができる場でもあり、お互いを知る機会でもあります。顔の見える関係ができることで、連携がよりスムーズになっています。

今後も地域の医療機関と協力し、それぞれの役割を果たすことで地域の皆さまが安心して暮らしていける地域を目指してまいります。

地域連携室 早川 淳子

連携医療機関のご紹介

田中ハートクリニック [院長] 田中 厚志 先生

今回は、刈谷市中部の田中ハートクリニックをご紹介します。田中ハートクリニックは内科と循環器科を標榜しています。田中先生の専門は循環器科ですが、「専門にかかわらず総合的に幅広く診療していきたい」という信念のもと、さまざまな症状を抱えた患者さんの外来診療や訪問診療を行っていらっしゃいます。また、「急性期病院と開業医との役割分担をしっかりとすることで、患者さんにより良い医療を提供したい」とのお考えから、刈谷豊田総合病院との連携も大切にいただいています。患者・家族の皆さまとの信頼関係を大切にされ、地域に密着した頼れる「ホームドクター」です。

田中厚志院長からのメッセージ

患者・家族の皆さまのお話をよく聞き、できるだけ良い方向に導けるよう一緒に考えさせていただきます。



田中ハートクリニック

診療科目: 内科、循環器科
所在地: 〒448-0821 刈谷市御幸町6-104
電話: 0566-63-5800

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前9時～12時	○	○	○	△	○	○	△
午後4時～7時	○	○	○	△	○	○*	△

休診日: 木曜日、日曜日、祝日 ※土曜日のみ午後3時～5時

安心してがんの 治療を受けて いただくために

がん総合診療センター長
吉田 憲生

現在、日本人の2人に1人は何らかのがんにかかるといわれています。国立がん研究センターの報告によれば、生涯のうちにがんになる確率は男性で**63%**、女性で**47%**、がんで死亡する確率は男性で**25%**、女性で**16%**とされています。がんは誰にとっても身近な病気となっているのです。がんにならないようにするためには、禁煙や生活習慣の見直しなどの予防が大切です。予防によりがんのリスクは低下しますが、絶対にがんにかからないわけではありません。健診はがんの早期発見に有効で、早期発見できれば**手術療法**を中心

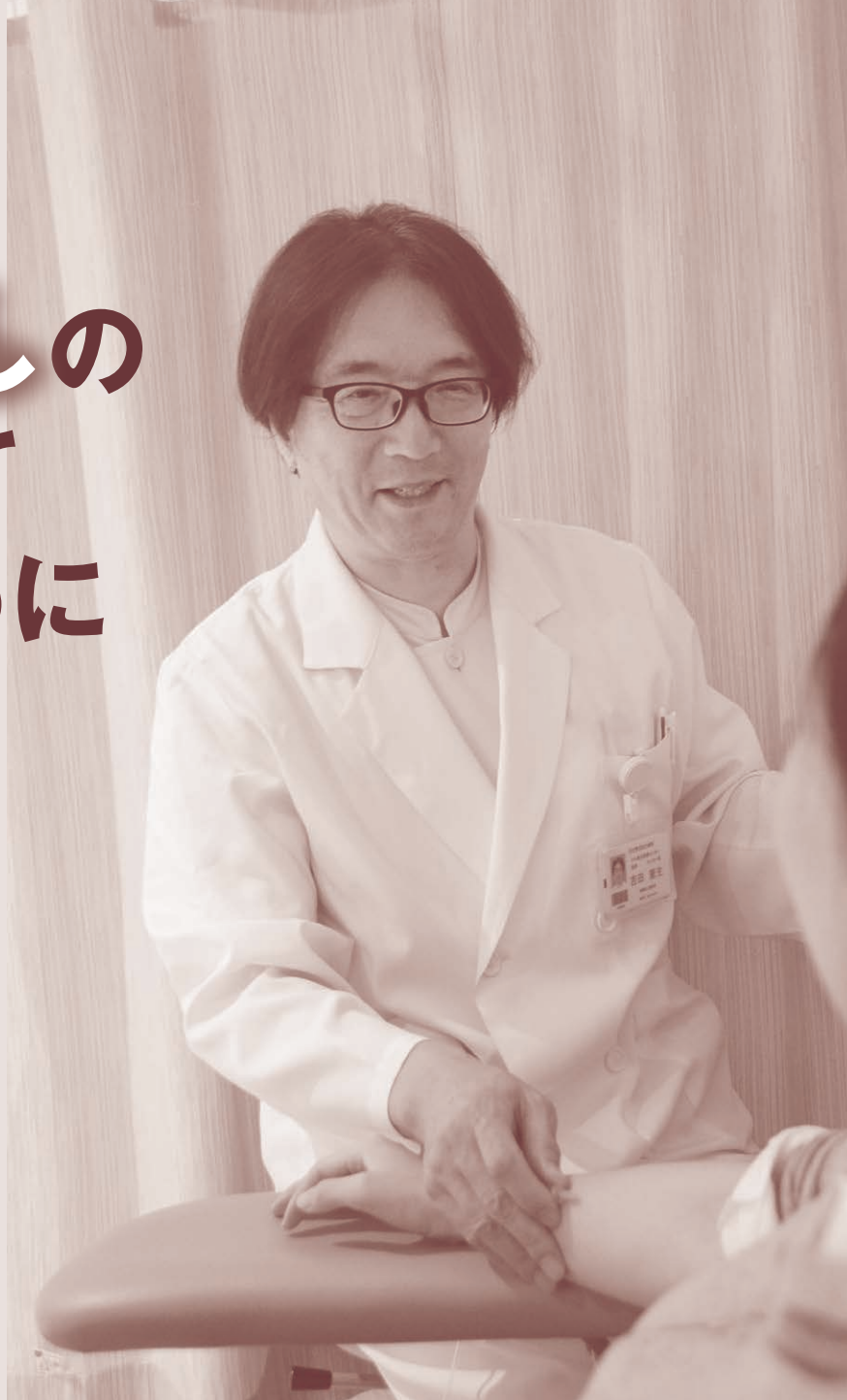
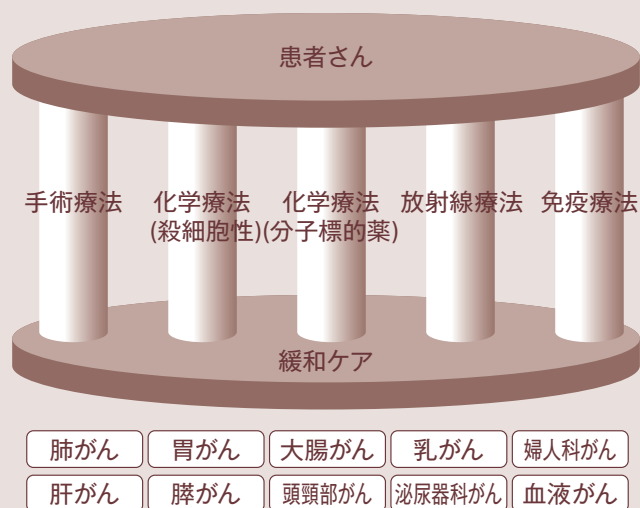


図1. 集学的治療の相関図



とした治療によりがんが完治することもまれではありません。

一方、がんが進行していて手術が難しい場合や手術後にがんが再発した場合は、**化学療法**（抗がん薬治療）や**放射線療法**などが適応となります。昨年10月には新たに化学療法センターがオープンし、がんの三大治療（手術療法、化学療法、放射線療法）の機能がさらに充実しました。

また、当院では身体や心の症状（痛みや不安など）を和らげる**緩和ケア**にも力を入れています。どのようながんの種類であっても、病状に合わせて適応される治療を複合して行う集学的治療により治療成績の向上をはかっています（図1）。

昨年発表されたがんの部位別生存率（図2：早

図2. がんの部位別生存率（診療開始が1999年から2002年）

部位	5年生存率(%)	10年生存率(%)
胃	70.9	69.0
大腸	72.1	69.8
食道	38.1	29.7
肝臓	32.2	15.3
気管、肺	39.5	33.2
乳	88.7	80.4
子宮頸	78.0	73.6
子宮体	83.8	83.1
前立腺	87.4	84.4

資料：全国がん（成人病）センター協議会

期がんから進行がんまで含む）をみると、高い生存率が得られるようになってきたがんも多く、治療中あるいは治療後の**生活の質を保つ**ことが大切になっています。そのため、看護師や薬剤師などのスタッフが協力してがん患者さんのケアや指導に取り組んでいます。がん相談支援センターでは、がん患者さんの生活を社会的な面から支援しています（当院のがんに関する取り組みはP17をご覧ください）。

当院はこれからもがんにかかっても安心して治療を受けられる地域づくりを目指して取り組んでいます。

がん化学療法の副作用

がん薬物療法認定薬剤師 榊原 隆志



一言でがん化学療法（抗がん薬治療）といっても、治癒や再発の予防を目的とした術前・術後の化学療法と、延命や症状の緩和を目的とした進行もしくは再発した場合に行う化学療法があります。投与方法は点滴や内服、その両方を行うこともあり、1剤だけでなく2〜3剤を併用して治療をすることも多いです。

一般的な薬は、効果を示す量と副作用を起こす量に大きな差があるため、副作用を起こすことは少ないです。しかし、抗がん薬は効果を示す量と副作用を起こす量の差が少ないため、**高い確率で副作用が起こります**。そのため副作用を早期発見し、回避・軽減することががん化学療法を行う上で重要となります。

また、副作用が起こる時期もさまざまなため、時期に合わせた注意が必要です（図3）。さらに、

最近では新しい薬（分子標的薬、免疫チェックポイント阻害薬など）が開発され、今までになかった新たな副作用（高血圧、出血、血栓、皮膚障害、過剰な免疫反応など）が問題となるケースも増えてきており、副作用のコントロールがさらに大切になってきています。

副作用の評価やその対策、患者さんへの指導などきめ細やかなサポートができるよう医師だけでなく薬剤師や看護師も協力し、**チームでケア**する体制を整えています。治療方法や副作用などのことでご不明な点やお困りの点がございましたら、ぜひご相談ください。

図3. 主な副作用の発現時期

発現時期	検査値で分かる副作用	自分で分かる副作用
当日	—	・アレルギー ・吐き気、嘔吐 ・末梢神経障害（早発性）
数日～数週間	— ・骨髄抑制（白血球減少、血小板減少） ・高血圧	・吐き気、嘔吐 ・食欲不振 ・口内炎 ・皮膚障害 ・下痢 ・脱毛
数週間～数カ月	・骨髄抑制（貧血）	・末梢神経障害（遅発性） ・出血 ・色素沈着

※発現時期は目安であり、副作用が起こる頻度や程度は行っている治療や患者さんによって異なります。

化学療法を受ける 患者さんの看護

がん化学療法看護認定看護師

七里京子・能登智恵美



近年は、抗がん薬の進歩とその副作用を抑える薬の開発により、外来通院で化学療法（抗がん薬治療）を受ける患者さんが増えています。今年度10月にオープンした化学療法センターでは、ベッドの増床とともに安心して治療を受けていただくための環境を整備し、抗がん薬の安全な投与管理を行っています。

化学療法を受ける患者さんは、抗がん薬の効果とともに疾患とうまく付き合いながら、安心してその人らしい生活を維持・継続していくことが目標となります。

抗がん薬の副作用については、症状や程度は個人差があり、場合によっては日常生活に支障を来すことがあります。そのため、治療に対するつらさや不安を抱えながら通院される患者さんも

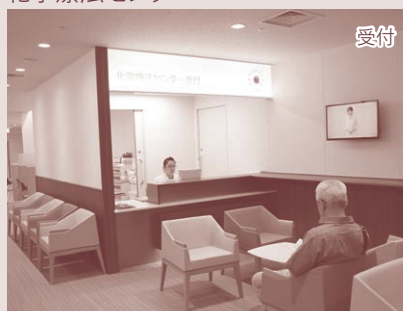
少なくありません。

患者さんが訴える苦痛は、代表的な悪心（吐き気）・嘔吐の症状だけではありません。また、薬の処方だけでは対応できないことも多いため、私たち看護師は患者さんの気持ちに共感し寄り添いながら、体験している副作用症状にどのように対処したらよいかを患者さんやご家族と一緒に考え、支援しています。

がん化学療法で患者さんが感じる苦痛 （相談数の多い順）

1. 嘔吐
2. 悪心（吐き気）
3. 脱毛
4. 治療に対する不安
5. 治療期間の長さ
6. 注射による不快感
7. 呼吸が速くなる呼吸速拍
8. 全身の倦怠感
9. 睡眠不足
10. 家族へのさまざまな負担
11. 仕事ができないことによる焦燥感
12. 心のよりどころがないこと
13. 不安と緊張感
14. 抑うつ感
15. 体重の減少

化学療法センター



がんの療養と緩和ケア

緩和ケア医 梶野友世

緩和ケアは、がんと診断されたときから行つ、身体や心の苦痛を和らげるためのケアです。

がんの療養中は痛みや吐き気、食欲低下、息苦しさ、だるさなどの体の不調、気分の落ち込みや孤独感などの心の問題が患者さんの日常生活を妨げることがあります。そしてこれらの問題は、程度の差はあっても多くの患者さんが経験します。痛みやつらさを和らげて、その人らしい生活を送ることができるようサポートするのが緩和ケアです。

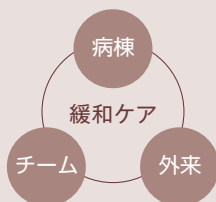
緩和ケアは、基本的には主治医や看護師によって提供されますが、特に症状の強い方には専門チームによるサポート体制を整えており、それを専門的緩和ケアと呼びます。

専門的緩和ケアは、がんの治療中かどうかや入院・外来などを問わず、どのような状況でも受ける



図4. 当院の緩和ケア体制

主治医とともに
多職種で構成された
専門チームが支援します



病棟

- ・入院による緩和ケアの提供
- ・外来や在宅への移行支援

チーム

- ・急性期病棟における緩和ケアの支援
- ・緩和ケア病棟への移行支援

外来

- ・緩和ケア病棟退院後のフォロー
- ・外来通院患者さんへの緩和ケアの提供

主治医にご相談ください。

専門的緩和ケアを希望される場合は、まず主
シヤルワーカー・臨床心理士・管理栄養士・リハビ
リ科療法士など多職種が連携して、治療やアドバ
イスを行っています。



ことができます。当院で
は通院患者さんには
緩和ケア外来、がん治療
中の入院患者さんには
緩和ケアチーム、がん治
療を終えられ自宅療養
が困難な方には緩和ケア
病棟を整備しています
(図4)。緩和ケア医・看
護師・薬剤師・医療ソ-

地域で支えるがん診療

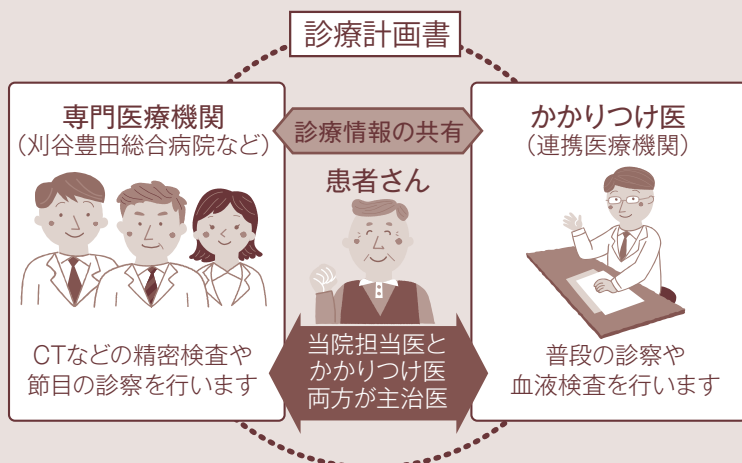
医療ソーシャルワーカー 高麗 彰子



平成18年の「がん対策基本法」の成立以後、
がん患者さんやご家族を地域全体で支える
体制が整えられてきました。がん治療を始める
前でも治療の後でも、療養生活の間でも、地域の
病院や診療所、介護関連の事業所を含めたさまざ
まな仕組みや制度が連携できるよう、取り組みが
進められています。

例えば、がん地域連携パス。がんの手術後、か
かりつけ医と専門医が診療計画をもとに協力し
て患者さんを診ていく仕組みです(図5)。待ち時
間や通院時間が短縮でき、患者さんをよく知るか
かりつけ医に慢性疾患を含めて診てもらえると

図5. 愛知県統一 がん地域連携パス



いった利点があります。
在宅医療・介護サービスでは、高齢で介護が必要
ながん患者さんやがんが進行して介護や在宅医療
が必要な患者さんは、一定条件の下で介護保険が
利用できます。また、医療保険では年齢にかかわら
ず訪問診療や訪問看護を受けることができます。
お住まいの地域の医療機関や施設、在宅医療や
助成制度のことなど分からないことがありますし
たら、がん相談支援センター(当院診療棟1階、相
談無料、予約不要)にお気軽にご相談ください。

認知症サポートチームを発足しました

総合内科 武田直也

社会の高齢化に伴って認知症の患者さんが増える傾向にあり、当院に入院される患者さんにも認知症の方が増えてきました。厚生労働省は認知症の方が過ごしやすい地域づくりを推進しており、当院でも今年度10月に認知症サポートチームを発足しました。

■認知症サポートチームとは？

認知症ケアを円滑に行うための多職種によるチームで、認知症サポート医である内科医、認知症看護認定看護師、薬剤師、作業療法士、医療ソーシャルワーカー、事務員で構成されています。

■認知症サポートチームの役割

認知症の方が手術や検査を必要とする病気にかかり入院すると、日頃できていたことがうまくいかず不安になったり、環境の変化から混乱したりすることがあります。

混乱した状態になると、医師や病棟スタッフとの意思疎通がさらに困難となり、治療や検査を制限したり、治療す

る上でやむを得ず行う器具での身体拘束や薬剤での鎮静を必要以上に行わなければならなかったりします。

認知症サポートチームは病棟スタッフと共に認知症の方が抱える身体の苦痛や心のつらさを理解し、それぞれの患者さんにとって安心できる療養環境を整え、最善の治療が受けられるように支援することを目的としています。

認知症の患者さんが快適に治療を受けられる環境を整えるためには、患者さん個人のことをよく知ることが必要です。患者さんの一番の理解者であるご家族の皆さまの力をお借りすることもあるかと思っています。認知症の患者さんが快適な入院生活を送ることができるよう活動してまいりますので、ご協力をよろしくお願いいたします。



職員研修の様子



カンファレンスの様子

医療安全推進週間の催しを 開催しました

安全環境管理室 佐藤 麻衣子

厚生労働省が定めている医療安全推進週間に合わせて、当院でも11月21日(月)～25日(金)に感染管理チーム・医療安全チームによるプレゼンテーションやポスター掲示を行いました。お忙しい中、多くの方にご参加いただきありがとうございます。

■感染管理チームより

「手洗いで感染予防」正しい手洗いできていますか？」をテーマに、正しい手洗い方法を紹介しました。病原体が付いたドアノブや照明のスイッチに触れ、その手で目や鼻、口を触るなど、多くの病原体は手を介して広がっていきます。手洗いは病原体が広がる道筋を遮り、感染予防に有効です。

また、せっけんに見立てた蛍光クリームで手を洗い、ブラックライトを当てて洗い残しを確認すると、指の間や親指周りなどに洗い残しがあつた方が多くいらつしました。普段から指の間や指先、手首まで意識して洗うよう心がけましょう。

■医療安全チームより

「病院に運ばれたら…」をテーマに、スタッフが患者さんや看護師などの役を演じ、緊急で病院へ搬送された場合にどのような備えがあつたらよいか、劇を通してお伝えしました。ご家族への連絡や内服している薬の確認に時間がかかる、必要な治療が遅れてしまう可能性があります。お薬手帳にはご家族の連絡先やご自身の血液型・アレルギーなどを記載して、ぜひ持ち歩いてください。

今回のプレゼンテーション以外にも、フルネームで名乗っていただく、疑問や不安がある場合は声をかけていただくなど、医療安全のために患者さんやご家族にもご参加いただく場面があります。今後ともご理解とご協力をお願いいたします。



感染管理チームのプレゼンテーション



医療安全チームのプレゼンテーション



ブラックライトを使った洗い残しの確認



劇の様子

厚生労働大臣の表彰を受けて

ゆうあいの会 岩田 成子

この度、病院ボランティア「ゆうあいの会」が長年にわたり行ってきたボランティア活動の功績が認められ、厚生労働大臣より感謝状が授与されました。

ゆうあいの会は、平成6年に一日看護体験に参加した3名が「病院で何かお手伝いをしたい」と申し出たことに始まり、病院に承認されて平成7年4月から5名で活動をスタートしました。

当初は一人で活動することが多く、不安と緊張の連続でした。まだ世の中にボランティアという言葉が浸透していない時代でしたが、徐々に会員も増えていきました。当初はタオルたたみや子守り、問診票の代筆などを行っていましたが、時代の流れとともに活動内容も変わり、今は車いすの介助や受診される科への案内などを行っています。平成28年からは緩和ケア病棟と院内デイケアのお手伝いもしています。

緩和ケア病棟ではひな祭りや端午の節句、クリスマスなどのイベント、院内デイケアでは毎週水曜日に入院患者さんとの体操やゲーム、カラオケなどをお手伝い

し、少しでも入院生活を楽しんでいただきたいという思いで取り組んでいます。私たちは、患者さんの「ありがとう」に支えられてここまでできました。今回の表彰を励みに、今後も頑張っていきたいと思います。ピンクのエプロンを見かけたら声をかけてください。



ゆうあいの会では、会員を募集しています。いつでも見学・入会でき、入会資格などは特にありません。私たちと一緒にお手伝いしてみませんか？

お問い合わせ 0566-25-2810〈総合相談室(医療福祉)〉

糖尿病患者の集いを開催しました

内分泌・代謝内科 水野達央

11月14日は世界保健機構(WHO)の定めた「世界糖尿病デー」。今年はこの日に合わせて糖尿病患者の集いを開催し

ました。今回のテーマは「糖尿病と骨粗鬆症」。室井紀恵子医師による講義の後、加藤・渋川看護師、松川管理栄養士、犬塚理学療法士がそれぞれの持ち味を生かしてお話をしました。

糖尿病の三大合併症(神経障害、網膜症、腎症)はよく知られていますが、新たに「歯周病」「認知症」「骨粗鬆症」が患者さんの健康寿命を損ねる糖尿病合併症として重要視されています。参加された皆さまから「へえ」「ふーん」といった声が上がっており、今回のテーマを選んだ甲斐がありました。

宣伝がうまく行き届かなかったことに加え、当日はあいにくの雨で、予定していた人数を下回ってしまったことが残念でしたが、それも含め今後の活動に生かしてまいります。



健心だより //

新しい年を迎えましたね。皆さまいかがお過ごしでしょうか。

「ピンクリボン」といえば乳がん、「レッドリボン」といえばエイズと連想される方は多いと思います。

「パープルリボン」はさまざまな疾患に対する支援のシンボルとなっていますが、

中でもすい臓がんのシンボルとして近年注目されています。特に、11月は「すい臓がん啓発月間」として、全国各地でさまざまなイベントが開催されました。参加した方や目にした方もいらっしゃるのではないのでしょうか。

今回は「パープルリボン」や「すい臓がん」についてご紹介します。

パープルリボンとは、すい臓がんを**治るがん**にするための研究支援や早期発見のための手段・治療開発の大切さを訴えるシンボルマークです。

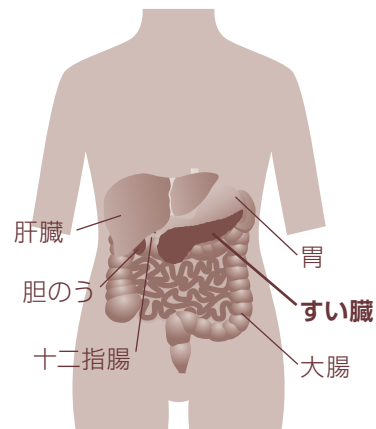
すい臓がんってどんな病気？

すい臓は、胃の後ろにある長さ20cmほどの細長い臓器です。すい臓には食物の消化を助けるすい液と、血糖値の調節に必要なホルモン(インスリン、グルカゴン)を作る働きがあります。

■すい臓がんの症状

- ①胃のあたりや背中が重苦しい
- ②食欲がない
- ③体重減少
- ④黄疸(血液中のビリルビンが増加し、皮膚や白目が黄色くなること)
- ⑤糖尿病の発症・悪化といった血糖値のコントロール不良

上記の症状は漠然としており、すい臓がんでなくても色々な理由で起こるものです。また、腫瘍が小さいうちは検査画像に写りにくいため、**がんの発見が遅れる**こともまれではありません。診断された時には手術ができないほど進行していることが多いため、すい臓がんの治療は難しいといわれています。



すい臓がんを早期発見するために、当院健診センターでできること

すい臓がんの早期発見は難しく、ほとんどの方が何らかの症状が出てから受診されます。

しかし、健康診断や人間ドックで発見された方もゼロではありません。ここでは、すい臓がんの発見に関係する検査の中で、当院健診センターで受けることができるものをご紹介します。

腹部超音波

脂肪肝、胆のうポリープ、胆のう結石、腎結石、腫瘍(良性・悪性)の有無が分かります。
超音波は人体には無害で、検査で痛みを感じることはほとんどありません。

腹部CT

肝臓、胆のう、すい臓、脾臓、腎臓、および腹部大動脈血管の周囲の病変を調べます。
撮影時間が短く、CT装置のベッドに寝ていただくだけなので、楽に検査を受けていただけます。

PET-CT

微量の放射能を含む薬剤を注射して検査するもので、比較的小さながんを発見することができ、早期発見に有効です。注射を打ってベッドに横になるだけなので、楽に検査を受けていただけます。
全身を一度に検査でき、すい臓がんはPET-CTの得意分野ですが、全てのがんの発見に向いているのではなく不得意分野もあります。

腫瘍マーカー

がんの存在によって血液中に増加する物質を、採血で調べることができます。ただし、がんが存在しても必ずしも増加するわけではなく、がんでなくても増加することがあるので、確実な指標とはいえず注意が必要です。
当院ではオプション検査として以下の3コースをご用意しています。

[男性6種セット・女性5種セット・消化器4種セット]

気になる検査がありましたら、ぜひ健診センター(TEL:0566-25-8182)までお問い合わせください。

検査を受けた時に異常がなかった場合も、体に異変を感じたらお近くの医療機関を受診してください。

年に一度の健診も、忘れずに受診してくださいね！

保健師 菊池 理沙



福祉の「窓」から

障害年金の利用

Dさんは50代の男性。腎臓機能の悪化により透析療法を始めました。「医療費は身体障害者手帳を取得して自己負担はないが、収入がなく貯金も減ってきて今後の生活費が心配」と相談にいらっしやいました。

5年前に健康診断で糖尿病を指摘され治療を開始しましたが、自覚症状がなかったため途中で治療を中断。1年前、高血糖と腎機能障害で入院となり、透析導入となりました。常にだるさがあるため、仕事は退職されています。

このような場合、**障害年金**の利用が考えられます。公的年金は、何らかの事情で働けなくなった時に収入を保障するための制度です。年金という老後の生活を支える老齢年金が知られていますが、次の3つの場面で活用できます。

- ・ 老齢年金・・・老齢となった時の備え
- ・ 遺族年金・・・死亡した時の備え
- ・ 障害年金・・・障害を負って働けなくなった時の備え

障害年金は以下4つの全てに当てはまる場合に支給されます

- ☑ 初診日に(いずれかの)年金に加入している
- ☑ 初診日までに一定以上の保険料を支払っている
- ☑ 初診日当時、20歳以上65歳未満である
- ☑ 障害の程度が一定の障害状態である

注意事項

障害年金と障害者手帳は別の制度のため、年金の等級は障害者手帳の等級と必ずしも一致するものではありません。また、障害者手帳がなくても障害年金の申請はできます。

障害年金を受けるには、本人からの申請が必要です。まずは支給要件を充たしているか、お近くの**年金事務所**に相談されることをおすすめします。Dさんは障害年金のことを聞き、年金事務所に向かわれました。

障害年金についてご不明な点がございましたら、総合相談室(医療福祉グループ)にご相談ください。

医療ソーシャルワーカー 山内 郁夫



在宅医療「あれこれ」

上手に使う介護保険

今回は、介護保険サービスを利用する際によくあるご相談を例に挙げてご紹介します。

Aさんは80歳で、地域活動に積極的に参加するなど活発に暮らしていました。ある日、自宅で転んで骨折し、入院することになりました。手術が無事に終わりリハビリも順調に進んで退院することとなりましたが、自宅で生活するにあたり心配や不安な点があるとのことで相談を受けました。

相談される方の状況によって、悩みや心配事はさまざまです。私たちケアマネジャーは、ご本人やご家族との面談により自宅環境を含めた状況を確認した上で、安心して自宅で生活できるよう、その方の思いに添ったプランの提案に努めております。入院中から、病院の退院相談窓口担当者と連携をはかり退院に向けた支援を行ってまいりますので、お気軽にご相談ください。

相談内容の一部と回答



何とか歩けるようになったけれど、家中は段差だらけでまた転びそうで心配です。



住宅改修工事により、段差の解消や手すりの設置などを行うことができます。また、お体の状態に応じてベッドや車いすを借りることもできます。



一人でお風呂に入れるか不安です。



住宅改修工事を行ったり浴室用のいすを購入したりすることで、浴室の環境を整えて自宅で入浴する方法があります。また、ヘルパーやデイサービスの入浴サービスを利用することもできます。

刈谷居宅介護支援事業所
介護支援専門員 上田 麻由弥



検査値ってなあに？

脳脊髄の病気を発見！ 髄液検査

冬はインフルエンザなどの感染症が増加する季節です。熱がなかなか下がらない、頭痛や嘔吐を繰り返す、そんな症状が現れたときに注意していただきたい病気が髄膜炎です。

髄膜炎は、治療が遅れると後遺症が残ることや死に至ることがある怖い病気です。今回は髄膜炎の検査に用いられる髄液検査についてご紹介します。

表. 細菌性髄膜炎とウイルス性髄膜炎の比較

	細菌性髄膜炎	ウイルス性髄膜炎
発症しやすい年齢	5歳未満、高齢者	10歳未満
主な症状	発熱、頭痛、嘔吐	
病気の原因となる菌	肺炎球菌、インフルエンザ桿菌など	エコー・コクサッキー・エンテロウイルスなど
治療法	抗菌薬療法(要早期治療)	安静、対症療法
病気の経過	不良例あり	ほぼ良好

■髄液とは？

髄液は脳や脊髄を覆う透明な液体で、外部からの物理的衝撃から脳脊髄を守っています。また、糖やビタミンなどの栄養を運搬し、脳が産生した老廃物を除去する働きがあります。

■髄膜炎の原因

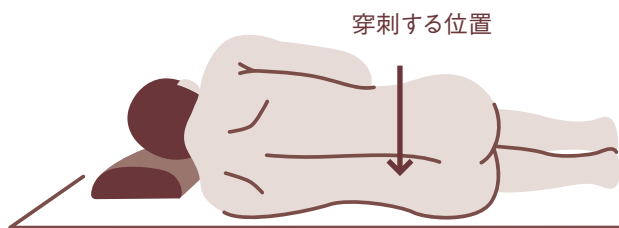
細菌やウイルスなどが血液に侵入し、さらに血液から髄液に感染すると髄膜炎を引き起こします。また、中耳炎や副鼻腔炎など髄膜に近い部分から、直接髄液に侵入する場合もあります。特に、細菌性髄膜炎はウイルス性に比べて

重症化するケースが多く(表)、主な後遺症にはてんかん、聴覚障害があります。

■髄液の採取方法

通常は腰椎穿刺によって採取します。側臥位でできるだけ背中を丸め、腰を後ろに突き出しエビのような格好になります(図)。この体位により椎間を広げて第4～5腰椎の間を穿刺します。施行後は少なくとも2時間は上向きで安静とします。

図. 髄液採取時の体位



■検査項目や原因となった菌の特定

検査では主に髄液の外観、髄液中の細胞数・組成、蛋白、糖を調べます。正常な髄液は無色透明ですが、炎症があると混濁します。頭蓋内出血があると髄液に血が混じって赤色～黄色調を示します。

また、病気の原因となった菌を特定するために髄液中の抗原検査や顕微鏡による観察、菌の培養を実施し、適切な抗菌薬投与に貢献しています。

髄膜炎は早期発見・早期治療が肝要です。発熱や頭痛が持続し、嘔吐を繰り返すなどの症状がある場合は早めの受診をおすすめします。

今後私たち臨床検査技師は、正確な検査結果を迅速に提供することで早期発見・早期治療に寄与いたします。

臨床検査技師 西尾祐貴



ひとりでもできる リハビリテーション

血圧を管理して病気を防ごう

■血圧が上がりにくい冬

血圧とは「心臓から送り出された血液が、限られたスペースである血管内を通るとき、血管の壁を押す圧力」のことです。つまり、心臓から送り出される血液量が多かったり、血管の壁が硬かったり、血液の通るスペース（内腔）が狭かったりすると、血圧は高くなります。

寒さを感じると、熱を体外に逃がさないために血管が収縮します。血管が収縮すると内腔が狭くなり、血圧が上がります。

さらに、冬はクリスマスやお正月、忘年会や新年会とイベントの多い季節です。イベントで口にすることが多い味の濃い食べ物やお酒のつまみには、塩分がたくさん含まれています。塩分が体内に入ると、血液の濃度を保とうとする作用が働いて血液量が増え、血

圧が上昇します。冬には高血圧の原因がたくさん隠れています。

また、ストレスも高血圧の要因の一つで、交感神経を活性化して血管を収縮させます。

■高血圧は「サイレントキラー」

血圧の高い状態が続くと、血液の圧力に耐えるために血管の壁が硬く厚くなり、血液の流れるスペースが狭くなります。また、血管が傷つくとコレステロールなどがたまりやすくなり、さらに狭くなります。この状態を動脈硬化症といい、血圧を上昇させる原因となります。

高血圧や動脈硬化が原因といわれる疾患には心筋梗塞などの



心疾患、脳梗塞などの脳血管疾患があり、これらの疾患は日本人の死因の約4分の1を占めています。

高血圧は症状がないことが多く、知らないうちに病気が進行して命を奪ってしまう危険性を秘めていることから、「サイレントキラー（静かな暗殺者）」といわれています。しかし、現在は食生活をはじめとする生活習慣を変えることによって、高血圧を予防・改善できることが分かっています。塩分や脂肪を控えた食事を心がける、肥満を解消する、禁煙するなど、できることから始めていきましょう。

■高血圧に効果がある運動

長時間持続して行うことができる運動を有酸素運動、筋肉トレーニングのような運動を無酸素運動といいます。無酸素運動は血圧が上昇しやすいため、高血圧の予防には有酸素運動が効果的です。

運動することで肥満が解消されるだけでなく、筋肉がついて運動時の急激な血圧上昇が抑えら

れるようになります。ストレス発散の効果もあり、交感神経の活動も抑えられます。

さらに、心臓や肺の機能が高められて血液中の「血圧を上げる物質」を減らし、「血圧を下げる物質」を増やしてくれる効果もあるのです。

有酸素運動で予防しよう

①運動前後のストレッチ
急激な血圧の変動を防ぎ、けが予防にもなります。

②ウォーキングなどの有酸素運動
ウォーキングや水泳など、息切れせず軽く汗ばむ程度の運動が効果的です。

ただし、朝は最も血圧が上がります。そのため朝一の運動は避けましょう。

★1回に20〜40分ほど行いましょう。
★週に3〜5回以上、毎日できなくても継続して行いましょう。

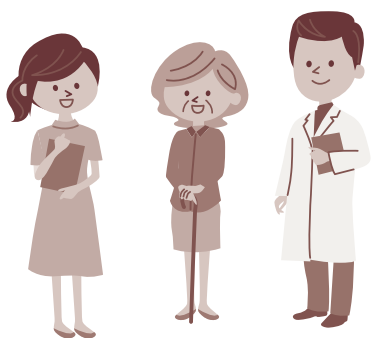
イベントが続く季節ですが、高血圧にならないよう体調管理に努めましょう。

看護部だより

認知症患者さんのケア

認知症の治療は、薬物療法だけでなく生活状態の改善も重要です。認知症の原因になっている病気(脳の病気)を完全に治すことはできませんが、症状を緩和することはできます。

また、日常生活の中では認知症の方の個性(人柄、癖、考え方、人生など)を尊重・理解し、信頼関係を築くことが大切です。



ポイント

認知症の治療では、環境(落ち着いた生活)と信頼関係が大切です。

① できるだけ発症前の生活と同じ環境にしましょう

・環境の変化は大きなストレスになるため、生活習慣を変えないようにしましょう

・援助は多すぎず少なすぎず、弱くなった能力を支援する程度にしましょう

② 温かく見守り、信頼関係を築きましょう

例えば：

Aさんは認知症です。畑仕事が好きでしたが、家族は「畑仕事は危ないから駄目」と否定的に言ってしまうがちです。

★活動を制限されると意欲が低下します。家族は少し離れたところから見守り、Aさんが楽しみながら充実した生活を送れるように支援しましょう。

看護師 加下井玲子

ひと口ばなし

予防歯科ってなあに？

近年、予防歯科という言葉が耳にすることはありませんか。予防歯科とは何でしょう。

虫歯になってから歯科医院で治療を開始すると、時間がかかることが多いですね。通院回数が多い、期間が長いなどといった理由で歯科への受診は面倒だと思われる方もいらっしゃると思います。また、治療中に他の歯に虫歯が見つかり、治療が長くなることもあります。

予防がとても
大切です



歯科衛生士 永谷 真紀子

虫歯や歯周病の予防のために歯科医院を利用するのが予防歯科です。歯科医院で個人に合わせた歯磨きの方法をお伝えしたり、歯のクリーニングを行ったりします。虫歯や歯周病になる前にその対策を行う予防歯科は、治療の負担を軽減するためにも重要な役割を持っています。

ご自身の歯で少しでも長く食事を楽しむために、数カ月一度の予防歯科を始めてみませんか。

骨粗鬆症教室

日時 平成29年3月6日(月)
午後2時～3時30分

主催 整形外科

場所 診療棟5階 第3会議室

参加 無料(予約不要)

持ち物 動きやすい服装

お問合せ (0566) 25-8014(整形外科外来)

お知らせ
伝言板

患者の会や教室、院内のイベントについて
お知らせします。
都合により、内容は変更になる場合があります。

市民公開講座

📖 がんの予防とがん検診

日時 平成29年2月4日(土) 午前10時30分～

講師 がん総合診療センター長 吉田 憲生
健診センター長 中江 康之

主催 広報委員会

📖 放っておくと怖い高血圧

日時 平成29年3月4日(土) 午前10時30分～

講師 腎・膠原病内科 部長 小山 勝志

主催 広報委員会

場所 診療棟5階 第1・2会議室

参加 無料(予約不要)

お問合せ (0566) 25-9215(広報グループ)

水曜会

乳がんと診断された方の会です。
どなたでもご参加いただけます。

日時 平成29年1月18日(水)
午後2時～3時30分

主催 総合相談室(医療福祉グループ)

場所 診療棟5階 第4会議室

参加 無料(予約不要)

お問合せ (0566) 25-2810(総合相談室(医療福祉))

パーキンソン病患者・家族の会

パーキンソン病患者・家族の皆さまの会です。
当院におかかりの方を対象としています。

日時 平成29年3月13日(月) 午後2時～3時30分
テーマ 社会福祉制度について
(講師:医療ソーシャルワーカー)

主催 総合相談室(医療福祉グループ)

場所 診療棟5階 第4会議室

参加 無料(予約不要)

お問合せ (0566) 25-2810(総合相談室(医療福祉))

成人喘息教室

日時 平成29年1月21日(土)
午前10時～11時

主催 呼吸器・アレルギー内科

場所 診療棟5階 第3会議室

参加 無料(予約不要)

お問合せ (0566) 25-8304(地域連携室)

COPD 教室(慢性閉塞性肺疾患)

日時 平成29年3月18日(土)
午前10時～11時

主催 呼吸器・アレルギー内科

場所 診療棟5階 第3会議室

参加 無料(予約不要)

お問合せ (0566) 25-8304(地域連携室)

減塩食体験会

減塩食(昼食)の試食と 管理栄養士によるお話

日時 平成29年2月16日(木)・17日(金)
平成29年3月16日(木)・17日(金)
午前11時30分～午後1時

場所 5棟2階 調理実習室

費用 栄養食事指導料+材料費(600円)

対象者 塩分制限を必要とする当院患者・家族の皆さま

持ち物 筆記用具・診察券

栄養科の 教室

完全予約制

対象は当院で栄養指導を受けたことがある方です。
参加を希望される方は栄養科までご連絡ください。

☎ (0566) 25-8387〈直通〉
教室予約

ヘルシークッキング教室

平成29年2月 バレンタイン料理

日時 平成29年2月9日(木)・10日(金)
午前10時～12時30分

平成29年3月 お花見弁当

日時 平成29年3月9日(木)・10日(金)
午前10時～12時30分

場所 5棟2階 調理実習室

費用 栄養食事指導料+材料費(600円)

対象者 当院糖尿病患者・家族の皆さま

持ち物 エプロン・筆記用具・診察券

慢性腎臓病教室

医師による講義と管理栄養士による栄養指導

日時 平成29年1月21日(土)午前11時～12時30分
平成29年1月25日(水)午後1時30分～3時
平成29年2月18日(土)午前11時～12時30分
平成29年2月22日(水)午後1時30分～3時

場所 診療棟5階 第5会議室

費用 栄養食事指導料

対象者 当院慢性腎臓病患者・家族の皆さま

持ち物 筆記用具・診察券



心臓病のための栄養セミナー※

管理栄養士による栄養指導と ちょっとした減塩料理の試食

日時 平成29年1月11日(水)午前10時30分～12時
平成29年2月1日(水)午前11時30分～午後1時

場所 5棟2階 調理実習室

費用 栄養食事指導料(2月のみ+材料費600円×人数分)

対象者 当院心臓病患者・家族の皆さま

持ち物 筆記用具・診察券

※栄養指導を受けたことがない方でも、医師の指示があれば
ご参加いただけます。

がん相談支援センター

がんに関する不安や疑問・療養生活における悩みなどのさまざまな相談に看護師や医療ソーシャルワーカーがお応えします。

相談対応日 月～金曜日、第1・3土曜日(休診日は除く)

受付時間 月～金曜日:午前9時～午後4時
第1・3土曜日:午前9時～午後1時

相談時間 30分程度

場 所 診療棟1階 総合相談室

参 加 無料(予約不要)

がんに関する情報

がん診療拠点病院として、がん患者さんの支援を積極的に行っています。お気軽にお立ち寄りください。

●お問い合わせ先
(0566) 25-8110(がん相談支援センター)

がんサロン

がんの治療中・療養中の患者さんやご家族の方々が集い、がんについての疑問や不安、悩みについて共に学び、語り合う場所です。

日 時 平成29年1月10日(火)
平成29年2月14日(火)
午後2時30分～3時30分

テーマ 1/10:早期からの緩和ケア
2/14:治療中の口腔ケア

場 所 診療棟4階 がん情報ラウンジ

参 加 無料(予約不要)

ピアサポーター(がん治療体験者)による院内相談会

がんに関する不安や疑問・療養生活における悩みなどのさまざまな相談にピアサポーターがお応えします。

日 時 毎月第1木曜日(休診日は除く)
午前10時～12時

場 所 診療棟1階 正面玄関

参 加 無料(予約不要)

(文責:総務室長)

車イスによる移動の妨げになったり、歩行が不安定な方がつまずいて転倒したりする可能性があり、病棟の洗面所にはゴミ箱を設置しておりません。ご不便をおかけいたしますが、ベッドサイドのゴミ箱をご利用いただけますようお願いいたします。

病棟の洗面所にゴミ箱がないとのご意見

ご意見箱



貴重なご意見を頂戴しありがとうございました。
今後も皆さまにご満足いただけるよう、職員一同努力してまいります。

数独

タテ9列・ヨコ9列のそれぞれに1～9の数字が1つずつ入ります。
太線で区切られた3×3 (9マス) の枠内にも1～9の数字が1つずつ入ります。
空白を数字で埋めよう。

			5		2			
1		5				4		3
		8				1		
			2		5			
7				9		3		2
			7		3			
		3				6		
4		1				8		5
5			6		9			

出典: <http://www7b.biglobe.ne.jp/~doctonakaoartificialintelligence/index.html>

作者: ドクター中尾

余 聞

先日、小学校「道德」の教科書を見ていたら、あることわざが紹介されていました。「腹八分目に医者いらず」です。

ご存じの通り、「お腹いっぱい食べず、腹八分目程度にすることが体に良い」という意味です。同じような意味で「小食は長生きのしるし」「節制は最良の薬」「腹八分に病なし」「腹も身の内」など、非常に多くのことわざがあることに驚かされます。

年末年始はおいしいものがたくさん並び、つい手が伸びていつもと異なる食事習慣になりがちです。そんな時は「腹八分目に医者いらず」を思い出し、年末年始に限らず日頃から気を付けようと思いました。

広報委員 近藤 洋一

広 報 誌 タ イ ト ル

医心伝心 [いしんでんしん]

本来「心を以って心に伝う」の意、以心伝心。私たちの業務も患者さんの言葉のみに頼らず、表情、しぐさ、その向こうにある心の訴えに十分に目を向ける「心配り」を大切にすることが「医療安全」はもとより、快適な診療をお届けする基本だと考えます。そんな意を込め「以」を「医」としてタイトルにいたしました。

旬を食す Season's Cooking

今回のお料理

さばそぼろ

さばは年中手に入る身近な魚ですが、日本近海でとれるマサバは秋から冬に旬を迎えます。さばなどの青魚はDHAやEPAが豊富で、さばにはその他にもたんぱく質や鉄分、ビタミンA・D・B2などが含まれています。DHAやEPAは血管や脳の健康維持に欠かせない成分として注目されていますが、体内で作ることができないため食品から補う必要があります。

さばは大きくて身に丸みがあり、触ると硬く、目が澄んできれいなものを選びましょう。鮮度が落ちやすい魚ですが、おなかに金色の筋が浮いたさばはとても新鮮といえます。さばを使用したそばろはご飯のお供だけでなく、作り置きをしてパスタやチャーハンの具材にも活用できます。保存容器に入れて冷蔵庫で4～5日保存することも可能です。ぜひお試しください。

管理栄養士 和田 真季

作り方

- ① さばは小骨を除いて両面に塩(分量外)を振り、ラップをして10～15分冷蔵庫におく。水で塩をさっと洗って紙タオルで水気を拭き、一口大に切る。
- ② ねぎはみじん切りにする。しいたけは軸を取り、みじん切りにする。
- ③ フライパンにサラダ油を中火で熱し、②を炒める。香りが立ったら①を加え、さばの色が変わってきたら木べらでくずしながらさらに炒める。
- ④ 【A】を加えて炒め合わせ、さらにさばをほぐしながら汁気がなくなるまで炒る。仕上げに白ごまを加えて完成!



631kcal
塩分3g

材料(作りやすい分量)

さば(3枚おろし) 1枚(約200g)
ねぎ…………… 1/2本
しいたけ………… 1枚
サラダ油………… 大さじ1
白ごま…………… 小さじ1

┐ 酒…………… 大さじ1と1/2
A 醤油…………… 大さじ1
└ 砂糖…………… 小さじ1

かかりつけ医を持ちましょう

当院は、地域医療連携を推進しています。当院を受診される場合は、かかりつけ医からの紹介と予約が必要です。皆さまのご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

[紹介状持参のお願い]

当院の外来診療は紹介型専門外来です。初診の方は、地域診療所からの紹介状(診療情報提供書)を必ずお持ちください。紹介状なしで受診された場合、初診時の選定療養費5,000円(税抜)がかかり、待ち時間が長くなりますのであらかじめご了承ください。

[救急外来について]

当院の救急外来は、重症度の高い患者さんを優先に診療いたします。円滑な救急医療を行うため、なるべくかかりつけ医か休日診療所、在宅当番医を受診してください。必要に応じて当院にご紹介いただくシステムになっています。

予約変更専用窓口について

予約の変更・確認は、予約変更専用窓口で承ります。

ただし、歯科口腔外科の場合は歯科口腔外科外来までご連絡ください。

[予約変更専用窓口] 0566-25-8103

[歯科口腔外科外来] 0566-25-8020

数独の解答

6	3	4	5	1	2	9	7	8
1	9	5	8	7	6	4	2	3
2	7	8	9	3	4	1	5	6
3	1	9	2	8	5	7	6	4
7	5	6	4	9	1	3	8	2
8	4	2	7	6	3	5	1	9
9	2	3	1	5	8	6	4	7
4	6	1	3	2	7	8	9	5
5	8	7	6	4	9	2	3	1



日本医療機能評価機構の
認定を受けています



卒後臨床研修評価機構の
認定を受けています

ISO 9001 : 平成18年2月に認証取得

ISO14001 : 平成12年2月に認証取得

平成19年2月に自己宣言に移行

ISO15189 : 平成22年11月に認定取得

刈谷豊田総合病院

検索

<http://www.toyota-kai.or.jp/>
バックナンバーは当院ホームページにてご覧いただけます

