

ほっと

熱海のホット
ホットなニュース
熱意のホット
ほっとするホット

地域と熱海病院を結ぶ
ホットな情報誌

Ohta Atami Hospital
HOT 2003.MAY.15

No.5

太田熱海病院だより

編集・発行／太田熱海病院広報委員会

発行日／平成15年5月15日

住所／〒963-1383

郡山市熱海町熱海5丁目240番地

TEL (024) 984-0088

ホームページ: <http://www.ohta-hp.or.jp/>



安全な食事のための 嚥下センターを開設

この度、太田熱海病院では嚥下センターを開設いたしました。嚥下センターでは飲みこみが困難であったり、むせつたりする方を対象に治療・訓練を行い、安全に食事ができるように目指します。

食物を咀嚼し、飲みこむことを嚥下といいます。

嚥下の障害は脳血管障害によるものが最も多いといわれていますが、その他、薬剤の副作用や老化による機能低下など原因は様々です。

私達は普段、特別に意識することはありませんが、食べることで、飲みこむことには多くの身体機能が関わりますので、その治療・訓練には多種の専門的技術が必要とされます。当院では医師をはじめ、看護師、管理栄養士、言語聴覚士、作業療法士、理学療法士、歯科衛生士など多くの専門職のチーム医療によって行っています。

障害原因によって治療の効果は異なりますが、平均的には約半数の方が口から食べられるようになります。食事は睡眠とならぶ基本的欲求のひとつであり、安全で安心な食事摂取は生活の質にも大きくかわる事柄です。食事中にむせやすいとか、飲みこみにくいとか、口から食べたいなどでお困りの方は、ぜひ嚥下センターにご相談ください。

麻疹(はしか)について



小児科部長 太田 透



昨年から今年にかけてインフルエンザが大流行し、インフルエンザ脳炎・脳症のニュースが新聞を賑わせました。幸いインフルエンザは下火になりましたが、今年になって須賀川を中心に麻疹が流行しております。麻疹はインフルエンザに比べて必ずしも軽いとは言えない病気で、あり予防接種を済ませていない児については早期の接種が望まれております。

1. 麻疹とは

麻疹は「はしか」とも呼ばれ、麻疹ウイルスによって発熱・発疹が出る急性発疹性の感染症です(図 麻疹の典型的臨床経過)。

麻疹ウイルスが体内に入ると、約1日後に症状が出ます。まず、38℃以上の発熱と共に「カタル症状(鼻汁・咳・結膜充血・目やに等)」が見られます。そして2〜3日後に一時熱が下がりますが、翌日再び39〜40℃の熱と共に耳の後ろから赤い発疹が出て顔面・体幹・手足へと広がります(写真 麻疹の発疹)。発疹が出る1〜2日前から「コプリック斑」と呼ばれる粘膜疹が頬の内側に認められます。熱は2〜3日以下がり、発疹は出た順に薄くなって褐色の色素沈着が暫く残ります。

熱が出てから完全に下がるまで約1週間ですが、麻疹は感染力が非常に強く、感染後1ヶ月は免疫不全の状態となり合併症が多いという恐い病気です(日本では、年間10〜20万人が罹患し、10人に一人が肺炎・中耳炎になり、1000人に一人が脳炎になり、年間80人近くが死亡しています。全世界では、年間3000万人が罹患し、80万人が死亡しているとWHOは推定しています)。

熱と共にみられる「カタル症状」が強い事・コプリック斑が出る事・発疹が独特である事などから診断しますが、治療としては特効薬的なものはなく、

解熱剤や補液といった対症療法が主に なります。

2. 予防接種について

特別な治療法がない病気なので予防がもつとも重要であり、そのためには予防注射が不可欠です。

生後6か月までは麻疹に対する抵抗力(免疫)がありませんので、予防注射は生後6か月以降が有効となります。WHOでは生後9か月での接種を推奨していますが、日本では生後一歳から90か月までに生ワクチンを一回接種する事になっております。

しかし、米国では一九六三年から一回の接種で麻疹が激減しましたが、一九八三年頃から又増加傾向となったため、現在は生後一歳半と4〜6歳に二回の接種を行っております(現在では米国の年間の患者数が100人程度となっています)。

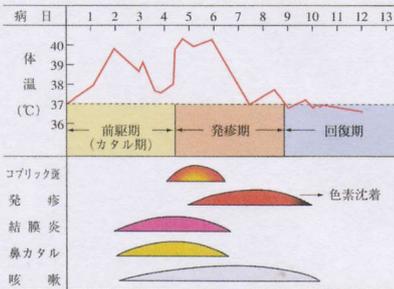
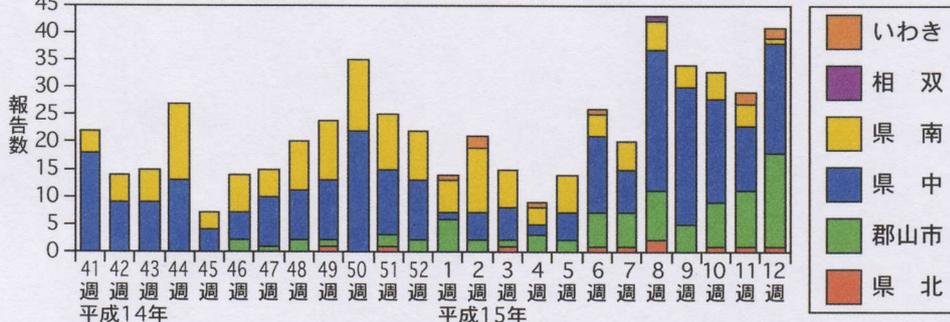


図1 麻疹の典型的臨床経過 (Krugman)

地区別の麻疹発生情報 (平成14年第41週~平成15年第12週)



日本ではいまだに麻疹の流行がみられるのは、ワクチン接種が一回である事と接種率が80%と低い事が原因とされています。生後9〜10か月での接種が有効ではありますが、法律では認められておりませんので有料となってしまいます。流行を阻止するには95%以上の接種率が必要とされており、一歳になれば直ちに麻疹の予防接種をするべきです。

くすりの
達人
おくすりメモ



「食欲がなくて食事がとれないよ。」
「食後のくすりがあるんだけど、
どうすればいいの？」

食間、食前、食後といったように、くすりを飲む時間が、食事を基準にきめられているのは、主に、①1日3回の食事を基準にすれば飲み忘れにくい、②薬の効果をよりよく発揮させ、副作用を防ぐという2つの理由があります。

たとえば食後服用のくすりは、胃に食物が残っているうちに飲めば、成分が胃を荒らすことなく、ゆっくり吸収されるといった理由から、食後に飲むよう指示されています。

一方、食前服用のくすりのなかには、胃液の分泌を増して食欲を増したり、空腹の時の方が吸収の良いものもあります。このようなくすりを食後に飲んでしまつては、期待される効果が十分に発揮されません。

このため、「食欲がないから」とか「朝ご飯を食べない習慣だから」といった理由で、くすりを飲まないなどということがあつてはいけません。きちんとした食事ができないときは、パンやクッキー1枚、牛乳コップ1杯でもお腹にいれてから、くすりを飲むようにすればいいのです。また、例外的くすりもありますので、食習慣や勤務時間などで服用時間がまもれない場合は、医師又は薬剤師にご相談ください。

(薬剤部 笠原)

話しの
いずみ

介護保険のサービス
医療社会福祉部
大川原 順子

介護保険制度がはじまつて2年になりました。当院を退院される多くの方が介護保険のサービスを利用して自宅へ戻られています。本年4月には、介護保険制度の見直しがあり、利用料が増えた方も多いと思います。また、介護保険の対象とならなかつた若年層の障害者を対象に、新しく支援費制度もはじまりました。介護保険と支援費制度の目的は、高齢となつても、障害があつても、住み慣れた地域で、その人らしく、自立した普通の生活を送ることができるよう、介護を家族だけでなく社会全体で支えようとすることです。そのために、国、県、市町村は、いつでも、どこでも、だれでも利用できるサービスを地域に整備するための目標を定め、その実現をめざすことになっています。

さて、皆さまの地域は充分なサービス供給体制が整つたでしょうか。現実には、まだまだ厳しいものがありますが、制度やサービスを上手に利用することで家族の介護負担は軽減されますし、本人に必要なケアが届くことにもなります。更に、地域のサービスを生み育てていくことにもつながります。



これからの福祉は、与えられるものではなく市民が創り上げていくものです。私達ソーシャルワーカーは、相談業務を通して、より良く生きるための地域づくりに皆さまと共に努めたいと思っています。

生活上のさまざまな困難や不安を感じた時、お気軽に、相談室にお立ち寄り下さい。



アンケート結果 ご協力ありがとうございました

アンケートへのご協力ありがとうございました。

患者さんへのサービス向上をはかるために、職員の接遇・対応等についてアンケート調査を行ったところ、1,074人の方からご協力をいただきました。

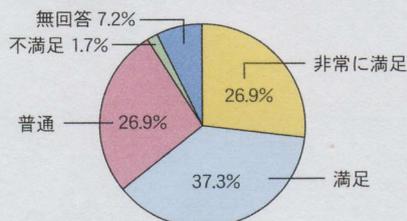
励みや、お褒めのことは、またご不満など、厳しくも貴重なご意見をお寄せいただきましたこと、心からお礼申し上げます。集計結果を抜粋してお知らせします。

1 外来診療について

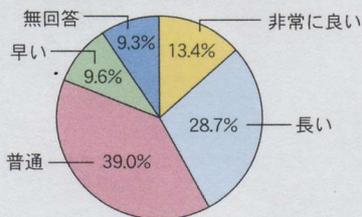
① 当院を選ばれた理由



② 医師及びスタッフの処置について

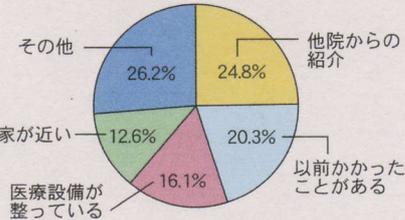


③ 会計の待ち時間について

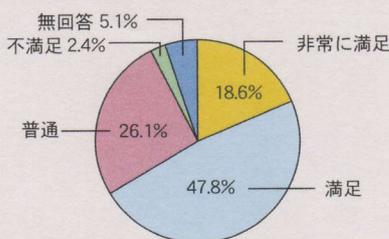


2 入院について

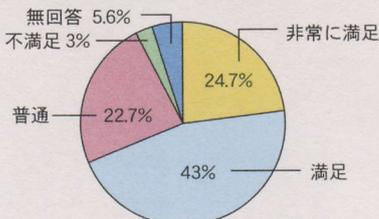
① 当院を選ばれた理由



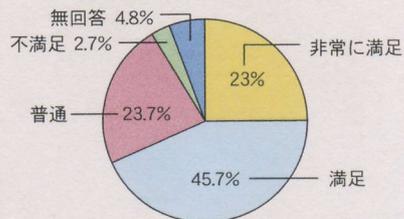
② 治療や処置は適切で満足でしたか



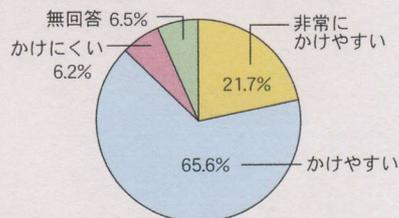
③ 主治医の診療に安心や信頼を感じましたか



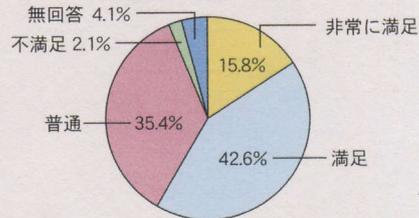
④ 看護に満足していますか



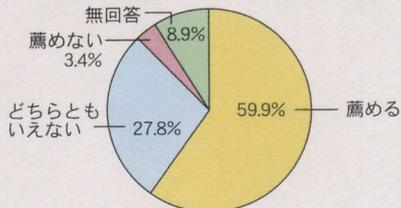
⑤ 看護職員に声をかけやすいですか



⑥ 熱海病院の印象



⑦ 熱海病院をどなたかに薦めますか



今回のアンケートでは、患者さんの多くが、当院の診療やサービスについて概ね満足していると回答して下さいました。反面、不安や不満を感じていると記入いただいた方もあり、早速、各職場毎に、改善のための検討をはじめたところです。患者さんが求めているのは、①『安心と納得』、②『一人ひとりの違いを尊重した個別的対応』です。つまり、患者さんを主体とした患者本位の医療を築いていかなければならないことを改めて確認しました。そのためには、職員が資質の向上に努めるのももちろんのこと、患者さんや地域の皆さまとの協力が不可欠です。皆さまとのパートナーシップを大切に、より良い医療サービスを提供する病院であり続けるための努力を重ねたいと思います。今後も、お気づきのことがございましたら、ご意見をお寄せ下さいますよう、お願い申し上げます。(意識改革委員会)

褥瘡(床ずれ)を作らないポイント

1. 寝たきりにしない!

長時間、同じ体位にならない。
寝たきりの場合は、体圧分散マット(エアーマット)の使用が効果的です。



2. 清潔!(スキンケア)

汗・便尿による汚れは大敵。できるだけ毎日の入浴や全身の清拭をしましょう。皮膚を清潔に乾燥した状態にしましょう。



3. 栄養!

栄養はとても大切です。食欲がないときでもすこしでも食べられる工夫をしましょう。
たんぱく質(魚・肉・卵・大豆製品など)を食べましょう。



※出来てしまうとなかなか治りません。作る前の予防が大切です。
万が一、皮膚が赤くなってきたら早期に形成外科外来で受診して下さい。

健康



Q&A

No.5 褥瘡



形成外科
島田茂孝

もっともっと知りたい体のこと!!

高齢化社会の到来とともに、寝たきりとなった老人の数も増加の一途をたどっています。それに伴い、褥瘡（とこずれ）は、私達の周りでも身近なものになってきています。いわゆる老人病院といわれるところでは褥瘡患者が全体の20%以上を占めるという報告もあります。また最近、在宅医療の推進の陰で、家庭における褥瘡の発生が目立ちます。発生した褥瘡に適切な治療がなされない場合、最も危険な合併症は細菌感染による敗血症です。慢性化し、肉芽組織で覆われている褥瘡では細菌に対してバリアーとなるため敗血症を起こしたりすることはないのですが、褥瘡がまだ新しく肉芽組織で覆われていなかったり、壊死組織が存在する場合には細菌が繁殖し周囲組織内に侵入し、感染や敗血症を起こす恐れがあります。

Q 褥瘡ができる原因は为什么呢？

A 褥瘡の根本的な原因は圧迫による局所の血行障害です。高い圧が短時間にかかっても障害はありませんが、低い圧でも長時間に及ぶ場合には障害が強くなります。健康人では睡眠時には局所に圧迫がおこっても知覚神経の働きで虚血を感じ、15分に1回の割合で知らず知らずのうちに体動、寝返りを行っています。しかし、知覚麻痺、運動麻痺、意識障害、全身状態の悪化などがあると、体動が行えないために、同一部位に長時間の圧迫が加わるため組織の血行障害がおこってきます。またこれに組織のずれや皮膚の摩擦、便や尿の失禁が加わると褥瘡を悪化させます。

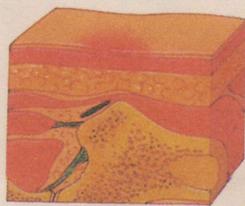
Q 褥瘡はどのようにして進行していくのでしょうか？

A 褥瘡は圧迫による組織障害ですが、その程度は皮膚よりもむしろ骨に近い筋肉や皮下脂肪組織に強く、また広範におこります。しかし実際には、深部だけにおこった病変の程度は把握しがたいので皮膚面から見た病変の深さから褥瘡の程度を分類します。(図1)

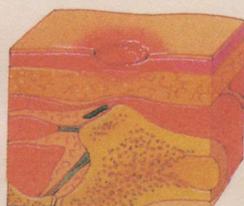
Q 褥瘡は治せるのでしょうか？

A I度、II度の褥瘡は皮膚の全層に及ぶ損傷ではないので、適切な管理をすれば十分に治癒が期待できます。しかしIII度、IV度のものは、専門的な局所治療、全身治療ないし外科的治療を必要とすることも多いのです。褥瘡を見つけたら早い時期に主治医に相談して下さい。(図2)

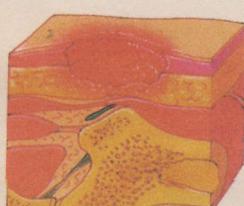
図1-褥瘡の深さによる分類



グレードI
局所の圧迫を除いて30分以上経過しても、皮膚の発赤が認められる状態。



グレードII
障害が表皮から真皮浅層にまで及んだ状態。具体的には、皮膚に水泡やびらんが生じた状態を指す。



グレードIII
障害が真皮を越え、皮下脂肪層にまで達した状態。



グレードIV
障害が皮下脂肪層を越え、筋肉、骨、支持組織（腱、関節包）にまで及ぶ場合。

図2-仙骨部褥瘡の手術症例



術前
皮下ポケットを認める



手術終了時
褥瘡を切除し、皮弁で覆った



術後2ヶ月
創部は治癒している

『おいしかったですよ』『食事が待ち遠しいです』の声に励まされて栄養部総勢34名、がんばっています。

院内 その5
歩き
見て
栄養部

今回は栄養部について御紹介させていただきます。

栄養部の仕事は『給食業務と栄養管理』です。難しいでしょうか？『給食業務』はご存知の通り、入院患者様へ食事を提供することです。病院内の食事はただ「空腹を満たすもの」だけでなく、患者様個々にあった食事を主治医の指示でお出しします。決められた栄養量を決められた食材を使って献立を作成し、専門調理師をリーダーにプロの調理師が調理します。治療効果の一翼を担うための食事は普段の食事との比較や今後の食事の参考にしていただく意味も持っています。また、食事本来の楽しみを考えて、月2回のバイキング食と月1回の弁当当、季節ごとの行事食にもちからを入れていきます。

もう一つの仕事、『栄養管理』は管理栄養士による献立作成はもちろんですが提供された食事が患者へどう摂られているか、栄養状態の変化などを病室へ伺って患者様と面



談したり、生化学検査を参考にし、治療効果向上のための食事の提供に努めています。また、入院中の食事のとり方は勿論ですがご家庭での食事のとり方についても栄養指導を行い食事の重要性を学んでいただきます。栄養指導については皆様「知っているから」「昔、聞いたことがあるから」と言われている方もおりますがそれを実行に移せるような手助けをさせていただくのが栄養指導です。是非、栄養指導室へも気軽においでになってみてください。

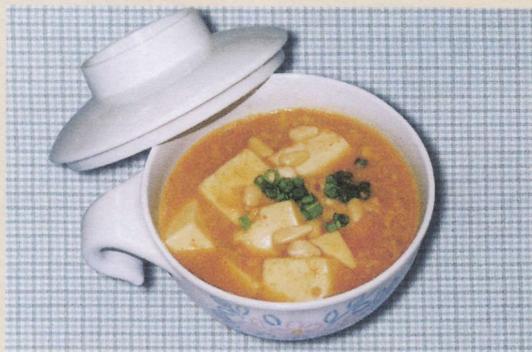
以上、このような栄養部ですが皆様へのおいしい食事とよい良い食生活の援助を目標に日々ががんばっています。

(渡辺悦子)

医食同源

〈女性の美容と健康に大豆の効果〉……………〈栄養部〉

女性は閉経期を迎える頃より、女性ホルモンとの関係で更年期障害と言われる様々な症状が起きています。その更年期障を治す・防ぐ食べ物・『大豆』を使った料理をご紹介します。『大豆』にふくまれているイソフラボンは崩れがちなホルモンバランスを整えてくれます。



大豆と豚ひき肉のカレー (材料 2人分)

- 絹ごし豆腐……………200g
- 片栗粉……………小さじ2/3
- しょうが、ニンニク…………各1片
- 低脂肪牛乳…カップ1/4
- 長ねぎ……………50g
- 松の実……………小さじ2
- ごま油……………小さじ1
- 万能ねぎ……………10g
- 豚赤身ひき肉…60g

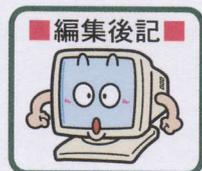
- A** 固形チキンスープの素…1個
 トマトペースト……………大さじ1
 黒砂糖、しょうゆ…………各小さじ1
 カレー粉、豆板醤…………各小さじ1/2

【作り方】

- ①豆腐は水切りにして1cm角に切る。
- ②しょうが・にんにく・長ねぎはみじん切りにする。
- ③フッ素樹脂加工の鍋にごま油を熱し②を炒め香り立ったらひき肉を加えて強火で炒める。肉の色が変わったら水カップ1を注いで煮立たせアクを除く。弱火にして豆腐・Aを加え5分煮る。
- ④片栗粉を牛乳で溶いて③に回し入れ、とろみをつける。器に盛り松の実と万能ねぎの小口切りを散らす。

栄養量一人分

熱量 198キロカロリー
 塩分 3.8グラム



編集後記

「亜麻色の髪の乙女」という曲が、昨年カバでヒットした。ところで、亜麻色とはどんな色なのだろう。調べて見ると、黄色がかった薄茶色で、亜麻糸の色からきているという。似たようなものに、薔薇色・芥子色・浅葱色・鶯色・藤色・茜色等があり、自然の植物に由来するものが多い。歌の歌詞で耳にすることがあるが、果たして何人の人が思い浮かべることができただろう。色の名前だけで色の感じを思い起こせるには、心の中にその色のイメージが生きて根づいていないとまらない。普段からもっと自然とふれあい、幅広く豊かな感性を持ちたいものである。

渡辺文裕