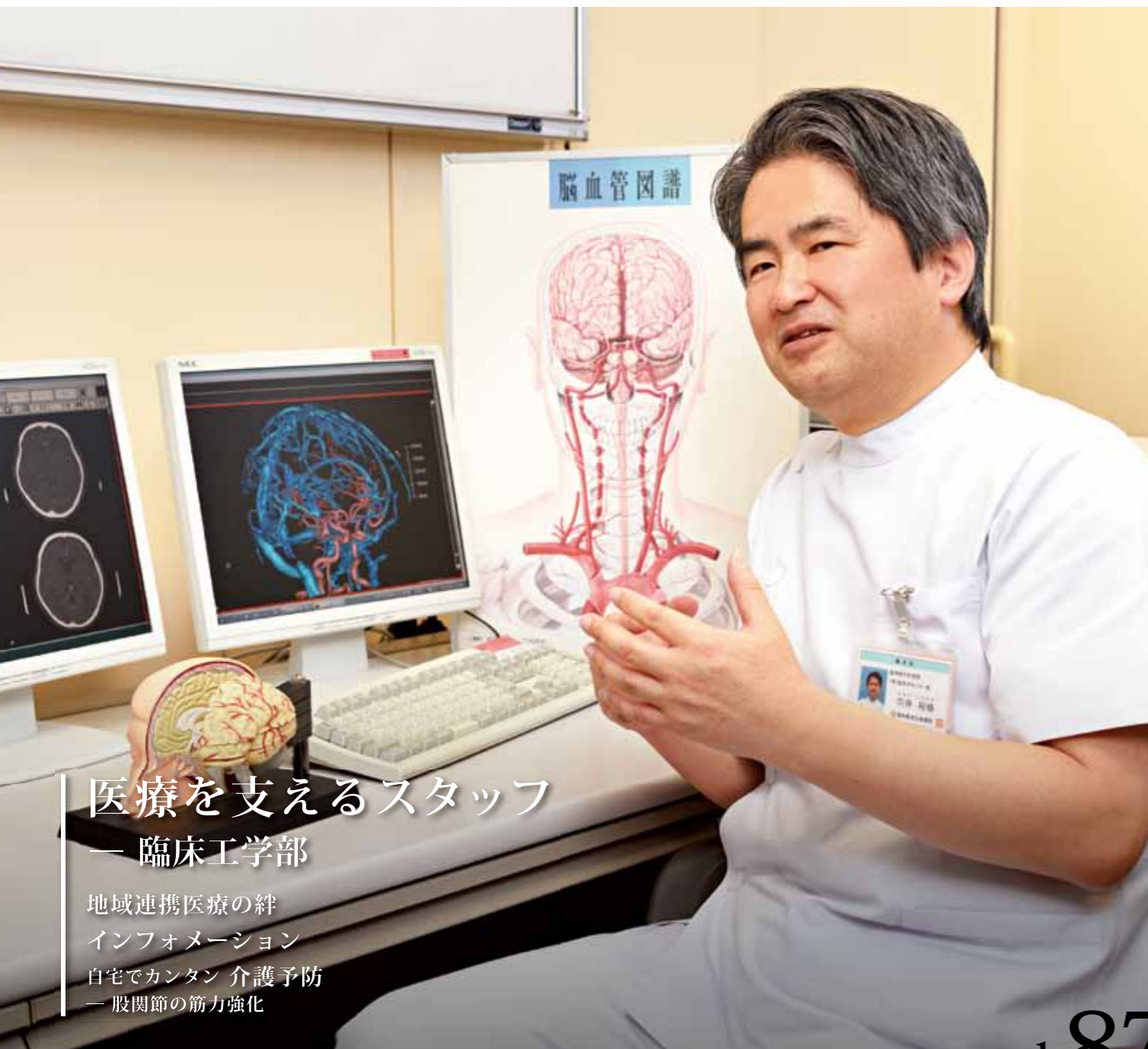


かけはし

特集 FEATURE 高齢者に多い病気にご用心
顔や手足に麻痺が出る - 脳梗塞 -



医療を支えるスタッフ
— 臨床工学部

地域連携医療の絆
インフォメーション
自宅でカンタン 介護予防
— 股関節の筋力強化

vol.87

TRY-workout

筋力強化の POINT

- 反動をつけずにゆっくり行いましょう
- 息を止めず、呼吸をしっかりとしながら行いましょう
- きたえている筋肉を意識しながら行いましょう
- 正しい姿勢で行いましょう

股関節前面の筋力強化



背筋を伸ばして椅子に座ります。



足踏みをするように、片足ずつ上げます。

Point 足を上げる時に背中が丸くならないようにしましょう。

太ももの内側の筋力強化



1 仰向けに寝て、膝の間に座布団やタオルを挟みます。

2 膝の間の座布団を押しつつ、膝を閉じて、太ももの内側に力を入れます。

Point つま先をまっすぐ上に向けたまま行いましょう。

注意点 股関節の手術を受けたことがある方や股関節に痛みのある方は、主治医とよく相談して行ってください。

モデル：作業療法士 松崎元基

お尻の筋力強化



立った姿勢で、椅子や台などにつかまりながら、片足をそのまま後ろに上げます。

Point 体が前に傾かないように背筋を伸ばしながら行いましょう。

お尻の横側の筋力強化



1 横向きに寝て、上になった足を伸ばしたままゆっくりと真上に上げます。

2 元の位置までゆっくりと下ろします。

Point 高く上げることよりも、体をねじらず真上に上げるように意識しましょう。

実践・実感 ワークアウト

自宅でカンタン 介護予防

program

12

股関節の筋力強化

股関節は、日常のすべての動作に影響する大切な関節です。加齢とともに、股関節の動きが悪くなる場合があります。さらに筋肉量が減少するにつれ、股関節への負担も大きくなります。その結果、日常動作の中で痛みが起る場合があります。股関節の衰えや障害を予防するには、日頃から適度な運動をして、周辺の筋肉を鍛えておくことが大切です。



【今回の先生】
リハビリテーション部
作業療法士 清水威次郎

理念

患者さんの立場で考える

行動指針

私たちは、患者さんの立場にたって行動します
私たちは、信頼される医療を提供します
私たちは、チームワークを高め、活力溢れる職場をつくります

かけはし vol.87 2017年2月

【発行】 福井県済生会病院
〒918-8503 福井市和田中町舟橋7番地1
TEL: 0776(23)1111 (代)
【責任者】 笠原善郎 【編集】 経営企画室

症状別でチェック

高齢者に

多い病気に

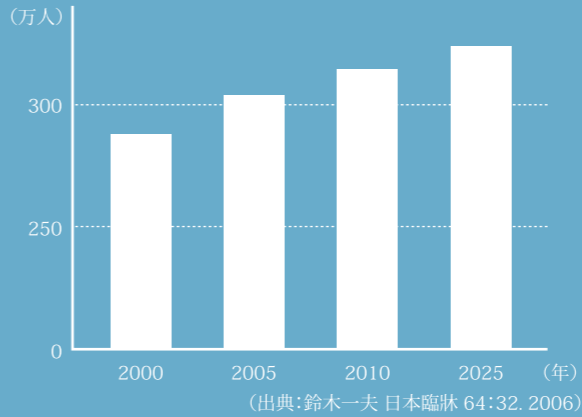
ご用心



日本脳卒中学会専門医
脳神経外科部長
脳卒中センター長
向井裕修医師

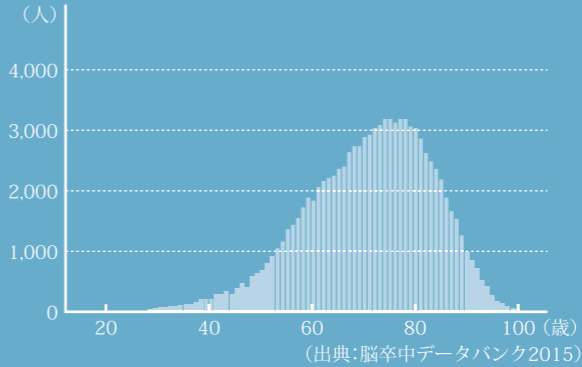
増加を続ける患者数

日本の脳卒中有病者数の推測



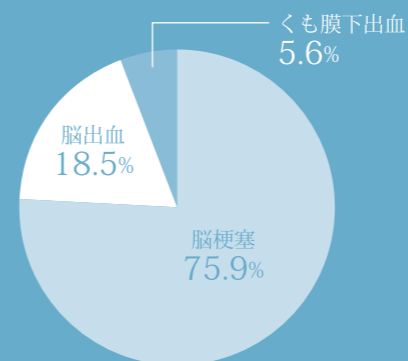
発症は70~80代が多い

年齢別発症頻度



脳卒中の7割以上を占める脳梗塞

脳卒中全体の内訳



向井先生の
ここが
ポイント!

脳梗塞の危険因子となるのは生活習慣病です。中でも高血圧は特に気をつけていただきたいですね。治療は時間との戦いですので、脳梗塞が疑われたらすぐに病院に来てほしいです。

急に手足に力が入らなくなった、
顔が歪み左右対称でなくなった、
言葉がうまく話せない…
それってもしかすると
脳梗塞かも？

脳の血管が詰まることで起こる、脳梗塞。
脳卒中と呼ばれる脳の血管の病気の中でも最も発症率が高い病気です。
今回は、この脳梗塞に焦点を当て、
症状や治療についてご紹介します。

脳梗塞とは？

①症状
脳卒中の一つで、脳の血管が詰まって脳に行く血流が途絶えることにより脳が障害される病気です。さまざまな後遺症の原因となりうる病気です。その治療は時間との戦いです。脳梗塞が疑われたらすぐに救急車を呼ぶことが大切です。

詰まる血管の太さ、部位により症状は異なります。重い脳梗塞ではその場で倒れてしまい、呼びかけても反応が鈍くなり、意識は無くなりませんが、次のような症状が急に現れるのが特徴です。

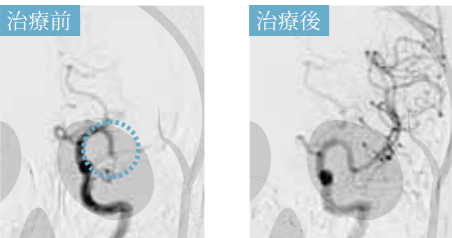
- 主な症状
- 左右いずれかの顔や手足の麻痺
 - 呂律が回らなかったり
会話が通じなくなるなどの言語障害
 - 半身のしびれ
 - めまいやふらつき
 - 片方の目が暗くなる
 - 物が二重に見える など

診断と治療

①検査
すぐにMRI検査を行って、脳梗塞の範囲、及び血管の詰まっている場所を調べます。

②治療
脳梗塞の状態にもよりますが、脳の血管に詰まった血の塊を溶かす「血栓溶解療法」という点滴を使った治療を行います。なるべく早く血流を再開させて脳が傷むのを最小限にしようとする方法です。この薬は脳梗塞を発症してから早ければ早いほど効き目が良く、さらに発症してから4時間半以内に投与しないと効かない薬です。それでも血の塊が溶けない場合は「血栓回収療法」といい、カテーテ

●血栓回収療法の例



血栓(血の塊)が脳の太い血管に詰まり、重い脳梗塞になっていました。

特殊なカテーテルで血栓を早期に摘出することで血管が再開通し、後遺症を免れました。

(画像提供:脳神経外科 高島靖志医師)

●脳梗塞の兆候 (FAST)



③予防
脳梗塞は発症してしまうと何らかの後遺症が残る可能性が高い病気です。まずは脳梗塞にならないための予防がなにより大切です。脳梗塞の危険因子には、高血圧、糖尿病、脂質異常症(コレステロールや中性脂肪の異常)、喫煙、肥満、不整脈の一種の心房細動などがあります。どれか一つでも当

ルという細い血管を足の付け根の動脈から脳の中の動脈まで入れて、血の塊を摘出する治療を行うこともあります。これらの治療は脳が傷んでしまいう前に行われる必要があります、一刻一秒を争います。

ではまる方は、かかりつけ医に普段から相談し、治療を受けることが大切です。脳梗塞の症状を簡単に見分ける方法が「FAST」です。脳梗塞治療は時間(Time)との闘い。症状に気づいたら、すぐに受診しましょう。

開設から10年

脳卒中センターでは、
多職種でチーム医療を行っています

当院脳卒中センターは「歩いて帰る脳卒中」を目標に、2006年12月に開設されました。24時間、専門医師が常駐し、最新の治療に対応しています。また、専任の看護師、リハビリテーションスタッフ、薬剤師、栄養士、MSW(メディカルソーシャルワーカー)がチームを組み、患者さんの1日も早い回復を目指し、それぞれの専門的立場から脳卒中治療に取り組んでいます。



いつもと同じ生活を取り戻すための、乳房再建手術

乳がん患者さんの生活の質を高める体制へ

乳がんの摘出手術で乳房を切除することは、女性としてのシンボルを失うという喪失感と、旅行やスポーツ、入浴などの日常生活に支障をきたすなど、心理的、肉体的に負担を与えてきました。

そこで当院では、連携医と連携して2016年7月に乳房再建を専門とする「乳房形成外来」を開設し、「二次再建術」の治療を開始しました（※二次再建は当院の連携施設にて対応いたします）。そして2017年1月には、「一次再建術」を当院で実施する体制を整えました。乳房再建を治療の延長と捉え、患者さんの心と体に優しいがん治療を推進していきます。

乳房再建は、健康保険と高額療養費制度を活用可能

かつて乳房再建は経済的な負担から断念されるケースがありました。しかし、現在は健康保険と高額

療養費制度が活用でき、少ない費用負担で治療を受けられるようになりました。ぜひ、自分らしさを取り戻す乳房再建をご検討ください。

再建手術は「一次再建」「二次再建」の2種類

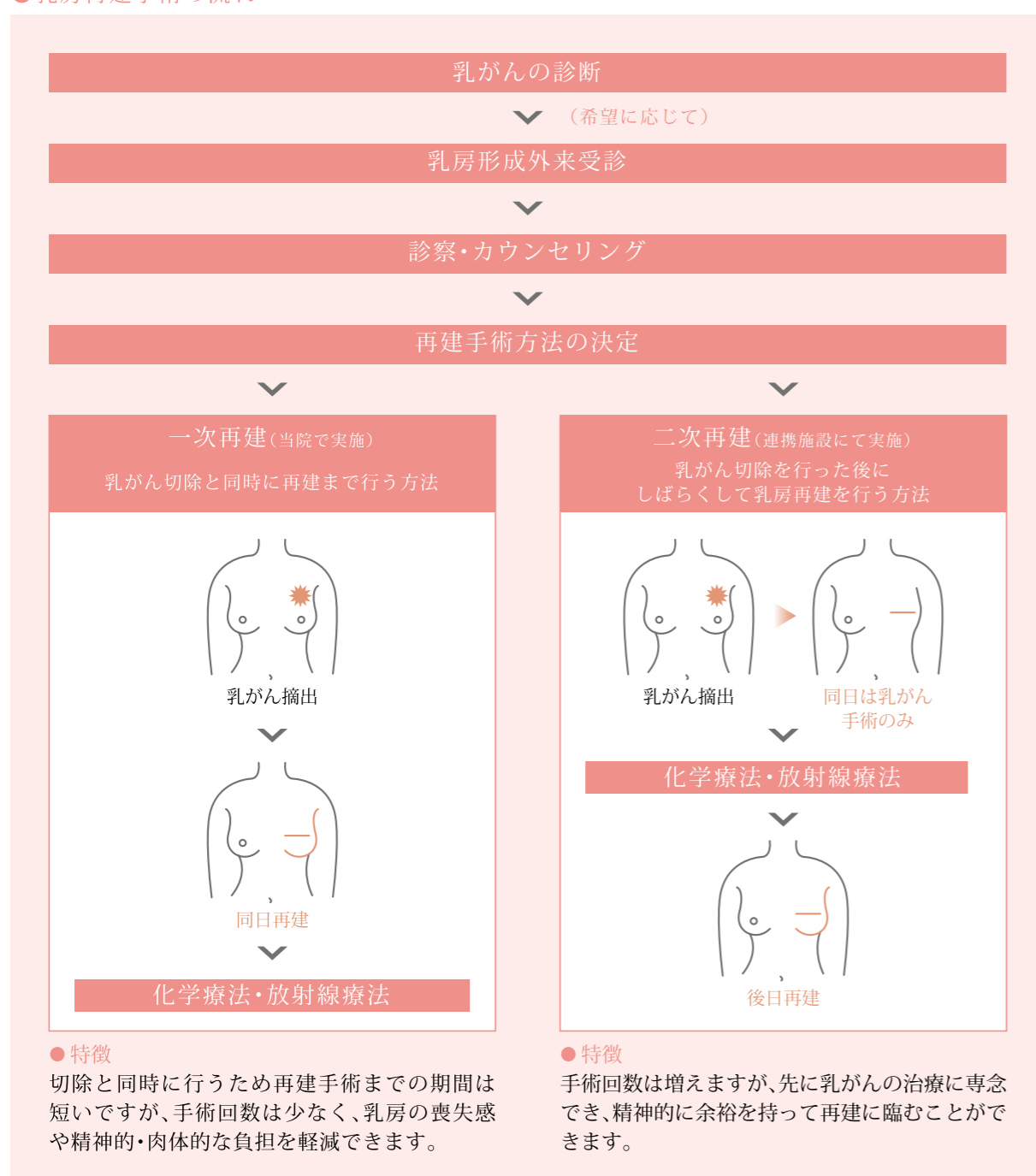
再建手術には、乳がんの摘出手術と同時に再建を行う「一次再建術」、乳がん摘出、術後の化学療法、放射線療法を終えた後に再建を行う「二次再建術」があります。

また、乳房を再建する方法として、人工乳房（シリコン・インプラント法）と自分のお腹や背中の中の組織（皮弁法）を用いる方法があります。

どちらの再建手術、方法も、年齢に関係なく行うことができます。専門医とのカウンセリングで自分に合った方法をお選びいただけます。

乳がんだからと何もあきらめる必要はありません。いつもと同じ生活に向けて、納得のいく再建手術で乳房を取り戻していただきたいと思います。

●乳房再建手術の流れ



乳房形成外来のご案内

乳房形成外来では、乳房再建手術の診察とカウンセリングを行います。相談の際にはしっかりと時間をかけて患者さんのお話をお伺いし、乳がん手術を行った患者さんがご自分らしい生活を送るために、どんなお悩みにも応えてサポートします。まずはご相談ください。



外来日：毎月第4水曜日午後（予約制）
お問合せ：本館2階 女性診療センター
担当医：神野千鶴 非常勤医師（神野美容形成外科クリニック院長）

[臨床工学技士] の主な仕事



[人工呼吸器の装着]

肺機能が低下し、呼吸困難やガス交換機能が悪化した患者さんには人工呼吸器が装着されます。その際、安全に使用されているか、装置に異常がないかなど総合的な管理を行っています。



[ペースメーカーの動作チェック]

体内に植え込み、心臓に電気刺激を与えることで心収縮を起こさせるペースメーカー。通信機器を使い、正常に作動しているか、心電の履歴に異常はないかなどを定期的に確認し、必要があれば設定を変更します。



[内視鏡検査のサポート]

人によっては辛いと感じられる内視鏡検査では、「機械の不調で写真が撮れなかった」などは許されませんから、日頃のメンテナンスが重要です。また、検査中の患者さんの不意な動きにも気を配りつつ、医師の操作のサポートを行っています。

公的病院として最大規模のベッド数70床を誇る血液浄化療法センター。ここで臨床工学技士は、医療機器の管理のみならず、穿刺など各種治療の後方支援を行っています。



日進月歩の医療現場で、
安心・安全な技術を提供しています。

医療を支える
スタッフ

Faculty of Clinical Engineering
臨床工学部

医療機器の適切な
管理・操作には
“連携”が不可欠です

約30年前、生命維持管理装置の保守・点検を主とする職種として臨床工学技士が誕生しました。その後、医療機器は想像以上のスピードで高度化を遂げていきました。医師や看護師が操作していた機械はどんどん複雑化し、ここ10年程、私たちに委ねられる操作・管理は質・量ともに格段に増えています。

最先端の医療を提供する方針のもと、臨床工学部には24名の技士が在籍しており、これも当院の特長となっています。最も治療頻度が高い血液浄化装置は、全員が扱えるように鍛錬しています。また実は、血液浄化装置だけが、透析治療に用いられる機器ではありません。治療材料の人工腎臓（ダイアライザー）も医療機器の分類とされており、素材や大きさなど多種多様な中から適切なものを選ぶ

ことが重要です。さらに、透析液に菌類が混入していないかを検査することも私たちの仕事です。穿刺や機器・器具の装着といった一部の医療行為を任されるなど、当院における技士は単なる「技術屋」の枠を超え、医師や看護師と連携する「医療スタッフ」となっています。

機器を扱う上で、操作マニュアルはあっても個人別・疾患別といったマニュアルは存在しません。高度な機器の性能を事故なく最大限に活かし、患者さんの命を守るため、常に知識を磨き、積極的に情報交換を図っていきます。

臨床工学技士は他に、
手術室や心臓カテーテル室でも活躍しています。

若狭町 健康な身体は、健康な口腔から

中村歯科医院

〔歯科〕 院長 中村 孝久 なかむら たかひさ

三方地区に密着した歯科医として
外来から訪問診療までサポート

三方地区(旧三方町)で開業して25年。地区内に歯科医院が2軒しかないことから、まさに地域に密着した歯科診療を行ってきました。その一つが、15年を超える訪問診療活動です。これも地域からの依頼で始めたことですが、現在は毎週木曜午後に、在宅介護で寝たきりの方や、介護施設や療養病棟にいらっしゃる方の元に向かっています。微力ではありますが、これからも地域貢献になればと願う次第です。最近よく耳にすることですが、口腔内を清潔に保つことは、身体の健康に大きな影響を与えます。歯周病などの慢性炎症は糖尿病やリウマチなどと密接な関係があります。健康寿命を全うするためにも、一緒に口腔内のケアをしっかりと行っていきましょう。

三方上中郡若狭町北前川43-32-1
TEL. 0770-45-0020
〔診療時間〕
平日 9:00~12:30 / 14:00~18:00
土曜 9:00~12:30
木曜午後は訪問診療
〔休診日〕
土曜午後、日曜・祝日
〔JR小浜線〕
三方駅下車 徒歩約10分



敦賀市 敦賀・美浜のかかりつけ医として

はぎはら整形外科クリニック

〔整形外科・リハビリテーション科・リウマチ科〕 院長 萩原 修平 はぎはら しゅうへい

子供からお年寄りまで
各年代の“痛み”をケア

今年開業13年目を迎える当院。嶺南には整形外科が少ないこともあり、敦賀市内はもちろん、近隣の市町からお越しになる患者さんも多く、広範囲の『地域のかかりつけ医』として診療しています。近くに学校があるため、部活動等で負傷した学生さんやご年配の方、変性疾患に悩まれている方などのご来院が主なので、まずはよく話をお聞きし、極力希望に沿った治療ができるように心がけています。もう一つ、重要だと考えている私の役割は『基幹病院への橋渡し』。クリニックである当院での治療には限界がありますので、症状に合わせた適切な治療を勧めていくサポートを今後も果たしていきたいと考えています。

敦賀市木崎 49-24-2 TEL. 0770-20-0811
〔診療時間〕
平日 9:00~12:30 / 14:30~18:30
木曜、土曜 9:00~12:30
〔休診日〕
木曜午後、土曜午後、日曜・祝日
〔敦賀市コミュニティバス市街地循環線〕
西木崎バス停下車 徒歩1分



鯖江市 質の高い診療所を目指して

土屋耳鼻咽喉科クリニック

〔耳鼻咽喉科〕 院長 土屋 克之 つちや かつゆき

耳鼻咽喉科専門医が2人体制で
丹南地区の患者さんの耳・鼻・のどをケア

平成24年9月に開院し、今年で5年目を迎えます。当院の特徴は、二人の耳鼻咽喉科専門医が診察していることです。待ち時間の短縮に加え、病気の状態や、検査所見の説明には、画像ファイリングシステムや手術用顕微鏡モニターを用いて、わかりやすく説明を行うように心がけています。院長も副院長も、大学に在籍時は中耳手術を専門としておりましたので、耳疾患の診察には、耳科手術用顕微鏡を用いて、ベッド上でより詳しい耳の治療を行うよう心がけています。当院では簡易型の防音ボックスでは無く、専用の設計施工による防音室を備えています。小さな検査ボックスに入る必要がないので、検査者が声を掛けながら安心して検査を進めることができます。耳、鼻、のどに何か心配な症状を感じられたらお気軽にご相談下さい。皆様のお役に立てることができれば幸いです。

鯖江市三六町2-4-15 TEL. 0778-54-0555
〔診療時間〕
平日 9:00~12:30 / 14:30~18:00
土曜 9:00~12:30
〔休診日〕
水曜日、土曜午後、日曜・祝日



福井市 充実の設備で精密な治療を

清水整形外科クリニック

〔整形外科・リウマチ科・リハビリテーション科〕 院長 清水 宏和 しみず ひろかず

確かなコミュニケーションと
分かりやすい説明で信頼関係の構築を

当院は、MRIや骨密度測定装置(DEXA)など、無床クリニックとしては充実の設備を揃えております。診断、治療で迷った時に大切なことは、「当院での治療を続けてよいのか、基幹病院での処置が必要なのか」の判断を正確に下すことです。幸い、近くには済生会をはじめ複数の基幹病院があり、速やかに連携できる体制を整えておりますので安心してご来院ください。現在、福井県臨床整形外科医会の会長を務めています。今後も、常に新しい医学情報の吸収と県内整形外科開業医の更なる質の向上に尽力したいと思っています。

福井市和田中 2-210 TEL. 0776-28-6667
〔診療時間〕
平日 8:30~12:30 / 14:00~18:30
木曜、土曜 8:30~12:30
〔休診日〕
木曜午後、土曜午後、日曜・祝日



福井県済生会病院は各地区の医療機関と連携し、地域連携医療を推進しています。各医療機関の取り組みや診療体制をシリーズで紹介していきます。



ご案内
 Announce

当院のがん相談支援センターが
 国立がん研究センターの認定を受けました

当院のがん相談支援センターは、平成29年1月1日より「国立がん研究センター認定がん相談支援センター」として認定を受けました(認定期間…平成29年1月1日～32年12月31日)。認定を受けるには、国立がん研究センターの「認定がん専門相談員」が2人配置されていることなど多くの要件を満たしていることが求められており、全国で14施設、県内では2施設が初めて認定されました。

国が、がん患者さんが社会で活躍できるための支援を盛り込んだ「改正がん対策基本法」を成立するなど、全国的にも支援提供体制の充実が求められています。認定を受けたことで、当院のがん相談支援センターは、利用できる方にとって信頼できるがん相談窓口であると認められたこととなります。今後がん診療連携拠点病院として、質の高い治療はもとより、がん情報の集約や患者さん・ご家族の支援にも力を入れ、「患者さんに優しいがん診療」に取り組んでまいります。



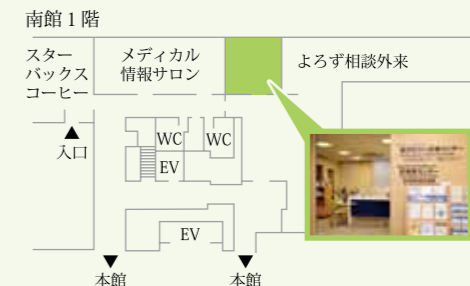
がんに関するあらゆるご相談は「がん相談支援センター」へ

がん患者さんやご家族の様々な悩みや不安、困ったことについて、お話をお伺いし、不安や悩みを少しでも取り除けるようお手伝いいたします。ご相談は無料ですので、お気軽にお越しください。

- 心配や不安に対するご相談
- がんの治療や副作用に関するご相談
- がんの予防や健診に関するご相談
- 治療と仕事の両立に関するご相談
- 食事・日常生活に関するご相談
- 在宅療法・介護に関するご相談
- 医療費に関するご相談
- など

がん相談支援センター
 専用ダイヤル

TEL. 0776-28-1212
 受付時間/月～金曜日(祝日を除く)
 AM8:30～17:00



Opinion Box

「外来での携帯電話使用」
 についての意見

先日受診した際、外来の待合室で大きな声で携帯電話で話している人がいました。スタッフの人も注意してほしいと思いました。

(外来受診患者さんより)

この度はご意見ありがとうございます。また、ご迷惑をおかけしまして申し訳ございません。

外来の待合室は診療区域であり、ブロック内での飲食や、携帯電話での通話はご遠慮いただいております。注意喚起のポスターを掲示しました。今後は、スタッフからも積極的にお声かけさせていただきます。

携帯電話は、マナーモードに設定のうえ、通話をご遠慮いただきますよう、皆様のご理解・ご協力をお願いいたします。



ご意見箱設置場所

- 本館1階
 - ・総合サービスカウンター横
 - ・内視鏡センター受付前
 - ・緩和ケア病棟
 - ・理・美容室横 休憩コーナー
- 本館3階
 - ・家族待合室内
- 東館1階
 - ・東館玄関横

※当院では、ご意見箱以外に、よろず相談外来や総合受付などの窓口でも、直接お話をお伺いしております。



Column

済生会の
 ちょっといい話



院長 登谷 大修

これまで、当院の「患者さんの立場で考えたサービス」、職員の行動規範についてご紹介しましたが、今回は職員以外で病院に貢献してくださっている人たちについてお話します。

当院には職員以外に、受付や清掃、警備などを担当する外部業務委託の職員さん、レストランや花屋、本屋などのテナントの店員さんら100名を超える方が働いています。さらに嬉しいことに、患者さんの案内や医療材料の準備等をお手伝いくださるボランティアさんが50名おられます。

最近気がついたのは、こういった方々に対する患者さん

んや職員からの「お褒め」感謝が増えていることです。「気配りの言葉が嬉しかった」「積極的に仕事を手伝ってくれました」「患者の心を読み取り対応してくださり、その優しさに癒された」…。職員以外の皆さんが病院の理念を理解し「チーム済生会」として支えてくださっていることを実感し、これらの言葉は院長の宝として残っています。

12回に渡りお話しした「ちょっといい話」も今回が最終回。お読みいただき有難うございました。次号からは新しい企画でお話し出来るのではないかと考えています。お楽しみに。