



fureai



No.43号

令和元年10月23日発行 第43号 発行／総合青山病院(0533)73-3777 印刷／株昭栄社印刷所

<http://www.aoyama-hp.or.jp>

眼科は今年の7月から診療体制が変わり、平日午前はほぼ毎日外来を行うこととなりました。

そんな眼科で最も遭遇する疾患の近視についてお話をさせていただきます。

現在、近視はどの先進国でも数多く見られる、遠くにピントが合わなくなる状態で、屈折異常と呼ばれる病気の一つです。平成30年の学校保健統計でも中学生では2人に1人が、高校生では3人に2人が裸眼で視力が1・0未満となつており、その殆どの原因が近視です。また、人によっては近視が進行して高度近視となつてしまします。失明の大きな原因として、常に5位以内に挙がる高度近視は、普通の方に比べて、緑内障や網膜剥離や網膜裂孔などの様々な病気を起こしやす

くなると言われています。現在行われている近視の治療として、成人以上の方にはレーシックや有水晶体眼内レンズ挿入手術（ICL）などの、ピントを調節するための手術である屈折矯正手術を行うことで疑似的に近視を無くす治療が行われています。これらの屈折矯正手術は自費診療のため、メリット・デメリットを、施行する施設でしっかりと確認してから行うのが良いと思います。

また、世界的に近視の悪化を抑制する研究もすすめられています。最近の研究で近視を抑制するには、適度な紫外線を浴びることが良いことだと分かりました。また、眼鏡やコンタクトレンズなどで近視を矯正して、視力が良い状態で生活することは眼に良いことであると報告されており、その最

くなると言われています。現在行われている近視の治療として、成人以上の方にはレーシックや有水晶体眼内レンズ挿入手術（ICL）などの、ピントを調節するための手術である屈折矯正手術を行うことで疑似的に近視を無くす治療が行われています。これらの屈折矯正手術は自費診療のため、メリット・デメリットを、施行する施設でしっかりと確認してから行うのが良いと思います。

ただオルソケラトロジーも自費診療ですし、また、近視矯正の効果について懐疑的な意見もありますので、治療を希望される方は施行する施設で詳しい話をしっかりと聞くことが大切です。

今回紹介した治療の一部は当院でも行っていますので、興味がある方はお気軽に眼科でお尋ね下さい。



近視について

眼科 部長 市川 慶



第39回 看護の現場から。

嚥下の状態を知つて誤嚥を防ぎましょう

3病棟

看護師長
看護師主任

松本 利依
下堂前 美香

本館4階は内科病棟（3病棟）です。今回は嚥下についてお話をします。

みなさんは”誤嚥“という言葉を耳にする機会はありますか？

高齢化社会に伴い、加齢による様々な機能低下が見られる中、飲み込む力の低下により、唾液や食べ物が気管へ入り喀出されないことで発症する誤嚥性肺炎で入院される患者さまが多くなっています。そのため、当病棟では患者さまの嚥下の状態を知り、安全に食べる事ができるよう誤嚥予防に努めています。

嚥下の状態を知るためのスクリーニングと嚥下評価

誤嚥性肺炎で入院される患

者さまの他にも、嚥下障害予備軍の方や嚥下障害の自覚がない方など、様々な嚥下状態の患者さまが入院されることを考えられます。そのため、入院される患者さまに対しても、摂食嚥下障害についての質問紙（下記参照）を用いてスクリーニングを行っています。

このスクリーニングにより、嚥下の評価が必要となつた場合、患者さまの状態に合わせて改訂水飲みテスト（MWST）を行っています。このテストは、水またはとろみ水3mlを口腔底に注いで、嚥下を促し評価します。評価の結果、嚥下障害が疑われる場合は主治医に報告します。リハビリ介入が必要になる場合は言語聴覚士による嚥下評価や嚥下訓練が行われ、栄養士による食事形態の調整も行われています。さら

に、医師による嚥下造影検査（VF）や嚥下内視鏡検査（VE）なども行われており、画像検査での評価も行っています。



患者さまの「食べたい」という思いを受け止め、食べることができた時の患者さまの笑顔を励みに、看護師だけでなく医師や言語聴覚士、栄養士と連携を図り、誤嚥予防への支援を行っています。

摂食嚥下についての質問紙

あなたの嚥下の状態について質問をします。
この2~3年のことについてお答えください。

質問項目	該当するものに○をつけてください。		
	繰り返す	一度だけある	ない
肺炎と診断されたことがありますか？			
痩せてきましたか？	明らかに瘦せてきた	少し	ない
飲みにくく感じたことがありますか？	よくある	時々	ない
食事中にむせることができますか？	よくある	時々	ない
常にのどがごろごろする感じはありますか？	よくある	時々	ない
食べ物が残る感じがすることがありますか？	よくある	時々	ない
食べるのが遅くなりましたか？	よくある	時々	ない
硬いものが食べにくになりましたか？	よくある	時々	ない
口から食べ物がこぼれましたか？	よくある	時々	ない
食べ物やすっぱい液が胃からのどに戻ってくることがありますか？	よくある	時々	ない
胸に食べ物が詰まった感じがすることがありますか？	よくある	時々	ない
夜、咳で寝られなかった、詰まった感じがすることがありますか？	よくある	時々	ない
声がかすれましたか？	よくある	時々	ない

*一番左に○が1項目以上ついた場合は嚥下の評価を実施します。

透析患者さまに対するシャント管理

透析・血液浄化センター 倉橋 陸也

わが国の透析患者数は年々増加しており、その数は33万人を超え、透析は身近なものになりつつあります。透析患者さまにとって最も不可欠であるのはシャントであり、今はその管理について紹介します。

シャントとは、手術によって動脈と静脈を繋げることで、静脈に流れる血液の量を多くし、太くなつた静脈に針を刺して透析に必要な血液を取り出せるようにしたもののです。しかし、時間が経つに連れてシャントにはさまざまな変化(合併症)が起き、透析中にトラブルが生じることがあります。

合併症としては、血管の内部が狭くなり、血液が流れにくくなる「狭窄」^{きょうnarrow}が最も多く、その他に手指や腕の腫れ、瘤、感染などがあります。狭窄が

原因で生じる透析中のトラブルには、脱血不良、静脈圧の上昇、止血時間の延長、穿刺困難などが挙げられます。

昨年度より、透析・血液浄化センター内の取り組みとしてシャント管理チームを立ち上げ、シャントのある透析患者さまに対して超音波診断検査(シャントエコー)を実施しております。

エコーはシャント血流量と血管の状態の両方をリアルタイムで評価することができる非常に有用な方法です。透析・血液浄化センターのベッドサイドで行うことができ、エコーによる痛みや副作用はありません。時間は患者さまによりますが約30分です。

血管の狭窄などによってシャントの血流量が少なくなり十分な血液を取り出せなくなつ

た場合、まずシャントを目で見て、血管に触れ、シャント音を聴きます。それからエコーで正確なシャントの血流量を測定し、どれくらい血流量が低下しているのか把握します。同時に血液の流れにくさを表す血管抵抗の値も測定します。これらの中評価によって、シャントにトラブルがあることを予測することが出来ます。

次に血管の太さ、皮膚から血管までの深さ、走行などを確認し、トラブルの原因を特定します。狭窄を放置していくと血管が閉塞してしまうことがあります。そのため変化により早く気付き、適切な評価をすることが大切です。

当院ではエコーを実施した際に記録を作成し、それを医師に報告することによって早期治療に役立てています。



シャントは患者さまが透析を続けていく上で最も大切なパートナーであり、その状態は日々変化します。その変化を患者さまとスタッフが一緒に管理し、トラブルを早期発見、早期治療に繋げ、シャントを長持ちさせていきたいと思います。そのためには私たちも知識の習得や技術の向上に努めてまいります。

平成31年4月、当院に新人職員が入職しました。オリエンテーションや各部門での研修を終え、それぞれの部署へ配属されました。皆さまにも温かく見守って頂けたらと思います。よろしくお願ひいたします。

新人職員 6ヶ月が過ぎて



看護師

小柳津 美果 (1病棟)



入職当初は環境や看護技術に不慣れのため、戸惑いがあり緊張の毎日でした。先輩看護師の指導のおかげで、学習が進み、少しづつ自信がつき、できることが増えてきました。患者さまが笑顔で安心して入院生活を送れるように、自己研鑽に努めます。

看護師

星野 和佳奈 (1病棟)



患者さまと関わる中で、退院後の生活を視野に入れた関わり方が充分にできていないと感じています。今後は退院を見据えた、段階に沿った看護を提供し、不安なく退院ができる、関わりを持つ看護師に成長していきたいです。

看護師

原 千尋 (2病棟)



入職して半年経ち、看護技術が向上してできることも徐々に増えてきましたが、まだまだ先輩から指導されながら学習する毎日です。不安な事もありますが、患者さまの目線に立って行動できる看護師になれるよう成長していきたいです。

看護師

細川 侑祐 (2病棟)



採血や点滴など行える技術が少しづつ増えてきました。日々、先輩の退院後の生活を見据えた患者さまへの関わり方を見て学んでいます。患者さまがして欲しいと思うことに先に気づける看護師を目指していきたいです。

看護師

高岸 俊之 (3病棟)



看護師になって学生のとき以上に覚えることや勉強することがとても多いと感じています。また判断力、責任感の必要性や優先順位を考えて行うなど、正直とても大変であると感じています。努力して一歩ずつ看護師として成長していきたいです。

看護補助者

前田 藍 (外来)



外来に配属になり、内科の診療介助をしています。診察室へお呼びすることや検査の案内など、少しづつできることが増えてきました。まだ不安なこともありますが、先輩の指導のもと、確実に案内できるように頑張ります。

看護補助者

三輪田 晏摘 (外来)



入職して外来に配属になり、内科と消化器内科の診療介助をしています。患者さまからの問い合わせにスムーズに対応することがまだ難しいですが、先輩に確認しながら患者さまが安心して受診できるよう今後も対応していきたいと思います。

看護師

堀井 明日加 (手術・中央材料室)



手術により使用する器械が違い、また、患者さまに代わって心身の変化に気づき対応させて頂く役割もあり、手術看護は奥が深いと感じます。当院で手術を受けられる患者さまのことを考えた看護ができるよう、精進していきます。

看護補助者

白井 心(西1病棟)



病棟クラークとして物品の補充や書類の作成などを中心に行っています。先輩に助けられ、学習する日々です。これからも看護師がスムーズに働けるようサポートし、さらにレベルアップできるよう取り組んでいきたいと思います。

理学療法士

浅沼 理奈 (リハビリテーション技術室)



理学療法士として働き始めて半年が経ちました。入職当初は分からぬことや不安が多く先輩に頼ってばかりでしたが、丁寧な指導のおかげで、少しずつ出来ることが増えてきました。まだまだ未熟者ですが、患者さまから信頼される理学療法士になれるよう日々努めています。

理学療法士

畔柳 雄太 (リハビリテーション技術室)



理学療法士として働き始めて半年が過ぎ、先輩の指導のおかげで、少しずつ行える業務も増えました。まだまだ未熟ではありますが、患者さまにより良いリハビリが提供できるよう日々努力を続けていきたいと思います。

診療放射線技師

市田 あす香(放射線技術室)



入職して半年が経ちました。まだ未熟さを痛感する日々ですが、先輩に丁寧な指導を受けながら頑張っています。一つ一つ確実に業務を覚え、患者さまの心に寄り添い、安心して検査を受けていただけるようこれからも励んでいきたいと思います。

理学療法士

木下 陽菜 (リハビリテーション技術室)



入職してから6ヶ月経ちました。まだ覚えることがたくさんあり、毎日先輩に助けていただきながら業務に励んでいます。1人1人の患者さまに合わせたリハビリが行えるように精進していきたいと思います。

作業療法士

片桐 茉弥子 (リハビリテーション技術室)



作業療法士として働き半年が経ちました。不安や緊張で思うようにいかない事もありますが、先輩の丁寧な指導・サポートにより多くのことを学んでいます。患者さまの身体面・精神面に寄り添い、より良い生活が送れるようなリハビリが提供できるよう努力します。

遊びの広場

数独の解き方



- タテ 9列、ヨコ 9列のそれぞれに 1~9までの数字が 1コずつ入ります。
 - 太線で区切られた 3×3 の枠内(マスは 9コ)にも 1~9までの数字が 1コずつ入ります。
 - 従って、タテ、ヨコ、枠内で、同じ数字が重複して入ることはありません。
- とにかく、算数無用、注意力の勝負、なるべくラクをして、かつスマートに解いていきましょう。

答えは8ページ目をご覧ください。

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



第26回

院長からみなさまへ

院長 小森 義之

病院の使い方

みなさん「病院」と聞くと何を連想されますか？

当然体の調子が悪くなった場合、病院の外来を受診し、診察を受けて、必要な場合は検査を受けたりします。またその結果、治療のために入院したり、手術などを受けたりすることがまず思い浮かぶと思います。病気の治療のために外来に通院してお薬をもらうこともあります。また現在、病院の大いな役割として、病気の治療・手術後に衰えた体力を元に戻したり、運動機能を回復させたりするための回復期病棟でのリハビリ治療が重要視されています。特に脳卒中（脳梗塞、脳出血など）の後は体の一部に麻痺などが残っています。早期からリハビリを開始することで、その後の生活の質が上がり、自宅への退院の可能性が高まるといわれています。

しかし、残念ながら寝たきりになつたり、自宅での通常の生活が困難になつた場合は、慢性期病棟への転出が検討されます。一方最近では、病気や老衰などの終末期を自宅で過ごせるよう、在宅医療・看護の導入が推奨されています。また在宅医療では、医療と介護両方からの支援を受けることができ、在宅医療への移行も病院の大きな役割となっています。

もう一つ病院の大きな役割があります。それは予防医学です。本院でいえば、健診センターで行つている予防接種はインフルエンザや肺炎の予防のためと健康診断・特定健診です。予防接種は診察・検査で現在の健康の状態を把握し、今後の病気の予防と対策を知ることが出来ます。また、もし検査で病気が見つかっても、早期発見であれば完全に治すことが出来るかもしれません。

このように、病院には様々な機能・役割があり、健康な時から病院をうまく使って、元気に生活をしていただきたいと思います。総合青山病院では上記の機能をすべて備えていますので、なんでもご相談していただきたいと思います。

第49回院内コンサート



7月20日（土）、uriboのお二人によるバイオリン&ピアノコンサートが開催されました。コンビ名であるUriboは、お二人が亥年であることから名付けたそうで、名前の通り真っ直ぐで息の合った演奏を楽しむことができました。

アンコールでは、「故郷」のメロディーが流れだした途端、皆さま自然に口ずさみ、感極まって涙を浮かべる方も見受けられました。演奏も終盤にさしかかると、会場の皆さまに感化され、演奏者のお二人も一緒に涙を浮かべながらの演奏となり、会場全体が一つに感じられました。帰り際には「また来てくださいね。」の声も聞こえ、皆さまと癒しの時間を共有することができました。

広報委員 出 政勝



歯科口腔外科

部長

よしみ

りょうこ

吉見 涼子

医学博士
日本口腔外科学会専門医日本口腔外科学会
日本口腔科学会
日本口腔インプラント学会
日本口腔顎顔面外傷学会平成15年 九州歯科大学歯学部歯学科卒業
平成15年 名古屋大学医学部附属病院 歯科口腔外科
平成24年 名古屋第二赤十字病院 歯科口腔外科
令和元年 総合青山病院 歯科口腔外科

メッセージ

わかりやすい説明、丁寧な治療を心がけてまいります。気軽に相談してください。

第6回

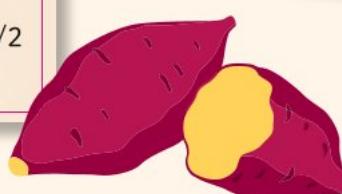
栄養のチカラ

旬のレシピ

さつまいもプリン

管理栄養士が考える、栄養に配慮した体に良いレシピや栄養情報を届けます。

風の中に秋を少しずつ感じるようになりました。



材料(4人分)

さつまいも	100g
A 卵	2個
卵黄	1個分
牛乳	1カップと1/2
生クリーム	大さじ2と1/2
上白糖	大さじ1と1/2
バニラエッセンス	適量

カラメルソース

上白糖	大さじ2
熱湯	大さじ1

お好みでトッピング

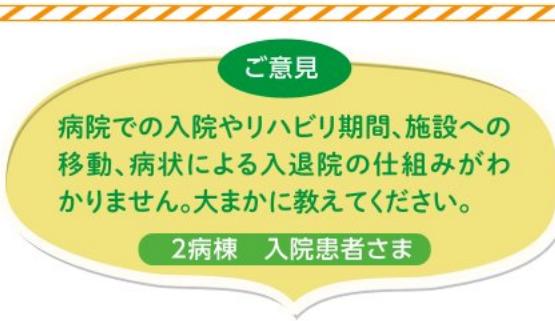
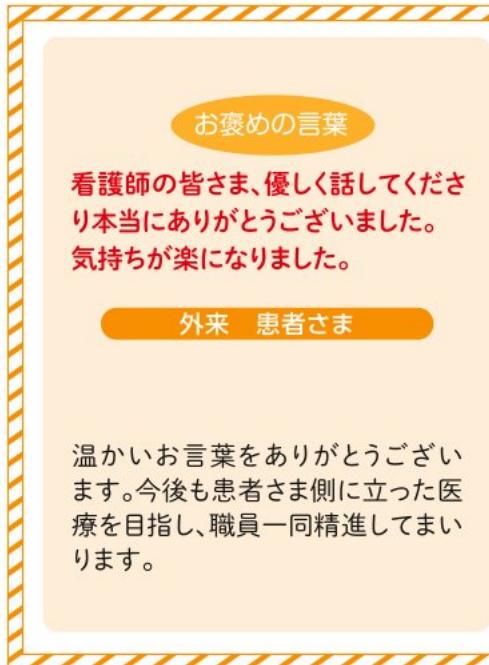
生クリーム	大さじ2と1/2
上白糖	小さじ1

作り方

- 1 さつまいもは皮をむき、電子レンジで串が通るまで蒸して、あつあつのうちにしっかり潰す。(目安:500Wで4分)
- 2 1が冷めたらAを加えてミキサーにかける。(泡だて器でもできますが、ミキサーのほうが滑らかに仕上がります。)
- 3 フライパンに上白糖を入れてから火をつけ、きつね色になるまで熱する。
最後に熱湯を入れ、カラメルソースをつくる容器に流し、冷やし固める。
※上白糖を熱しているときスプーンなどを使って混ぜずに、フライパンをゆすると上手にカラメルソースができます。
- 4 3が固まったら2を流し込み、容器にアルミ箔を被せる。
- 5 容器が入る鍋などに布巾を入れ、容器の底から2センチくらいまでお湯を入れる。
4を鍋に入れ蓋をして弱火で15分蒸し、火を止めてそのまま10分置く。粗熱が取れたら冷蔵庫で冷やす。
- 6 4を型から抜いて器に盛る。

今回のレシピは、噛む力や飲み込む力が少し弱くなった方にもおすすめです。

さつまいもですが、繊維が多く便秘解消に役立ちます。そんなさつまいもを食べて季節を感じながら、おなかの調子を整えましょう。



たくさんのご意見ありがとうございます。

ふれあい箱の回答

ご意見

入院期間や施設へのご移動は患者さまの病状によって異なります。また、病院と施設では提供できる医療、看護ケアも異なります。一般的には状態が安定されたら退院していただきたいり、施設へ入所していただいております。地域医療連携室(本館1階)にて、色々なご相談に応じていますのでお気軽にお寄りください。また、お電話でのご相談にも対応しています。



情報 STATION

Aoyama Hospital Information Station

第50回 院内コンサート

童謡・唱歌アンサンブルコンサート「結(ゆい)」

日時 令和元年 11月16日(土) 14:00~
場所 総合青山病院1階 外来ロビー 参加 自由(無料)

第51回 院内コンサート

トーンチャイムコンサート

日時 令和元年 12月14日(土) 14:00~
場所 総合青山病院1階 外来ロビー 参加 自由(無料)

遊びの広場の解答

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

編集後記

涼しい季節になりました。今年の夏も暑かったため、季節の変わり目に体調を崩さないように気をつけたいですね。外出もしやすくなりましたが、紅葉を見に行って季節を感じたり、秋刀魚や秋の果物を味わって食欲の秋も楽しむものです。

また、4月から新しい環境になった方々は、一年の折り返しを過ぎてホッとしたり、まだ不安だったり、今後が楽しみだったり、様々な思いでいると思います。

今号では、当院の新人職員の紹介をさせていただいている。今後の活躍を温かく見守りください。よろしくお願いいたします。

病院の理念

患者さま側に立った全人的医療を目指します

基本方針

地域の中核病院として安全で質の高い医療に努めます
患者さまが安心出来るゆきとどいた診療を提供します
患者さまに信頼されるゆきとどいた看護を提供します
患者さまに満足されるゆきとどいたサービスを提供します
患者さまがやすらげる快適な環境を提供します

患者さまの権利

- 適切で質の良い医療を受ける権利を有します
- ご自分の医療の内容について知る権利と説明を受ける権利を有します
- ご自分の医療の内容について自由に選択し決定する権利を有します
- ご自分の医療について他の医師の意見を聞く権利を有します
- 人格を尊重されプライバシーを保護される権利を有します
- ご自分の診療録の開示を求める権利を有します