

桜竹梅

平成22年 春号

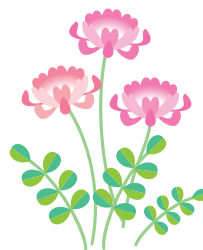


発行所 医療法人 仁栄会
〒780-0066
高知県高知市比島町4丁目6番22号
TEL 088-823-2285
FAX 088-824-2363
発行者 島津 栄一
ホームページ
<http://www7.ocn.ne.jp/~shimazhp/>



ご挨拶

理事長 島津 栄一



今年天候が不順で、寒い雨も多く春の嵐にも見舞われ大変でしたが、4月も終わりになって陽光の射す若葉の美しい季節になりました。

今年2年毎に行われる医療費の改定の年であり、医療機関はその対策に追われています。

全体で10年ぶりの増額となった今回の改定は「病院重視型」で、入院医療に4400億円を上積みし、過酷な勤務実態が問題となっている勤務医の待遇を改善し、病院の再診料を引き上げ、診療所との一本化を図るものでした。

全体の引き上げ幅はわずか0.19%で、「医療崩壊」といわれる現状の抑止力にはほど遠いものでした。しかし10年前より改定の度に約2%引き下げられていた診療報酬が約0.2%でも上がった事実は今後への期待に繋がるものでしょう。

何時も思うのですが、国には医療の将来に対するビジョンが無い。国民に介護・医療の理想像を示し、それに向かって政策を行うべきなのです。国の医療の将来像が、総務省の都合で国家予算に占める医療費の割合で決定されてきました。

日本の医療費の対GDP比は7.9%であり、米国の15%、先進7か国の11.5%よりはるかに低いにもかかわらず、昭和58年膨張する医療費を放置していたら国を滅ぼすと言いつてもない「医療費亡

国論」なるものが唱えられ、昭和61年には医学部入学定員削減され、平成8年より診療報酬改定の度に報酬は平均2%引き下げる医療費抑制策が取られてきました。その結果土地・建物の固定資産税を免除され、種々の補助を受けている公立病院(人件費は高く、材料費の無駄も多く見直す必要は有るが…)の赤字が広がり、研修医制度の変更と相まって現在の地域医療崩壊を招きました。

医療機器は進歩して新しい検査や治療法が考案され、一方では高齢化が進み治療を必要としている人口が増えている。この状況で医療費を抑制する事は不可能です。

まず国民保険・健康保険・共済組合保険・後期高齢者保険など総ての医療保険を統一し、自己負担率も同じにして、国民が平等に治療を受けられるようにすべきです。その不足分は消費税率上げでも税金を投入すべきなのです。

日本はこれまで通り資本主義を守りながら、高福祉国家を目指すべきです。

我々医療に従事する者は、民主党でも自民党でもなく、真に日本の医療を再生し、社会福祉を充実し、安全で安心できる国家を創る政治家を望んでいます。

ふるえ

— 色々な病気で出る —

ふるえは不随意に筋肉が収縮する状態です。どのような病気で起こっているかの診断には、出現部位、律動性、振幅・周波数、姿勢による変化、精神的負荷の影響をよく観察すると同時に、どのような状態で起こるかを見極めることが重要です。

どのような状態で起こるかにより、ふるえ(振戦)は次の3つに大別されます。

- 1) 静止(安静)時振戦：代表的なものにパーキンソン病による振戦があります。
- 2) 姿勢時振戦：代表的なものに本態性振戦、老人性振戦、アルコール性振戦などの薬物性振戦、甲状腺機能亢進症に伴う振戦などがあります。
- 3) 動作時振戦：代表的なものに小脳性振戦がありますが、本態性振戦も姿勢時振戦と同時に動作時振戦を伴うことが一般的です。

日常よく遭遇するふるえの原因疾患につき概説します。

パーキンソン病の多くが初発症状として振戦を来します。よく見ると、じっとしている手が震えています。また、膝の上に手を置いたり体の両側にだらりと下げた状態で暗算や電話番号を逆唱したりしてもらえると、振戦が増強します。動作を開始すると振戦が少なくなることが特徴です。通常一側より始まり、やがて両側性となりますが、左右差があり初発側が強いことが特徴です。

治療は抗パーキンソン病剤であるL-ドーパを用います。従来抗コリン剤が振戦に有効といわれていましたが、痴呆促進の可能性が問われており、現在では高齢者のパーキンソン病には抗コリン剤は用いない傾向になっています。

本態性振戦は若年層に発症しますが、高齢になってから発現するものもあり、老人性振戦と呼ばれます。高齢者の場合、パーキンソン病との鑑別が困難なことがあります。このような場合にはパーキンソン病の特徴である筋固縮の有無が重要です。パーキンソン病のような安静時には振戦が出現せず、左右差が明確でないことも鑑別上重要です。しばしば頭部の振戦を伴い、言語も振戦様に震えることがあります。

治療はβブロッカーが主体となります。抗コリン剤が有効な場合もありますが、前述したように高齢者の場合には注意が必要です。

脳血管障害に伴うふるえは、血管障害によって生じる振戦で、病巣の部位によって特徴的な振戦を来します。

小脳性振戦は運動時に発現しますが、目的物に近づくと増強し企図振戦とも呼ばれます。動作の休止・安静により消失します。

中脳振戦は、静止時振戦を示しますが、姿勢時、動作時に増強します。一見、小脳性振戦に類似した点もありますが、安静時に出現することで区別されます。

甲状腺機能亢進症に伴う振戦は本態性振戦に類似しますが、その振幅はより小さい傾向があります。四肢末梢に強く、両手の指を開いてまっすぐに突き出した姿勢を維持させると増強します。

低血糖状態では、生理的振戦の増強された振戦をきたします。寒さのふるえや発熱時のふるえと同じく、近位側筋、特に伸筋に出現しやすい特徴があります。

肝不全では、羽ばたき振戦と呼ばれる特徴的な振戦が出現します。指を開いた状態で肘と手首を過伸展するようにして腕を水平に挙上させると、手首と指が急に屈曲するような振戦が発現します。

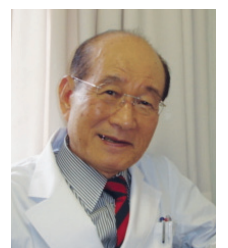
ウイルソン病では肝細胞に銅が過剰に蓄積し、大脳基底核などの中枢神経系にも蓄積して振戦をきたします。振戦は静止時振戦様ですが随意運動によって増強し、両上肢を水平に挙上すると特徴的な羽ばたき振戦が出現します。

ふるえの中、振戦によって日常生活に大きな障害があり、薬物療法が無効である場合と、薬物療法による副作用で服薬継続が困難な場合に、外科的治療の適応となります。

原因疾患にかかわらず、罹患肢と反対側の視床の一部を破壊することにより振戦は停止します。近年、視床核の破壊術に変わって脳深部刺激療法が行われることが多く、破壊術と同等の効果をすることができます。



(by Toru Sugimoto)



森 惟明

森 惟明先生の「セカンドライフ」はホームページでもご覧になれます
<http://www.i-kochi.or.jp/prv/morik/>

グループホーム やすらぎ

《初詣》

1月3日（日曜日）

『高知天満宮』にお参りし、今年1年の「健康祈願」を職員と共にお願いし記念写真も撮りました。



《ぴんの会公演会》

2月8日（日曜日）

『日本赤十字奉仕団ぴんの会』の方々による、日本舞踊・フラダンス・歌・お話等を、入居者さんや近所の方も交えて楽しい時間を一緒に過ごさせて頂いております。



《豆まき》

2月3日（水曜日）

【鬼】の来訪により入居者さん全員で“豆まき”をしました。入居者さんと一緒に作った新聞紙での豆を「福は内。鬼は外。と投げながら鬼が撤退するまで楽しい時間をすごしました。



《雛祭り》

3月3日（水曜日）

桃の節句に、女性入居者さんで希望される方は、着物を着て頂き写真撮影しました。

「うれしいひな祭り」の曲と共に雛あられ等で一緒にお祝いしました。



診療情報管理士の資格を取得しました。

診療情報管理士 長谷部 博則

社団法人日本病院会の通信教育課程第71期生として2年間勉強した後、今年の2月14日高知医療センターで行われた認定試験に挑み3月27日桜開花の頃、吉報を頂くことが出来ました。

仕事をしながら勉強ができる環境に配属して頂いた理事長や、先に第70期生として合格された武田副院長に貴重な助言を頂くなど、周りの方々に多大な協力を頂き感謝の言葉もありません。

データや情報を加工、分析、編集し活用することにより医療や健康の質の向上をはかる専門職として、また病院運営や院内各部門に貢献できるような診療情報管理室を目指し今度とも頑張っていきますので宜しく御願い致します。



透析便り

腎臓の役割

腎臓のもっとも重要な役割は血液をろ過して尿を作り、これを体の外に排泄することです。

食事や飲水などによって体に溜まる余分な水分や酸・電解質、老廃物を尿として体の外に排泄し、必要なものは再吸収して体内に溜めることによって体内を一定の環境に維持、また腎臓は血圧を維持するホルモンや血液を造る造血ホルモンをつくり、血圧のバランスをとることや、貧血を防ぐ、カルシウムを吸収して骨を作るビタミンDを活性化して、骨の量や質の維持やカルシウムバランスの維持に努めています。

腎臓が悪くなると(腎不全)さきに述べた役割が異常をきたし症状として現れてきます。

花便り 鈴蘭

百合(ゆり)科。
開花時期は、4/15頃～ 5/15頃。



栄養だより ～ 減塩対策にいいだしを!! ～

高血圧は、たいした症状もないままに、ゆっくり進行するため、高血圧といわれても、ついまだ大丈夫だろうと見過ごしていることも多いようです。

一般に全体の90%が、高齢化によるものとされ、その原因は、遺伝、ストレス、塩分の取り過ぎ、肥満などで、食生活においては、塩分を控え、太らないように注意することが何より大切です。

しょうゆや塩はできるだけ減らし、食品本来の味を味わうよう、食生活の改善を思いきって行うことが第一のポイントです。今回はおいしい「だし」を使うことにより、少しでも使用調味料を減すことができる様に、色々な「だし」のとり方を載せたいと思います。

☆かつおだし

かつお節を沸騰直前の湯に入れ、沸騰してふきあがったらすぐ火を止め、上澄みを取ります。これを一番だしといいます。二番だしは、再度沸騰させて上澄みを取ります。一番だしよりは劣ります。

☆昆布だし

昆布の表面の砂をふいて5cmぐらいの大きさに切り、水から加えて火にかけ、沸騰する直前に昆布を取りだします。煮立てると粘質物がでて汁がにごるためです。

☆かつお・昆布だし

かつお節のイノシン酸と昆布のグルタミン酸の相乗効果(うま味が飛躍的に増すこと)を利用した合理的なだしで、一般に和風料理に広く用いられます。

☆煮干しだし

煮干しの頭と腹を取って、水から入れて火にかけ、2～3分沸騰させて火を止めます。みそ汁のだしとして利用されます。

健康だより

花粉症について

花粉症の時期に既に突入していますが、インターネットを中心に花粉症に関する情報を調べてみましたので、参考にしてみてください。

花粉症とは？

花粉症とは、スギやヒノキなどの植物の花粉が原因となって、くしゃみ・鼻みずなどのアレルギー症状を起こす病気です。季節性アレルギー性鼻炎とも呼ばれています。

アレルギー性鼻炎は、原因物質（アレルゲン）の種類によって、①季節性アレルギー鼻炎（花粉症）と②通年性アレルギー性鼻炎に分類されます。

①季節性アレルギー性鼻炎

原因となる花粉の飛ぶ季節にだけ症状があります。日本では、約60種類の植物により花粉症を引き起こすと報告されています。

- ・主なアレルゲン：スギ、ヒノキ、オオアワガエリ、ブタクサ、シラカバなど。
- ・症状：鼻の三大症状だけでなく、目の症状（かゆみ、なみだ、充血など）を伴う場合が多く、その他にノドのかゆみ、皮膚のかゆみ、下痢、熱っぽい感じなどの症状が現れることがあります。（さらに、シラカバ、ハンノキ、イネ科花粉症などの人がある果物や野菜を食べると、口の中がかゆくなり、はれたりする「口腔アレルギー症候群」という症状もあります。）

②通年性アレルギー性鼻炎

アレルゲンが一年中あるので、症状も一年中あります。

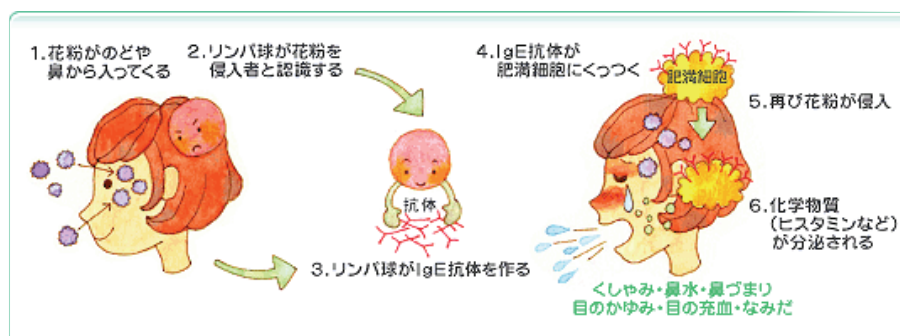
- ・主なアレルゲン：ダニ・家の中のちり（ハウスダスト等）・ゴキブリなどの昆虫、ペットの毛・フケなど。
- ・症状：喘息、アトピー性皮膚炎などを合併することがあります。

花粉症のメカニズム

花粉症はスギやヒノキなどの花粉が原因となるアレルギー性の病気です。

それでは、私たちの体の中でなにが起こっているのでしょうか。

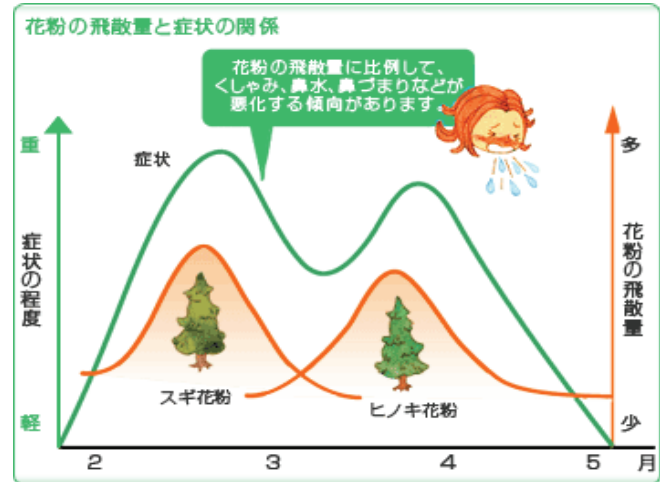
- (1) 私たちの体は、‘花粉’という異物が侵入するとまず、それを受け入れるかどうかを考えます。
- (2) 排除すると判断した場合、(3) 体はこれと反応する物質を作る仕組みをもっています。この物質を「IgE抗体」と呼びます。
- (4) 抗体ができた後、(5) 再び花粉が体内に入ると、鼻や目の粘膜にある肥満細胞の表面にある抗体と結合します。
- (6) その結果、肥満細胞から化学物質（ヒスタミンなど）が分泌され、花粉をできる限り体外に放り出そうとします。
…そのため、くしゃみで吹き飛ばす、鼻水・涙で洗い流す、鼻づまりで中に入れないう防御するなどの症状がでてくるのです。



花粉の飛散量と症状の関係

関東地方を例にとると、2月頃からスギ花粉の飛散が始まり4月下旬に飛散が少なくなります。そして、ヒノキ科花粉の飛散がはじまり、5月末頃まで続きます。

くしゃみ、鼻みず、鼻づまりや眼のかゆみ・異物感などの症状は、花粉の飛散量に比例して悪化する傾向にあります。



対策(1) まず予防しよう

花粉症対策の第一は、原因となる花粉を避けることです。花粉シーズンには、なるべく外出を避けます。特に風の強い日は、外に出ないようにしましょう。また、買い物などはなるべく午前中にすませ、外出時にはメガネやマスクなどで花粉をよせつけないようにします。花粉の多い日には、窓を閉め切り、開けるときは風下の窓を開けます。このような日には、フトンや洗濯物を干すのはやめましょう。大量の花粉を家の中に持ち込むこととなります。

花粉のまったくない部屋をひとつ作っておくことは、花粉症の患者さんにとって症状の改善に強い味方になります。この部屋に入るときは花粉のついていない服に着替えます。スギ花粉は、湿気を含むと重くなってすぐに落下するので、部屋の中は加湿し乾燥しないようにします。床の掃除には、電気掃除機を使わずにぬれたぞうきんで拭き取り、花粉をまき散らさないようにしましょう。



外出時には、マスクや眼鏡、帽子を着用



衣類・ペットなどに付着した花粉を室内に持ち込まない



花粉情報に注意し、花粉が多い日の外出はなるべく避ける。



飛散の多い時は、窓や戸を閉めておく



帰宅後は必ず手洗いやうがいを励行



外に干した洗濯物は、花粉をよく落とす

【花粉ゼロ地帯のつくりかた】

- ・部屋は乾燥しないようにする(加湿)
- ・送風式の暖房は花粉をまき散らすのでさける
- ・花粉ゼロ地帯に入るときは着替える
- ・床は電気掃除機を使わずにぬれたぞうきんを使う

対策(2) 症状を軽くしよう

薬物療法

花粉症治療の中心になるのは薬物療法です。

同じ働きを持った薬でも、様々な種類がありますので、自分の症状に合う薬を見つけて、毎年花粉症シーズンにも慌てなくてすむようにしましょう。また、これらの薬の中には、ドラッグストアなどでは購入できないものもあります。

自分に合った組み合わせを見つけるまでには少し時間がかかることもありますので、早めに受診をして医師とよく相談することをお勧めします。

減感作療法

減感作療法(特異的免疫療法)は、花粉症の原因となっている抗原を、少しずつ量を増やしながら注射をしていき、抗原に対する反応を弱めていく方法です。

2~3年という長い期間の治療が必要となりますが、唯一、アレルギーを治す可能性のある治療法と考えられています。ショックなどの副作用がごく稀にありますので、治療にあたっては医師とよく相談しましょう。

また現在、注射に代わって口の中に抗原を入れる痛みのない方法が開発中です。

手術療法

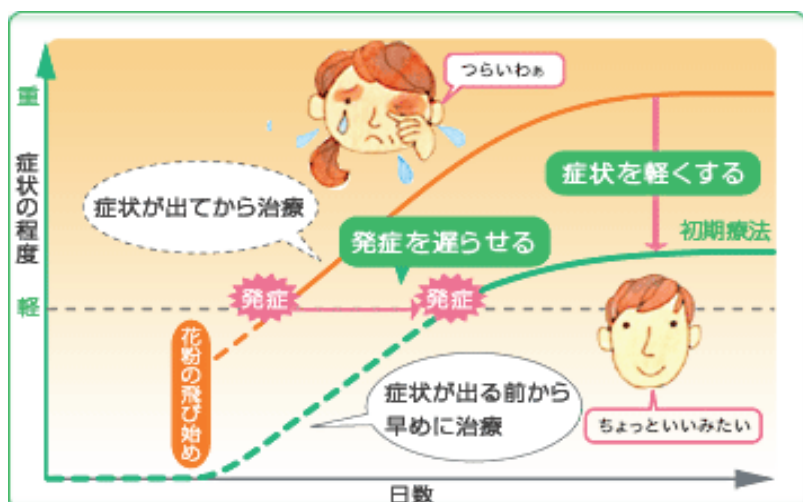
手術療法は、主に鼻づまりの症状が強い患者さんに対して行われます。鼻の粘膜(下鼻甲介)を切除して小さくする手術で、最近では、レーザー手術など、入院をせず外来で行える方法が普及してきました。

また、鼻みずを分泌する腺を刺激する神経を切って鼻みずをとめるという手術もあります。

鼻づまりだけでなく、くしゃみ鼻みずの症状にも適応が広がりましたが、再発もみられます。

【初期療法】で楽に乗り切りましょう。

花粉症などのアレルギーは、症状が悪化すると薬が効きづらくなります。しかし、軽いうちに薬を使い始めると、花粉の飛散量が多くなった時期でも症状をコントロールしやすく、そのシーズンの症状を軽くすることができます。花粉が飛び始める二週間くらい前から症状を抑える薬(抗アレルギー薬)の使用を始める治療を「初期療法」と呼んでいます。特に、毎年症状が中等症以上になる方で、楽にシーズンを乗り切りたいと考えている方にお勧めです。



初期療法のメリット

- ・症状の出現を遅らせることができます
- ・飛散量の多い時期の症状を軽くできます
- ・併用する薬の量や使用回数を少なくできます

治療はお早めに!

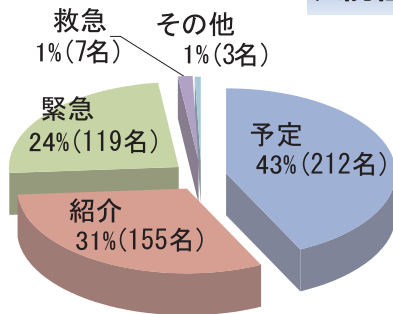
きちんとくすりを飲みつけましょう

平成21年 患者様統計

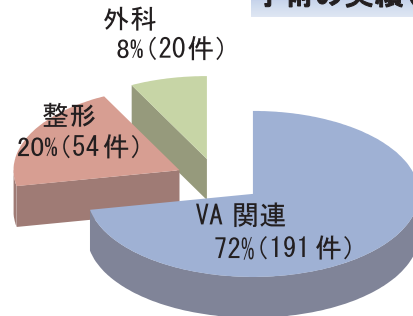
《診療情報管理室》

平成21年1月より12月までの患者様の入院前と退院後の経路や地区、手術実績の数字を示しています。

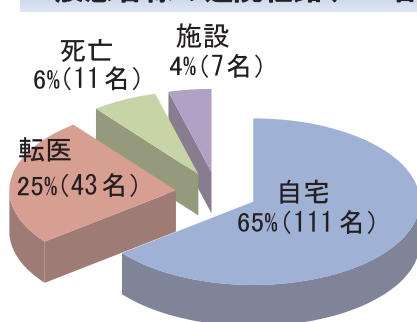
入院経路 (496名)



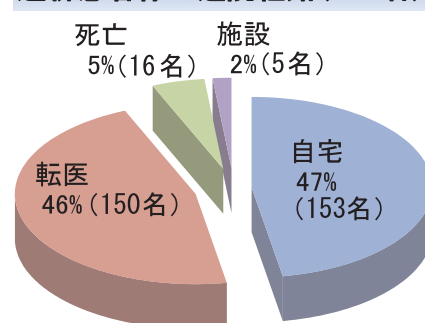
手術の実績 (265件)



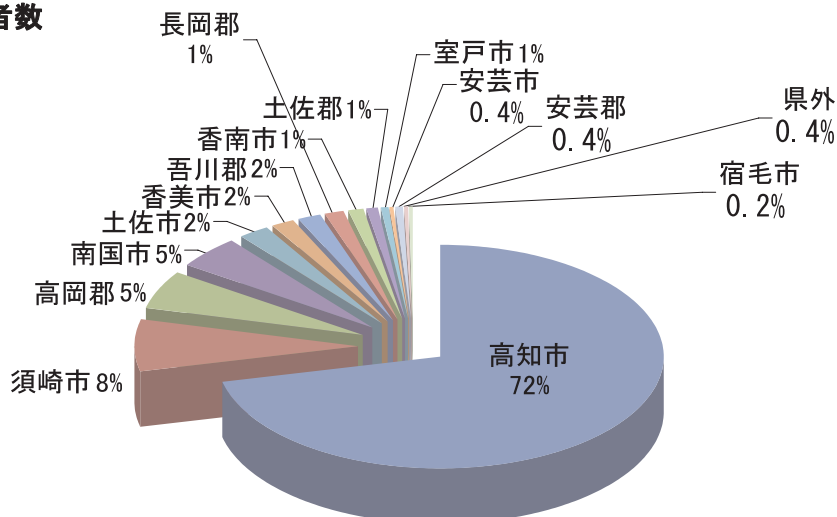
一般患者様の退院経路 (172名)



透析患者様の退院経路 (324名)

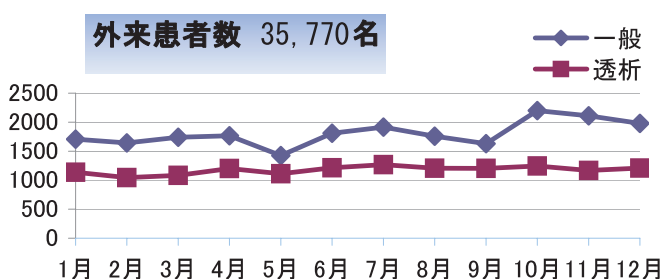


地区別入院患者数

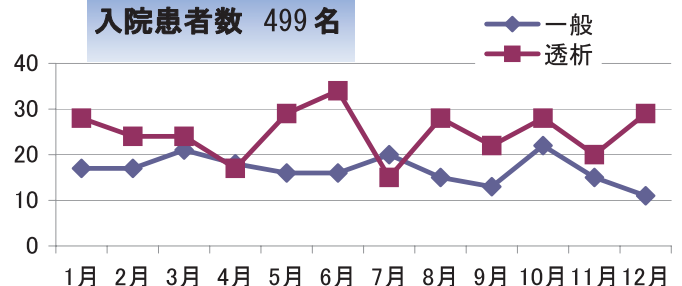


地区	患者数(人)
高知市	360
須崎市	38
高岡郡	27
南国市	24
土佐市	11
香美市	9
吾川郡	9
長岡郡	7
香南市	5
土佐郡	4
室戸市	3
安芸市	2
安芸郡	2
県外	2
宿毛市	1

外来患者数 35,770名



入院患者数 499名



外来診察表

午前(9:00~12:00)

	月	火	水	木	金	土
内科	三宅・大崎(多)	大崎(史)・大崎(多)	三宅・大崎(史)	伊東・岩崎(高知大学)	三宅・大崎(多)	三宅・伊東
外科	島津	公家	武田	公家	島津	公家
整形外科	兼松	島津 (11:00まで)	兼松	兼松	島津・兼松	兼松
脳外科	森			森		
泌尿器科						医大
循環器科		小田(予約制)	小田			
消化器科(内視鏡)	公家	公家	公家	公家	公家	公家

午後(14:00~18:00)

	月	火	水	木	金	土
内科	三宅・伊東	大崎(史)	三宅・伊東	大崎(史)・伊東	三宅	
外科	宗景(高知大学)	公家	北川(高知大学)	酉家(佐)	武田	
整形外科	兼松	兼松	兼松		兼松	
脳外科	森					
泌尿器科						
循環器科		小田(心エコー外来) 第1・第3のみ	小田(予約制)			
放射線科					久保田(高知大学) (所見のみ)	
消化器科(内視鏡)						

- 三宅院長(内科)は午後から不在の場合がありますので、事前にお電話でご確認をお願いします。
- 担当医が不在の場合がありますので、事前に確認をお願いします。
- 休診日は土曜の午後・日曜・祝祭日・年末年始です。

患者様の権利

- 一、個人として常にその人格を尊重される権利があります。
- 二、良質な医療を平等に受ける権利があります。
- 三、個人のプライバシーが守られる権利および私的なことに干渉されない権利があります。
- 四、自分が受ける治療や検査の効果や危険性、他の治療法の有無などについて、わかりやすい説明を理解できるまで受ける権利があります。
- 五、自分の治療計画を立てる過程に参加し、自分の意思を表明し、自ら決定する権利があります。
- 六、自分が受けている医療について、知る権利があります。
- 七、患者様自らが、医療従事者と共に力をあわせて、これらの権利を守り発展させる責任があります。

医療理念

「病む人への思いやりをもつて、安全で安心のできる高度な医療を提供します。」

医療方針

- 一、生きることへの共感、病む人への思いやりをもって医療に従事する。
- 二、当病院の専門としている医療部門においては、医療レベルの向上に努力し、先進的医療を提供する。
- 三、病病、病診連携を大切に、地域住民の立場に立った医療に貢献する。