

ほやほや

Japanese Red Cross Fukui Hospital

福井赤十字病院広報誌

vol.044

平成25年10月発行



日本赤十字社
Japanese Red Cross Society

福井赤十字病院

小さな小腸疾患も見逃さない! カプセル内視鏡検査

さらなるQOL向上を目指して 乳房再建保険適用

かんたんエクササイズ

患者さんの温かな心遣いに感謝

赤十字医療体験開催

新たな看護方式導入

被剖検者追悼式

ヘリによる受入れ訓練実施

～スタッフ紹介シリーズ～

入院窓口2&中央滅菌室

秋レシピ





さらなるQOL向上を目指して 乳房再建保険適用

特集2

乳房再建とは、乳癌治療で乳房を切除した後に、胸のふくらみを取り戻す治療のことです。治療方法には、自分のお腹や背中の中の組織を移植する方法と、人工乳房を入れる方法があります。患者さんのQOL向上を目的とした乳房再建術においては、ゲル充填人工乳房(プレスト・インプラント)や皮膚拡張器(ティッシュエキスパンダー)の使用が一般化しています。ちなみに現在、乳癌にかかる日本人女性の割合は、16〜20人に一人といわれています。つまり乳癌は、以前ほど珍しい病気ではなくなっているということです。

さて、今回皆さんにお知らせしたいのは、この乳房再建治療において、保険が適用されるようになったということです。実はこれまで、乳房再建術で保険適用となるのは、お腹や背中の中の組織を利用する自家再建のみでした。しかし厚生労働省は、今年7月から人工乳房と皮膚組織拡張術の乳房再建術を保険適用とすることを決定いたしました。ゲル充填人工乳房および組織拡張器(乳房用)が新たに保険による診療の対象と

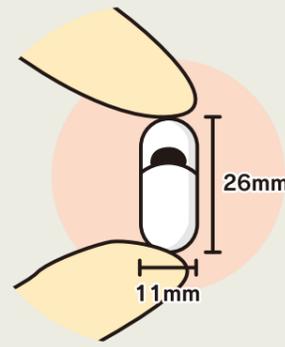
素朴なギモンにお答えします!

- Q 乳房の切除と再建の手術は、同時に行われるのですか?**
A 外科での乳房切除後に形成外科が行う「一期再建」と、手術やその後の薬物療法などを終えた後に改めて手術する「二期再建」があります。どちらにするかは、病状を考えながら患者さんとの話し合いによって決めます。
- Q 年齢制限は?**
A 年齢制限はありません。人工乳房や、自分の筋肉などの組織を移植する手術も、高齢の方でも乳房再建手術を行うことができます。
- Q 胸の感覚は?**
A 肌触りはやや硬い感じです。人工物を入れるため、どうしても胸の感覚は以前より鈍くなります。
- Q 乳房再建手術にかかる費用は、どれくらいですか?**
A 乳房再建術はまず、①エキスパンダーを挿入し、②エキスパンダーを抜きインプラントを挿入と2回行います。また①の手術には外科的手術、つまり悪性腫瘍切除を行った後すぐにエキスパンダーを挿入する場合(一次的)と切除を行った後再建目的(二次的)に行う場合があります。一次的手術の場合1週間程度の入院が必要で、約40万円、二次的手術の場合約30万となります。②のエキスパンダーを抜きインプラントを入れる手術が4,5日の入院で約25万円となります。どちらの入院費用も健康保険の療養の給付の対象となりますので、限度額適用認定証を申請していただくと窓口負担が軽減されます。

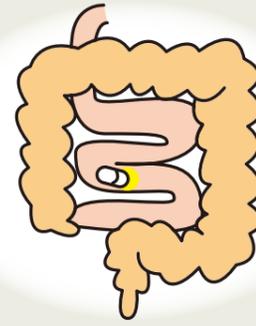
保険適用は安心、安全の証!



小さな小腸疾患も見逃さない! 特集1



カプセル内視鏡検査



カプセル内視鏡検査の流れ

検査前日

- 午後10時までに消化の良い食事をとり、その後の飲食を控えてください。
- 喫煙はカプセルを飲む24時間前からやめてください。

検査当日

- 午前8時半に消化器科外科にてアンテナを腹部に貼付。記録装置をベルトで腰に付けてから、カプセル内視鏡を適量の水で飲み込みます。
- 検査開始2時間後から飲水ができ、4時間後からは軽い食事をとることもできます。
- 検査は約8時間を要しますが、検査中は自由に外出できます。

検査終了

- 午後5時前(約8時間後)に病院へ戻り、消化器科外来にてアンテナと記録装置を回収します。
- カプセルは排便時に、体外に排出されます。

皆さんは「カプセル内視鏡」をご存じでしょうか。カプセル内視鏡とは、体の中の暗黒大陸ともいわれる小腸の内視鏡診療に大きな革命となったもので、当院では今年4月より正式導入しております。

では、カプセル内視鏡検査についての具体的な説明をいたしましょう。

小腸は、全長6〜7mと体内でも最も長い臓器のため、従来の内視鏡検査やその他の検査方法で

は十分な観察ができませんでした。しかし、カプセル内視鏡は長さ26mm×幅11mmと小さくて、口から飲んでそのまま約8時間経過させるだけで検査ができます。もちろん、飲む時や検査中の苦痛はなく、外出制限などありません。

次に、この検査で分かることについて。カプセル内部には超小型カメラが内蔵されており、1秒間に2枚の画像を撮影しながら消化管を通過していきます。撮影した画像は記録装置に転送、保存さ

れ、医師が読影します。細かな撮影により、従来の検査で見逃されてきた小腸病変の検出が可能になり、原因不明の消化管出血の診断や、種々の小腸疾患の早期発見、早期治療にも役立っています。

カプセル内視鏡検査の流れは左記の通りです。但し、検査を受けることができない方もいらっしゃいますので、主治医か消化器科医師にご相談いただくか、消化器外来まで気軽にお尋ねください。

検査を受けられない方

腸閉塞、嚥下障害、消化管狭窄、下腹部への放射線治療後遺症(放射線性小腸炎)、消化管運動機能障害などの方。認知症、ペースメーカー埋込症例、妊娠中の方も適応外です。

問い合わせ/消化器科医師もしくは消化器外来まで。

患者さんの3年間の 温かな心遣いに感謝

当院では一般の方が積極的に運営業務に関して協力いただいた場合に『顕彰制度』という規程により、感謝状をお渡ししています。これまでは、院内ボランティアの方々を対象者として表彰されましたが、今回はじめて外来患者さんへ感謝状をお渡しすることになりました。

今回表彰された藤田武司(ふじた たけし)さんは、長年、糖尿病によるインスリン療法の治療のため当院へ通院されていました。インスリン療法中の患者さんは、たくさん針や薬剤などを持ちかえる必要があります。藤田さんは他の患者さんが病院で用意され



多くの患者さんが、辛い治療の中でほっと癒されるようにと願われて作り続けた紙袋。自分で撮影した写真をシールにして貼るなど、様々な工夫が施されています

た無機質なビニール袋で物品を持ちかえる姿をみて、カレンダーなどの古紙を利用して手作りの紙袋を作ってくれました。

「紙袋を作っていると気が晴れる。いつまで出来るか分からないが、出来るうちはやりたい」と、3年以上の年月をかけて自分の容態が芳しくなくても、積極的に作り続けましたが、残念ながら、藤田さんは今年2月にご逝去されました。

患者さんを笑顔にし、また、関わった職員をも癒してくれる「手作りの紙袋」。今も多くの糖尿病の患者さんに大切に使われています。



当院より感謝の意を込めて、藤田さんの奥様・藤田敏子(ふじたとしこ)さんへ、院長より感謝状を贈りました

さらなる安全・安心な看護を

新たな看護方式を導入

当院では、平成23年8月より「固定チーム・デイパートナー方式(デイパートナー方式)」という新しい看護体制を取り入れています。

「デイパートナー方式とは、看護師が2人1組となり日々のケアを行う看護体制です。安全で安心な看護を提供するために考案された新しい看護体制で、患者さんにとっては次のような利点があります。

まず、看護師2人が一緒に行動する

ことで、観察する時や注射をする時など2人の目で確認しながら確実に実施していきますので、より安全な看護を受けることができます。

また、インターフォンが鳴ったことで看護師がその場を離れケアを中断したり、大事な話が中断されたりしても、もう一人の看護師が今行っていることを継続して行うことで、患者さんをお待たせすることが少なくなります。

これまで新人看護師が担当と聞くと、「大丈夫かな?」と不安に思われる方がいらつじやったかもしれません。しかし、この「トライパートナー方式」は、新人と熟練の看護師がパートナーになりますので、新人看護師は、その場ですぐに熟練看護師に相談したり助言を受けたりすることが出来ます。患者さんにとっても安全と安心を実感いただけると思います。

このように安全で安心した療養生活を送っていただけるよう今後も努力してまいります。



親子で学ぼう医療の現場! 赤十字医療体験を開催

平成25年8月10日(土)に「赤十字医療体験2013」を開催しました。医療の現場を知ること、医療に深く関心を持つことも目的とし、今年で3回目の開催となります。親子ペア20組が参加し、医療シミュレータや電気メスをを用いた手術体験、放射線撮影装置で魚や野菜などの撮影、救急法講座、普段入ることができない病院へリポートの見学などを行いました。

子供たちからは「医師の体験が楽しかった」「楽しかったまたやりたい」などの声が聴かれました。また、保護者の方からも「子どものこれからの(進路の)選択肢も広がり良かったと思います」「夏休みのいい思い出になりました」との声がありました。来年も開催を予定していますので、ぜひご参加ください。



参加した子供たちは、初めて触れる医療機器に興味津々でした



被剖検者追悼式をしめやかに

平成25年8月6日(火)に、被剖検者追悼式を執り行いました。

追悼の辞、献奏、献花の厳粛な雰囲気の中、直近の1年間、当院にて剖検させていただいた12名の方を追悼し、心からの感謝の意を捧げました。そして、医療の質の向上と発展に深いご理解をいただいたご遺族にも、深く感謝を申し上げます。

謹んで故人様のご冥福をお祈りいたします。



へりによる

受入れ訓練実施

平成25年9月25日(木)、26日(金)の2日間、福井県防災航空隊の方々と同いでヘリポートを使った患者さんの受け入れについての訓練を実施しました。

へり着陸、患者さんの引き継ぎ、搬送、離陸・帰投までを、仕様を変えて計2回実施。スタッフも緊張しながらも「実際の時でもできるだけ円滑に搬送し処置を」という気持ちで、エンジン音



の停止とともに安全確認のもと、患者さんの搬送に真剣に取り組みました。



秋から!! かんたんエクササイズ♪

はじめよう!

食欲の秋、文化の秋、スポーツの秋! 秋は運動をするにはとっても良い季節。でも、中には運動をする時間がないという方もいると思います。

今回紹介する筋トレは簡単な動作なので、運動経験がない人、また、体力に自信がない人にも気軽にすぐ実行できます。

毎日すこしの時間でも続けていけば、かたくなった筋肉をゆるめてそのはたらきと活動性を高めてくれます。そして全身を若返らせていきき元気な体にしてくれます。筋トレはちょっときつく感じる程度に行うのが効果的です。ではやってみましょう!

【 下半身を鍛える運動(スクワット) 】



まずは5・6回やってみましょう。

- ①両足を肩幅くらいに広げ、つま先はやや外向きにして自然な姿勢でまっすぐ立ち両手を前に伸ばしましょう。
- ②目線を前に向けて背筋を伸ばし、かかとが浮かないように息をすいながら膝を軽く曲げて、息を吐ききったらゆっくり膝を伸ばしながら元の姿勢に戻ります。

ワンポイント!
上半身はできるだけまっすぐに!

- ③次は膝が90°になるようにしっかり曲げます。②と同様に目線を前に向けて背筋を伸ばし、かかとが浮かないように息を吸いながら膝が90°になるようにしっかり曲げて、息を吐ききったらゆっくり膝を伸ばしながら元の姿勢に戻ります。

5回くらいからやり始め少しきついと感じるまで行いましょう。最後に体を上に伸ばしておきましょう。

【 大腰筋を鍛える運動 】



きつく感じる人は5回くらいからはじめてください。

- ①イスに座って、ゆっくりと1.2.3と数えながら足を前に出します。

- ②ひと呼吸おいて次に1.2.3と数えながら膝を胸にひきつけましょう。左、右の足それぞれ10回ずつやってみましょう。

ワンポイント!
イスに座るときは浅めに姿勢を正して座ろう!

最後に両手を上にあげ大きく呼吸しながら伸びましょう。

今からでも遅くはありません。体を動かすことを習慣にして心身ともにリフレッシュし、いつまでも健康でいられる体力を作っていきましょう!



今回の講師
丹尾 正代さん

スタッフ紹介コーナー

入院患者さんを支援する 入院窓口2

入院生活全般をサポートします。

「入院窓口2」では、入院される患者さんへの入院中の診療や生活に関する説明や、かかりつけ医からのお薬を適切に服用していただくための支援をしています。

入院の説明については、クリニカルパス(※)を使って入院される患者さんに、検査や手術などの治療をはじめ、食事・入浴など生活面についても、具体的なイメージがわくようにわかりやすい日程表を用いて説明しています。また、かかりつけ医から処方されたお薬がある場合は、適切にお薬を服用していただけるように、お薬の名称や用法・容量などの情報を登録しています。来室される方のほとんどが、手術や治療を受けられる患者さんのため、単に入院の説明をするだけではなく、患者さんからの話を十分にうかがうように努めております。また、医療の



ご相談をされる患者さんに対しては、ご不安やご心配を少しでも軽減できるように、各診療科の医師や関係の専門職員と十分に連携をとるよう努めております。入院に関する疑問やご不安な点がございましたら、遠慮なくお尋ねください。 ※クリニカルパス…入院中に行われる検査や治療などを入院から退院までの時間順にまとめた診療計画表

医療を支える現場をCHECK!

安全な医療器材の提供を 中央滅菌室

中央滅菌室は、院内で使用される医療器具・器材全般を対象に洗浄・消毒・滅菌業務を行っている部署で、現在、16名のスタッフが従事しています。「医療器材」を介して、患者さんが安心して医療サービスを受けられるように、医療および看護を側面から支えています。

私たちの仕事の流れは次の通りです。日々、病院内で使用し汚染された器材を回収し、まず洗浄をします。そして、十分に乾燥した後、器材の包装

やセット組みを行い、滅菌を行います。滅菌された器材を各部署へお届けするまで、各工程では一つひとつ確認作業をしており、どの工程においても細心の注意が必要とされます。高額な器械や精密な物など種類は様々であり、特性を把握し破損や不具合がないかの確認作業も行います。また、現場の声にこたえられるように、急な依頼にも迅速に対応するよう努めています。今後、安全な医療器材を医療の現場に届けてまいります。



栄養課
おすすめ!

秋のレシピ 〈さつまいもときのこのクリームシチュー〉

作り方

- ①鶏肉は一口大に切り、塩・こしょうで下味をつける。さつまいもは一口大に切り、水にさらす。しめじは石づきをとってほぐし、たまねぎ、人参は皮をむいて一口大に切る。ブロッコリーは小房に分けて塩茹でしておく。
- ②鍋に油を熱し、鶏肉を両面焼く。
- ③ ②にしめじ、たまねぎ、人参を加えて軽く炒め、水とコンソメを入れて煮る。煮立ったらあくをとって火を弱め、さつまいもを加えてさらに煮る。
- ④別の鍋にバターを溶かし、小麦粉を加えてよく混ぜる。なめらかになったら牛乳を少しずつ加えて混ぜ合わせる。
- ⑤ ③に④を加えて煮る。
- ⑥ ⑤にブロッコリーを入れ、塩・こしょうで味を調える。



材料

●2人分

鶏もも肉……………150g
さつまいも……………150g
しめじ……………30g
たまねぎ……………50g
人参……………50g
ブロッコリー……………60g
サラダ油……………大さじ1
水……………150ml
固形コンソメ……………1/2個
バター……………20g
小麦粉……………大さじ2
牛乳……………200ml
塩・こしょう……………少々

エネルギー

●1人分

エネルギー……………517kcal
たんぱく質……………19.4g
脂質……………29.1g
炭水化物……………43.5g
カリウム……………996mg
ビタミンE……………3.3mg
ビタミンC……………65mg
食物繊維……………4.9g
塩分……………1.4g

栄養ポイントはココ!

さつまいもには、ビタミンCやビタミンE、カリウムが豊富で、風邪予防や老化防止、血圧を下げる効果があります。ビタミンCは加熱に弱い性質がありますが、さつまいもに含まれるビタミンCは加熱しても壊れにくいのが特徴です。便秘解消に効果がある食物繊維も豊富です。さらに、デンプンを糖に変える酵素であるアミラーゼも含まれています。この酵素は60℃程度で活発に働くため、じっくり加熱することで甘みが増します。

今回の表紙

和を第一に、信頼できる医療チームを。

福井赤十字病院消化器科は最新の医療機器を駆使した最先端の消化器内視鏡診断・治療を展開し、ハイレベルな消化器診療を推進しています。今後も「和を第一主義」に信頼度の高い医療チームを目指します。



+ 福井赤十字病院

理念

人道・博愛の精神のもと、県民が求める優れた医療を行います。

基本方針

- 患者さんの権利と意思を尊重し、協働して医療を行います。
- 安全と質を向上させ、優しい医療を行います。
- 人間性豊かで専門性を兼ね備えた医療人を育成します。
- 急性期医療・疾病予防・災害時医療に積極的に取り組みます。
- 保健・医療・福祉と連携し、地域社会に貢献します。

〒918-8501 福井県福井市月見2丁目4番1号
TEL.0776-36-3630代 FAX.0776-36-4133
E-mail webmaster@fukui-med.jrc.or.jp
http://www.fukui-med.jrc.or.jp/
広報に関するご意見、ご感想をお待ちしています。

ほやほや

“ほやほや”と納得できる情報、できたて“ほやほや”の情報をみなさまに提供していく季刊発行の院内情報誌です。院内の広報委員のスタッフ皆で毎回その季節に合った特集を組み、お役に立てる情報を掲載すべく病院各部門のスタッフそれぞれから原稿を集め誌面を制作しています。