

ほやほや

福井赤十字病院広報誌

vol.060

平成29年10月発行

Japanese Red Cross Fukui Hospital



日本赤十字社 福井赤十字病院
Japanese Red Cross Society

ご自由に
おとりください。



術後の傷跡が目立たない
内視鏡下甲状腺手術
退院支援をご紹介します
教えてドクター Q&A (内科)
病棟紹介(1-4病棟)

病棟における薬剤師の業務について

心臓リハビリテーションの取り組み

院内災害対応訓練を開催

がん征圧月間

がんパネル展と市民公開講座を開催

「リレー・フォー・ライフ・ジャパン2017ふくい」に参加

「福井市自衛消防隊消防操法競技大会」にて優勝

秋のレシピ

栄養課
おすすめ!

秋のレシピ

実りの秋、美味しい食べ物がいっぱいですね。今回は、9～11月が旬の鮭料理をご紹介します。

鮭は良質なたんぱく源が豊富で、魚には珍しくすべてのビタミンB群が含まれています。ビタミンB₁は疲労回復、ビタミンB₂は美肌効果、ビタミンB₁₂は貧血予防の効果などが期待できます。その他、カルシウムの吸収を助けるビタミンDも豊富です。鮭は白身魚の一種ですが「アントシアニン」という赤い色素成分を含み抗酸化力が強く活性酸素を除去する働きがあります。老化防止や、動脈硬化予防など、たくさんの効果が期待できる栄養豊富な鮭を使ったこの時期ならではのロールキャベツです。ぜひお試しください。

＜秋鮭のロールキャベツ＞

作り方

- ① キャベツは芯の部分を薄く削ぎ取り、しんなりするぐらいに茹で、ザルにひろげて冷ましておく。
- ② ブロッコリーは小房に分け、人参は皮をむき輪切りにする。
- ③ 鮭は骨を取り除き一口大にする。
- ④ ①のキャベツの芯を手前にし③の鮭 4 切れを中央やや手前にまとめて置き包む。
- ⑤ ④を鍋に並べ、具がひたるぐらいの水を入れ、人参とコンソメ顆粒、塩、コショウを加えて落とし蓋をして火にかけて沸騰したら火を弱め 15 ～ 20 分煮込む。途中②のブロッコリーを加える。
- ⑥ ⑤を皿に盛り、きざみパセリをちらす。



材 料 (2人分)

キャベツの葉.....4枚
鮭切り身(生).....2切
人参.....30g
ブロッコリー.....60g
コンソメ顆粒.....小さじ1
塩・コショウ.....適量
きざみパセリ

エネルギー 1人分

エネルギー.....200kcal
たんぱく質.....17.2g
脂質.....9.6g
炭水化物.....12.0g
塩分.....1.3g

CHECK

ロールキャベツを崩さずに作るポイントは、まず、ロールキャベツを巻く際、最初に片側のみを折り巻いた後に残った片側を指で押し込み、煮る時は、ロールキャベツが動かない様に鍋に隙間なく並べ、落とし蓋をしましょう。

今回の表紙

甲状腺・副甲状腺内視鏡手術を始めました

ついに内視鏡手術の波が、頭頸部外科領域まで押し寄せてきました。今まで臓器間に空間がないとできないと言われていた内視鏡手術が、皮膚を吊り上げることで頸部でも可能となりました。初めてこの手術を見たときは、皮膚が伸びてしわにならないのかな?などと心配しておりましたが、甲状腺内視鏡手術を受けられた患者さんたち、きれいな首のまま退院されておりますので、ご安心ください。

内視鏡下甲状腺手術をご希望の患者さんがいらっしゃいましたら、当院耳鼻咽喉科でご相談ください。



+ 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、できてきた“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内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。

退院支援をご紹介します！

病状安定から
退院まで

入院することになったら…

入院から
1週間頃までの
退院支援

病状説明

主治医から病状説明があります。
退院時期の相談も行います。

患者カンファレンス

今後の療養先について医療
スタッフを交えて話し合います。

在宅療養の準備

自宅退院に向けて準備を
します。
・医療手技(吸引・点滴・胃
チューブ等)、生活動作手
技(オムツ交換、移乗の介
助)習得
・必要物品の準備や購入の
方法・自宅環境についての
相談

療養先の相談

相談員より患者さんの状態
に合った療養先を相談させ
て頂きます。患者さん・ご家
族の方のご希望を伺いなが
ら調整します。(希望される
転院先からご家族の方に
面談がある場合があります)

退院前カンファレンス

退院後に関わる多職種の
院外スタッフにも参加してま
らい、在宅での生活に対す
る不安や問題点がないか
最終確認します。また退院
日を決定します。

情報提供

継続した医療を行うために、
医師・看護師・リハビリ療法
士・栄養士等が入院中の
経過について療養先へ情
報提供をさせていただきます。

在宅へ退院

他病院への転院・ 施設への入所

私たちは、退院支援院内認定
看護師です。現在14名います。私
たちは患者さん・ご家族が安心
して退院を迎えられるように、
病棟の担当看護師と相談しなが
ら、退院支援に携わっています。
私たちの今年度の活動として、
入院から退院までの支援の流れ
が具体的にわかるようなパンフ
レットを作成しました。患者さ
んやご家族と一緒に、退院後の
生活について考えていきたいと
思います。

入院時

オリエンテーション

看護師が自宅での生活について伺います。
今後の療養生活の希望について教えてください。
担当の相談員をご案内します。

数日中

相談員（医療ソーシャルワーカー）が 面談に伺います。

数日中

ケアマネジャーとの連携

担当ケアマネジャーがいる場合、入院となったことをケアマネ
ジャーに連絡し、早期から連携を開始します。

1週間以内

多職種共同カンファレンス

退院支援の内容について話し合います。
退院支援計画書を説明させていただきます。

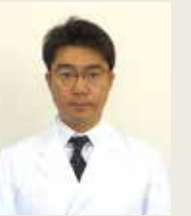
1週間前後

初回介護支援連携カンファレンス

担当ケアマネジャーがいる場合、入院早期から患者さん、ご家
族の方、ケアマネジャーと共に話し合い、退院後の生活について
一緒に考えます。



術後の傷跡が目立たない 内視鏡下甲状腺手術



耳鼻咽喉科部長
須長 寛

美容の観点からもニーズが高まっています。

甲状腺にしこりができる割
合は約20人に1人ぐらいて、圧
倒的に女性が多い傾向があり
ます。しこりがあると言われ
るとすぐ癌を思い浮かべる方
も少なくないと思いますが、実
際にはほとんどが良性腫瘍で
す。しかし良性腫瘍と診断さ
れても腫瘍が大きくなってい
く場合には約5%が癌である
可能性があります。そして腫
瘍の大きさが4〜5cm大にな
ると喉の違和感などの症状が
顕著になります。よって良性腫
瘍であつても3cmを超えて増
大するものは切除が望ましい
と考えられています。

甲状腺腫瘍に対する手術治
療は通常甲状腺直上の頸部皮
膚を切開し直視下に甲状腺を
切除する方法が行われてきま
した。しかし審美的にはどう
しても頸部に切開痕跡が残つ
てしまう欠点がありました。
特に女性に多い疾患であり、
頸部以外の目立たない部位に
切開をおく術式、即ち内視鏡
を用いた術式の導入が求めら
れてきました。1998年に内



視鏡補助下頸部手術 (Video
Assisted Neck Surgery :
VANS法) が報告され、この術
式を用いた内視鏡下甲状腺手
術が2016年4月から保険
診療で治療を行うことが可能
となりました。当院では福井
大学医学部付属病院耳鼻咽喉
科と協同して2017年1月
から導入しました。具体的な
方法は鎖骨の下の前胸部(丸
首のシャツで隠れる場所)に
皮膚切開を約2.5cmおき、図
のような釣り上げ鉤を挿入し



甲状腺周囲に空間を作成し手
術を行います。内視鏡は頸部
に5mmの穴を開け挿入しま
す。この穴は術後ほとんど目
立たない状態になります。も
ともと甲状腺手術は体への負
担が少なく術後回復も早い術
式ですが内視鏡下手術も同様
に体の負担が少ない術式で
す。現時点で手術適応は甲状
腺良性腫瘍、バセドウ氏病、副
甲状腺腫瘍ですが、将来的に
は早期の甲状腺癌も可能とな
る見込みです。あまりに大き
い腫瘍摘出は手術手技的に困
難を伴うため腫瘍径が4cmま
でを適応としています。



甲状腺疾患は女性に多い傾向
があり、頸部の大きな切開創
を避けることができる内視鏡
下甲状腺手術は今後ニーズの
高まる治療法と考えています。



薬剤師が患者さんに説明している様子

180日以内の再入院と関係する指標				
	180日以上 再入院あり (18人)	180日以内の 再入院なし (163人)	P値	※0.05未満 であると差 がある
β遮断薬	4人(22.2%)	62人(38.0%)	0.186	
ACEI/ARB	7人(38.9%)	98人(60.1%)	0.083	
全リハビリ	8人(44.4%)	98人(60.1%)	0.200	
心臓リハビリ	5人(27.8%)	85人(52.1%)	<0.005	
服薬指導	7人(38.9%)	83人(50.9%)	0.333	
栄養指導	11人(61.1%)	124人(76.1%)	0.166	
有意差があったのは、心臓リハビリのみ				
心臓リハビリテーションで、再入院を減らそう				



患者さんの症状に合わせた運動や練習プログラムを考えます



病棟における薬剤師の業務について

薬剤師の病棟における主な業務として、入院患者さんに対するお薬の説明があります。入院時には必要に応じて患者さんと面談を行い、他の医療機関より処方されているお薬やサプリメント（健康食品）に関する情報、過去の副作用やアレルギーに関する情報をお聞きします。これらの情報をもとにして、説明を行う前にお薬の量や飲み方、飲み合わせに問題ないかを確認した後、患者さんにお薬の説明をし、問題なく飲んでいるか、実際に副作用が起きているかなどの確認を行います。薬の大きさや味などがある理由で飲みにくいお薬があれば先生に相談してお薬を変更してもらいます。

また、お薬の管理も薬剤師の大切な業務であり、患者さんのお薬や、病棟に配置されているお薬が適切に保管されているかなどの確認をします。

薬剤師は、このような業務を通して、患者さんにより良いお薬による治療が提供できるよう、日々努力しています。

心臓リハビリテーションの取り組み

心臓リハビリテーションとは、心臓病によって低下した心機能や全身の機能を改善して、心臓病の再発や新たな発症を予防したり、生活の質（QOL）を改善したりするために行うものです。

当院では、心筋梗塞や心不全などの心臓病で入院された患者さんが、自宅での生活へ戻ることができるよう、心臓リハビリテーション指導士である理学療法士・作業療法士が担当しています。心臓の状態や病気の回復の程度を確認しながら、一緒に運動や歩行練習を行い、退院後に必要な家事動作や仕事の内容を確認し、心臓への負担とならないか、動作の工夫などを説明させてもらいます。

また、退院されてからも再発予防や健康維持には、運動療法、食事療法、内服継続といった生活習慣の改善が重要であり、医師・看護師・社会福祉士、在宅サービス担当者の方々と連携し、退院後の生活についても一緒に考えています。

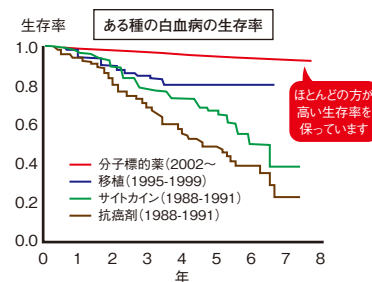
教えてドクター Q&A

内科では主に糖尿病・高脂血症・肥満などの病気（代謝疾患）と甲状腺・下垂体・副腎などに関係したホルモンの病気（内分泌疾患）や貧血、白血病やリンパ腫などの病気（血液・免疫疾患）の診療を行っています。

血液・免疫疾患に関すること

Q. 白血病は血液の癌と言われますが治るのでしょうか？

A. かつては骨髄移植でしか治らないとされた白血病のひとつは内服薬（飲み薬）で治療が可能となり大部分の人が治るようになりました。これは近頃【分子標的薬】という新しい薬が登場したためです。病気の原因となっているところだけに作用するため優れた効果を示しながら副作用も少なくなっています。このようにある種の白血病は通院で治る病気になっています。



Q. 貧血はサプリ（サプリメント）を飲めば十分では？

A. 貧血の多くは鉄欠乏性貧血で鉄分の不足が原因です。これには鉄の摂取不足（鉄分を十分に食べていない）と喪失（鉄が体の外へ失われている）があります。喪失の場合にはたとえば胃潰瘍などの他の病気が隠れていることもあります。また、鉄欠乏以外の貧血になった場合にはその原因を見つけ適切な治療を行う必要があります。

内分泌疾患に関すること

Q. 甲状腺にはどんな病気がありますか？

A. 甲状腺ホルモンが出過ぎるバセドウ病、逆にホルモンが減ってしまう橋本病のふたつが多いです。



Q. どんな症状があればバセドウ病を疑いますか？

A. 動悸・息切れ・やせ・暑がり（汗かき）・下痢軟便・手指の震え・前頸部の腫れ・いらいら不眠などです。

代謝疾患に関すること

Q. 糖尿病ってどんな病気ですか？

A. 身体がエネルギー源である糖を上手く使えなくなり、糖が血液の中にだぶついてしまって、いろいろな症状や合併症を起こします。生活習慣病の中にも含まれるもの以外にも、異なる種類のものがあります。

Q. 糖尿病の症状と合併症は？



A. 口渇・多尿・やせがおこり、また感染症にかかりやすくなります。合併症がおこると失明や腎不全になったり、下肢壊疽から切断に至ることもあります。

Q. 生活習慣病はどのようにしたら予防できますか？

A. できるだけ規則正しい生活を心がけて身体を動かし、食べ過ぎないようにしてストレスを貯めないことです。

Q. バセドウ病は治りますか？

A. きちんと診断、きちんと治療（薬物療法・手術療法・放射線治療のいずれか）すれば治ります。

Q. 橋本病とはどんな病気ですか？

A. 中高年の特に女性に多く、甲状腺ホルモンが不足し、むくみ・寒がり・便秘・脱毛・ぼんやりする・声枯れなどがおこります。こちらもしきんとお薬を飲めば、普通の生活が送れます。



作品紹介

（木目込みパッチワーク）

脳疾患により、目が見えにくく、手の不自由な女性の患者さんが、手術とリハビリをして退院されました。

退院後、コッコツと作品を作り上げ、お世話になったお礼と、これだけできるようになった報告を兼ねて、1〜5病棟に寄贈してくださいました。

1月〜12月、それぞれの月がパッチワークで表現されており、来院者をほのほとした気分になさしてくれます。

病棟紹介

1-4病棟

1-4病棟は全診療科の小児と、整形外科、腎泌尿器科の成人を対象とした混合病棟です。当病棟は新生児から高齢の方まで幅広い年齢の患者様を対象としており、お一人お一人に合った看護を提供できるよう日々心がけています。また、病棟では定期的に勉強会やシミュレーションを開催し、質の高い医療・看護が提供できるよう取り組んでいます。



優しい看護を提供するために

小児が持つ「病院は怖いところ。」というイメージを取り除けるよう、優しい笑顔と声をかけを大切にし、病棟が明るい雰囲気になるよう心がけています。また、できるだけだけお子様が納得して治療が受けられるよう、絵本や人形を使ってわかりやすく説明を行っています。保育士も常勤しており、成長・発達に合った療養環境・生活を考慮し、お子様やそのご家族の方への支援を行っています。



昨年のクリスマスの様子。渡辺部長が子供達にプレゼントを配りました

専門性の高い医療と看護

小児科では、小児において罹りやすい肺炎や気管支炎、胃腸炎といった疾患の他、ネフローゼ、IGA腎症といった腎疾患、アレルギー、喘息、痙攣やてんかんといった疾患に対して、専門性の高い治療を行っています。食物アレルギーをもつ小児には、アレルギーの確定診断や耐性獲得のために1泊2日の入院で食物経口負荷試験を実施しています。また、手術などの必要な小児に対して安全で質の高い医療・看護を提供しています。

赤ちゃんが一日でも早くご家族と過ごせるために

当病棟はベビーセンターが併設されています。早産児や低出生体重児、新生児疾患に罹った赤ちゃんに対し、治療を行っています。産婦人科と連携をとり、安全・迅速に対応しています。また、ご家族の育児に対する不安を軽減し、安心して退院できるよう、母子育児支援入院も行っています。



超緊急帝王切開で出生した児の受け入れを想定したシミュレーションの様子

院内災害対応訓練を開催

さる9月9日(土)、当院にて地震災害を想定した傷病者受入れを主とする災害対応訓練を開催しました。

今回の訓練では、トリアージタグや検査箋などの運用確認といった今までの訓練内容に加え、新たな災害時診療記録や各部署・班作成のアクションカードの運用、先進中央棟の活用など、BCP(事業継続計画)にも関連させた新たな項目盛り込んで行われました。

参加者は、当院職員190名の他、赤十字血液センターや赤十字奉仕団、福井市南消防署の協力も仰ぎ、総勢220名余の大規模なものとなりました。後日、指揮命令系統から各チームの役割分担、情報・連絡のやり取りなど、災害時の根幹となる部分を含めた全体の検証を行うことで、実際の災害に向けた体制強化に繋がっていきます。



がん征圧月間 がんパネル展と市民公開講座を開催

がん征圧月間である9月に、「がんパネル展」と「市民公開講座」を開催しました。

がん細胞から遺伝子診断を行い最適な薬剤(分子標的薬など)を提供できた事例をはじめ、傷が小さく術後の回復が早い腹腔鏡手術、術直後発生する尿失禁の改善率が高い前立腺がんにおけるロボット手術、新しい放射線治療機器のことなど、当院のがんに対する最新の治療法などをパネルで展示しました。また、がんサポーターへの取り組みや緩和ケア病棟、看護外来の紹介もパネル展示しました。



市民公開講座では、大腸がんの診断と治療、食事について、当院の医師、認定看護師、管理栄養士が講演しました。当日は約150名の聴講者が集まり、熱心に聞き入っていました。

「リレーフォーライフジャパン2017ふくい」に参加しました

9月2日(土)・3日(日)、ふくい健康の森400mトラックで、「リレーフォーライフジャパン2017ふくい」が開催され、当院のがん患者会「スマイル会」からも、イベントに参加しました。「ともに歩こう」をテーマに、がんサバイバーの方々と当院職員が会場を歩き、交流を持つことができました。



「福井市自衛消防隊消防操法競技大会」で優勝しました

9月30日(土)に福井市の県消防学校で「消防操法競技大会」が開催されました。当院からも、リハビリテーション科から2名、事務部から2名、看護部から3名が参加しました。結果、「Bリーグ男子の部」と「危険物消火男子の部」でともに優勝しました。また、「Bリーグ女子の部」では、3位となりました。今後、自主防火体制のさらなる確立・強化に努めていきます。

