

きずな

2017年
2月号
vol.360



特集

糖尿病透析予防 診療チームの紹介

- 新任医師紹介
- 下肢の外傷疾患

North Alps Medical Center Azumi Hospital



JA長野厚生連

北アルプス医療センター

あづみ病院

糖尿病透析予防診療チームの紹介

内科外来担当看護師 西澤みち

糖尿病は、幅広い年齢層で発症し様々な

病態を起こす疾病ですが、自覚症状が乏しいために放置されたり、或は治療を中断する人も多く見られます。糖尿病を放っておくと、糖尿病網膜症、糖尿病神経障害、糖尿病腎症、脳卒中、心筋梗塞、下肢閉塞性動脈硬化症などの合併症が出ると言われており、中でも糖尿病網膜症、糖尿病神経障害、糖尿病腎症は、3大合併症と言われています。

特に糖尿病腎症により腎不全になった場合、症状が進むと人工透析治療が必要になり、現在人工透析を始める原因の第一位でもあります。こうした現状から国レベルで「糖尿病腎症重症化予防プログラム」が策定され各地域の実情に合わせた取り組みが行われています。

当院の「糖尿病透析予防診療チーム」も、腎機能が悪化し透析にならないように腎症

早期から予防活動をするチームとして昨年8月から活動を開始しています。

チームは医師、管理栄養士、理学療法士、糖尿病療法士、看護師で構成され、それぞれの専門性を活かし、患者さんの病状に合わせて個別に糖尿病の血糖コントロールや腎症予防の指導・相談を行っています。

活動を始めてみますと、これまで把握していなかった様々なことが明らかとなりました。毎回行う血液検査内容を患者さんに理解してもらえなかったり、コマーシャルを信じて間違った食事療法をしていたり、病気の期間が長くなると自己流になってしまったりなどです。このようなことも今まで患者さんの話を聴く時間がほとんどなかったため気づくことができませんでしたが、チームでの活動を通して食事、運動、生活全般について個別にゆっくりと話す時間が持てた

おかげだと思えます。

平成24年の当院糖尿病患者状況の調査では、1200余名が糖尿病又はその予備軍で内科患者さんの15%を占めていました。その内の200余名がインシュリン使用者でした。そして現在、継続透析を受けている患者さんは67名いらっしゃいます。人工透析を開始すると週3回程度の定期通院が必要となり、患者さんの時間的制約や身体的・社会的制約は大きくQOLの低下に繋がることもあります。私達は糖尿病腎症を避けられるよう患者さんの思いを共有しながら一緒に頑張っていきたいと考えています。また、別紙のとおり糖尿病教室も開催しています。患者さんはもちろんご家族やどなたでも無料で参加いただけますので是非参加してみてください。

糖尿病教室のご案内



糖尿病について各職種のスタッフと一緒に学んでいただける教室を開催しています!!

糖尿病と診断された方はもちろん、ご家族や糖尿病に関心のある方など、どなたでも事前の予約等は必要なく、無料でご参加いただけます。

場所

外来2階 耳鼻科外来 中待合室

時間

毎週木曜日 午後**2時**~**3時30分**
(第5木曜日はお休みです)

案内図(外来棟2階)

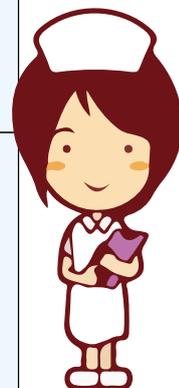


糖尿病教室の予定

※内容や講師に関しては変更になる場合がございます。

開催日	担当講師(主な内容)
第1・3木曜日	糖尿病療法士(血糖管理について) 管理栄養士(糖尿病の食事について) 看護師(生活管理・足の手入れについて)
第2・4木曜日	医師(糖尿病について) 薬剤師(糖尿病の薬について) 理学療法士(運動療法について)

耳鼻科外来前の
看板を目印に
お越し下さい。



お気軽に
ご参加下さい

お問い合わせは内科外来まで TEL **0261-61-1150**(直通)



医師紹介



在宅支援科副部長 千葉 裕

平成29年1月より在宅支援科に勤務しております千葉^{ゆたか}裕と申します。

昭和55年に東北大学を卒業後は、東北大学泌尿器科医局勤務が中心で、平成14年に東北大学の講師を最後に大学生活に別れを告げ、KKR東北公済病院泌尿器科部長そして女性骨盤底再建センター長として12年間勤務したのち、平成26年より岩手県立中央病院腎センター長として郷里の盛岡に単身赴任しておりました。その頃より自分の今後の道は地域医療・在宅医療と考えており、この度縁あって、初めて東北の地を離れ家族で信州に移住してまいりました。

泌尿器科専門医・指導医の他に、超音波専門医・指導医の資格も有しており、他に泌尿器内視鏡学会、排尿機能学会、女性骨盤底医学会、在宅医療学会、人間ドック学会などに所属しております。今後在宅医療、排尿ケア、超音波検査、人間ドック、女性骨盤底などの分野で少しでも皆様のお役に立てればと思っておりました。

趣味は、野球、サッカー、フットサル、スキューバーダイビング(長野は海がないことだけが残念です)などスポーツ全般です。仕事以外にも一緒にスポーツも出来れば嬉しいなと思っておりました。何卒よろしく願い申し上げます。

臨床検査科 寺口 穂高

まだまだ寒さが厳しいですが、このところ日が長くなったように思えます。さて、北アルプス医療センターあづみ病院に臨床検査科として働き始めてもう11ヶ月が経ちました。

社会人としてもまだ新人で、わからないことも多く、目まぐるしい日々を送っています。私は検査の中でも一般検査を担当していて、尿検査から始まり髄液、穿刺液など様々な検査をしています。

最初の頃は検査がすぐに終わらず、時間がかかりかかっていました。

今は少しずつではありますが、検査の時間も短くなっているとの声もいただき、とても嬉しかったです。

7月からは日当直も始まり、一人で検査することのプレッシャーもありますが、たくさん数をこなしていって皆さんに信頼される検査結果を返せるよう努力していきたいと思えます。

支えてくださる先輩方のおかげでいまあづみ病院で検査が出来ています。感謝の気持ちを忘れず、これからもがんばっていきたくです。



下肢の外傷疾患

北アルプス医療センターあづみ病院
整形外科医長

狩野 修治

第11回では特発性膝骨壊死について紹介させていただきます

特発性膝骨壊死とは

特発性膝骨壊死とは従来、骨壊死という名前のとおりの大腿骨・脛骨の壊死とされてきましたが、特発性骨壊死の早期には軟骨下に骨折をみとめ、進行した後の変化としてあらわれます。骨壊死は虚血による骨壊死ではなく、軟骨下骨骨折の結果と報告されています。

はじめからかなり難しい内容となっておりますが、外来にて骨壊死と診断名をお伝えするととても驚かれる方が多くいらっしゃいます。特発性膝骨壊死は骨壊死と診断名となりますが、みなさんが考えられるような壊死といった状態ではなく、微小な骨折の結果としての関節面の変化となります。

症状

高齢の女性に多いとされます。膝の強い痛みのため外来を受診される方が多く、比較的急性に生じるため、いつから痛みがでてきたかしっかりと記憶されている場合が多いです。

診断

早期の段階では単純X線写真では判断できない場合がおおく、MRIにて診断が可能になります。進行していくと骨壊死部が単純X線写真で診断が可能

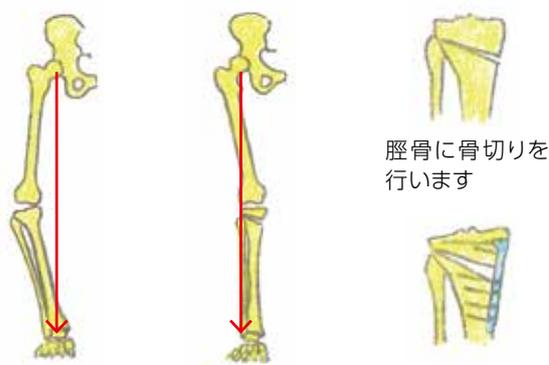
となってきます。図のように単純X線写真で4つのステージに分けられます。ステージ1は単純X線写真では異常をみとめずMRIにて診断可能な状態です。ステージ2は骨壊死部位が単純X線写真でぬけるようにみえるようになります。ステージ3で骨壊死部周囲が白く、硬化してきている様子がみえるようになります。ステージ4では周辺の軟骨がけずれ、関節の隙間がせまくなるといった関節症変化を生じてきます。

治療

まずは保存治療を行います。NSAIDsなどの痛みどめを使用している痛みのコントロールを行います。膝へのヒアルロン酸の注射や四頭筋訓練といった筋力トレーニングを行います。ステージ1の早期には松葉杖を使用して、しばらく体重をかけないようにしていただくこともあります。

保存的に経過をみて症状が軽減せず痛みのコントロールが困難な場合は、手術治療として高位脛骨骨切り術・人工膝関節置換術といった手術をおすすめします。どちらの手術の方法にするかは患者さんの年齢・生活様式・骨質・関節症変化の有無などを考慮して手術の方法を決めることになります。

高位脛骨骨切り術

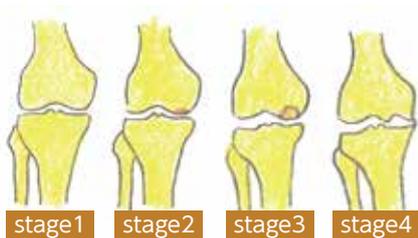


術前
体重は膝の内側にかかります

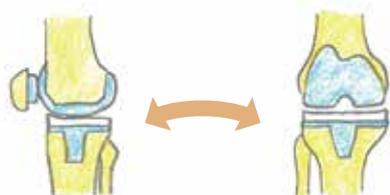
術後
○脚を治し体重が膝の外側にかかるようになります

脛骨に骨切りを行います

角度をつけてプレートで固定します



X線ではわかりません



人工膝関節置換術



撮影者…診療部 平林直樹
 撮影場所…大王わさび農場(安曇野市)
 撮影時期…12月

水車の廻っている所を写してきました。



「おすすめの一冊」

もうすぐ1歳になる息子のお気に入りの絵本を紹介します。

「ふわふわゆびにんぎょうえほん おやつはなあに」

作・絵：原優子・佐古百美
 出版社：金の星社

ページの真ん中に穴があき、後のページについた熊の指人形を動かしながら楽しめる絵本です。可愛い熊を動かしながら読み聞かせると喜んで食いついてきます。厚手の丈夫な作りで、赤ちゃんに持ちやすい大きさの為、(読んで)持って来たり、投げてみたり、かじってみたりと、色々な要求を満たすことができているようです。オススメです。

図書部 西澤雄一(企画管理課)



2月は暦の上では春ですが、まだまだ真冬の寒さが続きます。

大根おろしのたっぷり入った汁物で温まりましょう。豆腐や野菜の具を増やして、鍋物にしてもおいしく頂けます。

鶏団子のみぞれ汁

材料 (4人分)

☆鶏ミンチ	……………200g	☆片栗粉	………大マヅ1/2	だし汁	……………600ml
☆長ねぎ みじん切り	……………一本(白い部分)	☆味噌	……………大マヅ1/2	しょう油	……………大マヅ2
☆卵	……………一個	人参	……………50g	みりん	……………大マヅ2
☆生姜	……………一片	椎茸	……………80g	塩	……………小マヅ1/2
☆酒	……………大マヅ1/2	大根	……………300g		

作り方

- ①鶏団子をつくる。☆の材料を全てボールに入れ、よく混ぜる。
- ②人参は半月切り、椎茸は薄くスライスする。
- ③鍋にだし汁を入れて火にかけ、②の野菜を入れて煮る。
- ④野菜に軽く火が通ったら、しょう油、みりん、塩を入れる。
- ⑤①の鶏団子をスプーンですくって④に入れ鶏団子に火を通す。
- ⑥大根をすりおろし、軽く水気を切ったら⑤の鍋に入れ、温まる程度に火を通したら出来上がり。
- ⑦器によそい、好みで青みの野菜や、柚子、七味唐辛子などを添えていただく。



栄養素量 (一人分)

エネルギー	…………… 187Kcal
たんぱく質	…………… 11.1g
塩分	…………… 1.6g

●栄養科

北アルプス医療センター あづみ病院
休診日のお知らせ
(赤字の日が全科休診日です)

2017 2月 February

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28				

2017 3月 March

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

お知らせ
休日緊急当番医

- 2/12(日)
本院(大北南部地区)
内科・外科
- 2/11(土)
白馬診療所(大北北部地区)

「宝の箱」

よりよい病院になるために、患者さんからいただいたご意見の一部を紹介いたします。



ご意見・ご要望	お返事
<p>11月に9日間ほど入院しました。もともと麻痺があったので、入院中に拘縮しないようにリハビリも行ってもらいました。しかし情報が共有できていなく、患者本人の状況を把握していない担当者が病室に入出入りする、という状況でした。中には風邪で声が出ず咳をしている職員もいました。自分は風邪にかかると重篤化しやすいので普段から気を付けていたのに、うつるのではないかと心配でした。リハビリ予定も連絡が徹底出来ておらず、このようなことは改善してほしいです。</p>	<p>貴重なお意見ありがとうございました。リハビリ計画書の遅れや、実施日等に情報共有不足がありご迷惑をおかけしました。また、咳などの症状がある職員が病室でのリハビリに伺う等、配慮が不足しておりご心配をおかけしました。今回ご指摘いただいた点につきまして、科内で話し合いを行い、リハビリ計画書の早期作成や丁寧な説明を行うよう徹底を図りました。また感染管理については、感冒様症状のある職員については担当を一時的に交代するなどの対応を行うよう変更いたしました。ご心配をおかけし申し訳ありませんでした。</p> <p>(リハビリ科責任者)</p>
<p>入院時、温かく看護していただき安心でした。食事の際、配膳してくれる男性職員が少々雑にお盆を置くのが気になりました。</p>	<p>貴重なお意見ありがとうございました。一つひとつの行為に対し、細やかな配慮ができるよう職員の指導教育を徹底していきたいと思っております。今後も“温かく丁寧な看護”が提供できるよう努めてまいります。</p> <p>(病棟責任者)</p>

編集後記

2017年になりました。昨年もあっという間に過ぎていきましたが、振り返ってみるといろいろな出来事がありました。今年も良い一年だったと思えるように毎日をごじていければいいと思います。

(H.I)

北アルプス医療センター
あづみ病院理念

質の高い医療と社会への貢献をとおし、地域の皆さまから信頼される病院を築きます。

〈基本方針〉

- ① 医の倫理を守り患者さんの権利を尊重し、平等で親切、安全な医療・福祉サービスを提供します。
- ② 救急医療から在宅医療まで広く、地域の皆さまの安心を支えます。
- ③ 地域の皆さまのこころの健康を支える、やさしい医療につとめます。
- ④ 日々の研鑽に励み、明るい職場環境造りと信頼される医療人の育成につとめます。
- ⑤ 保健予防活動を通じて地域の皆さまの健康増進に貢献します。
- ⑥ 研究・文化活動を積極的に展開し豊かな地域づくりに貢献します。

患者さんの権利と責任

『患者さんの権利』

- ① 最善で安全な医療を平等かつ公平に受ける権利
患者さんは、疾病の種類、社会的立場等に関わらず、良質で安全な医療を、平等かつ公平に受ける権利があります。
- ② 個人として尊重される権利
患者さんは、一人の人間としてその人格・価値観などを尊重され、尊厳をもって扱われるとともに、自らの意見を述べる権利があります。
- ③ 十分な説明と情報提供を受ける権利
患者さんは、自分の病気、検査と治療方法や危険性、他の治療法、見直しなどについて、理解しやすい言葉や方法で、十分な説明と情報の提供を受ける権利があります。
- ④ 自らの意思で選択・決定する権利
患者さんは、自らの受ける検査や治療方法などについて、説明を受けた上で、自分の意思で選び決定する権利があります。また、希望しない医療を拒否したり、医療機関を選択したりする権利があります。そのためにカルテを

含む診療情報の開示や他の医療機関の医師の意見(セカンド・オピニオン)を求める権利があります。

⑤ 個人の情報やプライバシーが守られる権利

患者さんは、自らの承諾なしに、診療の過程で得られた個人情報や第三者に対し、開示されない権利があります。また、病院内でのプライバシーが守られる権利があります。

『医療とのパートナーシップ』

- ① 良質な医療を実現するために、自らの心身あるいは生活について必要な情報をできるだけ正確にお知らせください。また、納得できるまで質問するなどして自らの疾病や医療内容を十分に理解してください。
- ② 検査や治療について、納得し合意した方針には意欲を持って取り組んでください。
- ③ すべての患者さんが快適な環境で医療が受けられるよう、病院内での規則と病院職員の指示を守るようご協力ください。病院職員による医療提供や、他の患者さんの診療に支障を与えないようご配慮をお願いします。

受付時間：平日 7:30～11:30 ※診療科により受付時間が
土曜 7:30～11:00 異なります。

担当医表

お問合せ：0261-62-3166

平成 29 年 2 月

診療科目	曜日	月	火	水	木	金	土
内科	内 科 新 患	岡田光代 信 大	東方壮男 川上裕隆	馬渡栄一郎 林田研介	川上裕隆 芹澤由樹子	早野敏英 岡田光代	東方壮男 (第1のみ) 川上裕隆 早野敏英 (第3のみ)
	内 科 (一 般) 再 診 (予 約 制)	川上裕隆 東方壮男 林田研介	岡田光代 林田研介	東方壮男 川上裕隆 早野敏英 岡田光代 林田研介	早野敏英 林田研介	川上裕隆 林田研介	早野敏英 (第1のみ) 岡田光代 林田研介
	循 環 器 内 科	富田 威 東方壮男	桑原宏一郎 (信大)	東方壮男	柴 祐司 (信大)	富田 威 馬渡栄一郎	
	呼 吸 器 内 科	岡田光代	岡田光代	花岡正幸 (信大) (10:00から診療) 岡田光代		西江健一 (信大) (第1・3・5のみ) 池川香代子 (信大) (第2・4のみ)	藤本圭作 (信大) (第1のみ)
	神 經 内 科	林田研介 野村俊 (信大) (第1・3・5のみ) 高松良太 (信大) (第2・4のみ)	林田研介	林田研介	林田研介	林田研介	林田研介
	腎 臓 内 科	芹澤由樹子 (予約)			芹澤由樹子 上條祐司 (信大)		
	リウマチ・膠原病 (予約制)						信大 (完全予約)
	在宅支援科 (予約制)		薛 孝太郎 (14:30～16:00まで診療)				
精神科・心療内科	精 神 科 心 療 内 科 (予 約 制)	村田志保 鬼頭 恆 中村伸治 古屋昌宏 雨宮光太郎 小笠原紘輔 鈴木一浩	中村伸治 古屋昌宏 小椋京子 雨宮光太郎 湯澤宏式 (第1・3・5のみ) 小笠原紘輔 鈴木一浩	村田志保 鬼頭 恆 (AM) 中村伸治 湯澤宏式 小笠原紘輔 鈴木一浩	村田志保 (AM) 鬼頭 恆 中村伸治 樋端佑樹 (信大) (第1のみ) 古田 康 (第2・4のみ) 古屋昌宏 湯澤宏式 小笠原紘輔	村田志保 鬼頭 恆 中村伸治 古屋昌宏 雨宮光太郎 湯澤宏式 (第2・3・4・5のみ) 小笠原紘輔	鬼頭 恆 中村伸治 古屋昌宏 雨宮光太郎 湯澤宏式 小笠原紘輔 鈴木一浩
	新患 (午前) (予約制)	(輪番)	(輪番)	(輪番)	(輪番)	(輪番)	(輪番)
	認知症診療 (予約制)	(輪番)	(輪番)	(輪番)	(輪番)	(輪番)	(輪番)
	小 児 科	午前 原 敏博 小口弘子 午後 慢性疾患 (予約) (原 敏博) (小口弘子)	保刈 健 (小口弘子)	小口弘子 (保刈 健)	保刈 健 (小口弘子)	小口弘子 又は 保刈 健	慢性疾患 (予約) (保刈 健)
外科	一 般 外 科	唐澤文寿	石曾根 聡	唐澤文寿	石曾根 聡 久米田 茂喜 (予約)	唐澤文寿	石曾根 聡 宮川眞一 (信大) (第3のみ)
	専 門 診 療			信 大 (乳腺) (予約)		信 大 (甲状腺) (予約)	
呼 吸 器 外 科	花岡孝臣 藏井 誠 (第2・4P.M.のみ)		藏井 誠	花岡孝臣			花岡孝臣
形 成 外 科 (受付15時まで)		安永能周 (信大) (13時から診療)					
整形外科	新 患 (受付10時30分まで)	上甲敏雄 中村恒一 (手・肘新患)	輪 番 中村恒一 (手・肘新患)	狩野修治	柴田俊一 向山啓二郎 (脊椎新患)	王子嘉人	信 大
	再 診 (要 予 約)	畑 幸彦 (完全予約制) 最上祐二 石垣範雄 中村恒一	中村恒一 向山啓二郎 上甲敏雄 高橋淳 (信大)	最上祐二 向山啓二郎 王子嘉人	中村恒一 向山啓二郎 狩野修治	畑 幸彦 (完全予約制) 最上祐二 柴田俊一	信 大
肩関節治療センター (受付10時30分まで)	畑 幸彦 (完全予約) 石垣範雄 (完全予約)	手術日	石垣範雄 (診療開始 10:00 から)	手術日	石垣範雄 (初診)	畑 幸彦 (完全予約) (第3のみ)	
皮 膚 科	河内繁雄 高沢裕子	河内繁雄 高沢裕子	河内繁雄 高沢裕子 こども外来 (15時～17時まで診療) 初診 (当日) 受付 16:30 まで	河内繁雄 高沢裕子	河内繁雄 高沢裕子	河内繁雄 高沢裕子	河内繁雄 高沢裕子
泌 尿 器 科	平林直樹	西澤 理 平林直樹	平林直樹	西澤 理 平林直樹	平林直樹	平林直樹	平林直樹
女性骨盤底医学センター		西澤 理	西澤 理 (第2・4の14時～のみ) (完全予約制)	西澤 理	山ノ井万里子 (信大)		
産婦人科 (予約制)	信 大 (予約)	曾根原衛雄 (予約)		信 大 (予約)			
眼 科	太田いづみ	今井玲子		太田いづみ・今井玲子 (午後コンタクトレンズ 要予約)	太田いづみ (受付10時まで)	今井玲子	
耳 鼻 咽 喉 科 (受付 16 時まで)		信 大 (14時から診療)			信 大 (14時から診療)	信 大	
放 射 線 科				信 大			
麻 酔 科 (完全予約制)	小林浩一 (完全予約制)		小林浩一 (完全予約制)		小林浩一 (完全予約制)		
リハビリテーション科	畑 幸彦	畑 幸彦	畑 幸彦	畑 幸彦	畑 幸彦	畑 幸彦	畑 幸彦
歯 科 口 腔 外 科	中嘉 哲 飯島 響	手術日 (急患対応は要相談)	中嘉 哲 飯島 響	中嘉 哲 飯島 響	中嘉 哲 飯島 響	中嘉 哲 飯島 響	中嘉 哲 飯島 響
緩和医療外来 (予約制) (10:30～12:30まで診療) 0261-61-1165	阿部克哉	薛 孝太郎 間宮敬子 (隔週)	阿部克哉	薛 孝太郎	薛 孝太郎	薛 孝太郎	

北アルプス医療センター 白馬診療所

内 科	下里修一	下里修一	下里修一	下里修一	下里修一	下里修一
人 工 透 析	富田 威 (午後から診療)		下里修一 整形外科医師 (15時から診療) (第2・第4のみ)			
リハビリテーション科						