ポラリス

札幌社会保険総合病院　院外広報誌

第７号
2008年１月

●新年のご挨拶「チーム医療について」
●産科開設の準備について
●医療の現場から① ② ③
●医療安全推進週間にちなんで
●クリスマスの夕べ
●こんにちは、医療連携室です　No. 4
●第９回調理技術勉強会

ポラリスの由来

ポラリスは北極星を意味します。当院の前身である北辰病院の北辰もまた、ポラリスと同じ北極星を意味する言葉なのです。北極星のように、北国の中心で悠久に燦然と輝き続けたいという願いが込められているのです。
題字は秦院長の直筆です。

URL　http://www. zensharen. or. jp/sapb

新年のご挨拶

「チーム医療」について

病院長　秦　温信

明けましておめでとうございます。皆様におかれましては、さわやかな新年を迎えられたことと存じます。当院として昨年さまざまな課題に取り組み、一定の成果をあげることができましたのも、皆様のご支援があったからに他なりません。心から感謝申し上げたいと思います。

当院には、「三志会」という職員親睦会がありますが、今年はその発足50周年に当たり、いくつかの記念行事が企画されております。「三志会」の“三志”とは“誠、愛、和”の三つを意味し、「チーム医療」の原点であろうと思っています。新年に当たって今一度この“三志”が意味する「チーム医療」を取り上げたいと思います。昨年、日本ハムファイターズは中日に負けて日本一連覇は逃したものの、一昨年に引き続いてリーグ優勝を果たしました。得点力リーグ最下位である日ハムがどうして勝てるのかは最大の疑問ですが、失点は最少であること、犠打が最多であることが注目されます。ヒルマン監督の目指すベンチも一体となった「全員野球」がわれわれの目指す「チーム医療」にもまさに当てはまると思っています。よく患者さんのための「チーム医療」と言われますが、一方では患者さんもチームの一員との見方もあります。つまり患者さんあるいはその家族も含めた医療に関わる全員で病気に立ち向かっているのです。私たちはそんな「チーム医療」を目指してゆきたいと思っています。

当院は、厚別区ただ一つの公的機能をもった病院として、また道央圏ただ一つの地域支援病院として大きな使命を担っています。その使命とは、地域の医療機関と協力して厚別区および周辺地域の住民の健康を守るための緊密に連携する医療圏を形成するとともに、地域の医療・保健・福祉に貢献することに他なりません。今年もさらに質が高くかつ安全な医療圏を目指し、職員が一体となって全力を注いで行きたいと思っております。今年が皆様にとって幸せな一年でありますようお祈りいたします。

産科開設の準備について

産婦人科 部長　島野敏司

2003年３月に当院では産科医不在の状態になり産科病棟を閉鎖しました。当院にとって産科医不在になった原因がどこにあるのかを検討いただき、今後の産科医勤務継続の対策に役立てていただければと思っています。さて、今回、院長のご配慮により産科医が多少なりとも集まり産科の開設をすることになったわけですが、新たな大きな問題が出現しています。それは産科を支えるスタッフの募集が難航していることです。当時勤務していた助産師は、助産師を続けるために退職の道を選んだり、また、病院に残られた方は現在それぞれの病棟で活躍されています。新たに産科にもどっていただけるスタッフはゼロに近い状態です。スタッフの集まりが非常に厳しい状況を克服したとしても、産科医を含めたスタッフの有機的な仕事ができるようになるまでには、多くの時間、葛藤を必要とします。一度失われた病院のskillを取り戻すことは、多大なエネルギーと病院の富の消費を伴うものであることを、痛感しているのは私だけではないと考えます。

さて、分娩再開への困難も坂道途上50％くらいまできました。まず、産科病棟をもとの位置にもどすことに関係各位の承諾をいただきました。このこと一つをとっても、外目には当たり前に思われる方が多いと思うのですが、病棟勤務を変更せざるを得ないスタッフにとっては、大きなstressを感じていられると思います。ここで喜んで分娩される妊婦さん、新生児のことを考えていただき、耐えていただければと思っています。

外来には、妊婦さんもすでに訪れています。われわれ産科医の腕のみせどころの一つに、早産予防があります。女性の正常膣内には、乳酸桿菌が存在しますが、初診妊婦さんの約20％は、細菌性膣症（膣内に病原細菌が1000倍増殖した状態）の状態になっています。この細菌性膣症を構成する細菌が子宮内に感染し、子宮内の炎症をおこし、流早産を引き起こすと考えられるようになってきました。我々の経験では妊娠初期に膣内細菌を全例スクリーニングし治療すると正期産率は97％近くなります。このスクリーニング、治療を当病院で施行していき、この地区の早産防止に努めたいと思っています。われわれは真摯に産科臨床に取り組んでいこうと考えています。病院内外各皆様のご協力をくれぐれも宜しくお願い申し上げます。

医療の現場から①

子供の病気について

小児科 部長　東 館 義 仁

失神。一般の方がこの言葉から連想する光景は、若妻が夫の癌宣告を受けて倒れてしまう光景でしょうか。いや、最近の奥様方は夫の事では倒れない、我が子の受験失敗の方が確率が高いかもしれませんが。広辞苑には、何らかの誘因で、反射的の脳貧血を起し一時的に意識を喪失する。と出ています。一時的なもので命に関わらなければ、失神も可愛いだけで終わるのですが、子供の場合はそうはいきません。

恐ろしい順にお話ししましょう。まずは不整脈。私が関わった子でもＱＴ延長症候群や心臓術後の子で数名命を失いました。自宅でＴＶを見ていた子、公園で遊んでいた子は大人が近くにいましたが救命処置はなされませんでした。救急隊が到着したときには心室細動が確認され救命処置を受けながら病院へ搬送されましたが、脳障害を起こしていて数日後になくなりました。発見者に救急蘇生の技術があればと悔やまれます。

次に恐ろしいのが頭の病気。このうち頻度が高いのはてんかんです。てんかんは体が痙攣するタイプだけではありません。ちょっと見にはボーとして反応が鈍いだけの発作もあります。いずれにしても診断され治療を受ければ、普段の生活には支障をきたさなくなることが多いです。意識が無くなり痙攣がおこると、死んでしまうのではないかと恐ろしい印象を持たれますが、てんかんによる痙攣自体が死亡につながることはまずありません。ただし、発熱時に長時間に及ぶ痙攣は、脳炎などの可能性もあり、注意が必要です。

学齢前の子供では、圧倒的に予後の良い“熱性けいれん”の頻度が高いのですが、この場合はやはり数分程度の発作がほとんどです。あわてずに（といってもなかなか難しいですが）子供の様子をみましょう。頻度はかなり少なくなりますが、脳血管自体の問題で、脳に虚血や出血がおこるもやもや病という病気があります。子供に起こる場合、失神という症状をとる傾向があります。もやもや病は、何度か発作を起こすと障害を徐々に起こすことがあります。多くの場合手術が必要になります。

今も昔も一番多いのは起立性調節障害、一般には脳貧血の方がわかりやすいでしょう。外来の経験では低年齢化し男性にも増えているような気がします。以前は初診時の問診で学校の朝会で倒れたかどうかが診断の手がかりになっていましたが、最近はあてになりません。学校で倒れたことがないと言うので起立試験（シェロングテスト）をしてみると５分も経たないでベットに倒れ込んでしまう子が多いです。我々が子供の頃は朝会で校長先生のお話を聞くときには背筋を伸ばし微動だにしないで「気を付け」のままでした。そうシェロングテストそのものです。そうすると10分くらいからあちこちで子供が脳貧血を起こし担任の先生が走り回るものでした。今の学校では５分も経つと子供達が列を乱して遊びだしてしまうし、気を付けなんかしていません。あれでは倒れないわけです。

長風呂も起立性調節障害を発見する良い検査法です。銭湯の熱い風呂に肩まで浸かって50数えた後立ち上がると確実に脳貧血を起こします。今は、そんな親子あるいは爺さんと孫を見かけませんよね。日常生活で失神を起こさなくなった起立性調節障害の子は、胃腸症状や不登校などで複雑化してから病院を受診するようになったので、なかなか直らない。そんな愚痴を外来でこぼしています。

医療の現場から②

糖尿病の現状

糖尿内科　田 島 一 樹

糖尿病の有病者は世界的に増加しています。現在、世界人口の約５～６％（約2億6千万人）が糖尿病を抱えており、2025年には３億8000万人（2007年より64.7％増）に達すると予想されています。また糖尿病が関係する病気により、世界では10秒に１人の糖尿病患者が生命を失っています。このような状況を踏まえ国連は、感染症以外では初めて「糖尿病の全世界的脅威を認知する決議」を2006年12月20日に国連総会で採択しました。

このように世界規模での糖尿病有病率の急増が深刻ですが、日本でも同様です。糖尿病が強く疑われる人と糖尿病の可能性を否定できない人を合わせると1997年は約1370万人でしたが、2002年（糖尿病実態調査）は約1620万人と急速に増加し、2006年（国民健康・栄養調査結果）には40歳以上の人では、3人に1人が糖尿病または糖尿病予備軍であると発表されました。また2002年の糖尿病実態調査で、糖尿病が強く疑われる人のうち、治療を受けている人が50.6%であったことから、わが国の糖尿病対策推進の重要性が指摘されています。無治療の患者が多い要因として糖尿病は治らないということがあまり知られていない、また合併症について知識がないことなどがあげられます。

では治らないのであれば何を目標にするべきでしょうか？糖尿病の治療で最も重要なのは慢性合併症を予防し、既に合併症がある場合にはその進行を防いで、日常生活上の不都合を生じないようにすることです。合併症として、例えば網膜症、腎症、神経障害、大血管症（心筋梗塞、脳梗塞、閉塞性動脈硬化症など）などがあげられます。それぞれ進行すると末期には失明、透析、下肢切断などに至ることがあり、大血管症においては発症頻度が非糖尿病者に比べ2～4倍に上昇するといわれています。

糖尿病の発病時点から合併症がQOLを損なうような状態に至るまでには、通常10年以上かかるものであり、この間に治療をし、手を打つことはできます。しかし、足壊疽による切断や腎不全、失明など重大な合併症をきたした方のなかで通院を中断し、数年間放置していたという例が多いのが現実です。そのような通院中断が多い理由として症状が出にくいことがあげられると思います。例えば、お腹が痛いなど生活するうえで支障を来たす症状であれば、病院に受診する方がほとんどだと思われます。しかし、多少血糖値が高くとも症状にでにくく、また以前高血糖症状（口渇・多飲・多尿・体重減少など）があった方で症状がなくなると、たちまち治ったと勘違いして受診を中断するといったように。

これまで色々なスタディにおいて合併症を防ぐには血糖コントロールが重要であることはよく知られています。例えば、わが国で行われた熊本スタディ（2型糖尿病患者対象）ではHbA1c6.5%以下、空腹時血糖110mg/dl以下、食後2時間血糖180mg/dl以下を保つことが合併症進展を阻止する閾値とされています。

しかし、それ以前の問題として、発病初期からの規則的な通院の継続が何より重要だと考えられます。

医療の現場から③

腰痛症の予防

整形外科　佃　幸憲

日本では多くの人が腰痛に悩まされています。全人口の約80%が、生涯に一度は腰痛を経験するといわれています。

脊椎は歩行時などに加わる衝撃をやわらげるために、生理的彎曲とよばれるカーブを描いて連なっています。しかし、体の動作を伴った際、上体を支える腰には過度の負荷がかかってしまい、腰痛の原因になります。

また、ストレスや運動不足、肥満なども、腰痛症の原因となります。

腰痛の予防と再発防止のためには、日常生活動作の見直しをしてみると良いでしょう。

例えば、床に直接座る時は、腰に負担のかかりにくい正座にします。しかし、正座は膝に負担がかかりますから、膝が痛いときには横座りにして、時々足の向きを変えるようにするとよいでしょう。

同じ姿勢を続けることも、腰痛の原因になります。デスクワークの人や、長時間車を運転する人は、できれば1時間おきに休憩して軽く体操をすると、腰の血液循環が促され、腰痛を軽減したり、予防につながります。

床に置いてある物を持ち上げる時や、掃除機をかける場合などに、膝を曲げずに腰だけ曲げて前屈する姿勢もよくありません。膝を曲げて腰を落としてから行うようにするとよいでしょう。

肥満になると腰への負担が増大するので、カロリーの過剰摂取に注意するなど食事に気を遣うことも腰痛予防の一因になります。

また、多種類の食品で栄養バランスのよい食事をとるのもいいと思います。カルシウムやタンパク質の十分な摂取は骨粗鬆症の予防や骨、筋肉を丈夫にする上で重要です。

ウォーキングや腰痛体操などの運動も、腰部の血行促進、腰の筋肉強化に有効です。

日常で度々経験する腰痛症ですが、このように日常の生活において注意を払うだけでもそれなりの効果があげられます。より健康な体を築く要素も入っていますし、少し注意すればすぐできることもあります。一度生活スタイルを見直してみるのもいいかもしれません。

医療安全推進週間にちなんで

安全管理部　石　井　美穂子

厚生労働省では、11月25日（いい医療に向かってGO）を含む1週間を「医療安全推進週間」と定め、「患者の安全を守るための医療関係者の共同行動」の推進を図っています。今年は、11月25日～12月1日がその実施期間でした。

当院でも11月21日～11月30日まで、医療安全推進週間にちなんで、行事を企画し、実施しましたので、その内容をご紹介します。

1階のエントランスホールでは、当院で行っている医療安全の取り組みの一部を恒例のパネル展示で行いました。昨年から今年にかけて行ってきた、医療安全の取り組みの具体的な内容として、①病棟個室のトイレの手すりの設置、②衝突防止のための廊下天井のミラーの設置、③寝た状態で入れる安全で快適な新介護浴槽の設置、④駐車場の車椅子の設置について、写真の展示を行いました。また、転倒予防のための安全な室内シューズの見本の展示や、今年発行された、安全管理ニュースの展示も行いました。外来にいらした患者様や入院患者様が足を止めて見てくださる姿があり、これからも、ますます医療安全に取り組んでいこうという決意をあらたにしました。

11月26日には、平成19年度第2回目の医療安全推進研修会を開催しました。今回は、弁護士の佐々木泉顕先生に「医療安全と医療事故－患者対応の留意点について－」というテーマで、ご講演していただきました。病院内のスタッフのほか、厚別区近隣の病院からもたくさんの医療スタッフが参加してくださり、医療安全についての、関心の高さをここでも実感しました。講演の内容は、医療法第6条の10の改正に伴う医療安全体制の義務付けについてや、医療事故が起こってしまった場合の医師の責任として、民事上の責任、刑事上の責任について、医師の注意義務の具体的内容として、医療水準に見合った医療行為を行うこと、患者の自己決定権を侵害しないために、医師は患者が多数の治療法の中から自分で選択できるように必要な情報を提供し、説明した内容を記録として残さなければならないことなど、わかりやすく講演していただきました。

医療安全推進週間を通して、職員のみなさまはもちろん、患者様にも医療安全の重要性について再認識していただけたのではないかと思います。これからも、職員全員が医療安全についての意識を高め、患者様と共に安全な医療を目指していけるよう、安全管理部の活動を行っていきますので、今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

「クリスマスの夕べ」に参加して

和島知美

当院主催の「クリスマスの夕べ」が12月20日、院内エントランスホールで開かれ、参加された患者様や地域住民の方々約70人が、ギターの生演奏やソプラノ歌手の美声に魅了されました。

この集いは、日頃治療に専念されている患者様に心安らぐ時間を過ごしていただくことと地域の方々との交流を目的に、平成17年から毎年開催しているもので、今年で3回目になります。

当日は、ギター奏者の小倉順子さんが「暁の鐘」を演奏されたほか、ギターデュオ「Cielo」（シエロ）の佐藤洋美さんと藪田建悟さんが「アルハンブラの想い出」や「ロンドンの街々」などを合奏され、美しい音色をホール内に響かせました。

また、ソプラノ歌手の三浦志緒理さんがピアニスト・岩井沙織さんの演奏にあわせ、心に響く歌声を披露されました。曲目は、「七つの子」をはじめ、「アヴェ　マリア」、「クリスマス・ソング」、「星に願いを」など全10曲で、中にはテレビのコマーシャルなどで一度は耳にしたことのある曲もいくつかあり、参加された方々にとって親しみやすかったのではないかと思います。「星に願いを」では、あまりの美声に目を閉じうなずかれながら聞き入る参加者の方もおられました。

演奏終了後には、当院のサンタクロース（?!）からささやかではありますが、参加された子供達にクリスマスプレゼントを渡し、喜んでいただけたことで、少し早いクリスマス気分を味わってもらえたのではないでしょうか。

限られた時間でしたが、参加者の方々に心安らぐひとときを過ごしていただけたのであれば、大変うれしく思います。来年もこうした時間を多くの方々と共有できればと願っております。（和島　記）

こんにちは、医療連携室です　No.4

明けましておめでとうございます。昨年も多くのご依頼を頂き心から感謝申し上げたいと思います。皆様のご意見を頂戴しながら、地域医療のより一層の充実を念頭に業務を行ってまいりたいと存じます。

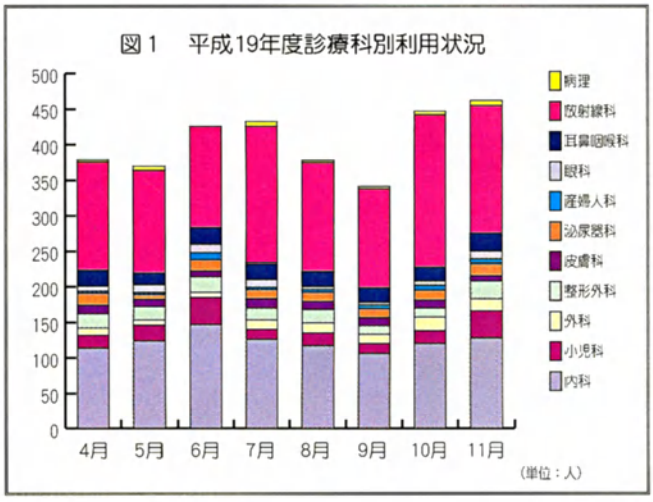
さて、今回は昨年ご協力いただきましたアンケート調査の際、「図書室」の利用方法についてお問い合わせをいただきましたのでご案内させていただきます。

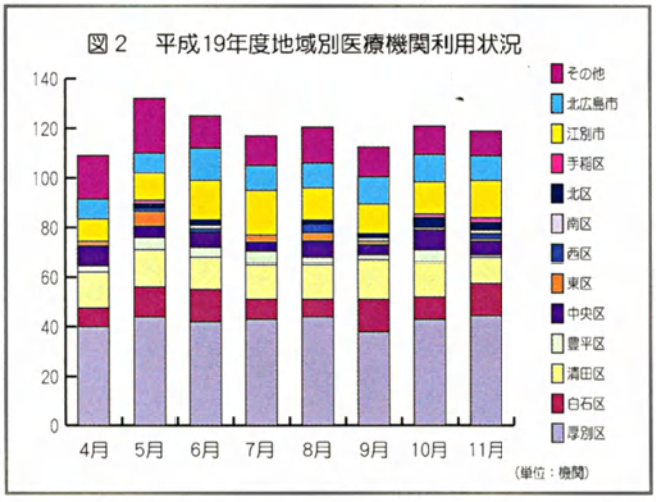
当院の図書室の開放時間は、平日　午前8時30分から午後5時00分までとなっております。

所蔵する資料は、単行本、学術雑誌、参考図書（辞・事典、便覧、年鑑、目録・索引誌等）、地図帳、新聞などがあります。そのうち、単行本については、1人2冊まで14日以内でお貸しすることが出来ます。また、貸し出し中の資料で、他に利用希望のないときは、期間を延長することが可能となります。お問い合わせは、図書室（担当　篠原）です。どうぞ、お気軽にご相談ください。

平成19年11月現在の診療科別利用状況（図1）と地域別医療機関利用状況（図2）を報告させていただきます。診療科によっては予約が込み合う場合もございますが、ご希望の日時がございましたら調整させて頂いておりますのでご相談ください。

何卒よろしくお願い致します。　（土田）





＊行事予定＊

・糖尿病教室（全2回実施）　平成20年1月17日・1月22日／2月14日・2月19日
11時～当院2階　講義室　（事前に申込が必要となります）

・市民公開フォーラム　平成20年2月1日　当院エントランスホール

・学術集会　平成20年1月24日　当院2階　講義室
「DPCとクリティカル・パスーEVEのデータを参考として－」
腹腔鏡下および開腹胆嚢摘出術の比較

第９回調理技術勉強会

栄養部 調理師 高橋晃司
管理栄養士 西濱至泰

11月13日に第9回調理技術勉強会がレストランはまなすにて開催されました。みなさんは調理技術勉強会についてはもうご存知でしょうか？

もう一度簡単におさらいをしておきますと、調理技術勉強会は年に2回栄養部で開催している行事で、調理師と管理栄養士がペアとなり、その時のテーマに沿った内容の献立を共同で考え栄養価を計算して調理を行います。“厳格な”審査により優秀賞を受賞した献立は行事食として提供されることになります。いわゆる社保版ビストロスマ●プのようなものです。決して堅苦しい行事ではありませんので、今回参加を逃した方は次回も、気軽に参加して頂きたいと思います。

優秀賞！ 高橋調理師・西濱管理栄養士

さて今回のテーマは、『「冬」～メタボリックシンドロームの改善に適したバランス食』と言うテーマで行い、私たち（高橋調理師、西濱ペア）が優秀賞を受賞しました。他の組もそれぞれ個性豊かで甲乙つけ難く審査結果も僅差でした。テーマにもあるように、冬なので、主菜には冬が旬である鱈を使用し鱈の字にもあるとおり、雪に見立てたメレンゲをのせ蒸しあげました。また南瓜を使用する事が条件でもあったので南瓜団子にあんこをかけて冬至南瓜風に仕立て上げました。そして今話題のメタボ改善もテーマにありましたので食物繊維が豊富なコンニャクを使用しました。

テーマ「ウエスト－3㎝ 脱メタボ!」

ちなみにどうして冬至に南瓜を食べるようになったかというと、南瓜を食べると風邪を引かない、長生きをする、厄除けになると言われているからのようです。そして気になる献立の実施日は12月22日の「冬至の日」の行事食として提供されます。

最後にお忙しい中、審査員として参加してくださった皆様をはじめ多くの方々に参加していただけたことを感謝いたします。次回もさらに多くのご参加を栄養部一同心よりお待ちしております。

審査風景 ご参加ありがとうございました

編集後記

北海道の長い冬が到来しました。今年は例年になくインフルエンザの流行が早く、体調を崩されている方も多いのではないでしょうか？

うがい・手洗いはもちろんのこと、十分な睡眠や栄養バランスのとれた食事を摂ることも大切でしょう。

昨年は、日本ハムファイターズのリーグ優勝、コンサドーレ札幌のJ1昇格、レラカムイ北海道の発足などスポーツを通しての道民との交流が盛んでした。

「ポラリス」も2008年1月で第7号を迎えることができました。地域の皆様への情報発信の役割を果たし、さらに地域との連携を図り交流に役立てられることを願っております。

（新谷 記）

編集委員　相川・小原・小林・種綿・和島・新谷・長野
土田

発行責任者：秦 温信
発行：〒004-8618 札幌市厚別区厚別中央2条6丁目2番1号　札幌社会保険総合病院