

新年 賀 謹

たまきゅう便り



発行

多摩丘陵病院

広報委員会

町田市下小山田町

1491

島津院長

年頭のご挨拶

新年明けましておめでとございます。

皆様にとつて今年が良い年になりますよう、また西年に因んで飛躍の年になりますよう、お祈り致します。

昨年は本広報誌「たまきゅう便り」が創刊され、更には初めて本院の年報が発刊されました。尽力して頂いた広報委員会の方々には心より御礼申し上げます。今年もより充実した年報刊行に向けて宜しくお願い致します。

診療実績としても昨年末までは概ね予算通りの結果を残すことができました。これも一重に職員全員の努力とチームワークの賜物と高く評価する次第です。

昨年五月に新年度所感を申し述べましたが、その中で今年度実現したいことを以下のように挙げました。すなわち、地域医療連携の更なる推進、診療の質向上に資するプロジェクト、年報の発刊、外来化学療法室の設置、南二・南三病棟の個室設置、ジェネリック医薬品の増加、そして予算をクリアする収支、の七項目でした。そのほとんどすべてが職員の皆様の皆様の御陰で実現することができ、大変うれしく、有り難く思います。また、職員みんなで共有したいこととして「Teamwork, Professionalism, Pride, Patient-orientation」の四つを掲げ、頭文字をとってTPPPと駄洒落してみました。環太平洋パートナーシップのTPPの方はトランプ大統領の誕生で雲行きがややしくなってきましたが、TPPPは今後とも胸にとどめて頂きたいと思っています。

さて今年には本院創立三十五周年を迎えます。創立当時から本院の理念である「生きる力を支え合い、ぬくもりのある医療と看護を提供する」ことは、現在、国策として叫ばれている「地域包括ケアシステム」の概念をいち早く先取りしており、先人の先見の明に感心致します。「時々入院、殆ど在宅」を目指す地域包括ケアを推進するには、在宅医療の充実とともに、急変時の入院からその後の退院支援体制の整備が欠かせません。急性期から回復期、慢性期、さらに地域包括ケア病棟の四つの病棟機能を持つ本院は、周辺の地域医療を担っている先生方と協力して、在宅や療養病院からのroute, sub-routeの緊急入院、あるいは超急性期病院からのpost-routeの受け入れ、さらに回復期・リハビリ、療養まで担っていく責任があります。

地域医療構想の中で、本院が欠くべからざる重要な位置にあり続けるためにどのような対応をしていくか、知恵と努力が必要です。病院機能を充実、向上させ、安全、安心でやさしくきめの細かい医療と看護を提供すること、すなわち本院の理念である「生きる力を支え合い、ぬくもりのある医療と看護を提供する」ことが求められると思います。

新年に当たり初心を忘れず、本院の理念に今一度立ち返って、地域に密着した病院として住民の方々に信頼されるよう職員一丸となって頑張りたいと思いますので、関係各位の益々のご支援、ご協力をお願い申し上げます。



院長 島津元秀

インフルエンザ 流行中!!

感染対策委員会
師長 西出由紀子

インフルエンザウイルスは、一年中空気に存在しています。毎年12月から3月にかけて流行します。

インフルエンザウイルスが長時間生存して空気中に漂っているのは、気温10℃前後・湿度20%前後と言われ、気温が低く空気が乾燥するこの季節が感染のピークとなります。

インフルエンザの

感染は、感染者のくしゃみや咳による飛沫あるいは飛沫核の接触により、多くは気道粘膜で成立すると考えられています。温度・湿度が低くなると喉粘膜の防御機能が低下し、細菌やウイルスの侵入を防げなくなることがあります。

インフルエンザの症状は、感染を受けてから1〜3日間ほどの潜伏期間の後に、発熱（通常38℃以上の高熱）、頭痛、全身倦怠感、筋肉痛、関節痛などが突然現われ、咳、鼻汁などの上気道炎症症状がこれに続き、約1週間の経過で軽快するのが典型的な症状で、いわゆる「かぜ」に比べて全身症状が強くなります。とくに、高齢者や、年齢を問わず呼吸器、循環器、腎臓に慢性疾患を持つ患者、糖尿病などの代謝疾患、免疫機能が低下している患者では、原疾患の増悪とともに、呼吸器に二次的な細菌感染症を起しやすくな

ることが知られており、入院や死亡の危険が増加します。小児では中耳炎の合併、熱性痙攣や気管支喘息を誘発することもあります。

当院ではインフルエンザなどの感染拡大を防ぐため、熱、咳のある患者様は一般外来とは別の待ち合い場所をご案内しております。感染が疑われる場合優先的に診療し、一般の患者様にご理解ご協力をいただいております。

・37.5度以上の

急な発熱がある
・悪寒や全身倦怠感が強い
・周囲にインフルエンザの人がいる
などインフルエンザの可能性がある方は総合案内までお申し出ください。近年の傾向として、高熱はなくとも通常とは異なる悪寒や倦怠感がある人にインフルエンザ陽性が出ています。「微熱だけどゾクゾク寒気が止まない」「熱はないがいつもと違うのだるさ」など普段と違う症状のある方もご相談ください。

なお、鼻や喉の温度と湿度を保つ防御の目的と咳エチケットのため、院内ではインフルエンザが流行する期間はマスクの着用をお願いしております。手洗い、この冬を乗り切りましょう。



手の消毒をしましょう



隙間がないよう
鼻まで覆う

感染防止のため正しいマスクの装着



「お熱のある方はこちらへ」総合案内と発熱者待合い場所

「西川先生の第一回健康講座を受講して」

西川先生の「おもしろく、楽しい眼の話」を受講しました。目が他の臓器と違うところはどこでしょうと聞かれて、私は単純にものが見えることだと思いましたが、答えは、目は光を通す透明な臓器で、目には血管が無いことでした。血管が無いことは、手術がやりやすい。拒絶反応が無いので角膜移植が出来る。目は透明だから光を通すのでレーザーが出来る。目を通して動脈硬化を知ることが出来るという利点がありま

たのですが、このことかと納得できました。角膜移植のことはテレビドラマ等で取り上げられていますが、この血管が無いことで拒絶反応が無いと言うのはなるほどと思います。対象者が見つければすぐ移植出来るのは大きな利点だと思います。昔のドラマの「星の金貨」を例に出して説明してくださったので身近に感じることが出来ました。視野が欠ける病気として緑内障があり、角膜や水晶体に血管が無いことに関係しています。目には血管が無いので、房水という液体が栄養を運んでいます。この房水によって眼圧（目の硬さ）は一定に保たれていますが、この眼圧が上がることで緑内障です。緑内障

は、両目で見ていることと目を動かすことで気付かないことが多いようなので、健診を受けることの大切さがあらためてわかりました。目で一番大切なことは「見えるか、見えないか」で、家族に目の病気にかかった人がいるとその病気にかかる確率が高くなるそうです。物を見ることは、単に見ること（視力）とイメージしていましたが視野とセットになっていました。先生に言われて目の前に軽く握った手を当ててみました。すると目の前は見えるのに回りが見えなくなり、この状態です。この状態では歩けません。視力があれば歩くことが出来ないのです。

網膜には、Ⅰ視細胞（光のエネルギーを伝達し1番所）Ⅱ双極細胞Ⅲ視神経細胞があり、ⅠⅡⅢと伝言ゲームのように光を伝えていくそうです。しかし、伝言ゲームなので、伝言がうまく伝わらず情報がずれてしまうことがあります。その時は現場監督みたいな役割を果たすアマクリン細胞があつてうまく修正しているそうです。良くできたシステムだと思いました。ⅡとⅢの間には、アマクリン細胞があります。ここは血流不足に敏感で糖尿病の人は始めに傷んでしまうそうです。目のためにも生活習慣病にならないように気を付けなくてはと思いました。

その後の質問で、「目が出血したとき、大丈夫な出血と心配な出血はありますか？」というのがありました。私も疲れた時、出血することがあるのになんていっていいかわかりません。「べたつとした出血は結膜下出血と言つて心配ありません。心配なのは、ぶどう膜炎で赤みが黒目のように出ます。下瞼は白いです。見えにくくなります。」と先生からありました。私の出血はいつもべたつとした赤いものだったので、ほっとしました。

「パソコンを良く使うのですが注意点がありますか？」と言う質問もあり、「パソコンを見てると、瞬きが少なくなりますが意識的に瞬きしましょう。またパソコンを下になるようにしてみます。そのようになります。そのようにしてみてください。」

内障のことが気になります。もし、次回のお話があるなら、白内障のお話や実際にやっている手術方法などを動画で見られたらいいなと思います。よろしくお願いします。

講演の模様 皆様熱心に聴講されていました



医療コラム 第2回 認知症の方への対応について

多摩丘陵病院 副院長 野瀬純

認知症にも、いろいろなタイプがある。それぞれ病名がつけられていますが、共通する症状に対して家族や周囲の人の対応について考えてみましょう。

軽症の認知症の場合は、自分自身、忘れることが多くなったり、それを感じてお人知られや指摘されることにブライドが許さず、否定したり隠そうとしたりします。辻褄合わせに、誰かに盗まれたとか馬鹿にしているのかと怒ることが見られます。人が変わったように家族はびっくりします。そのようないことが続くと認知症を疑います。主治医に相談してみても、軽症の段階だと普通の診察などに対応ではわからないことが多いです。家族が異変に気づいたことを、診察の時に主治医に状況を伝えてみましょう。匂いなどがわからなくなることや初期から見られます。数分前のことを覚えていない記憶障害、時間や場所が分からなくなる、簡単な計算ができなくなるといった症状は初期から見られます。さらに本人はそのような自分の状況に不安を感じて、行動心

理症状（BPSD）が現れてきます。妄想、抑うつ、興奮、怒りやすい、自分の行動を抑えきれないなどが見られます。本人も家族も困ってしまふ一番の原因です。妄想や幻覚に対しては否定したり論ずるようなことはせず、軽くそらして話題を別のところへ持っていくか、「あとで見てみましょう」とか時間をよくとって、ハイマール型認知症では幻覚は少ないですが、レビー小体型認知症では幻視がはつきり見えます。否定したり訂正したりしないでまず受け止めてから話題を変えたり他のことで時間を持たせたりすると良いでしょう。

突然に力こぶとなつて興奮したら、冷静になるための時間を取りましょう。本人は大事なことを忘れては困ると思うと不安が強くなり何度も確認を繰り返したりします。不安になります。そうなのは本人には伝えなくて周りの人が管理してあげればよいのです。好きだったことに興味なくなってきたらそのまま放置するのではなく、たびたび話題に取り上げてゆくのが良いです。このように、異常行動と見えることは、元をたどれば、記憶と判断の能力が低下してきたことへの不安がきっかけになっているかもしれません。周囲がその気持ちと状況を理解して応援していることを何度も伝えて、寄り添ってゆくことが基本です。しかし症状が進行してくると家族が対応することも限界がありますので、BPSDをコントロールするためには薬も必要になります。



広報委員会よりお願い
医療コラムの内容では是非先生に解説して欲しい内容があれば広報委員会までお知らせ下さい。

第1回多摩丘陵病院健康講座

おもしろく、楽しい眼の話

を11月22日（火）に開催いたしました

当院では地域企業や住民の皆様を対象とした健康講座を開催しております。医療の様々な分野と健康の知識について、当院の医師が分かりやすく解説いたしますので是非ご参加ください。

今回は眼科の西川医師による「おもしろく、楽しい眼の話」でした。ホワイトボードに板書しながら講義風の講演が進められ、最後に質問を受け付けますと5名の方々と質問がなされました。

受講された50代女性の方が感想を寄稿くださいましたので掲載させていただきます。ご寄稿ありがとうございました。

れ盛会でした。