



St.Mary's

セント・マリーズ

第5号

2011年4月

ご自由に
お持ちください

緩和ケアチームスタッフ



目 次

INDEX

2	インタビュー ひと 糖尿病内分泌内科、副院長 布井清秀
3	診療科訪問 緩和ケアチーム
4·7	活動日記

5	病気と向き合う
6	健康エクササイズ 大幹ストレッチ
	健康献立 ヨーグルトゼリー

8	トピックス
9·10	外来診療体制

今回のひと

副院長（生活習慣病関連の診療部門を統括）

布井 清秀

専門は糖尿病。1991年、九州大から当院へ。糖尿病内科を開設し、チーム医療による治療を進めた。糖尿病人形「つばさ君」を用いた教育入院システムは、全国の糖尿病教育のモデルになっている。

糖尿病とその合併症の増加が 世界的脅威に!! 糖尿病療養指導士を活用し自分にあった健康法身について。

—— 糖尿病に関する近年の状況は？

増加傾向にあります。40歳以上の10%以上が糖尿病で、予備軍を含めると半数にも及びます。世界的に増えており、糖尿病によって「世界で30秒に1本の足が切斷されている」という現状です。

—— きわめて深刻な話ですね？

一番問題なのは、慢性疾患の特徴ですが、症状に乏しいため、つい治療をせず放置してしまうことです。高血糖は負の遺産として身体に記憶され、腎症による透析導入など、その後の合併症の重症化を引き起こして行きます。糖尿病予備軍から動脈硬化が進むのも問題です。

—— どのように対処すればいいですか？

現在、糖尿病も合併症も、早期診断・早期治療が可能になっています。糖尿病がなくても自分のヘモグロビンA1c(糖のたまりを見る検査)の値を知り、異常が疑われたら、動脈硬化などの精密検査を受け、生活習慣のリフォームと治療に取り組むことが必要ですね。

—— 治療の要点は？

糖尿病を真摯に受け止め、夢と目的をもって新しい自分にチャレンジする、自己管理することでしょう。そのためには自分の病態やどう対処すればいいかをよく理解し実行する必要があります。そこで患者さんの潜在能力を引き出すエンパワーメントアプローチによる教育が大切になります。

—— 教育の柱が「システムつばさ」という教育入院ですね？

糖尿病と診断され教育を受けたことがない人を主な対象に2週間コースで実施しています。特徴のひとつは「つばさ君」人形や1日4回体重表を用い、視覚的に分か



りやすく（見エル化）したことです。また心理行動理論に基づきココロの負担を和らげ、自分の元気の源を再発見できるコースとして、患者さんには好評ですよ。

—— スタッフ養成はいかがですか？

糖尿病治療には様々な部門が関わってきますので、チーム医療がとても大切ですね。医師だけでなく看護師、栄養士、薬剤師、臨床心理士、運動療法士などを集め学際的なチームづくりを進めてきました。97年には筑後佐賀地区に糖尿病療養指導士(CDE)の認定制度を立ち上げ、糖尿病療養指導の知識・技術・動機づけを、システムティックに習得できる体制をつくりました。

—— 制度発足から14年たちましたが成果と現状は？

これまでに821名が合格し院内などにチームを作るとともに、約600名が病院や職種の枠を超えた筑後と佐賀のCDEの会を作り、市民糖尿病の集いや講演会、ウォークラリー、街角相談などの社会活動を活発に展開しています。その結果、第1回の鈴木万平賞を受賞しました。日本CDE制度の起爆剤にもなりました。しかしまだ糖尿病は増え、心筋梗塞や足の壊疽、透析導入患者さんは増え続けています。

—— 悩ましい問題ですね？

そうした中で当院ではこの1月から、糖尿病地域医療支援センター事業を始めました。専任のコーディネーターとしてCDEを置き、かかりつけ医の先生との連携、役割分担、支援を進めます。地域全体で中断せざることなく高いレベルで治療継続しようというものです。非専門だが糖尿病治療に熱心なかかりつけ医のための講習会も始めました。これらの地域医療体制が整えば、糖尿病の増加を防げるようになるのではと期待しています。

introduction

緩和ケアチーム

患者さんの苦痛和らげ、生活をサポート
専門のスタッフが対応します



チームリーダー
今村 豊
(血液内科診療部長)

を抱えることになると思います。

私たちは、そうした患者さんの負担を少しでも軽くし、生活の質、を改善するための、医師・認定看護師・薬剤師・栄養士・理学療法士・臨床心理士・

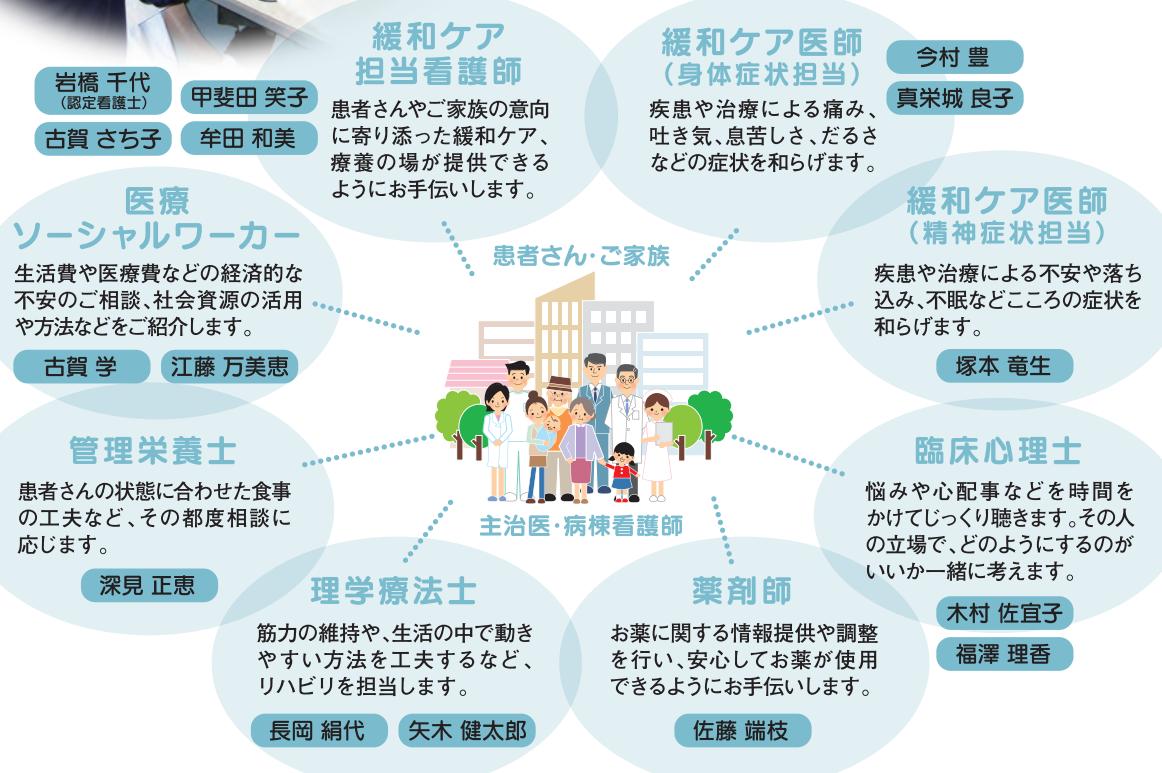
当院は「がん診療連携拠点病院」として、患者さんとその家族に焦点を当てた医療に積極的に取り組んでいます。その中で、緩和ケアチームはがん患者さんが抱える様々な苦痛や心配事を、少しでも和らげることを目的に活動しています。がんと診断を受けたときから、患者さんを受け持っている各診療科のスタッフと連携しながら、患者さんをサポートしていきます。

患者さんが感じる苦痛には様々な面があると思います。症状に伴う身体的な苦痛、不安感などの精神的苦痛、仕事や生活の問題点、また存在感の喪失といったスピリチュアルな面まで含めて、心身両面で大きな痛みとストレス



ソーシャルワーカーからなる専門家の集まりです。チームでは、患者さんのご希望などに応じて病棟に足を運び、じっくりお話を伺いながら、どのようなケアがその患者さんにとって最善なのかを共に考え、サポートします。「患者さんの気持ちに寄り添った医療」が私たちのモットーです。

今後、在宅での緩和ケアにも積極的に取り組む考えです。
緩和ケアチームに会ってみたいと思われたら、お気軽に病棟スタッフまで声をかけてください。





DIARY

活動日記

私たち聖マリア病院では、医療業務に全力を挙げるとともに国際協力活動、院内慰問、地域イベントへのスタッフ派遣など様々な活動に取り組んでいます。



臨床工学室
中田 正悟

ラオス研修ツアーで支援のあり方学ぶ 異なる文化、風習に驚き／支援は相手国の実情考えて

今回、7日間の日程でラオス国スタディーツアーに参加させて頂きました。研修の目的は、聖マリアグループのNPO法人・ISAPH(アイサップ)がラオスで行っている支援活動に学ぶことでした。参加メンバーは臨床工学技士の私を入れて看護師、理学療法士、保育士の4名です。各々の視点で開発途上国の文化・医療・保健の現状を感じることができたのではないかと思います。



ラオスは周囲を中国、ミャンマー、タイ、カンボジア、ベトナムの5カ国に囲まれた内陸国で、約60年前までフランスの植民地でした。教育制度は小学校までが義務教育で、その後中学、高校とあるのですが、高校を卒業するのは約60%です。経済的に豊かな人などは大学進学も可能ですが、現金収入の少ない地方の人には大変な負担で、現在でも都市部と地方では貧富の差が激しいのが現状でした。

ISAPHの活動する農村では、貧困や途上国という背景があるためか、住民の昔からの言い伝えによると「妊婦は塩と餅米しか食べてはいけない」などの食物タブーや、母親が農作業をするために、子供が泣かなくなるという理由から母乳ではなく腹持ちの良い餅米の研ぎ汁を飲ませるなどが現在も行われていました。母親が子供に母乳を飲ませるという当たり前と思っていたことが国や風習の違いでここまで違うものなのかと驚かされました。

一方、私は臨床工学技士という立場からラオスでのME(医療工学)機器の現状を中心に病院の見学をしました。国や県の病院では人工呼吸器など多数のME機器がありました。郡病院になるとME機器と呼べる物は皆無でした。現在、ME管理に関しては専門の技術スタッフの存在はなく、大半はルクセンブルクのボランティアの方々に委託しているとのことでした。今回の見学で最もショッキングな事実が判明しました。それは日本から支援された呼吸器が一度も使われることなく置き去りになっていたことです。その理由は、ラオスでは通常リユーザブル(繰り返し使用可)の回路が使用されているのですが、日本から支援された機種に関してはディスポーザブル回路が使用され、1回のみしか使用

できないということです。ICUのドクターは「日本からの支援はありがたいが、交換用の回路がないために次の使用ができない」と残念そうに言われていました。これらを経験し、単にME機器を支援するだけでなく、相手国の現状を知り、その後の消耗品の供給等も視野に入れた支援でないと意味がないと感じました。

今後、支援国に頼っているME機器管理を、専門の技術部門を設立し技術者の育成を行っていくという病院もあり、そのような活動への参加の機会があれば協力したいと考えています。



怖くない歯科治療をめざして 小児歯科における全身麻酔下歯科治療について

一般的な歯科治療

通常、歯科治療は歯科医院に通院して、悪いところを1箇所ずつ治していくのが一般的な方法です。治療は、治療台の上に仰向けになって口を開けた状態で受けるので、決して快適なものではありませんが、歯が治ると思えば我慢できるかな、という感覚でとらえている方が多いと思います。



小児歯科 診療部長
落合 聰

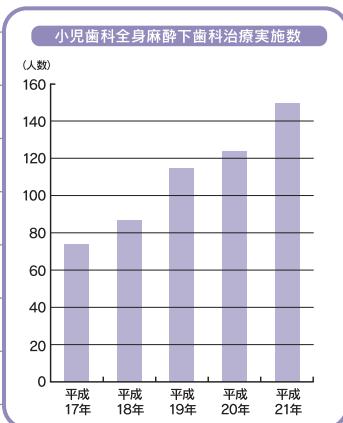
一般的な歯科治療が難しい場合

しかしながら、小さな子どもさんや障害のある方の場合には、歯科治療の必要性を十分に理解することができず、その結果、治療中に号泣、大暴れする、ということがしばしば起こります。このような際にはネット付の抑制具を用いて、暴れる身体を固定すれば治療ができます。これを抑制治療といいます。

全身麻酔下歯科治療とは

ところが、むし歯が重症で抑制治療が何度も続いたり、抑制されていること自体に大きな嫌悪感が生じてしまうと、治療に対する恐怖心がさらに強くなってしまうことがあります。また、心疾患や様々な内科的な病気をお持ちの子どもさんの場合には、抑制治療を繰り返し受けることが大きなストレスとなり、治療がなかなかすすまないことがあります。

このような、外来に通院して歯科治療を受けることが困難な子どもさんには、全身麻酔下歯科治療という方法があります。



全身麻酔下歯科治療は、外科手術で用いるものと同じ全身麻酔をかけて、眠っている間に歯科治療を行う方法です。眠っている間の治療なので、本人の治療に対する不安やストレスはきわめて少なく、治療の精度も非常に高いものが期待できます。

当院における全身麻酔下歯科治療の特徴

当院の全身麻酔下歯科治療の特徴は、すべてのむし歯治療を1回で、また日帰りで行っている点です。1日がかりで、日常生活を大きく変えることなく治療を受けることが可能です。治療に対する不安や



恐怖心あるいはストレスを抱えた方にとって非常に有用な方法で、当院では毎年100人以上の全身麻酔下歯科治療を行っています(表)。

ただし、歯の状態や子どもさんの症状によっては、治療の回数や入院日数について、様々な対応方法を組むことが必要な場合もありますので、まずはご相談下さい。

ちびボール
体操

第4回

体幹のストレッチ

このコーナーではちびボールを使って元気なカラダを手に入れるためのエクササイズを紹介しています。ちびボール体操は運動療法や介護予防などで幅広く使われていて、当院の患者様にも大変好評です。今回は、体幹のストレッチです。



国際保健センター
ヘルスフィットネスインストラクター
大渕 勝敏
体操:三宅 華恵

①からだの前面のストレッチ

うつ伏せになり肘をついて、胸の下にボールを入れます。上体をゆっくり起こして胸部の伸びを感じながら動作を止めます。(写真①)呼吸が止まらないように気をつけながら20~30秒ストレッチしましょう。



②からだの背面のストレッチ

仰向けに寝て腰の下にボールを入れます。腕を頭上に伸ばしてリラックスできる姿勢を維持し、腰から背中にかけての心地よい伸びを感じながら、20~30秒保持します。(写真②)



③脇～腰のストレッチ

あぐらの姿勢で、床にボールを置きます。ボールを両手で軽く押さえ、斜め前方へゆっくり転がしていきます。この時、お尻が床から浮かないように気をつけて下さい。ある程度のところまで転がしたら、脇から腰にかけての筋肉の伸びを感じることができます。
痛くない範囲で、20~30秒ストレッチしましょう。反対側も同じ要領で行って下さい。(写真③)



デスクワークや車の運転などで長時間同じ姿勢を保持していると、からだの幹(体幹:体の肩関節から股関節までの胴体部分)の筋肉に負担がかかり疲労の原因になります。上記のエクササイズは猫背など姿勢の悪さが気になる方に習慣にしていただきたいストレッチです。これらを継続することで普段から良い姿勢がキープできる身体になると同時に、体幹の大きな筋肉がいつもしなやかに動いてカロリーを消費し、太りにくい(痩せやすい)体質になっていきますよ。ぜひお試しください。

※腰に過度な負担をかける場合があります。腰痛がある方は、安全のために痛みを感じない範囲で行うか、主治医または理学療法士に相談して行いましょう。

健康献立

ヨーグルトゼリー

●栄養指導管理室●

春は花粉症の方にはつらい季節ですが、食生活によって花粉症を抑えることができます。そのひとつが、乳酸菌が豊富なヨーグルトを毎日食べることです。腸内の有害物質が排泄され、腸内ビフィズス菌が増殖されて免疫力がアップします。腸内細菌のバランスを整える力が花粉症の原因であるIgE抗体を抑えるなど、花粉症対策に効果があります。(当院の小児科と産科のおやつに提供しています)



材 料 (1人前)

ヨーグルト	40g
牛乳	30cc
砂糖	12g
ゼラチン	1.8g
水	6.2cc
バニラエッセンス	少々

作り方

- ①ゼラチンを水でふやかしておく。
- ②ふやけたゼラチンを湯煎にかけ溶かす。
- ③溶けたゼラチンに砂糖と牛乳全体の1/2量くらいを少しづつ加え、ゼラチンをのぼし、火からおろす。
- ④火からおろしたら残りの牛乳、ヨーグルト、エッセンスを加え、型に流す。



産科助産師長
斎藤 由香

「赤ちゃんには母乳を」 母乳哺育学会の奨励賞を受賞して

このたび、山口県光市で開かれた第25回日本母乳哺育学会で、母子同室や母乳哺育をテーマに発表しました。

私は当院の総合周産期母子医療センターで働く中で、母乳管理の現状(ハイリスク妊婦の受け入れに伴い、増加傾向にある低出生体重児や早産児の母子同室や母乳哺育支援)に困難を感じていました。今回の母乳哺育学会では、こうした現状と今後の課題について発表し、50演題の発表の中から、奨励賞をいただくことができました。

発表内容の一部を紹介させていただきます。

「近年、低出生体重児や在胎週数34週から36週児の母子同室が推奨されています。当院でも以前は、35週未満または出生体重2,300g以下の新生児はNICU入院となり、母子分離を余儀なくされていましたが、2007年より母子同室を積極的に支援する方針へ転換しました。その結果、早期接觸、早期授乳と、よりよいケアの提供が可能になりました。しかし、哺乳力不良、体重増加不良、黄疸など低出生児特有の問題も発生しました。また、それを目の当たりにして、育児不安が増え、涙を流す母親の姿に、私たちスタッフは、母子同室を推奨することで、逆に、母親を苦しめているのではないかと悩みました」

しかし、私たちの研究の結果、低出生体重児や早産児の母子同室管理が十分可能であること、また、退院後のアンケート調査で、すべての母親が「つらかったけど、母子同室でよかった」と回答したことから、母子同室管理を行うことへの迷いは払拭されました。

低出生体重児や早産児の母子同室管理を行うには、ハイリスク児に対するスタッフの管理能力の向上が求められます。同時に、母乳哺育指導、母親のエモーショナルサポートに費やす時間が成熟児以上に必要であることも当然だと考えています。しかし、マンパワーの問題を含め、産科救急を行う傍らでの母乳哺育支援がどんなに困難か痛感されるのも事実です。

今後は、研究の結果を生かし、低出生体重児や早産児の母子同室に積極的に取り組み、ユニセフ、WHOから「Baby Friendly Hospital」(赤ちゃんにもお母さんにもやさしい病院)の認定を受けた施設として、これからも母乳哺育支援に取り組んでいきます。



TOPICS
1**東日本大震災の被災地に医療チームを派遣****岩手県陸前高田市に臨時診療所を開いています**

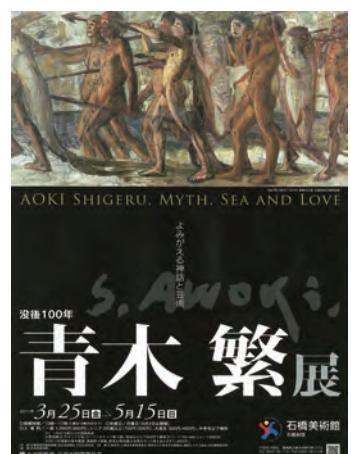
東日本大震災の被災者の方々には心よりお見舞いを申し上げます。当院では3月24日、岩手県よりの支援要請を受け、被災地のひとつ岩手県陸前高田市に臨時診療所を開設しました。当院の医療チームを順次派遣し、被災地での医療支援に当たっています。医療チームは医師2名、看護師・薬剤師・保健師など8名の計10名で編成し、1週間ずつ交代での派遣を続けています。同時に当院では、検査機器や酸素ボンベなど救援物資を積んだ救援車両を現地に送り出しました。臨時診療所の設置場所は、甚大な津波被害に見舞われました陸前高田市の竹駒地区です。市内では医療施設も大きな打撃を受けました。当院医療チームでは、県立病院などと連携しながら、被災者や地域住民の方々への医療活動に取り組んでいます。

TOPICS
2**ペットボトルキャップ、リサイクル活動の輪広がる****小学校や民間団体など協力次々
収益金はラオスの母子保健事業に**

当院小児科の坂西信平医師が中心になって取り組んでいるペットボトルキャップのリサイクル活動「iサイクル」が輪を広げています。これまでに、趣旨に賛同していただいた地域の小・中・高校や県内の事業所、市民団体などから、キャップの提供や協力の申し出がありました。院内での回収分を合わせ、3月までに29万個を超えるキャップが集まっています。回収したキャップはリサイクル会社に売却してプランターに再生され、売却金(400個で20円)は全額、聖マリア病院グループの国際支援団体ISAPH(アイサップ)を通して、乳幼児の死亡率が高いラオスの母子保健事業に活用されます。ラオスでは貧困と食生活の偏りなどから、多くの乳幼児がビタミンB1欠乏症(乳児脚気)で亡くなっています。ISAPHでは妊産婦へのビタミンB1サプリメントの配布活動を行っており、「iサイクル」活動によって、キャップ1500個(75円)で乳児1人のビタミンB1欠乏症を予防できます。坂西医師は「ラオスでは十分な医療を受けられない人たちも多く、医療費補助にも取り組んでいきたい」と話しています。当院母子医療センター(2診)前にペットボトルキャップの回収ボックスを設置しています。

TOPICS
3**没後100年、青木繁の大回顧展開かれています****初公開のスケッチ類も**

郷土出身の洋画家青木繁の作品展(よみがえる神話と芸術)が久留米市野中町の石橋美術館で開かれています。ことしは青木繁が死去してちょうど100年。28歳の若さで世を去った青木繁の画業を、約300点におよぶ作品と資料で振り返っています(写真は作品展のチラシ)。単独展としては39年ぶりの大回顧展とのことです。国の重要文化財「わだつみのいろこの宮」「海の幸」、絶筆となった「朝日」などのほか、これまで未公開だったスケッチ類や、友人にあてた手紙なども多数展示しています。5月15日まで開催中です。



聖マリア病院 外来診療体制

(2011年3月1日現在)

● 第1診療部 3階 Aブロック | 内線:2001,2002

	月	火	水	木	金	土
消化器内科	午前	●	●	●		●
外科	午前	●	●	●	●	●
呼吸器内科	午前	●		●		●
呼吸器外科	午前			●		
リウマチ 膠原病内科	午前	※新患は紹介状持参				
		●			●	

●印が受け付け曜日と時間帯

☎マークが付いているところは予約制となっております

● 第1診療部 3階 Bブロック | 内線:2003

	月	火	水	木	金	土
整形外科	午前	●	●	●	●	●
小児整形外科	午後					☎ ●
脳神経外科	午前	●		●	●	
脳血管内科	午前	●	●	●	●	●
	午後	●	●	●	●	●

● 第1診療部 3階 Cブロック | 内線:2004

	月	火	水	木	金	土
形成外科	午前	●	●	●	●	●
	午後		(口唇口蓋裂)			
皮膚科	午前	●	●	●	●	●
泌尿器科	午前	●	●	●	●	●
腎臓内科	午前		●	●	●	● (再来のみ)

● 第1診療部 3階 Dブロック | 内線:2005

	月	火	水	木	金	土
産婦人科	午前	●	●	●	●	●
	午後				☎ (腫瘍専門外来)	
放射線治療科	午前	●		●	●	
血液内科 内線:2006	午前	(新患は予約制、緊急時はこの限りではありません)	●		●	
緩和ケア内科	午前	(新患は紹介状持参を)	●	●		●
	午後	●	●	●		●

● 第1診療部 3階 Eブロック | 内線:2007

	月	火	水	木	金	土
精神神経科 ・心身症 クリニック	午前	●	●	●	●	●

● 第1診療部 3階 Fブロック | 内線:2008

	月	火	水	木	金	土
歯科・ 口腔外科	午前	●	●	●	●	●
	午後	●	●	●	●	●

聖マリア病院 外来診療体制

(2011年3月1日現在)

● 第1診療部 3階 Gブロック | 内線:2009

	月	火	水	木	金	土
耳鼻 いんこう科	午前	●	●	●	●	●
眼科	午前	●	●	●	●	●

● 第1診療部 2階 Sブロック | 内線:2125,2126

	月	火	水	木	金	土
循環器 内科	午前	●	●	●	●	●
小児 循環器 内科	午前	(外来開始時間 10:30~)				
	午後	●			●	● (胎児エコー)
心臓 血管 外科	午前	(下肢静脈瘤:火曜午前・木曜)		● (再来のみ)	●	
	午後			●		
糖尿病 内分泌 内科	午前	●	●	●	●	●

● 第2診療部 1階

	月	火	水	木	金	土
小児科 内線:2021	午前	● ※小児科は15歳まで	●	●	●	●
	午後 退院 再来	●	●	●	●	●
新生児 科 内線:2031	午前	●	●	●	●	●
	午後	●	●	●	●	●
小児外科 内線:2026	午前	●	●	●	●	●
	午後	●	●	●	●	●
小児 歯科 内線:2053	午前	●	●	●	●	●
	午後 △	●	●		●	●
矯正 歯科 内線:2053	午前 △	●	●	●	●	●
	午後 △	●	●	●	●	●

● 診療受付時間

午前8時30分～11時30分、午後診療は予約制になっております。(夜間救急の受け付けは1診にて行います)

● 夜間・日曜祝日の当直体制

内科・外科・整形外科・産婦人科・形成外科・小児科・新生児科・脳神経センター・腎センター・循環器センター・画像診断部の各医師。なお、眼科・精神神経科についてはオンコール制(呼び出し)。

● 耳鼻いんこう科・皮膚科・歯科について

夜間・日曜祝日の診療は行っておりません。

※諸々の事情により、上記の予定に変更が生じる場合もございますが、どうぞ了承ください。

◆ 看護職員を募集しています ◆

募集職種:看護師・保健師・助産師(既卒者可)／お問い合わせは人事部まで TEL(代)0942(35)3322 ※詳しくはホームページを参照ください。

社会医療法人 雪の聖母会

聖マリア病院

(財)日本医療機能評価機構認定病院

福岡県久留米市津福本町422

TEL 0942(35)3322(代) FAX 0942(34)3115(代)

<http://www.st-mary-med.or.jp>

広報誌についてのお問い合わせは経営企画室広報担当まで