

聖せい隷れいよよここははまま

www.seirei.or.jp/yokohama/



巻頭言 広報誌「聖隷よこはま」をリニューアルしました

1

診療科紹介 腎臓と高血圧／そけいヘルニア

2

看護部だより セルフケアを目指して／看護のスペシャリスト

4

ご存知ですか？ 花粉症とお薬／高次脳機能障害

6

No.92
2011.4.1



私たちは、隣人愛の精神のもと、
安全で良質な医療を提供し、地域に貢献し続けます

巻頭言

広報誌「聖隷よこはま」をリニューアルしました

広報委員長 内田英二（循環器内科部長）



聖隷横浜病院は2003年3月に開院し、その7ヶ月後の9月に当院の広報誌「聖隷よこはま」の第1号が発行されました。私が当院で働く1年前の話であり、その第1号を読んでみますと今まで知らなかった当時のことを窺い知ることが出来ます。第1号の巻頭言は、この3月末にご引退された井澤名誉院長（当時は院長）が執筆されています。第1号の紙面では「聖隷」という名の由来、旧国立病院時代の建物の増改築の報告や新診療科の紹介、当時としては非常に強力な1.5テスラのMRIの導入について掲載されています。第1号からの引用になりますが、聖隷の名前の由来を紹介させていただきます。「聖隷」とは「聖なる神の奴隷」を意味するのですが、これはイエス・キリストが最後の晩餐のときに、当時では奴隷がおこなっていた人の足を洗う仕事を、キリスト自らその弟子たちにおこなうことにより最後の教えを示したことに由来しています。このことは聖隷福祉事業団のシンボルマークにも示されています。

発行以来、当院の診療科紹介やスタッフ紹介、疾患紹介、イベント、新しく導入した医療機器や診療に関係した様々な情報を毎月お届けしてきました。当然のことですが、本誌の内容の歴史は病院の歴史そのものといつてよいでしょう。発行当初から当院の事務部門の総合企画室で広報誌の編集・作成を行っていたのですが、病院からお伝えする情報が増加し、かつ多岐にわたるようになり、広報活動のさらなる充実が必要とされ2008年度に広報委員会が設立されました。広報委員会を構成するメンバーは、常勤医師2名を含む全部署からのメンバーで構成され、様々な視点から、よりよい情報提供のあり方を検討しています。広報委員会では本誌をはじめ当院のホームページや年次報告書の編集を行っています。さて新年度が始まり、今号から紙面を大幅に刷新しました。発行を各季節（3ヶ月）ごととし、内容も充実させる予定です。外来医師担当表や、月ごとのお知らせは別紙を毎月発行いたします。今後も聖隷横浜病院は、さまざまな改善や新しいことへの挑戦を続けていきますが、本誌を通して当院の取り組みを皆様にお伝えしていこうと思っています。これからも引き続き御愛読をお願い申し上げます。

腎臓・高血圧内科

診療科紹介

腎臓・高血圧内科部長
平出 聡

腎臓と高血圧は密接な関係があります。それは腎臓病の患者さんのほとんどが何らかの形で血圧異常（特に高血圧）を訴えることからわかります。われわれは腎臓病の個々の病気の診療に加え、腎臓病、血圧異常を通して見える身体全体の病態を診療するように努めています。

かつて腎臓病と言えば「慢性腎炎症候群」であり、如何に腎不全進行を食い止めるかが、最も重要な課題でありました。しかしながら、現代においては慢性腎炎症候群にかわって「生活習慣病（糖尿病、高血圧など）」や「透析の患者さん」が半分を占めるようになってきています。

それらは大小様々な血管の動脈硬化を進行させるため、腎臓病は目に見えない循環の病気の代表選手と考えられるようになってきています。そのため腎臓病＝全身の細い血管の病気とも捉えられるようになってきています。従って腎臓、血圧を通して身体の異常を診療するとは、大小様々な血管の病

態（循環の異常）を考えながら診療を行っていくことなのです。

当科に受診していただく患者さんは、何らかの形で腎臓もしくは血管の異常が疑われる患者さんと言うことになりましたが、多くの場合症状がありません。健康診断もしくはかかりつけ医に紹介をいただいで、そこから検査によって診断されることとなります。

では腎臓病で症状がある場合はどんな時でしょうか？

腎臓病は、循環の病態と密接に関係しておりますので循環器内科で診療いただく心疾患と症状はよく似ています。むくみ、いきぐるしさ、だるさ、高血圧…などの症状です。当院では腎臓病に対し、循環器内科と密接に連携し最良と思われる診療を提案させていただいています。かかりつけ医のすすめで紹介状をいただいてもなかなか足が向かない患者さんも多いかと思いますが、特に症状がある場合にはお早めに受診していただければと思います。

最後に、診療内容を紹介します。

当院では腎臓病については病初期、慢性期、末期（維持透析診療）の一通りの診療を行っています。

病初期は、原因が最も診断しやすい時期です。原因診断、治療に力を注いでいきます。

慢性期診療は、病初期から続く食事療法と降圧治療の2本柱とともに動脈硬化進行抑制を目的とした診療を行っています。この時期は最も期間が長い（数年から数十年）時期です。かかりつけ医と連携（2人主治医制）をとっていきます。（2人主治医制とは、長くおつきあひする病気の場合（糖尿病など）において実績を上げている診療体制です。）

末期診療は、透析診療を主体としています。血液透析導入、腹膜透析導入、移植についての相談などを行っています。

高血圧については、その原因となる病気の検索を主体にすすめていきます。高血圧である10人に1人は生活習慣病以外が原因とも言われています。10人全員がわざわざ病院を訪ねる必要はありませんが、例えば、かかりつけ医の判断がある場合には紹介状を持って病院を受診しましょう。

そけいヘルニア(脱腸) 脱腸

外科主任医長

永井 啓之

『そけい(鼠径)』とは太もももしくは足のつけねの部分のことをい、「ヘルニア」とは体の組織が正しい位置からみ出した状態をいいます。『そけいヘルニア(鼠径ヘルニア)』とは、本来なら

お腹の中にあるはずの腸や腸の一部が、鼠径部の筋膜の間から皮膚の下に出てくる病気です。一般の方には『脱腸』と呼ばれることが多く、子供の病気と思われがちですが(そのほとんどは先天的なもの)、むしろ成人に多く、特に40代以上の男性に起こる傾向があります。

なりやすい人の特徴は、腹圧のかかる仕事や立ち仕事に従事する人、便秘がちの人、肥満の人、前立腺肥大の人、咳をよくする人などです。

症状として、初期のころは立った時やお腹に力を入れた時に鼠径部の皮膚の下に柔らかい膨らみができるのみで痛みは伴いません。膨らみは指で押さえたり、横になると引っ込みますが治ったわけではありません。次第に何か出てくる感じが強くなり、不快感や軽い痛みを伴い膨らみが引っ込んだ後も直ぐ出てくるよう

になります。膨らみが押さえても引っ込まずに、赤く腫れ上がり硬く強い痛みを伴う場合は要注意です。この状態をヘルニアのカントン(嵌頓)といい、早期に『脱腸』状態を解除しなければ、腸が腐る可能性があり、専門医師によるカントン(嵌頓)の整復もしくは緊急の手術を要します。

ヘルニアの原因は、加齢による筋力の衰えや筋肉の衰えによることされています。お腹に力を入れた時などにその隙間からまず腹膜が脱出し次第に伸びて袋を形成します。この袋を『ヘルニアのう』といい、一度できた袋はなくすることはありません。お腹に力を入れると袋の中に腸などのお腹の中の臓器が出てくるようになります。

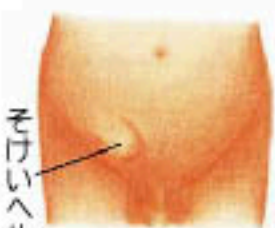
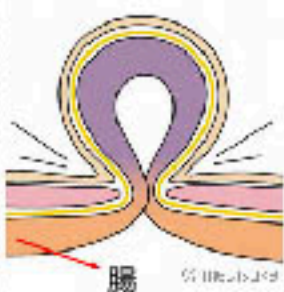
成人のそけいヘルニアは自然に治ることとはなく、治療には手術以外に方法はありません。修復するには袋を取り除き『ヘルニアのう』の切除、再発しないよう何らかの形で隙間を埋める(蓋をする)ことが必要です。これまでの手術は弱くなった隙間を糸で引き寄せて縫い合わせる方法が主流でしたが、ここ最近では隙間を埋める人工補強材(メッシュ)が多数開発され従来とはまったく違った手術が行われるようになりました。そのため手術時間も短く、術後の痛みも少ない

ため短期入院で済むようになり、積極的に治療した方が良い病気と考えます。

当院では専門医師による診察・診断後、外来にて術前検査を実施。手術当日朝に入院していただき、午後に手術を施行しています。そけい部に4~5cmの切開を加え上記の手術を行います。手術時間は1時間程度で翌日もしくは翌々日に退院可能です。また両側ヘルニアや再発ヘルニアでは腹腔鏡下による手術を施行するケースもあります(片側でも可能です)。

そけいヘルニアは『恥ずかしい病気』のイメージがまだまだにあり受診を渋っている患者さんもかなり多いと推定されますが、悪くなれば緊急を要し腸切除を伴う手術に発展する可能性もあり診断も含め早めの受診をお勧めいたします。

カントンになった
そけいヘルニア



そけいヘルニアの
位置

セルフケアを目指して!!



東3病棟 スタッフ

東3病棟 浅田典子

東3病棟は、消化器外科・脳神経外科・呼吸器外科・麻酔科の4科からなる混合病棟で、急性期を中心とした外科系の患者さんから慢性期の患者さんまで幅広く受け入れている病棟です。外科病棟というだけあって、手術前後の患者さんは当然のことながら重症患者さんの看護、化学療法・緩和ケアへも取り組んでいます。

当病棟スタッフは、患者さん自身の力が低下しないようにしたいという思いを強く持っており、「手術後はどんどん歩く」「できる限りトイレで排泄をする」など病状に応じたセルフケア支援を積極的に実践しています。外科の看護師は徹しいと思われがちですが、入院生活の結果、今まで出来ていたことが出来なくなってしまうということがないように関わりたいと考えているからです。

また、日々進化している緩和ケアや

化学療法に関しての需要が多い病棟であるため、治療への知識を持ち、安全に治療が行えるよう日々学習していきます。そして、患者さんが自らの思いや考えをしっかりと持ち治療に臨めるようサポートしていきたいと考えています。また、患者さんやご家族にとって何が一番いい方法なのかを治療・看護を含め、医師や看護師・他職種と連携し支えていけるよう更に努力していきたいと思っています。

スタッフは体育会系が多いようで、常に明るく・元気よいフットワークで若さあふれる病棟です。お互いの良いところを吸収し合い、そのパワーをもとに患者さん・ご家族が安心して入院生活が送れる環境をつくり、看護を提供していきたいと思っています。



看護のスペシャリストを知っていますか？

現在、医療は高度化・専門分化が進んでいます。より幅広く、質の高い看護を提供するために、1996年に看護師の資格制度が始まりました。今日は看護師のスペシャリストについてご紹介しましょう。看護の資格には認定看護師と専門看護師があります。

認定看護師

認定看護師は6ヶ月の教育を受けて、「皮膚・排泄ケア」や「緩和ケア」など19の専門分野における熟練した技術と知識を用いて、患者さんへの質の高いケアをはじめ、看護師への指導や相談にも対応しています。現在、全国で7334名の認定看護師がいます。(2011年3月現在)

専門看護師

専門看護師は大学院で2年間の教育を受けて、「がん看護」「精神看護」など比較的広い分野の知識や技術を深めた看護師です。複雑な問題を持つ患者さんやご家族に対してのケアや看護師からの相談、市民や医療者へのがん教育、研究など幅広い活動を行っています。現在、全国で612名の専門看護師がいます。(2011年3月現在)

聖隷横浜病院では3名の認定・専門看護師が働いております。

皮膚排泄ケア認定看護師



斉藤 華

皮膚排泄ケア認定看護師はスキンケアや創(キズ)のケアなど皮膚に関連するケアと排泄に関連するケアを専門としています。スキンケアは皮膚を健康に保つことです。創(キズ)のケアは褥瘡(床ずれ)のケア方法や予防方法、また足や胼(かさ)など様々な創をもって生活する方への支援です。排泄のケアは失禁対策や失禁による皮膚障害の対応、排泄に関連するカテーテル(管)の取り扱いやストーマのケアなどです。

このようなことで、ご相談がある方は、ぜひ看護相談室にお声をかけてください。お待ちしております。

緩和ケア認定看護師



長谷川 綾

最近、緩和ケアという言葉がよく耳にするようになってきました。昔は、もう手の施しようのない人が受けるものだと考えられ、この言葉を聞くと多くの人がショックを受けている場面を見ることがありました。しかし、がんであると診断を受けたときから抱える多くの悩みを共に考えたり、治療の手助けをしていくことが緩和ケアです。患者さんが、最期の時まで穏やかに生きていくために専門的な知識を持ってサポートしていきたいと考えています。

がん看護専門看護師



根岸 恵

医療の進歩によりがんは長く生きられる病気になりました。そのため、患者さんが病気を抱えながらその人らしく過ごすことは、人生の質を決める上で重要なポイントです。がん看護専門看護師は治療期のケアだけでなく、身体や心のつらさへのケア、治療の選択サポートなど、がんの種類や段階に関わらず、看護師と共にケアを提供したいと考えています。

患者さんやご家族からのご相談にも対応していますので、看護師にお問合わせ下さい。

また現在、以下のスペシャリストを目指す看護師が養成校で猛勉強中です。

【集中ケア認定看護師】 生命の危機にある患者さんの状態を予測し、重症化を回避するためのケアを専門にします

【がん化学療法看護認定看護師】 抗がん剤の安全な投与や副作用のケアを専門にします

【がん性疼痛看護認定看護師】 がんによる身体や心のつらさなどのケアを専門にします

花粉症と薬

薬剤課
薬剤師 大槻和花

花粉症とは、体内に取り込まれた花粉成分の刺激によって体内にある「肥満細胞」の膜が破れ、ヒスタミンやロイコトリエンと呼ばれる化学伝達物質が飛び出してしまったために引き起こされるアレルギー反応です。飛び出した化学伝達物質が、神経や粘液の分泌腺、血管などにある「受容体」という機構にくっつくことでくしゃみ、鼻水、涙目などのあらゆる花粉症の症状が起こるのです。

内服薬

■抗ヒスタミン薬

かゆみ成分であるヒスタミンの働きを防ぐのが抗ヒスタミン薬です。くしゃみや鼻汁（かゆみ）が主症状である場合によく使用され、数日で効果が発現します。しかし、眠くなる、身体がだるくなるなどの副作用を引き起こす場合があります。

■抗ロイコトリエン薬、抗プロスタグランジンD2・トロンボキサンA2薬

かゆみ関連物質であるロイコトリエン、プロスタグランジンD2、トロンボキサンA2の作用を抑える薬です。鼻粘膜の血流を改善する効果があり、鼻閉が主症状の場合によく使用されますが、鼻汁、くしゃみの改善効果もありません。内服を始めてから1〜2週間で効果が発現します。

■化学伝達物質遊離抑制薬（肥満細胞安定薬）

「肥満細胞」の膜が破れるのを防ぎ、花粉症の症状を抑えます。作用はマイルドで、内服を始めてから2週間程度で効果が発現します。副作用は少なく、くしゃみや鼻汁が主症状の場合によく使用されます。

■ステロイド薬

主に、炎症反応を抑えることでアレルギー症状を改善します。花粉症症状が強い患者さんでは、経口ステロイド薬を4〜7日間に限って使用せざるを得ない場合もあります。全身性の副作用が現れる場合があるので長期間の使用は出来ません。

外用薬

点鼻薬や点眼薬は、基本的に内服薬と組み合わせで使用します。

■点鼻薬

鼻噴霧用ステロイド薬がよく使用されます。鼻閉によく使用されますが、くしゃみや鼻汁の改善効果もあります。1〜2日で効果が発現し、長期運用しても全身性の副作用が少なく安全性の高い薬です。

■点眼薬

花粉症の患者さんでは、眼の痒み、充血、流涙などの症状が現れることがあります。これらの症状には点眼用抗ヒスタミン薬や点眼用化学伝達物質遊離抑制薬が使用されます。症状が激しい時には点眼用ステロイド薬が使用されることがありますが、緑内障や感染などに注意をして慎重に使用する必要があります。

花粉症のセルフケア

花粉症対策は、花粉との接触をなるべく避けることが重要です。

外出時には、メガネやマスク、帽子を着用しましょう。市販のマスクの場合は、湿ったガーゼを挟み込んで使用するより効果的です。ウールの服は花粉が付着しやすいので避けましょう。

帰宅時は、上着を玄関前ではたいて花粉を落とし、手洗い・うがい・洗顔を行います。鼻をかむことも効果的です。家では、花粉の多い日には窓を開けず、洗濯物はよくはたきまじょう。掃除をこまめに行なうことも大切です。特に窓際は念入りに行なうように。

その他、花粉情報に注意し、粘膜を傷つけるタバコは避けるなど規則正しい生活を送り、ストレスをためないことも大切です。

こんなお話聞いたことございませんか？

「脳出血で入院し、リハビリをして歩けるようになって元気に自宅退院できたけれど、リハビリしたことや先生・看護師さんの



名前も全く覚えていない。病院に行く日を教えても何度も聞いてきて覚えられないみたい。」

高次脳機能障害 「記憶障害」

リハビリテーション室
理学療法士 若月圭吾

交通事故などでの脳外傷、脳卒中、脳炎などで脳が部分的に損傷を受けたため、言語・思考・記憶・行為・学習・注意などの機能に障害が起きた状態を「高次脳機能障害」といいます。

注意力や集中力の低下、比較的古い記憶は保たれているのに新しいことは覚えられない、さらには感情や行動の抑制がきかなくなるなどの精神・心理的症状が現れ、周囲の状況にあった適切な行動が選べなくなり、生活に支障をきたすようになります。また、外見上では分かりにくいいため周囲の理解が得られにくいと言われていきます。

今回は数ある高次脳機能障害の症状の一つである「記憶障害」についてお話します。

記憶障害とは病気（ケガ）の前のことは比較的覚えていますが、病発直前直後のことが思い出せず、さらには病発後の新しい記憶が保てない状態のことを言います。記憶障害の特徴には次のようなものがあります。

- ◆ 本人は記憶力が落ちている認識がない。
- ◆ 記憶力が落ちていることに困っていない。
- ◆ 同じ事を何度も聞く。

具体的な症状としては次のようなものがあります。

- 作業中に自分が何をしていたのか忘れてしまう。
- さっき言ったこと、言われたことを忘れてしまう。

- 人や物の名前が出てこない。
- 同じ間違いを何度もしてしまう。
- 課題を最後までやり遂げることができない。
- 物事が習慣化しない。

では、ご家族が記憶障害になった場合どのように対応したらよいのでしょうか。

忘れてしまうことを認識できないことから人間関係がこじれたり、家族全員がストレスを感じる場合がありますが、根気強く接することです。カレンダーやメモ帳を活用して目のつく所に貼っておきましょう。ただし、長い言葉は避けて短い言葉にしましょう。印象に残ることは覚えることもあるので、感情に働きかけたリ視覚的な工夫をするのも有効です。指示や情報はゆっくり声に出して読んで7秒以内になるような短文にしましょう。伝わっているか否かの確認を頻繁にしてください。暗記するより経験する方が記憶に残るので、なるべく五感に訴えかけて現実感が伝わるようにしましょう。さらには、大切な物はなるべく動かさずに同じ場所においておくといいでしょう。

反対に、トランプの神経衰弱などでの直接的な記憶訓練は自信を失くすので避けて下さい。メモ帳も多用しすぎはいけません。

高次脳機能障害は見た目ではわかりにくく、周囲の理解も得られにくい障害です。自分自身でも理解できないため、ご家族や友人の理解と協力が必要になります。家族全員で障害に向き合うためにはご家族でよく話し合いをする場を持つことが重要です。

