



# かけはし

Vol.121

2018年度

No.4

【ホームページアドレス】 <http://www.akunehp.com/>

当院は、地域医療の中核施設として人を大切にし、信頼される医療を目指します。



## ◆基本方針

1. 満足度の高い急性期高度医療の提供を目指します。
2. 十分な「説明と同意」による納得ある医療を心掛けます。
3. 「かかりつけ医」との密接な連携による医療を行います。
4. たゆまぬ学習と向上心による、より良い医療を目指します。
5. 公正で健全な運営を行います。

## CONTENTS

*文化講演会の報告……………	1～2	*医療機能情報提供について……………	5
*呼吸器外科の開設について……………	2	*外来診察表……………	6
*患者さんの権利と責務……………	2	*12月、1月の出水郡医師会	
*インフルエンザについて……………	3	日曜祭日当番医……………	7
*糖尿病と薬物療法について……………	4	*病院ボランティア募集……………	7
*リハビリの窓……………	5	*編集後記……………	7

# 平成30年度『文化講演会』が開催されました

去る平成30年11月10日、第12回『出水郡医師会文化講演会』が出水市文化会館で開催されました。出水郡医師会広域医療センターと出水郡医師会の主催のもと、出水市、阿久根市、長島町、出水地区在宅医療介護連携推進協議会の共催で開催されました。この講演会は、地域に根ざした信頼ある医療を目ざし、地域社会への文化活動と健康講座の一環として平成19年より行っています。今年も、327人という多数の方々にご来場いただき、誠にありがとうございました。



来仙隆洋出水郡医師会長の挨拶に引き続き、今年第一部に元鹿児島大学脳神経外科教授で4月より当院の脳神経外科部長および常勤顧問として勤務されている有田和徳先生に、『脳をまもる』という演題でお話を頂きました。まず、脳卒中は急性の脳血管障害であり脳梗塞と脳出血があるという分類のお話から、その原因や症状そして最新の治療、リハビリテーションの重要性まで教えて頂きました。さらに寝たきりの最大の原因は脳卒中であり、そうならないために日ごろ気を付けるべきことや再発予防に何があるか、また治る認知症があることなどについても教えて頂きました。「脳」という難しい臓器の話を、とても分かり易くユーモアを交えてお話し頂きました。また文化講演会終了後は、当院の菅田淳医師と共に、脳外科相談会も行われました。



第二部は、元格闘家の高田延彦さんの妻で現在はテレビの司会や子供向け体育教室『高田道場ダイヤモンドキッズカレッジ』で活躍されている向井亜紀様を演者としてお招きし、『講演を頂きました。向井様は自らが子宮頸がんに罹り、がんとの壮絶な戦いを乗り越えた経験をお持ちです。「16週くあなたといた幸せな時間」など、がんと関連した多くの本も執筆されています。今回は『がんと向き合うく自分の身体と時間を大切に』という演題で、お話を頂きました。





(文責：今村)

「会場のみなさんの寿命を10年延ばして帰りましょう」という話し出しで、ご自身の経験を通してとても貴重で心に残るお話を頂きました。まずは「がまんしないこと」ということで、どうかあつたらずぐにお医者さんにかかり、早期発見することが重要なことを伝えてもらいました。次に「寝る前に反省会をしない、楽しく眠る」ということで、自然治癒力や免疫力の大切さを教えて頂きました。最後に「胸のスクリーンに明るい未来を写す」ということで、精神的な力のミラクルパワーを教えてくださいました。鹿児島との縁故も深くとても親密感を持ってお話を伺うことができ、最後は心あたたまる思いがしました。

少しでもみなさまのお役に立ち、楽しんで頂けたなら幸いです。

## 『呼吸器外科専門外来』が

## 開設されました



平成30年11月より、呼吸器外科の専門外来が開設されました。高齢化とともに肺がんの患者さんも増加し、肺がんは日本人が罹る最も多いがんのひとつになって来ました。当院では従来から肺がんの診療も行つて来ましたが、さらに専門的に肺がんの診療を強化する必要があると考えていました。

そこでこの度、鹿児島大学呼吸器外科の准教授である上田和弘先生に来院いただき、『呼吸器外科専門外来』を開設することとなりました。毎月、第2木曜日と第4木曜日の診療になります。肺がんなどの肺の腫瘍性疾患について専門的に診察していただきます。受診については他の疾患と同じように、かかりつけの先生の紹介が必要です。肺がんの二次検診は、これまで通りまず放射線科外来の受診となります。肺炎などの内科的疾患は、これまでと同じくそれぞれの診療科で診療させていただきます。

肺の腫瘍性疾患について、鹿児島大学呼吸器外科と連携を取りながら、今後ますます積極的に取り組んで行きたいと考えています。

院長 今村 博

## 患者さんの権利と責務

### ～出水郡医師会広域医療センターは患者さんの権利を尊重します～

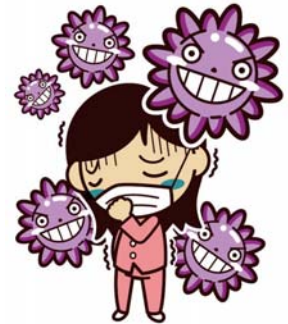
- 1.だれでもが良質で安全な医療を受ける権利があります。
- 2.人としての尊厳は、全ての医療において尊重されます。
- 3.医療上の全ての個人情報保護されます。
- 4.検査や治療、薬の内容等については、十分な情報提供と説明を受けて、理解と同意に基づいた医療を受ける権利があります。
- 5.診療録等の内容については、本院の規則に基づき、情報開示を受ける権利があります。
- 6.自らの健康に関する情報は、医療提供者に早く、正確に伝える責務があります。
- 7.病院の諸規則を守り、他の方の療養や職員の業務に支障を来さないように配慮する責務があります。
- 8.他の医師や第三者の意見を聞き、納得した医療を受ける権利(セカンドオピニオン)があります。



# インフルエンザについて

## インフルエンザの種類

インフルエンザの原因となるインフルエンザウイルスは、A型、B型、C型に大きく分類されます。このうちの大きな流行の原因となるのはA型とB型です。近年、国内で流行しているインフルエンザウイルスは、A(H1N1)亜型、A(H3N2)亜型（香港型）とB型の3種類です。



## インフルエンザの世界的大流行(パンデミック)の歴史

インフルエンザの流行は歴史的にも古く、確認されているのは1900年頃からです。毎年の流行に加えて数回の世界的大流行が知られています。

大正7(1918)年「スペインインフルエンザ(原因ウイルスA (H1N1) 亜型)死亡者数は全世界で2000万人とも4000万人とも言われ、日本でも約40万人の犠牲者が出たと推定されています。

昭和32 (1957) 年「アジアインフルエンザ (A (H2 N2) 亜型) 」

昭和43 (1968) 年「香港インフルエンザ (A (H3N2) 亜型) 」最近では

平成21 (2009) 年に「インフルエンザ (H1N1) 2009」が世界的な大流行を起こしています。



## インフルエンザと普通の風邪の違い

○風邪は様々なウイルスによって起こりますが、普通の風邪の多くは、喉の痛み、鼻水、くしゃみなどの症状が中心で、全身症状はあまり見られません。発熱もインフルエンザほど高くなく、重症化することはあまりありません。

○インフルエンザはインフルエンザウイルスに感染することによって起こる病気です。38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛、全身倦怠感などの症状が比較的急速に現れるのが特徴です。普通の風邪と同じように、のどの痛み、鼻汁、咳などの症状も見られます。お子様ではまれに急性脳症を、ご高齢の方や免疫力の低下している方では肺炎を伴う等、重症になることがあります。



## インフルエンザの予防

1. 流行前のワクチン接種…重症化の予防に効果があります。
2. 咳エチケット…咳やくしゃみの際に口から小さな水滴が発生します。ウイルスや細菌を含んでいる可能性が有りますので咳やくしゃみの出る方が、マスクをつけて下さい。
3. 外出後の手洗い…手指や体にいたウイルスや細菌を取り除くために行います。
4. 適度な湿度の保持…適切な湿度 (50~60%)
5. 十分な休息とバランスのとれた栄養摂取…体の抵抗力を高めるため日頃から心がけましょう。
6. 人混みや繁華街への外出を控える…やむを得ない場合は、マスクを付けましょう。

(文責:鳥越)

# ★糖尿病と薬物療法について★

## 血糖値とインスリンの関係

食事をとると、食べ物の中に含まれている炭水化物(糖質)は消化されてブドウ糖になり吸収されるので、血糖値が上昇します。健康な人では血糖値が上がり始めると、すい臓からインスリンという血糖値を下げるホルモンが分泌されます。インスリンは、肝臓からのブドウ糖が放出されるのを抑え、肝臓や筋肉組織でのブドウ糖取り込みを高めることで、血糖値を下げます。

## 食事療法、運動療法、薬物療法について

糖尿病はインスリン依存型(1型)とインスリン非依存的(2型)に大別されます。糖尿病の95%は2型だと言われています。糖尿病の治療は食事療法と運動療法が基本となります。しかし、血糖コントロールが十分でない場合には、薬物療法と一緒に行われることとなります。

## 糖尿病薬の種類と注意点

### ①食後過血糖改善剤

食後の高血糖を抑える薬です。決められた量を毎食直前にのみましましょう。おならの増加、下痢などの副作用には注

意しましょう。

### ②インスリン分泌刺激剤

すい臓のインスリン分泌を促進させることで、血糖を下げる薬です。決められた量を、決まった時間にのみましましょう。低血糖には注意しましょう。

### ③インスリン抵抗性改善剤

筋肉、脂肪組織、肝臓などでのインスリンの働きをよくすることで、血糖を下げる薬です。決められた量を、決まった時間にのみましましょう。むくみなどの副作用には注意しましょう。

### ④DPP4阻害剤

インクレチンの分解を抑えることで、インスリンの分泌を促進させ、血糖を下げる薬です。決められた量を、決まった時間にのみましましょう。低血糖には注意しましょう。

### ⑤インスリン製剤

インスリンの種類により、作用時間が異なります。医師の指示を守って使用しましょう。低血糖には注意しましょう。

軽症



手足のふるえ



落ちつかず不安



冷や汗



めまい

重症



けいれん



意識を失う

## 低血糖の症状

## 低血糖について

血液中の糖分が少なくなりすぎた状態で、手足のふるえ、落ちつかない、冷や汗、動悸、空腹感、めまい、話しにくい、混乱、集中できない、などの症状が起こります。ひどい場合はけいれんを起すので低血糖には注意が必要です。

## 低血糖が起ったら

①食後過血糖改善剤を飲んでいるときは、ブドウ糖10〜20gを口にして下さい。

- ②食後過血糖改善剤を飲んでいないときは、ブドウ糖10〜20gの他に、砂糖10〜20gやジュース(甘いもの)100mLでも問題ありません。
- ③低血糖症状をがまんしてはいけません。
- ④症状が治まらないときは、すぐにかかりつけの医師に相談しましょう。

(文責：園田)

# リハビリの窓 ★摂食嚥下障害と誤嚥性肺炎★

## ○摂食嚥下障害とは

摂食嚥下(せつしよくえんげ)とは、**飲食物など食べるものを認識し、口に運び、飲み込むまでのことを意味します。**

飲み込むことだけが障害されていることを「**嚥下障害**」と呼ぶのに対し、食物の認識や口への取り込み、咀嚼(そしゃく)などの障害を伴って飲み込むことが障害されていることを「**摂食嚥下障害**」と言います。

## ○摂食嚥下障害の原因

摂食嚥下障害の原因には様々なものがあります。その中でも大きな原因の一つは脳卒中です。摂食嚥下障害の原因疾患の約40%が脳卒中であるといわれています。また、身体の衰弱や加齢に伴う筋力量の低下や唾液の減少、義歯の不具合、集中力の低下などによっても摂食嚥下障害が生じることがあります。

摂食嚥下障害があると、十分な飲食ができず栄養状態が低下する低栄養状態や脱水になることがあります。また、**本来、口から食道を経て胃へ送り込まれるべき食物や唾液が気管へ入ってしまう「誤嚥(ごえん)」が生じやすい状況**になってしまいます。

## ○誤嚥性肺炎とは

通常であれば、食物や唾液を誤嚥してしまった場合でも、咳き込むことで気管に入ってしまったものを吐き出すことができます。しかし、咳き込む力が弱くなっていたり、咳き込むことが出来ない場合は、唾液や食物と共に細菌が肺に入ってしまうです。それが原因で起こる肺炎を「**誤嚥性肺炎**」といえます。誤嚥は**食事や飲水の際に生じるだけでなく、夜の睡眠中に唾液を誤嚥してしまう事や、食後に食物の逆流物を誤嚥してしまう事もあります。**

## ○誤嚥性肺炎の徴候

誤嚥性肺炎の場合、**発熱・激しい咳・呼吸が苦しい**などの症状があります。しかし、高齢者の場合は、上記の症状だけでなく、日常生活の中で以下の様な徴候を認める事があります。

- ・元気がない
  - ・日中ぼーっとしていることが多くなつた
  - ・食事時間が長くなる
  - ・食事中にむせこむことがある
  - ・のどがゴロゴロ鳴っている
  - ・食後に疲れてぐったりしている
  - ・夜間に咳き込む
- このような日常生活の中で変化

がある場合は、注意深く観察する必要があります。

## ○誤嚥性肺炎の対策

ここで日常生活の中で簡単にできる誤嚥性肺炎への対策をご紹介します。

- ・食前、食後、睡眠前の口腔ケア
- ・食事中は食事に集中できる環境を作る
- ・食後1時間以上は体を起こしておく

口の中には様々な種類の細菌がたくさん存在しています。また、食後は食物が口の中に残っている事もあります。食事の前後や就寝前の口腔ケアは丁寧に行うようにしましょう。同時に、義歯を装着している場合は、丁寧な手入れが必要で

ます。食事中の環境については、集中して食事を摂取することでむせ込みが減少することがあります。

食後すぐは、食物が胃や食道から逆流しやすい状態になっています。その為、食後しばらくは横にならないように気を付けましょう。

(文責：前田)

## 医療機能情報提供について

当院の病院機能やサービスについて県に報告したデータをもとに鹿児島県ホームページにて公開されております。閲覧も可能となっております。また、同内容を1階医療情報センター内で自由に閲覧できるよう冊子を配置しております。

鹿児島県ホームページ <http://www.pref.kagoshima.jp/>

# 外来診察表

診療科目		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	
循環器内科	午前	安崎 和博 田端 宏之	田端 宏之 沖野 秀人	福元 大地 沖野 秀人	検査日	安崎 和博 福元 大地 立石 繁宜	予約検査	
		大石 充 (鹿児島大学心臓血管・高血圧内科学教授) 第3水曜日診察 ※都合により第4水曜日になる月もあります。						
(一般内科)	午前	(安崎・田端)		(福元・沖野)		(安崎・福元)		
心臓血管外科	午前		【第2】(熊本中央病院・心臓血管外科医)					
呼吸器外科	午前午後	上田 和弘 (鹿児島大学呼吸器外科准教授) 第2、第4木曜日 要予約/要紹介						
脳神経内科	午前	児玉 大介 (鹿児島大学病院)						
血液内科	午前午後				新居 亮彦 (鹿児島大学病院)			
眼 科	午前午後		鹿児島大学・眼科医				鹿児島大学・眼科医	
脳神経外科	午前	手術日	菅田 淳	菅田 淳	菅田 淳	検査日	予約検査	
	午後	有田 和徳	有田 和徳	有田 和徳	有田 和徳			
整形外科	午前	泉 俊彦 坂元 裕一郎 吉井 理一郎	手術日	坂元 裕一郎 井手 貴之	手術日	泉 俊彦 吉井 理一郎 鹿児島大学・脊椎専門医	予約検査	
	リウマチ外来・手の外科外来	午前午後		恒吉 康弘				
泌尿器科	午前	古郷 修一郎 岡村 俊介	手術日	古郷 修一郎 岡村 俊介	古郷 修一郎 岡村 俊介	古郷 修一郎 岡村 俊介	予約検査	
	放射線科	午前	堀之内 信	堀之内 信	堀之内 信	堀之内 信		
耳鼻咽喉科 (15:30まで受付)	午前午後		鹿児島大学・耳鼻咽喉科医			鹿児島大学・耳鼻咽喉科医		
消化器病センター	消化器内科	午前	紙屋 康之		紙屋 康之 銚之原 基	銚之原 基	予約検査	
	消化器外科 (外科)	午前	手術日	今村 博 田辺 元	手術日	今村 博 瀬戸山 徹郎 手術日		
	化学療法外来	午前	(今村 博)	實 操 二	(今村 博)	萩原 貴彦	消化器外科医	
	緩和ケア外来	午後		消化器外科医 (16:00~17:00)		消化器外科医 (15:00~17:00)		
	セカンドオピニオン外来	午後		今村/實 (16:00~16:30)				
	胃カメラ	午前	銚之原 基	紙屋/銚之原	熊本大学・消化器内科医		紙屋 康之	予約検査 (熊本大学・消化器内科医)
	大腸カメラ	午後	銚之原 基	紙屋/銚之原	熊本大学・消化器内科医		紙屋 康之	
	肝臓内科	午後	馬場 芳郎 (鹿児島厚生連病院/肝臓内科部長) 第1・3金曜日診察(受付 13:30~16:30) 要予約/要紹介					
乳腺外来	午前午後	吉中 平次 (鹿児島市立病院/乳腺外科部長) 第4火曜日診察(受付 9:00~16:00) 要予約/要紹介						

※各診療科・担当医の診察日を確認の上、「地域医療連携室」を通して御紹介下さい。

(要予約・要紹介) ※ただし急患はこの限りではありません。

※一般内科は循環器内科と併用の診察となる為、待ち時間が長くなる場合がございます。

※消化器病センターのみセカンドオピニオン外来を設置、他科については通常外来の時間帯に随時対応。

# 12月、1月の 出水郡医師会 日曜祭日当番医

変更になる場合がございますので、受診される前に医療機関にお問い合わせ下さい。



月日	出水市	阿久根市	長島町
12月29日(土)		脇本病院 TEL 75-2121	鷹巣診療所 TEL 86-0054
30日(日)	つかさとクリニック TEL 67-5560 吉田耳鼻咽喉科医院 TEL 62-0170	いまむらクリニック TEL 73-1700	平尾診療所 TEL 88-2595
31日(月)	高尾野診療所 TEL 82-0017 楠元内科医院 TEL 62-8600	北国医院 TEL 72-0016	鷹巣診療所 TEL 86-0054
1月 1日(火)	来仙医院 TEL 84-2005 市川医院 TEL 63-3151	門松医院 TEL 64-6100	長島クリニック TEL 88-6405
2日(水)	恒吉医院 TEL 82-0048 広瀬産婦人科医院 TEL 62-1559	山田クリニック TEL 72-0420	鷹巣診療所 TEL 86-0054
3日(木)	クリニックなかむら TEL 62-0241 吉井中央病院 TEL 62-3111	しみずこども医院 TEL 68-0633	平尾診療所 TEL 88-2595
6日(日)	福元医院 TEL 67-3200 荘記念病院 TEL 82-3113	有村産婦人科・内科 TEL 73-4180	鷹巣診療所 TEL 86-0054
13日(日)	整形外科ばくちクリニック TEL 64-8260 こどもクリニック永松 TEL 64-1500	上園医院 TEL 73-1055	長島クリニック TEL 88-6405
14日(月)	出水病院 TEL 62-0419 しもそのクリニック TEL 63-8300	内山病院 TEL 73-1551	鷹巣診療所 TEL 86-0054
20日(日)	キッズクリニック TEL 63-7707 境田医院 TEL 67-2600	鶴見医院 TEL 73-0553	平尾診療所 TEL 88-2595
27日(日)	出水眼科 TEL 62-8350 福永内科循環器科 TEL 62-8200	しみずこども医院 TEL 68-0633	鷹巣診療所 TEL 86-0054

## \*病院ボランティア募集\*

出水郡医師会広域医療センターでは、患者さんの生活の質の向上、地域の人々への病院理解、病院職員への啓蒙などを目的としてボランティアを募集しています。

### 活動内容

- 1 身の回りのお世話  
花を生ける・水を替える、着湯のみの洗浄、下膳、お茶くみ、食事介助、洗濯、買い物、洗髪、入浴介助、床頭台の清掃、ゴミ捨て
- 2 話し相手  
筆談、手話、本を読む等
- 3 その他  
院内の案内、散歩に連れて行く、ベッドの移動、荷物の搬送、清拭タオルのローリング、草刈、花壇の整備等

(応募お問い合わせ)

出水郡医師会広域医療センター

総務課まで

TEL 73-13331  
(内線 371・374)

※どうぞお気軽にお問い合わせください。

## 編集後記

師走に入り何かと忙しい日々が続いているのではないのでしょうか。新年の挨拶をしたのが、ついこの前のように思えたのもう師走。1年が過ぎるのが早く感じられます。

そして、冬の到来を告げる鶴が今年も出水平野にやって来ました。鶴の鳴き声を聞くと心なしか年末の慌ただしさを感じます。ここで一句「青空に 仲睦まじく 夫婦鶴」

これから忘年会等、飲み会の多い時期です。体調管理に気を付けて元気に新年をお迎え下さい。

(吉野)