

らいふ

松下記念病院

vol.29
2015
春号



診療科
見学note

呼吸器科部

特集

管理栄養士を増員し
栄養サポートが充実

MATSUSHITA
REPORT

口腔管理・口腔ケアが充実

- 受診のころえ
『お薬手帳』を持ちましょう
- news
『心血管病管理手帳』を使ってセルフチェック!!
- News Spot
『らいふ』ひとことアンケート

幅広い呼吸器疾患に対して良質で安全な医療を提供します

スタッフ紹介

部長 やまだ たかひろ
山田 崇央
日本内科学会内科認定医
日本呼吸器学会呼吸器専門医・指導医
日本呼吸器内視鏡学会気管支鏡専門医・指導医
日本結核病学会結核・抗酸菌症認定医
京都府立医科大学臨床講師

医長 いまばやし たつや
今林 達哉
日本内科学会内科認定医
日本呼吸器内視鏡学会気管支鏡専門医
日本呼吸器学会呼吸器専門医



山田

今林

呼吸器科ではこんな病気を診ています

- 肺がん
- 肺炎の予防にも努めています。
- 肺結核や非結核性抗酸菌症
- 気管支喘息
- COPD：慢性閉塞性肺疾患
(肺気腫、慢性気管支炎)
- 間質性肺炎

これらの病気の適切な診断と良質で安全な治療を迅速に提供することが私たちの役目です。同時に禁煙指導の取り組みなど、呼吸器疾患の予防にも努めています。

「大阪府がん診療拠点病院」として

当院は、大阪府がん診療拠点病院に指定されています。2013年の日本における死亡原因の第1位は悪性新生物（いわゆる“がん”）で、死亡者数は364,872人です。その中でも肺がんの死亡者数は多く、男性は第1位、女性は第2位です。しかし最近では肺がんに対する化学療法や放射線治療、手術様式の発達が目覚しく、治療効果も年々向上してきています。

当院では放射線治療装置ノバリスTxを導入しており、安全で強力な放射線治療を行うことが可能になっています。また外来化学療法室が整備され、治療開始時は入院となりますが、その後は通院しながら外来で抗がん剤治療を行うことも可能です。さらに治療と同時に症状緩和のための治療も大切と考えており、早期から緩和ケアを導入することにも積極的に取り組んでいます。



タバコについて考えてみませんか？

現在、日本において年間11万人以上が喫煙関連の病気で死亡しています。そのうち肺がんによる死亡者数は7万人以上となっています。またタバコが原因で発症するCOPDの死亡者数は約1万6千人で、日本人の死因の第9位になっています。(2013年現在)

喫煙を続けると、寿命は10年以上縮まります。しかし喫煙による寿命短縮は、禁煙により防止できます。とりわけ35歳前に禁煙すると、タバコを吸わない人のレベルに戻ることが分かっています。

受動喫煙 一周囲の喫煙

本人が喫煙しなくても周囲のタバコの煙を吸わされてしまうことを受動喫煙といいます。受動喫煙者の数%が最終的に受動喫煙の影響で死亡することがわかっており、日本では毎年1万人が受動喫煙死しています。また親の喫煙により低体重出生や気管支喘息などで毎年数十万人の子供が苦しんでいます。両親だけではなく家族、友人など全員で禁煙について考える必要があります。



“軽いタバコ” “マイルド” “ライト”は大丈夫…？

低タール・低ニコチンのタバコの宣伝が目につきます。また健康志向の高まりから、いわゆる“軽いタバコ”が人気のようです。“軽いタバコ”を吸っているから大丈夫と言う方もいます。しかし、本当に大丈夫なのでしょうか。

タバコの箱に表示しているタールやニコチンは、タバコ1本に含まれる量ではないことに注意が必要です。表示されたタール・ニコチン量は、ある一定の条件下で機械が吸引した煙を分析した値です。喫煙者は機械とは違うので、“軽いタバコ”を吸うときには無意識のうちに吸い方を変えたりして、結果的には普通のタバコを吸ったときと同じくらいのニコチンをとっていることが多いとされています。“軽いタバコ”であっても体に入る有害物質は期待するほど減りません。

タバコに関連する主なQA

- Q** 喫煙者はがんになりやすいですか？
- A** 喫煙者は非喫煙者にくらべて、肺がんでは死亡するリスクが男性では4.8倍、女性では3.9倍高くなります。タバコの煙には60種類以上の発がん物質が含まれており、煙の通り道（口・のど・肺）はもちろんですが、唾液中に溶けて通る消化管（食道・胃）や血液中に移行して排泄される経路（血液・肝臓・腎臓などの尿路）でもリスクが高くなることに注意が必要です。
- Q** タバコにより肺はダメージを受けますか？
- A** 人は加齢とともに肺の働きは低下しますが、喫煙者ではより急速に悪化します。また肺に病気がない人でも、せき・たん・息切れなどの呼吸器症状を引き起こし、長引くせきの原因になります。それだけではなく長期の喫煙はCOPDの原因となり、その結果、酸欠状態（慢性呼吸不全）になります。喘息を悪化させることも、しばしばみられます。
- Q** タバコは肺以外にも影響がありますか？
- A** タバコは動脈硬化を進行させることで動脈が詰まりやすくなり、心筋梗塞や狭心症、脳梗塞などの重大な病気になります。また胃十二指腸潰瘍、歯周病になりやすく、妊娠中の喫煙は流産、早産、新生児死亡などの確率が高くなります。



「禁煙したいけど、なかなかやめられない」という方は、禁煙外来にご相談ください。禁煙外来はすべて予約制です。医事課（受診票受付）までお問い合わせください。

栄養指導室では管理栄養士を増員

～入院中の患者さまに安心安全で美味しい食事を提供することが大切な仕事です～



浅野 (管理栄養士) 堀本 (管理栄養士) 鎮目 (管理栄養士) 藤井 (管理栄養士)
石原 (主任) 野口 (副院長兼外科部長) (管理栄養士)

糖尿病療養指導士……………4名 NST専門療法士…………… 2名
病態栄養専門師……………2名 健康運動指導士……………1名
TNT-D認定管理栄養士… 2名

● 栄養指導室の役割

● 給食管理

病棟看護師と連携をとりながら、給食スタッフと調整をし、入院中のお食事を楽しみながら食べていただけるよう検討し、献立改善に努めています。

● 栄養管理

他職種と協働して作成した入院時の計画に基づいて、管理栄養士が担当病棟の患者さまの栄養状態を日々確認しています。

● 栄養指導

経験豊富な管理栄養士が、退院後も食事療法を継続できるように、患者さまの日常生活や嗜好に合わせた栄養指導を行っています。

● 病棟担当制 ～患者さまの身近に～

栄養管理士の増員に伴い、病棟担当制になりました。治療食の患者さまには管理栄養士がベッドサイドに伺い、入院中の治療を支える食事の大切さをご説明します。

また食事形態の変更や食欲不振時の食事などは、担当の管理栄養士がご相談に応じます。病棟カンファレンスにも参加し、医師・看護師や他職種と情報共有を図り、給食スタッフとも連携をとりながら、患者さまに適切な栄養管理を実施しています。



入院中の食事説明

● 給食管理 ～美味しい食事を届けるために～

入院中は食事が一番の楽しみという方も多いと思います。栄養指導室では毎週給食スタッフとミーティングを行い、患者さまの病態に合わせた美味しいお食事を提供するため、調理方法や味付け、盛りつけ等を調整しています。



産科食

し、栄養サポートが充実

一般食では選択メニューを毎日実施しています。産婦人科では出産後の母体に必要な栄養が過不足なくとれるように工夫を凝らしたお食事を提供しています。

一方で食欲がない患者さまには、「すまいる食」や「なごみ食」というあっさり食べやすい別メニューを、また飲み込みや咀嚼が難しい患者さまには嚥下食（流動食・ゼリー食・やわらか食等）をそれぞれご用意しています。ご希望の場合は、看護師または管理栄養士にご相談ください。



食材や調理方法のチェック

● 栄養指導 ～ご自宅でも安心して続けられるように～

治療食の入院患者さま・食事療法を必要とする外来患者さまに対して医師の指示により個人栄養指導を実施しています。経験豊富な5名の管理栄養士が、生活習慣病を中心とした栄養食事指導のほか、手術後の食事のとり方・宅配治療食のご案内まできめ細やかに説明しています。



個人栄養指導

【個人栄養指導】

- **対象疾患名**…糖尿病、腎臓病、肝臓病、心臓疾患、肥満症、脂質異常症、高血圧症、胃・腸疾患、膵疾患、痛風など
- **実施日時**……月曜～金曜 午前9時～午後4時まで 1回30分程度
- **場所**……………1階 医療連携センター内 栄養指導室
- **申込方法**……当院受診科の主治医にご相談ください

● 栄養サポートチーム(NST:Nutrition support team)

入院中に栄養状態に問題があると認められた患者さまには、医師、看護師、薬剤師、臨床検技師、管理栄養士などで構成したNST（栄養サポートチーム）がそれぞれの専門性を活かして食事、経腸栄養剤、点滴などについて情報を共有しています。週1回ラウンド(巡視)を行い、主治医に栄養改善の提案を行っています。

また糖尿病チーム、ハートチーム、緩和ケアチームなどでもスタッフの一員として栄養情報の共有や提案を行っています。



カンファレンス

これまでより一層、患者さまの声に耳を傾け、経験豊富なスタッフが力を合わせて患者さまの栄養管理に日々奮闘しています。食事・栄養については管理栄養士にご相談ください。

歯科口腔外科では、2014年度より外来診療を閉鎖し、院内歯科として入院患者さまに対して、他科と連携をとりながら、口腔管理、口腔ケアを行っています。

診療内容・特徴

●手術を受けられる患者さまに対する口腔ケア

これから全身麻酔で手術を受けられる方は、手術前からお口を健康に保つことが大切です。手術の影響で栄養状態、免疫機能が低下することによって、口腔内常在菌が増加し、術後の誤嚥性肺炎、発熱など引き起こしやすくなります。このような感染症予防のため、当科では手術前に口腔内をチェックします。ブラッシング指導や専用の機器、器具を用いて歯のクリーニングを行い、また必要に応じて虫歯や歯周病の治療を行っています。



中村 裕



宇垣 吉秀

●抗がん剤治療や放射線治療を受けられる患者さまに対する口腔ケア

悪性腫瘍を発症された患者さまへの治療として、抗がん剤治療や放射線治療が行われることがあります。これらの治療から口腔領域での副作用として、口内炎、口腔乾燥、口腔内出血、虫歯、歯周病などがあります。特に口内炎は広範囲に広がると強い痛みを伴い経口摂取が困難になり、栄養状態が悪くなります。また、口腔内感染症のリスクとなり、治療の中断や遅延の原因となることがあります。そこで、当科では抗がん剤治療・放射線治療を始める前から口腔内のトラブルの予防と改善をし、治療を円滑にするために口腔管理を行っています。



入院患者治療

●内科的疾患にて入院中の患者様に対する口腔ケア

虫歯や歯周病、入れ歯の不具合などの口腔内トラブルによって、経口摂取が困難となる場合があります。そのような場合、必要に応じて歯科治療を行い、入院治療が円滑に行われるよう口腔管理を行っています。



病棟での口腔ケア

(歯科口腔外科 宇垣 吉秀)

『お薬手帳』を持ちましょう

当院を受診される場合には『お薬手帳』をご持参ください。

『お薬手帳』とは…

自分が使っている薬の名前・量・日数・使用法などを記録できる手帳です。副作用歴、アレルギーの有無、過去にかかった病気、体調の変化などについても記入できます。

こんなときに役に立つのが
お薬手帳です！

お薬は何を飲んで
いますか？



どんなお薬を飲んでいたか
覚えていない…？



アレルギーは
あったかしら？

困った！
分からない

『お薬手帳』をご持参ください

『お薬手帳』をお持ちでない方、処方内容が分かるもの(処方箋)をご持参ください。



お薬手帳には

- ・処方内容 調剤日/かかりつけ医/薬局名/薬剤の用量・用法/日数/ジェネリック医薬品か否かなど
- ・副作用歴
- ・アレルギー歴
- ・主な既往歴 などが記載されています。

『お薬手帳』活用のススメ

①医療機関・薬局へ行くときは 忘れずに

飲み合わせをチェックし、副作用のリスクを減らします。服薬履歴や基本情報がすぐ分かるので治療の助けになります。ジェネリック医薬品の登場で『名前は異なるけど同じ中身の薬』の数は急激に増えています。お薬手帳があれば、正確な薬の名前が分かるので、重複が無いかしっかりとチェックすることができます。
※保険証と一緒に保管しておくとう便利です！

②市販のお薬・サプリメントを買うときも記録

薬剤師が適切なアドバイスをするために参考になります。

③一冊にまとめよう

病院・薬局ごとにそれぞれのお薬手帳を作らないようにしましょう。履歴の管理が大切です。



④普段も持ち歩こう

災害時などの緊急を要するときに、必要なお薬が正確に分かり、普段どおりにお薬を飲む手助けになります。

『お薬手帳』は、お薬を受けとる際に薬局でもらえます。

『心血管病管理手帳』を使ってセルフチェック!!

～心血管病をコントロールするには、生活習慣の改善が必要です
まずご自身でできる健康管理から始めてみましょう～

既に、『お薬手帳』や『血圧手帳』を使用している方もおられると思いますが、今回、**既** 本院の循環器科ハートチーム（医師・看護師・薬剤師・管理栄養士・理学療法士・臨床工学技師等）が、**疾患・治療概要、生活指導、薬剤指導、栄養指導、運動療法**のすべてを網羅した手帳を作成いたしました。

疾患別に、高血圧・虚血性心疾患・心不全・心房細動・閉塞性動脈硬化症の5種類の手帳になります。ご自身の病気を理解し、日常生活での注意点や実行していただきたいこと、行ってはいけないこともわかりやすく掲載しました。普段から持ち歩けるように、ポケットサイズにしています。主治医とご相談の上、是非、活用して健康管理にお役立てください。



News Spot ニューススポット

“『らいふ』ひとことアンケート”を設置しました



松下記念病院広報誌『らいう』をご覧ください、ありがとうございます。
【皆さまのひとことアンケート】として、「らいうの好きなページ」や

- 「こんな記事がみたいな～」
- 「こんなことが知りたい～」など…
なんでも結構です。

皆さまのご意見・ご感想等…いろいろな希望をお聞かせください。

ご記入後、回答箱に投函してください。
ご協力の程、よろしくお願いいたします。

