

ゆりの花大より

2017
vol.38

形成外科の紹介 形成外科 科長 相馬 誠司	2	第33回 ハーフマラソン救護班に参加して	3
院内のクリティカルバス活動について クリティカルバス委員会委員長 循環器内科科長 吉田 郁雄	2	はら内科クリニック 紹介	4
第24回 リハビリ元気通信	3	第11回 栄養管理室フレッシュコラム	4



形成外科の紹介



形成外科 科長 相馬 誠司

皆様の中には、形成外科がどんな科かよく分からぬ方もいらっしゃるかもしれません。日本形成外科学会によれば、形成外科とは、身体に生じた組織の異常や変形、欠損、あるいは整容的な不満足に対して、あらゆる手法や特殊な技術を駆使し、機能のみならず形態的にもより正常に、より美しくすることによって、みなさまの生活の質 "Quality of Life" の向上に貢献する、外科系の専門領域です。そして、形成外科医とは、傷や変形をきれいに治すことを主な目的とし、顔や手足など身体表面のケガ、顔面骨折、やけど、あざ、腫瘍、先天異常、皮膚潰瘍、がんの切除・再建、乳房再建および美容医療などについて専門的な知識と診療技術を持ち、これらの領域に関して適切に対応する診療を行い、必要に応じて他領域の専門医と共同して治療を行う能力を備えた医師です。

当院では、昨年4月から常勤体制となり、(火)(木)(金)週3回の外来診療と、入院治療、手術を行っております。保険診療外の美容外科や、レーザー治療には対応しておりませんが、昨年1年間の手術件数は225件でした。その内訳は、熱傷1、顔面骨折1、頭部・頸部・体幹の外傷1、上肢の外傷2、下肢の外傷1、頭蓋・頸・顔面の先天異常2、良性腫瘍196、悪性腫瘍4、腫瘍切除後の組織再建2、瘢痕・瘢痕拘縮・ケロイド4、その他の潰瘍1、炎症・変性疾患2、美容(腋臭症)1、その他7と多岐にわたっています。もちろん入院が必要な手術にも対応しております。

どうぞお気軽にご相談ください。



院内のクリティカルパス活動について

クリティカルパス委員会委員長 循環器内科 科長 吉田 郁雄

クリティカルパス(クリニカルパスとも言います)という用語は馴染みがないかもしれません。学会では「患者状態と診療行為の目標、および評価・記録を含む標準診療計画であり、標準からの偏位を分析することで医療の質を改善する手法」と定義されています。これだと表現が難しいのですが、具体的には、診療内容が比較的定型的な医療行為に対して、診療内容や手順を記したフローシートやチェックリストを作成しており、医療スタッフの診療行為に漏れがないようにし、患者さんにはどのような流れで診療が行われるのかを事前にご理解いただけになります。例えば心臓カテーテル検査のクリティカルパスでは、検査の前日に入院し、当日何時に点滴を挿入して、検査後は何時間安静が必要、点滴はこの薬をどの位の投与量で投与する、といった内容が分かりやすく記載されています。医師2人と各病棟や部署毎に委員を出して定期的に会合を行っており、新しいクリティカルパスを作成・導入したり過去の症例の経過を解析してより良い内容に改善できないかを検討しています。

検討した内容は年1回病院内のスタッフを招集して発表会を行っています(パス大会)。また、日本クリニカルパス学会学術総会でも毎年演題を発表しており、昨年は11月に金沢で開催されました。本院からは集中治療室の須田看護師、手術室の高島看護師が発表し、いずれも高い評価をいただきました。

今年度は本院でも電子カルテの導入が予定されています。それに合わせて現在紙媒体で運用しているクリティカルパスも順次電子化していく予定です。今後も標準化できる医療行為についてはクリティカルパスを用いて質の高い医療が提供できるよう、活動を続けて参ります。



医療について知りたいことや疑問に思っていること、ありませんか?

医師・看護師・検査技師・リハビリテーターがいます。患者さんやご利用の方があなたのご質問等の内容に

第24回 高次脳機能障害って何?



「コウジノウキノウショウガイ?」、聞きなれない方も多いかと思います。

脳卒中や交通事故などで脳が何らかの損傷を受けると、記憶力や集中力が低下したり、感情のコントロールが困難になるなどの症状が現れることがあります。これら人間特有の高度な脳の働きが障害されてしまうことを「高次脳機能障害」と言います。脳の損傷した箇所により症状は様々ですが、代表的な症状をいくつかご紹介します。

注意障害	ぼーっとしていることが多い。気が散りやすい。一度に二つの事をすると混乱する。
記憶障害	病気や事故の前に経験したことが思い出せない。新しい経験や情報を覚えられない。
遂行機能障害 (前頭葉障害)	論理的に考え、計画し、問題を解決し、行動することが難しい。効率的に仕事ができない。
社会的行動障害 (行動と感情の障害)	行動や感情を場面や状況に合わせて適切にコントロールすることが難しい。怒りっぽくなる。
失語症	うまく話せない、思った言葉がでないなど、話す・聞く・読む・書くことが難しくなる。
失 行	手足は動かすことができるのに、意図した動作や指示された動作を行うことができない。
失 認	視覚、聴覚、触覚の各感覚においての認識が難しくなる。
半側空間無視	視野の片側に注意が向にくい。



高次脳機能障害は、外見上はあまり目立ちません。また、ご本人も自分の障害を十分認識できていないことがあります。本人の意思や役割を尊重し、周囲の環境を整えたり、対応の仕方を工夫するなど、ご家族や周囲の理解と関わりが大切になってきます。

第25回もお楽しみに!

第33回 守谷ハーフマラソン救護班に参加して

上野 治美

2月5日(日)守谷ハーフマラソン大会に、当院から遠藤優枝医師、野村誠医師、看護師の柏原由紀、佐藤裕二、細谷美貴子、上野の6名で救護班として参加しました。当日は、雨の予報もありましたが、大会終了まで雨は降らず、気温も低めでしたが風もあまりなく、参加ランナーにとっては良かったと思います。

私たちは、他の病院の医師、看護師、理学療法士の方々と、4ヶ所の救護所に分れて活動しました。救急隊の方も待機していましたが、当日は軽症の方のみで、重症で救急搬送される方はいませんでした。どんな症状の方が救護所に来るのか分からないので、緊張感のある中で過ごしましたが、他病院や他職種の方々と、会話もでき楽しい一日でした。

病院内の活動とは違い、救護所の準備や物品の配置場所を自分達で考え、処置しやすいように設置したり、普段の仕事ではできない体験をする事ができました。また、活動してみてチーム医療の大切さを感じることができました。

また、このような機会があれば、参加させて頂きたいと思います。



**総合守谷第一病院連携
クリニック紹介コーナー**

はら内科クリニック

院長 原 健



お問い合わせは、お電話、FAX、Eメール、郵便でのご連絡をお受け取ります。

また内科医として多くの糖尿病・高脂血症・高血圧等の患者さんの病状コントロールを行っており、血糖・HbA1cの迅速診断、頸動脈エコー等もできます。入院が必要な場合は守谷第一病院と密接に連携しながら、長年の経験を生かして皆様に適切な医療を提供できるよう頑張ります。

受診の際は直接来院されてもかまいませんが、なるべく待ち時間を少なくできるように予約の患者さんを優先とさせて頂いております。お電話、ネットでのご予約ができますので、ぜひご利用ください。よろしくお願ひいたします。

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝	休診日
9:00~12:00	●	●	/	●	●	●	/	※胃カメラ・大腸カメラ検査のため診療時間が変更が生じる場合があります。
14:30~18:00	●	●	/	●	●	/	/	※受付時間は診察終了の30分前までです。

〒302-0101 茨城県守谷市板戸井2325-1
TEL:0297-21-5111 <http://haracl.byoinnavi.jp/>



第11回 栄養管理室のフレッシュコラム

かがやけ! 腸内フローラ☆

管理栄養士 根本

①腸内フローラとは?

ヒトの腸内には、100兆個もの腸内常在菌がひしめいており、善玉菌や悪玉菌等の細菌が腸の壁にびっしりと貼り付いて生息しています。この状態がお花畠のようになっているので、腸内フローラと呼ばれます。腸内細菌の環境が悪くなり悪玉菌が増加すると、臭いの強いおならが出たり、代謝が落ちて太りやすくなります。

②腸内細菌の種類

腸内細菌には、善玉菌と悪玉菌、そしてどちらとも言えない日和見菌の3種類に分けられます。善玉菌にはビフィズス菌と乳酸菌があり、善玉菌の大半を占めるのはビフィズス菌で、乳幼児の頃は9割を占めますが、歳を重ねるごとに減っていきます。乳酸菌は、腸内に1億~100億ほど生息しており、食品を発酵させる菌としても有名で、納豆や味噌などの発酵食品に多く含まれます。ビフィズス菌や乳酸菌は外部から摂取する際には、胃酸によってほとんどが死滅してしまうため、生きて腸に届くための食品の開発が進んでいます。

③腸内環境を整えるには?

生菌を増やすために、『乳酸菌やビフィズス菌』を摂取すること、生菌の増殖促進を促す『食物繊維やオリゴ糖』を摂取することが大切です。生きて腸まで届く善玉菌を摂取したうえで、善玉菌のエサとなるオリゴ糖や食物繊維を意識的に摂りましょう。食物繊維は体内に吸収されにくいため、善玉菌のエサになつたり、蠕動運動を盛んにし便秘の解消を促してくれます。また、ビフィズス菌を育てるにはオリゴ糖が非常に有効です。オリゴ糖は、食品を40℃~50℃程温めるとでんぶんの熱分解により含有量を増やすことができます。

下記の表を参考に食材を選び、腸内の環境を整えましょう

	特徴	多く含まれる食品	主な働き
ビフィズス菌	酸素があると死ぬ 大腸に生息	ヨーグルト 乳酸飲料	おなかの調子を整える。
乳酸菌	酸素があつても生きれる 小腸に生息	ヨーグルト・乳酸飲料 発酵食品	免疫機能に関わる。
オリゴ糖	単糖が少数結合した炭水化物の一 種。甘味があり、水に溶けやすい。	ヤーコン・きなこ・玉葱・ごぼう・納豆・豆乳・はちみつ・バナナ	体内に吸収されにくいおなかの調子を整える・虫歯予防など。
水溶性 食物繊維	・水に溶ける ・ねばねば食材に多く含む	海藻・芋類・おくら・春菊・あしたば・果物・こんにゃく・寒天等	善玉菌の餌になり、腸内細菌を増加。血中コレステロール低下。食後血糖値上昇抑制。
不溶性 食物繊維	・水に溶けない ・水を含むと数倍に膨らむ	穀物・大豆・ごぼう・ブロッコリー・とうもろこし・きのこ等	大腸内で水分を吸収し、便量を増加。蠕動運動を盛んにし、便の排出を促す。

☆おすすめ実践メニュー☆

●簡単混ぜるだけ!みぞれ納豆キムチ風

【材料】納豆1パック、キムチ30g、大根おろし20g、おくら20g、醤油少々】
材料を混ぜるだけで、簡単にたっぷり善玉菌と食物繊維をとることができます。

●焼きバナナデザート

【材料】バナナ1本、ヨーグルト100g、きなこ少々】

フライパンでバナナを5分ほど加熱し、お好みでヨーグルトやきなこをトッピングします。バナナを加熱することでオリゴ糖が増加し、効率良くとることができます。

発行編集発行日
社会医療法人社団 光仁会 総合守谷第一病院
広報委員会
平成29年2月28日
〒302-0102 茨城県守谷市松前台1-17
TEL 0297-45-5111(代)
FAX 0297-45-5050

【関連施設】

ひかり訪問看護ステーション・ひかり居宅介護支援事業所
TEL 0297-48-0972
すこやかルーム(守谷市病後児保育室 運営委託)
TEL 0297-45-2194

<http://www.moriya.daiichi.or.jp>
印刷 前田印刷株式会社 筑波支店