

ほっとネット

Contents

P1 巻頭言

迫りくる医療界のDX

副院長 麻酔・手術部長 清水 斎

P2 特集

新規糖尿病治療薬とFreeStyleリブレ

腎臓・糖尿病内科 科長 富樫 信彦

P3 診療科発

泌尿器科

泌尿器科 科長 北原 克教

P4 部門紹介

4階東病棟の紹介

4階東病棟 師長 氏家 光都子 主任 吉田 香里

P5 地域発

医療法人 康和会 札幌しらかば台篠路病院

院長 伴 紀宏 先生

P6 健幸な生活へ向けて～腰痛予防～

リハビリ室 理学療法士 寺田 基

P6 オーラルフレイルについて

北海道脳神経内科病院リハビリテーション部 言語聴覚士 工藤 育恵

JR札幌病院 間違い探しゲーム

ほっとネット58号当選者発表



JR札幌病院 基本理念

心の通う医療

信頼される医療

地域社会に貢献する医療

基本方針

1. 社会のニーズに合った専門的な医療を提供するよう、医療技術の向上に努めます。
2. 患者様の権利を尊重し、プライバシーを守ります。
3. 地域の各機関との連携を重視し、地域医療に貢献します。
4. JR北海道の職域病院として、社員・家族の健康増進に寄与します。



H29.10.6 日本医療機能評価機構より
3rdG : Ver.1.1の認定を受けました。



巻頭言

迫りくる医療界のDX

新型コロナウイルス感染症は社会を混乱させましたが、そのなかで行政・医療分野でのデジタル化の遅れが明らかとなりました。その対策としてデジタル庁を中心に、社会全体のデジタル・トランスフォーメーション(DX)の推進がなされようとしています。

厚生労働省は、コロナ以前からPHR(personal health record)を目指していました。簡単に言うとマイナンバーカードと健康保険証等を連動させて個人の医療情報を集約し、マイナポータルで閲覧可能になります。また、昨年6月データヘルス改革を掲げ、2025年までの工程表を発表しています。現在、その前提となるマイナンバーカードの普及に躍起となっています。

こうした中、今年の5月に自民党は令和DX医療ビジョン2030を発表しました。それを受けて、政府は「経済財政運営と改革の基本方針2022原案」のなかの最後の方で、総理を本部長とした医療DX推進本部(仮称)を設置するとしています。その中身には「全国医療情報プラットフォームの創設」「電子カルテ情報の標準化等」「診療報酬改定DX」とあります。

医療情報プラットフォームとは、バラバラに保存されている個人の健康・医療に関する情報を集めて活用する場所(情報基盤、プラットフォーム)を作りますということです。患者さんは初診時に窓口でマイナンバーカードをかざすと、医療者側は既往歴からの過去の健診結果、投薬内容などを知ることができます。その実現の第一歩としてオンライン資格認証システム導入は必須となります。また併せて電子処方箋の導入も必要です。ただ、個人情報保護対策や、電子処方箋に必要な院外ネットワークとの接続など、解決すべき問題がありそうです。



副院長
麻酔・手術部長
清水 齋

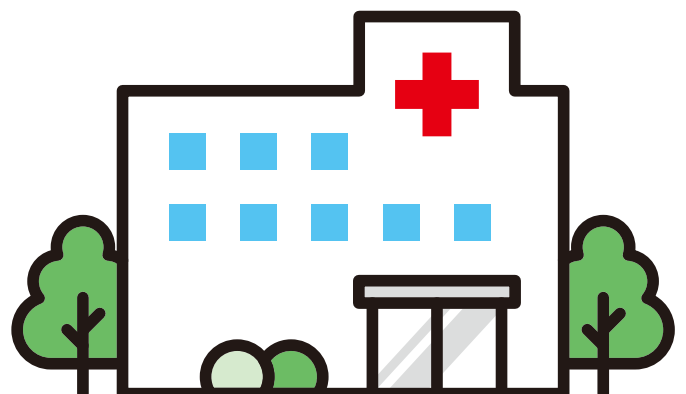
電子カルテ(電カル)情報の標準化は、電カルのデータを利用して新たな医療技術の開発や創薬などを可能にします。目指すのは医療関連産業の活性化です。それには標準化した電カル導入が必要です。標準型電カルとは、HL7 FHIR規格準拠の電カルとなっていますが、詳細は勉強不足でよくわかりません。中小規模の医療機関を含めて標準型電カル導入を推進するようです。

診療報酬改定DXでは、診療報酬やその改定などの複雑な工程を効率化するようです。

DX医療ビジョンが目指す2030年は、新幹線札幌駅開業の年です。札幌駅周辺の変容と時同じく医療はデジタル化で大きく変容していきます。こうした改革の流れに乗り遅れないようにしたいです。

参考文献

我が国のPHRの在り方に関する 基本的な方向性(案)
(mhlw.go.jp)
000788259.pdf (mhlw.go.jp)
siryou2.pdf (kantei.go.jp)
第5回 健康・医療データ利活用基盤協議会 議事次第 |
健康・医療戦略推進本部 (kantei.go.jp)



特集

新規糖尿病治療薬と FreeStyleリブレ

近年、糖尿病の治療薬が増えています。内服薬では、2014年4月に初のSGLT-2阻害薬が発売開始となり、現在一部のSGLT-2阻害薬では心不全や慢性腎臓病の適応が追加されています。2021年9月にはこれまでの糖尿病治療薬と作用機序が異なる、イメグリミン(商品名:ツイミーグ)も発売されました。注射薬では、2010年12月に初のGLP-1アナログ製剤が発売されていましたが、今ではその種類も増えて、2015年9月から週1回の注射製剤(商品名:トルリシティ)が、2021年2月には内服薬(商品名:リベルサス)も処方できるようになりました。インスリン製剤も増えて、GLP-1アナログ製剤との混合薬(商品名:ソリクア配合注、ゾルトファイ配合注)や、より即効性のある超即効型インスリン製剤(商品名:フィアスプ注、ルムジェブ注)も普及してきています。このように治療薬の選択肢が増加しましたが、腎機能低下例では使用できる薬剤が少ないこと、また認知症合併の高齢者等で自己注射が出来なくなり、治療が困難となる症例も増えています。

一方、血糖測定に関しては既に自己血糖測定器が普及していますが、2017年9月にFreeStyleリブレ(図)がインスリン治療中の患者さんに保険適応となっています。以前は1型糖尿病や2型糖尿病でもインスリン強化療法等を施行している患者さんに限られていましたが、2022年4月からインスリンを1日1回注射していれば保険適応となりました。

FreeStyleリブレの欠点は、測定しているのが間質液中の糖濃度であるため、血糖値とは値が若干異なることです。特に、食事摂取直後などは血糖上昇後に間質液中の糖濃度が遅れて上昇するため、血糖値との乖離が大きくなります。

一方、その最大のメリットは24時間、最長14日間持続したデータを評価出来て、食後高血糖や睡眠中などの無自覚低血糖も検出可能となることです。無自覚低血糖は心血管疾患や認知機能障害のリスクを上昇させます。食後高

血糖は動脈硬化を進展させます。これまで自己血糖測定器では見逃されてきた無自覚低血糖や食後高血糖など、

日内血糖変動の大きな症例でインスリンなどの調節に非常に有用です。また、患者さん自身も血糖の変動を直接数値やグラフで見られることで、食事内容による血糖への影響や運動療法の重要性を実感できるようになります。当院でもFreeStyleリブレを使用している患者さんが増えています。

糖尿病の合併症予防には血糖コントロールが重要であり、糖尿病患者さんの健康寿命延長とQOL(生活の質)の改善を目指して、個々の患者さんに最適な治療を提供できればと考えています。



腎臓・糖尿病内科
科長

富樫 信彦

図 FreeStyleリブレ



(引用元: アボットHP)



泌尿器科

診療内容

泌尿器科では、腎臓・副腎・尿管・膀胱・尿道・前立腺・精嚢・精管・精巣・精巣上部に生じる泌尿器疾患に対しての診断から治療を行っています。腫瘍(癌)、排尿障害、尿路結石症、感染性疾患など泌尿生殖器の様々な病気の専門的診療を行っております。

当科の特徴

内視鏡手術支援ロボット(ダヴィンチ)による手術を開始しました。

2022年4月より最新鋭型の内視鏡手術支援ロボット『da Vinci Xi・ダヴィンチXi』を導入しました。低侵襲ロボット支援手術(ダヴィンチ手術)は患者様の負担が少ない腹腔鏡手術と同じようにいくつかの小さな切開部を作り、外科医の操作に従って内視鏡・メス・鉗子を動かして行う内視鏡手術です。患者さんのメリットは下記のことがあります。

- 手術中の出血量が少ない: 傷口が小さいため、開腹手術に比べると極めて少ない出血量です。
- 手術後の痛みが少ない: 切る部分が大きくなるほど痛みを伴い、手術後の痕も残りやすくなります。ダヴィンチ手術では切る部分が小さいため、手術後の疼痛が軽減されます。
- 手術後の回復が早い: 傷口が小さいため、手術後の体力回復が早く、入院期間も短縮できます。
- 合併症リスクが低い: 合併症のリスクを大幅に低減できます。

当科では、内視鏡手術支援ロボットにより、これまでの当院での豊富な手術経験のもと、患者さんにより侵襲が低く安全性の高い手術を提供致します。



当科ではあらゆる泌尿器科疾患に対応可能ですが、特に前立腺がん・腎がん・膀胱がんなどの悪性疾患(癌)の専門的診療を得意としています。手術症例は全例麻酔科医による管理のもと、泌尿器科内視鏡手術、開腹手術・腹腔鏡・ロボット手術を正確な技術力を持って安全に行います。

- 前立腺がん・膀胱がんの早期発見のための検査
- 前立腺がん・腎がん・膀胱がんの腹腔鏡・ロボット手術
- 前立腺がんの抗がん化学療法(外来化学療法)、腎がんの分子標的薬治療
- 副腎腫瘍の精査・手術(当院循環器内科と診療連携)



泌尿器科
科長
北原 克教

- 前立腺肥大症の薬物療法・手術療法
 - 尿路結石の内視鏡的レーザー碎石術
- 上記のことは特に得意としていますのでこのような患者様がおりましたら、お気軽にご紹介頂ければ幸いです。



スタッフの紹介

職名	氏名	学会認定等
科長	北原 克教 (きたはら かつゆき)	日本泌尿器科学会認定専門医・指導医 日本泌尿器内視鏡学会泌尿器腹腔鏡技術認定医 日本内視鏡外科学会 技術認定医 日本がん治療認定医機構がん治療認定医 手術支援ロボット「ダヴィンチ」術者認定医 医学博士
医長	阿部 紀之 (あべ のりゆき)	日本泌尿器科学会専門医 手術支援ロボット「ダヴィンチ」術者認定医
非常勤	永森 聡 (ながもり さとし)	日本泌尿器科学会 泌尿器科専門医、指導医 日本がん治療認定医機構 がん治療認定医 医学博士



連携について一言

あらゆる泌尿器科疾患に対応可能な入院診療体制を整えています。泌尿器科疾患に関しまして加療が必要な時は、ぜひJR札幌病院泌尿器科にお気軽にご紹介ご相談ください。緊急入院も快く引き受けます。今後も札幌中心部にある急性期の病院として周辺の病院・クリニックの諸先生とともに連携をとりながら、ますます診療体制を充実し日頃の診療にあたりたいと考えております。小生は諸先生方の御依頼をすべて引き受ける断らない泌尿器科医をモットーとしております。今後も皆様のご指導・ご鞭撻何卒よろしくお願い申し上げます。

部門紹介

4階東病棟の紹介

新型コロナウイルスは、変異しながら感染の拡大を繰り返し現在第7派の到来と言われています。中和抗体製剤・抗ウイルス薬などの治療薬やワクチン接種も進んでおり、基本的な感染防止対策をとりながらの日常生活ですが、2年前に比べるとかなり不安も軽減されていました。しかし、新たな変異株発生に感染がどこまで拡大するのか私たちの生活にどこまで影響を及ぼすのか不安は尽きません。

当院は、2020年4月より北海道の要請により新型コロナウイルス感染症患者の入院対応を行ってきました。当初は、6階東病棟の呼吸器内科病棟の一部2床でスタートし、その後3東病棟で12床、4東病棟で16床まで引っ越しをしながら拡大していきました。北海道の医療フェイズの変化により、陽性者が少ない時には一般病床と陽性・疑似症患者も同病棟で対応する等、その状況に合わせて体制を変えながら運営してきました。呼吸器内科が担当していましたが、2021年からはプライマル科も参入し軽症～中等症に対応しています。呼吸不全などで重症化した場合は重症病床1床で麻酔科医師がHCU看護師と共に対応していました。

感染病棟の特徴

4階フロアの東側をグレーのパーテーションで仕切り、東病棟全体で隔離病棟として病棟内をクリーン(清潔)・グレー(準清潔)・レッド(汚染)をカラーテープで仕切りゾーニング(区分け)を行っています。病院内の一部で他部署から見えにくく、様々な隔りがありますが私達はいつでもウエルカムですので、院内外の職員で見学を希望される方はご連絡いただければご案内致します。

医師・看護師以外にも薬剤師や他のコメディカルスタッフと連携を図り、入院患者さんの一日も早い回復と社会復帰を目指してチームワークを発揮しています。

病棟の中の様子を少し紹介します。患者さんは、発熱や咳嗽・倦怠感など辛い症状の中ご家族や大切な人と離れ不安の中で療養生活を送り、医療者だけが唯一会える状態です。しかし、全身防護具を着ての看護になりますので、患者さんからは私たちの目しか見えず、看護師か医師なのか区別がつかず



病棟内の様子



食事の様子



病棟スタッフ

表情も伝わりにくい状況です。病室から出ること、買いものもできず共有スペースもなく行動が制限されるため、かなりのストレスの中での生活になります。写真にあるように、食事は使い捨て容器で提供される為、食事の温かみが少しでも感じられるように工夫しています。

スタッフの紹介

呼吸器内科は、四十防院長の他に医師が4名、看護師は27名、看護助手3名、医師事務作業補助者1名の合計37名です。

このような隔離状態の中ですが、私たちは安楽な療養生活となるようお手伝いさせていただきたいと考えています。基本的なケアは一般病棟と同じように必要です。最近はPPE(個人用防護具)での感染防御が確立しているため、検温や清拭のケア時等少しでも不安を軽減し安心できるよう声掛けをしています。

私達スタッフは、自分が感染するのではないかと不安、無症状で媒体となって家族や大切な人へ感染させてしまうのではないかと恐怖を抱えながらレッドゾーン内で患者さんのケアにあたっています。また、防護服を着用してのケアや作業は通常の看護より心身の疲労が何倍も強く感じることがあります。そんな中、スタッフ同士の声掛けや少しの気遣いにほっと安心できたり、同じ境遇にいる仲間にとだけ励まされ癒されたことでしょうか。患者さんの状態が少しでも良くなるように願い、職種や先輩後輩などの垣根を超え共通目的・意欲を持つ事で強い絆やチームワークが養われたと感じています。

感染防止対策部をはじめ総務部・多職種との連携で病棟運営が成り立っており、直接ケアに携わっていない一般病棟や他部署および院内全体の協力がありここまで運営してこられたこと、またこのような情報発信する機会を頂いたことに心より感謝いたします。

4階東病棟 師長 氏家 光都子
4階東病棟 主任 吉田 香里

地域発

医療法人 康和会 札幌しらかば台篠路病院

院長 伴 紀宏 先生



みなさんお久しぶりです。

令和元年3月まで、JR札幌病院内科で15年間勤務させて頂きました。スタッフ、医師の皆さん本当にありがとうございました。

現在は、札幌最古といわれる篠路神社やJR篠路駅から歩いて5～6分のところにある、札幌しらかば台篠路病院に勤務しています。

当院は、令和3年11月、札幌しらかば台南病院と統合し、障害者病床60床、療養病床180床の計240床のケアミックス病院として、新築移転しました。

新病院の外壁の白色は、北海道の代表的な生命力の強い「しらかばの木」の白色と、日本人が一番好きな「桜の花」の桜色をランダムに配置し、皆様に愛され続ける和の心を忘れずに、春風のような病院を目指しています。

今後日本の未来は、2025年以降、現在約1,500万人の後期高齢者人口が、国民の4人に1人となる約2,200万人に増加する超高齢化社会となってきます。

当院の役割は、急性期病院のような高度な検査や治療はできませんが、急性期医療の治療後も、まだ継続的な医療提供が必要で、自宅や施設での療養が困難な患者さまが、低下した生活機能、嚥下機能などを回復し、充実した日常生活が送れるように、慢性期の患者さまに対し厚生労働省

の規定に従い、医療必要度の高い患者さまを担当する病院です。終末期の患者さまも入院されるほか、家族の方の負担軽減のため、短期入院の受け入れなど、ご家族さま目線に立った支援も行っています。

嚥下障害による、誤嚥性肺炎を繰り返す患者さんに対して、嚥下機能検査(嚥下内視鏡、嚥下造影検査)を行ない、経鼻経管栄養、胃ろう、中心静脈栄養、埋め込み式中心静脈カテーテル造設にも対応し、嚥下リハビリテーションも行っています。

JR札幌病院をはじめとして急性期病院との連携を密にし、同時に地域の方々の要望に沿い、陰ながら日本の医療を支える後方支援の障害者・療養型の病院です。高齢者が慣れ親しんだ地域で連携して希望をもって生活していただけることが私たちの願いです。

今後ともよろしく願いいたします。



医療法人 康和会 札幌しらかば台篠路病院

〒002-8025 札幌市北区篠路5条8丁目2-1
TEL 011-773-0711 FAX 011-773-2957
E mail shinoro@kouwakai.or.jp

院長 伴 紀宏

診療科 消化器内科・内科・リハビリテーション科

診療時間 平日/9:00～12:00(受付11:30まで)

(受付時間) 13:00～17:00(受付16:30まで)

第2、第4土曜日/9:00～12:00(受付11:30まで)

日曜・祝日、第1、3、5週の土曜日は休診

健幸な生活へ向けて～腰痛予防～

こんにちは、理学療法士の寺田です。

今回は「腰痛」に焦点を当てます。人体は背骨(脊柱)により支えられています。脊柱には背骨の一つ一つをつなげている椎間板という部位があり、その中の髄核、繊維輪と呼ばれる部位がクッションの役割を担っています。急激な力が腰に加わると、髄核が後方へずれ、外側にある繊維輪が傷つくことで炎症が生じ腰痛へ繋がるとされています(図1)。

原因には腹筋や背筋などの筋力低下の他に、デスクワーク中に同じ姿勢を取り続ける、鞆を片方の肩に掛け続ける、座っている時に足を組む、中腰で重いものを持ち上げるなど日常生活での動作一つでも腰痛は生じると言われています。

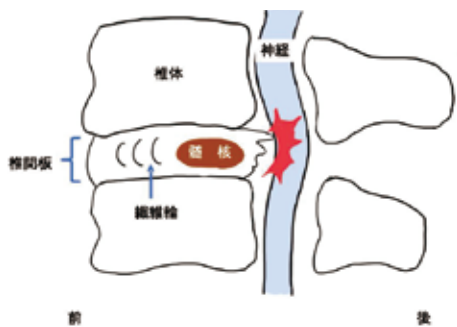


図1

今回は腰椎の伸展運動とドローイングという運動を紹介いたします。腰椎の伸展運動を行う際は、腰を伸ばすのではなく、掌でお尻を突き出し、両方の肩甲骨を内側へ寄せるように行うのがコツです。また、ドローイングは体幹を安定させ、コルセットの役割を担う腹筋群を鍛えることができます。重い物を持ち上げる際に腹筋を意識するだけでも腰痛予防となります。まず仰向けで行い、慣れてきたら座って行うのをオススメします。



リハビリ室
理学療法士
寺田 基



腰椎伸展運動



ドローイング

1. 仰向けになり両膝を立てます。
2. 息を吸い、お腹を膨らませます。
3. ゆっくり息を吐き、お腹を凹ませます。
4. 息を吐き切り、お腹を凹み続けます。(5秒程度)
5. 10回程度反復して行いましょう。

オーラルフレイルについて

「フレイル」や「サルコペニア」という言葉をご存じですか？フレイルは虚弱、サルコペニアは加齢による筋肉量の減少を指します。「オーラルフレイル」は歯や舌を含めた口腔機能が衰えた状態の事で、フレイルの1つです。

オーラルフレイルは口の機能低下から始まり、話しくい、食べこぼす、むせる、噛めない、食欲がわからない等が口腔周囲の筋力低下で起こり、人との交流減少に繋がります。健康と機能障害との中間にあるほんの微細な症状で気づきにくい特徴があり、見逃した場合には全身的なフレイルへ進む場合があります。ですが早めに気づき、適切な対応をする事で改善されます。予防するには、歯と口の健康を保つことがポイントです。

ひとつ目は口腔ケアです。目的は口腔清掃だけでなく口腔機能を維持する事で、口腔ケアをしっかりと行わないと口腔内が菌の温床となり、感染症や肺炎にかかりやすくなります。また、日頃から口を開け閉めしてよく噛んで食べる事

で脳に酸素が送られて活性化され、認知症予防やQOLの向上にも繋がります。

ふたつ目は「あいうべ体操」「パタカラ体操」「唾液腺マッサージ」等が良いとされます。これらの体操は噛む時や飲み込む時に使う筋肉を動かし、唾液がよく出るようになり、飲み込みやすくなります。

以上の観点からフレイルやサルコペニアを予防しましょう。



北海道脳神経内科病院
リハビリテーション部
言語聴覚士
工藤 育恵



「あ」「い」「う」「べ」とそれぞれ1秒ずつ、大きく口を動かしながらゆっくりと行うのがポイントです。これを10回繰り返し返します。10回を1セットとし、1日に3セット行うと効果的です。行うタイミングは入浴中や就寝前がおすすめです。



「ぱぱぱぱぱ、たたたた、かかかか、らららら」を3回、「ぱ・た・か・ら」を1文字ずつ3回それぞれ繰り返し返します。各3回を1セットとし、1日に3セット行うと効果的です。口を大きく動かして、ハッキリと発音することがポイントで、行うタイミングは食事前がおすすめです。

唾液腺マッサージ



・耳下腺マッサージ

親指以外の4本を頬に当て上の奥歯あたりを後ろから前に向かってゆっくり回す。



・顎下腺マッサージ

親指以外の4本の指先で耳の下から顎の下まで前に向かって優しく押す。



・舌下腺マッサージ

両手の親指をそろえて顎下に当て上方方向にゆっくり押し上げる。

クイズに答えて
景品を当てよう!!

JR札幌病院 間違い探しゲーム

2つの写真から、5つの間違いを探そう!
正解者には、抽選でクオカードがもらえるヨ
息抜き、暇つぶし、頭の体操にやってみよう~



応募要項

応募期間: 令和4年10月1日~10月31日

応募方法: 応募用紙の写真の間違い箇所には○を入れ、地域医療連携センター前に設置の応募箱へご投函、又は、紙面上の写真を切り取って(コピーも可)○を記入し、住所・氏名を記載の上郵送でご応募ください。

応募先: 〒060-0033 札幌市中央区北3条東1丁目 JR札幌病院 地域医療連携センター
※氏名の公表を希望されない場合はペンネームを掲載いたします。

発表方法: 広報誌『ほっとネット』紙面上にて発表いたします。

ほっとネット58号当選者発表

5つのまちがいは



応募総数 **33人**

抽選の結果、次の5名の方にクオカードをお送りいたします。

ともちゃん様、さちやぴん様、やまざき様、
イチゴ大好き様、山田 卓司様

編集後記

コロナによる様々なイベントの自粛を余儀なくされていましたが、6月に3年ぶりとなる北海道神宮例祭が行われました。中島公園会場では例年の倍以上の来場者があり札幌市が来場を控えるように呼び掛けるほどの賑わいを見せたそうです。

これからも色々なイベントが催されますが、感染予防対策を十分に行っただけで楽しみたいですね。

発行日/2022年10月1日

編集長/長谷川 徹

編集者/石川 剛・小原 健太郎・谷口 きよみ・寺田 基・中澤 英之
藤原 和希・山田 真祐子・渡邊 雄太

発行所/札幌市中央区北3条東1丁目

JR札幌病院 広報誌企画編集委員会

<https://hospital.jrhokkaido.co.jp/>