

News

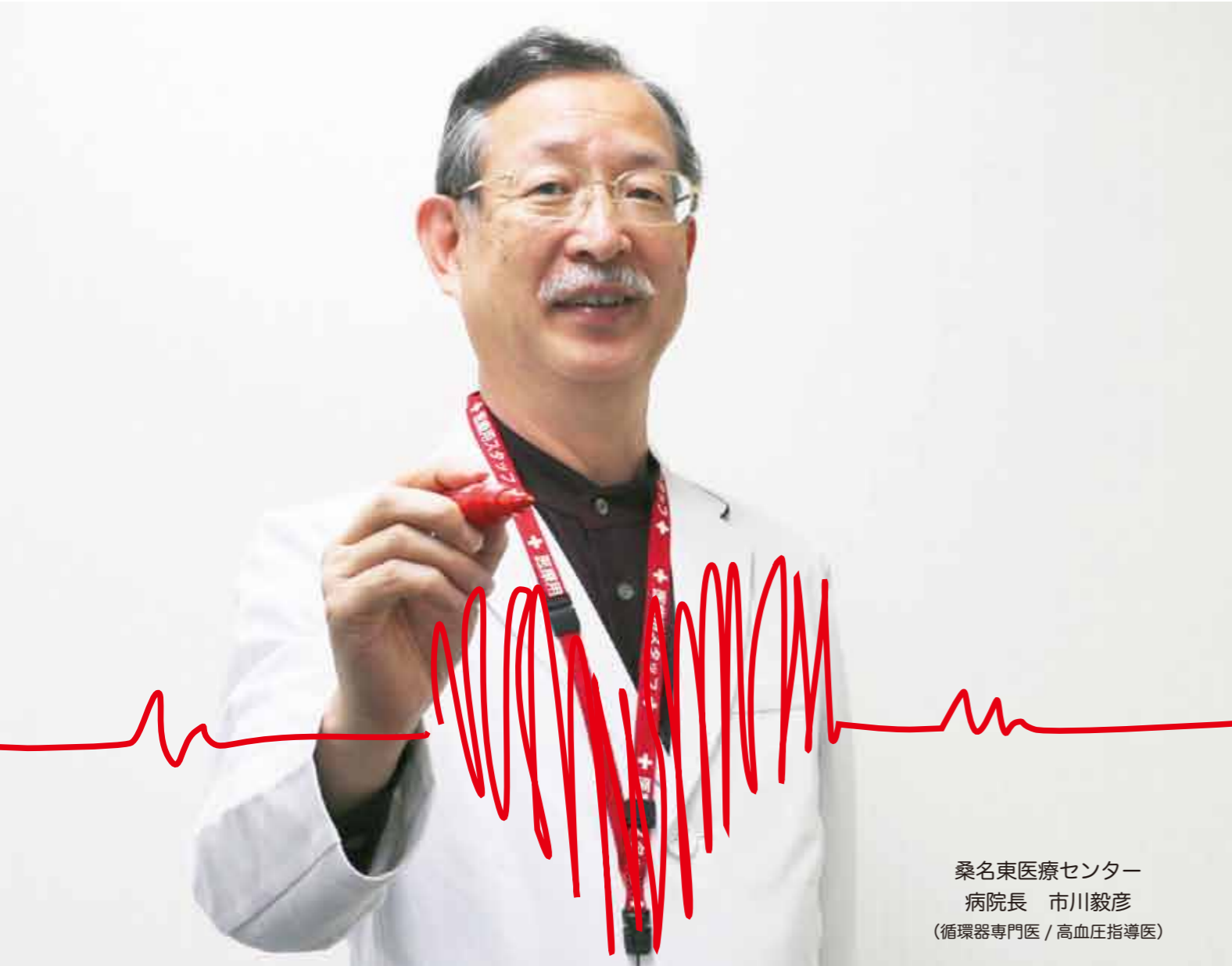
vol.49

Take Free



2017年春、新しい仲間が加わりました！

循環器内科の主な疾患



桑名東医療センター
病院長 市川毅彦
(循環器専門医 / 高血圧指導医)

特集

“ハート”を守る循環器内科

循環器内科って何を診るの？

私たちの体は、生きるために必要な酸素や栄養を運ぶため血液が“循環”しています。血液を送り出す心臓と、血液の通り道である血管（動脈・静脈）の疾患を診ているのが、循環器内科です。

さて、皆さんがよく耳にする疾患は、何でしょうか？

狭心症、心筋梗塞、心不全、不整脈、ペースメーカー、エコノミークラス症候群……。また、高血圧も循環器内科が診る重要な疾患の一つです。

桑名東、南医療センターでは、さまざまな心疾患に対して専門的な診療を行っています。また、急性心筋梗塞など緊急時の体制を整え、患者さんの早期治療と社会復帰のためのリハビリテーションにも力を入れています。今回は、地域の皆さんの“ハート”を守る、循環器内科の取り組みをご紹介します。

1 心臓疾患

■ 虚血性心疾患

心臓の筋肉を養っている冠動脈が老化で硬くなったり血管の壁に脂肪などの固まり（プラーク）が蓄積して血管の内腔が狭くなるなどにより、血流が悪くなり心筋に必要な血液が不足して起こる疾患。狭心症、急性心筋梗塞、虚血性心不全など。

■ 弁膜症

心臓にある弁に障害が起き、本来の役割を果たせない状態。弁の開きが悪くなり血流の流れが妨げられる「狭窄（きょうさく）」、弁の閉じ方が不完全なために起こる「閉鎖不全」がある。

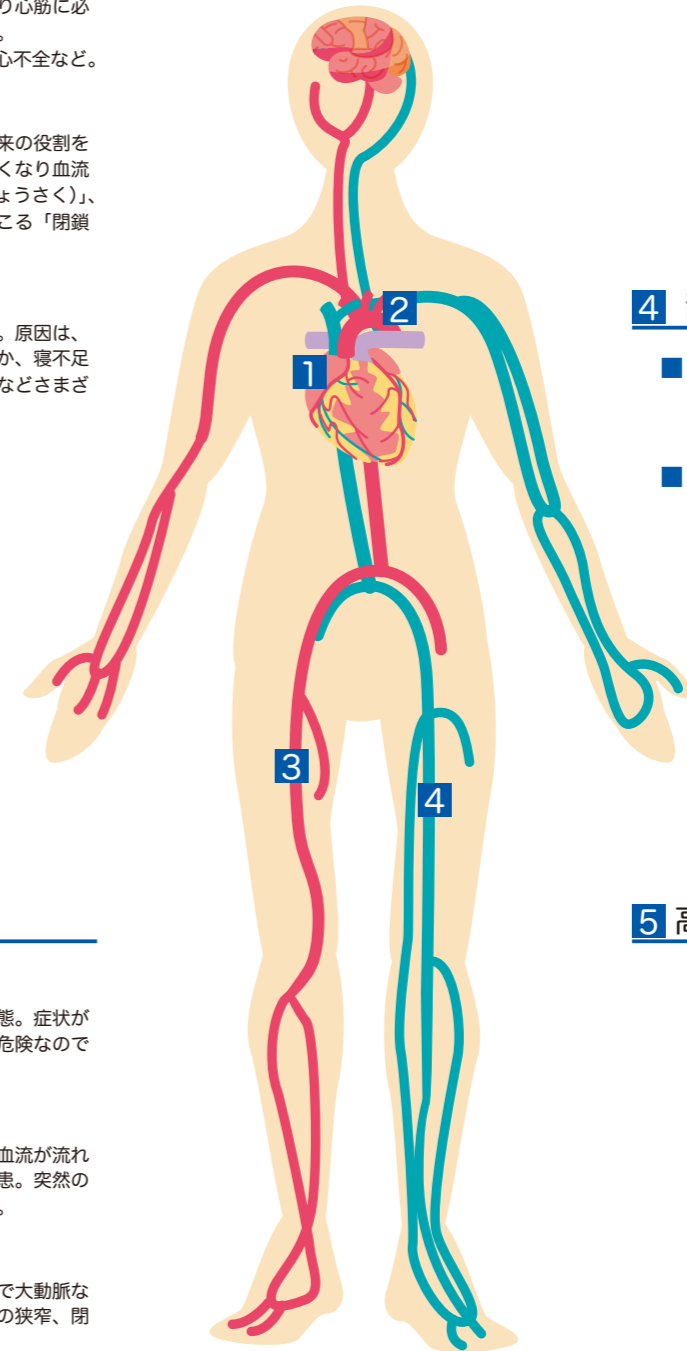
■ 不整脈

脈のリズムが乱れる疾患の総称。原因は、心臓に病気や奇形のある人のほか、寝不足やストレス、不規則な生活習慣などさまざまです。

3 末梢動脈

■ 閉塞性動脈硬化症

手や足の動脈硬化により、狭窄や閉塞を起こして血流が悪くなり、手先足先へ酸素を十分に送り届けられなくなる病気。手足にさまざまな障害が現れる。



4 静脈疾患

■ 下肢静脈瘤

足の静脈の弁が壊れ、血液が逆流し、血管がポコポコとコブようになる病気。

■ 深部静脈血栓症

(エコノミークラス症候群)

下肢や上腕などの静脈に血栓が生じ、静脈で狭窄、閉塞、炎症が起きる。飛行機旅行、脱水、手術などによる血流うっ滞が原因。

2 大動脈疾患

■ 大動脈瘤

大動脈血管がコブ状になった状態。症状がないことが多いが、破裂すると危険なので破裂する前に手術が必要。

■ 大動脈解離

大動脈の中膜に生じた亀裂から血流が流れ込み、動脈の壁が分離される疾患。突然の激しい胸や背中痛みが起こる。

■ 大動脈炎

大動脈炎症候群、自己免疫疾患で大動脈など太い血管に炎症が生じ、血管の狭窄、閉塞が起こる。若い女性に多い。

5 高血圧症

全身の動脈血管に過度な圧力がかかっている状態のこと。原因は、腎臓疾患、糖尿病などの疾患によるものや、塩分の摂り過ぎなどの生活習慣、加齢、ストレス、肥満などがあるが、原因がわからない場合も多い。



桑名東医療センター
循環器内科 部長

大村 医師

虚血性心疾患に対応する！

虚血性心疾患ってどんな病気？

厚生労働省の統計によると、心疾患は悪性新生物に次いで日本人の死因の第2位。2015年度の死亡数は約19万6千人で、死亡数全体の15%を占めています。心疾患には、弁膜症や不整脈、心不全なども含まれますが、主たるものに虚血性心疾患があります。

虚血性心疾患とは、心臓に栄養や酸素を送る血管（冠動脈）が狭くなったり閉塞したりして心筋に血液が行かなくなることで起こる疾患で、代表的なものに狭心症と心筋梗塞があります。動脈硬化などで冠動脈が狭くなり、心筋への血流が不足すると胸の痛みや圧迫感を生じます。これが狭心症です。心筋梗塞は、血管内のプラーク（脂質などの固まり）が破れて、冠動脈に血栓ができ、心筋に血液が行かなくなることで心筋が壊死してしまう病気です。

Four Pillars

循環器内科の4つの柱

どんな治療？ どんな対応？

心疾患は、発症早期の治療が生命予後の改善につながります。今までに感じたことのない、冷汗を伴う胸の痛み（胸の圧迫感や絞め付け感、下顎や肩・みぞおちなどの痛みの場合もあります）が出現した際には、躊躇せずかかりつけ医と相談するか、救急要請などにより早期に医療機関を受診することが重要です。

東及び南医療センターでは、夜間休日を問わず、緊急で冠動脈治療（バルーン拡張やステント留置術等）を行う体制を整えており、近隣の医療機関とはホットラインで連携しています。一刻も早く治療を行い、地域の皆さんをサポートすることが私たちの使命だと考えています。



桑名東医療センター
循環器内科 医長

千賀 医師

不整脈に対応する！

不整脈ってどんな病気？

胸がドキドキしたり、息切れやめまいなどが気になることはありませんか。もしかしたら、それは不整脈による症状かもしれません。

野球の長嶋茂雄元巨人軍監督やサッカーのイビチャ・オシム元日本代表監督が罹患され、社会的にも問題視されている不整脈のひとつに「心房細動（しんぼうさいどう）」があります。

心房細動が、直ちに生命の危機に瀕するわけではありませんが、放置しておくと、ある日突然、脳梗塞を発症して麻痺が出現したり、慢性化して心臓のポンプ機能が低下する厄介な疾患です。近年、食生活の欧米化や高齢化のため右肩上がりに増加しており、60歳代では100人に1~2人、80歳以上では20人に1人の方に心房細動があるとされています。また、背景にはさまざまな基礎疾患が隠れている可能性もあり、循環器内科での精密検査が必要です。

Four Pillars

循環器内科の4つの柱

どんな治療？ どんな対応？

最初は薬物治療が行われますが、最近では医療技術の進歩に伴い、カテーテル手術で約8割の患者さんが根治可能となりました。ただし、薬や手術には当然ながら副作用や合併症もありますので、患者さん一人ひとりに最適な治療方針を検討していく必要があります。

東及び南医療センターでは、不整脈専門医による診察、薬物治療、それに最先端の3Dマッピング装置を用いたカテーテル手術が可能で、心房細動は慢性化すると治療が困難となるため、早めの治療が望ましいと言われています。動悸や息切れ、めまいなどでお困りの際は、お気軽にご相談ください。

桑名東医療センター
循環器内科

山田 医師

(三重大学医学部循環器内科 准教授)



肺塞栓症に対応する！

肺塞栓症ってどんな病気？

肺塞栓症は、血管内の血の固まり（血栓）が血流によって肺の動脈（肺動脈）に運ばれ、そこを突然ふさいでしまう（塞栓）病気です。

この血栓を深部静脈血栓症といい、それが剥がれて肺動脈まで運ばれると肺塞栓症を生じます。長時間足を動かさずにベッドの上で同じ姿勢でいる入院中、特に手術や下肢骨折、がん、妊娠出産時に生じやすく、長時間飛行機に搭乗した時や災害時の避難所などでも起こり、エコノミークラス症候群という名称で知られています。

深部静脈血栓症の多くは、片側の下肢がむくんで痛みます。また、肺塞栓症は、突然の呼吸困難や胸の痛みを起し、重症な場合には突然死やショックをきたすこともあります。

また、心臓から肺に血液を送る血管の内腔が狭くなることで生じる肺高血圧症は、進行性で最後には右心不全を起し死に至る病気です。

Four Pillars

循環器内科の4つの柱

どんな治療？ どんな対応？

東及び南医療センターでは、深部静脈血栓症と肺塞栓症に対して、最先端のカテーテル血栓溶解療法を行うことができます。特殊なカテーテルを用いて静脈の血栓に直接薬を散布することで早期に血栓を溶解し、速やかに症状が消失するとともに後遺症を防ぐことが可能です。さらに、お腹の太い静脈にフィルターという網を張って剥がれた血栓が心臓や肺動脈に流れ込まないようにしたり、カテーテルで肺動脈に詰まった血栓を破碎吸引するカテーテル治療も可能です。

肺高血圧症に対しては、最近では効果の高い飲み薬が使用可能となり、病気の進行を食い止めることができるようになりましたが、重症例に対しては、より効果の高いカテーテルを体に植え込んだうえで持続的に静脈内へ肺血管拡張薬を投与する高度な医療を提供します。

桑名東医療センター

心臓リハビリテーションチーム



患者さんの社会復帰をサポートする！

心臓リハビリテーションとは？

心臓リハビリテーション（心リハ）は、心疾患を持つ方の体力や不安・抑うつ状態を改善し、社会復帰を実現し、病気の進行を防ぎ、再発、再入院を減らすことを目標にしたプログラムです。

心リハでは、医師、理学療法士、看護師、薬剤師などの専門スタッフが、患者さん一人ひとりに適した運動指導、情報提供、危険因子の管理（薬物療法を含む）、心のケアなどを行います。

多くの場合、入院直後は安静加療が必要ですが、必要以上に長期間の安静は、筋萎縮、筋力低下、呼吸機能低下、起立性低血圧、骨粗鬆症など全身の働きを調節するしくみに異常を起し、身体にはかえって悪影響を及ぼします。心リハにより、運動能力が改善したり、動悸や不整脈を軽減させたりするなどの効果が実証され、その重要性が強く認識されるようになってきました。

Four Pillars

循環器内科の4つの柱

どんな対応？

東医療センターは、2012年から日本心臓リハビリテーション学会の認定を受けました。昨年は延べ141人の入院患者さんに心リハを行い、退院した患者さんも継続してサポートしています。

また、心リハに関わる専門スタッフは、定期的な情報共有し、意見交換しながら、患者さんの病状が安定するようにチーム一丸となって取り組んでいます。

心リハの効果

- 運動能力が改善
- 精神的に安定し、動悸や不整脈が軽減
- 動脈硬化の危険因子（脂質異常症・高血圧など）が改善
- 血管の拡張能が改善し、血栓ができにくくなる
- 心筋梗塞の再発や突然死が減り、死亡率が減少

“ハート”を守る 循環器チームのスタッフたち

桑名東、南医療センターでは、迅速で適切な診療を実践するために、医師、看護師、薬剤師、診療放射線技師などさまざまな職種の専門スタッフが互いに協力しながら、チーム一丸となって患者さんの“ハート”を守っています。



一人ひとりの患者さんに寄り添い、一日も早い回復をサポートする
心臓リハビリテーションチームのスタッフ。



循環器の診療はスピード勝負。
1分1秒でも早く治療ができるように、日頃から知識や技術を磨いています。



With you
医療人

チーム医療を支える

臨床工学技士

命を守る医療機器の「安全」を見守る

病院には、人工心肺装置や人工透析装置、人工呼吸器など、人の呼吸や循環、代謝などの機能の一部を代わりに行ったり、補助したりするためのさまざまな医療機器が配備されています。臨床工学技士は、これらの機器がいついかなる場合にも安全で確実に操作できるように、日頃から機器の手入れや点検をしたり、機器の運用に関する専門的な知識をスタッフと共有したりしています。

今回の医療人は、病院で日常的に使われている医療機器の「安全」を見守る縁の下の力持ちをご紹介します。



活躍の現場/ 内視鏡検査

体内に CCD カメラを内蔵した機器を直接挿入し観察する内視鏡検査では、電子スコープの取り外しや取り付け、さまざまな処置具の点検などを行っています。

検査中は、患者さんの状態を見守りながら、処置具を操作するなど医師の介助もしています。



活躍の現場/ 心臓カテーテル

狭心症や心筋梗塞などの患者さんに対する心臓カテーテル検査や治療の現場にいます。

検査では、患者さんの心拍数や呼吸数、血圧などバイタルサインを見守り、容体の変化にもすぐに対応できるように血管内超音波装置 (IVUS) や補助循環装置 (IABP) などの機器を万全の状態でご用意しています。



活躍の現場/ 血液浄化 (人工透析)

糖尿病などで腎臓の機能が低下した患者さんの体内にたまった老廃物を排泄するのが、人工透析。そこでは、患者さん一人ひとりの血液データをチェックしながら寄り添い、患者さんの状態を見守っています。

また、人工透析で使われる透析液の水質チェックもしています。

臨床工学技士の一日

患者さんに検査の説明

この日、カプセル内視鏡検査を受ける患者さんに検査の概要を説明しました。

8:30

カプセルは体内を撮影し、6~8時間後に排出されます

設定変更はこれでいいですか?

病棟ラウンド

病棟を巡回して機器が正常に動いているかを確認。機器の取扱いを説明することもあります。

9:00

OKです!

手術 ~準備から立会いまで~

手術で使う機器の準備をした後は手術に立会い、スタッフの補助をします。

10:30

準備よし!

休憩

同僚と趣味の話をしながらんチタイム。

12:30

妻帯弁当でエネルギーチャージ!

機器の点検を始めるぞ!

機器の手入れと点検

常に安全に操作できるように、輸液ポンプやシリンジポンプなどの手入れや点検をしています。

15:30

電圧よし!

機器データのまとめ

カプセル内視鏡検査を受けた患者さんのカプセルを回収し、データを取りまとめます。

16:30

5万枚の画像からベストな1枚を!

こころの健康を保つために

桑名市総合医療センター メンタルヘルス相談担当・臨床心理士 谷川 智子

世の中の動きや変化とともに暮らし方や動き方、人との関わり方も変わっていきます。世の中の変化がよりスピーディになっている感じがします。そんな中、出来事や変化に対応しつつ、人との良い関係性を保ち、前向きな気持ちで暮らすことはなかなか大変なことですね。引きこもりやうつ病が社会問題として取り上げられますが、こころの健康を保って生活するにはどうすれば良いでしょうか。

● ● ● こころが健康な状態とは？ ● ● ●

右の4項目を目安としてチェックしてみましょう。この4つが当てはまらないのでこころが健康ではない、と結論付けず、こころの健康を損なうようなことがあるのかもと考えてみましょう。

こころの健康 Check List

- 自分の役割を果たしていると感じられる。
- 自分の長所、短所、得意、不得意がわかっている。
- 人と共感できる。
- 人とほとんど仲良くできる。

● ● ● こころの健康を損なう要因の一つ、ストレスについて ● ● ●

ストレスとは人が危険から身を守るために生体内にエネルギーが湧き起こっている緊張状態のことです。ある程度緊張感がないと安心・安全な生活が送れないのですが、多過ぎたり過剰に受け止めたりするとストレスが高くなり過ぎて心身に影響を及ぼすということになります。「多過ぎる」とは、環境から受けるもので、入学、卒業、結婚などの喜ばしい出来事も短期間に重なると多過ぎるということになります。

「過剰に受け止める」とはストレスを強く感じるか、感じないかという個人的な受け止め方の違いです。このどちらか、あるいは両方からストレスが高くなる状態となってしまう。

● ● ● 自分でできるストレス・コントロール ● ● ●

ストレスが高いと、右のような反応が起こることがあります。このような反応が起こる前に対処できると良いのですが、反応が起こることでストレスの高さに気づくことができます。気づいたら対処しましょう。ストレスはないものではなくあるものなので、コントロールすることができれば、さまざまな心身の反応を和らげることや予防することができます。疲れたら休む、おいしいものを食べる、好きな音楽を聴くなど、当たり前に行っていることも適切なストレス対処です。これをするると落ち着く、ホッとすると、といったちょっとしたことがいくつかあると良いですね。いつもよりイライラする、集中できない、不安でドキドキする、人に会いたくないというときには意識的にコントロールしてみましょう。

毎日の暮らしの中で起こる出来事、人のお付き合い、自分や家族の心身の健康など私たちは多くのことを同時に気にかけてながらこなしています。ストレスを避けること、お手当することが大事ですが、ストレスには自己成長のバネになるというプラス面もあります。物事、出来事に対して決めつけたり、思い込みをすることなく、いくつかの見方、捉え方で検討してみましょう。



谷川 智子 (たにかわ ともこ)
1952年生まれ、三重県出身。
海南病院精神科臨床心理主任を経て、
2013年より現職。

参考文献：
「今日から使える心理学」 渋谷昌三著

地域に求められる病院のカタチ

桑名東医療センター 地域医療センター地域医療室長 新井 ひとみ

医療は「病院完結型」から「地域完結型」へ

総務省の統計によると、日本の65歳以上の高齢者人口は3461万人(*)。高齢者が総人口に占める割合は27.3%に達し、4人に1人が高齢者の時代を迎えました。高齢者人口は、今後も増加が見込まれる一方、15~64歳の生産年齢人口の減少に伴い医療や介護を担う人材不足が予想されます。こうした社会背景の中、私たちが実践する医療は、一つの病院で完治を目指す「病院完結型」から、地域にある病院が役割分担をして相互に連携し地域全体で支えていく「地域完結型」への移行が進められています。

*2016年9月15日現在の人口推計



新井 ひとみ (あらいひとみ)
1957年生まれ、三重県出身。
市立四日市病院を経て、1980年山本総合病院(現 桑名東医療センター)に勤務。
2016年9月より現職。

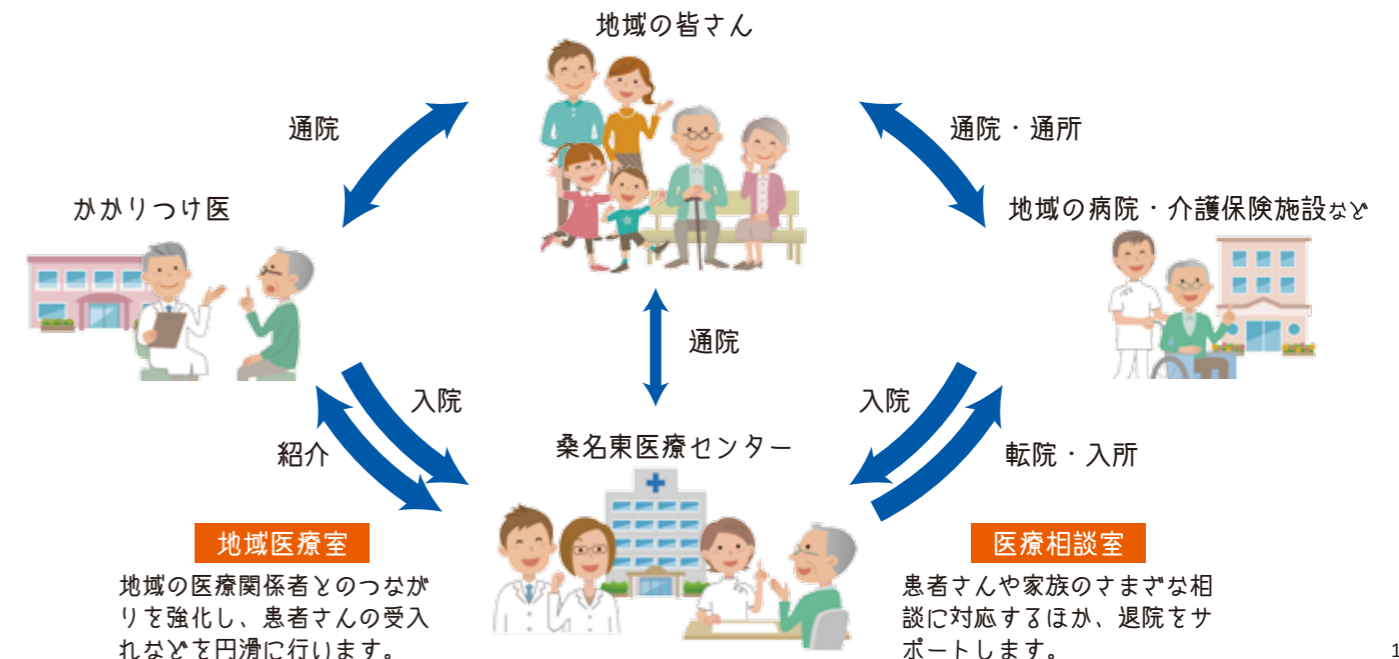
地域の中核病院として「つながり」を大切にしたい

「地域完結型」への取り組みの一環として、昨年9月、地域の医療機関の窓口となる「地域医療室」と患者さんやご家族の相談窓口となる「医療相談室」を組織統合し、東医療センターに地域医療センターを開設しました。

地域医療室は、かかりつけ医と東医療センターをつなぐことが主な業務です。そこで、本センターの開設と同時に、地域の医療機関を訪問し、さまざまな意見や提案を伺うことから取り組みました。「代表電話がつながりにくい」という意見に対しては、同室への直通ダイヤルを新設したほか、看護師が直接対応するホットラインを設け、患者さんを迅速に受け入れる体制を整えました。また、緊急の検査や治療を終えた患者さんが、再びかかりつけ医の先生に診ていただくために情報共有にも努めています。今後は、専門的な知識や技術を備えた当センターの専門・認定看護師を要請に応じて派遣するなど地域全体の医療に貢献できることを目指していきます。

一方、医療相談室は、社会福祉士や看護師の資格を持った医療ソーシャルワーカーが、地域の介護や福祉担当者と連携しながら、患者さんが療養する上で生じるさまざまな問題について相談に応じ、安心して医療を受けられるようにサポートしています。

2018年にオープンする新病院は、高度な医療機器を備え、救急や周産期、小児医療のほか、がん診療などにも対応できる病院として地域の中核的な役割を担うことが求められています。その上で、この地域の皆さんが安心して適切な医療を受けられる環境を整えるために、地域の方々の声に耳を傾けながら、私たち医療・介護関係者が互いの得意分野を活かしてつながり、地域全体を支えていきたいと考えています。



4月に新しく病院長・副病院長に就任しました



桑名東医療センター
病院長 市川 毅彦

この地で33年、皆さんから信頼される病院を目指し努力してきました。今後も、地域医療に貢献し、高度な医療の提供と救急体制の充実を目指します。

桑名東医療センター
副病院長 町支 秀樹

病院長の補佐役として、市民の健康を守るため、院内の全職種に関わり、地域医療や病院機能の改善・向上に寄与していく所存です。

桑名西医療センター
副病院長 登内 仁

三重県立総合医療センターから赴任しました。前職での経験を活かし、地域の皆さんや医療機関の先生方に信頼される医療を提供できるよう頑張ります。

快適な空間づくりのために / スタッフ全員が新病院の設備を検証

東医療センター東側に建設が進められている新病院の敷地内に、今年1月、病室と廊下のモデルルームが設けられました。すべてのスタッフがここを訪れ、配置されたベッドや車いすなどを実際に使い、患者さんやスタッフにとって使いやすく居心地の良い空間になるよう検証しています。



キッズニア監修の職業体験 / 子どもたちが病院の仕事を体験

全国の子どもたちが三重県の特長ある仕事「三重ジョブ」と「街の仕事」、「メディアの仕事」を体験できるイベント「三重ジョブキッズキャラバン」が、3月20日、桑名市内の各所で行われました。

東医療センターでは、子どもたちが血圧測定、心臓マッサージなど命を守る現場での仕事を体験しました。



教室のご案内

受診の有無にかかわらず、どなたもご参加いただけます。

妊婦さん・産後ママのための教室 [予約制]		場所：桑名東医療センター		Tel: 0594-22-3709
内容	開催日	時間	参加費	対象
マタニティ・ヨガ	第2・4木曜日	13:30~15:30	700円	妊娠15週以降の正常な妊娠経過の方(医師の許可が必要です)
マタニティ・フィットネス	金曜日	11:00~12:00	700円	
ママ・ヨガ	火曜日	11:00~12:00	700円	産後6週から2歳位まで
糖尿病教室 [予約制]		場所：桑名西医療センター		Tel: 0594-22-7111
内容	開催日	時間	参加費	その他
糖尿病ってどんな病気？ 糖尿病の基本を学びましょう	4月27日(木)	12:30~14:30	800円	食事あり
自宅でかんたん チューブトレーニング！	5月25日(木)	13:00~14:30	800円	おやつのみ
太る食事には理由がある ～菓子パンの秘密～歯槽膿漏について	6月22日(木)	11:00~12:30	800円	食事あり
減塩教室 [予約制]		場所：桑名西医療センター		Tel: 0594-22-7111
内容	開催日	時間	参加費	その他
塩分とは？調味料や加工品の塩分	5月9日(火)	12:30~14:30	1500円	減塩寿司の昼食
肝臓病教室 [予約制]		場所：桑名西医療センター		Tel: 0594-22-7111
内容	開催日	時間	参加費	その他
肝硬変と肝性脳症	7月7日(金)	13:00~14:00	100円	資料代として

教室レポート

体は何でできているの？

自分の体を知り生活を見直そう！

肝臓病教室レポート

1月13日、西医療センターで開催された肝臓病教室に参加してきました。今回のテーマは、高血圧や高血糖、脂質代謝異常を引き起こし、脳卒中や糖尿病などさまざまな病気の原因になると言われている「内臓脂肪と食事」です。

教室では、体水分や骨格筋、体脂肪などの量を測定し体のバランスを評価できる「インボディ(InBody)」という機器を使って体を測定し、それぞれの参加者は自分の体が何でできているかを知ることができました。そして、内臓脂肪を減らすための日常生活の過ごし方や、バランスの良い食事法について看護師さんと管理栄養

士さんから教えていただきました。今回教室に参加してみて、ちょっとした運動をするだけでも内臓脂肪を減らすことができることを学び、早速今日から階段を使ってみようかなと思っています。



各医療センターで開催される各教室は、受診の有無にかかわらず、どなたでも参加することができます。皆さんも一度参加してみませんか？

<レポート 広報担当>



GO! GO!

建設現場 レポート

vol.7

このコーナーでは新病院の建設に関する最新情報をお知らせします。

新外来棟の外壁工事が完了!

全面ガラス張りの新外来棟は、1・2階が駐車場、3・4階が診察スペースになります。建物内部は間仕切り壁が設置され、診察室が一つひとつ仕切られていきました。一方、外部は最上階まで壁面ガラスが取り付けられ、塗装工事までのすべてが完了しました。

新入院棟では、8階までの鉄骨組み立て工事が完了し、コンクリートの打ち込み工事が進められます。



新外来棟の壁には診察室のドア枠が設置された



建設現場の

ナニコレ?!

これはなんだと思いますか?



答えは「高所作業車」です!

その名のとおり、高い場所で作業するための車です。

上の写真をご覧ください。自動で昇降する作業床に必要な資機材を乗せて、昇降させたり前後に移動させたりしながら、新外来棟内部の配管工事で大活躍です。

なんでも Q & A

Q

新病院では放射線治療を受けられると聞きました。どのような治療を受けられますか?

A

新病院では、新たに放射線治療装置を整備しますので、がん患者さんは放射線治療を受けられるようになります。治療には、医師、診療放射線技師、医学物理士などの専門スタッフが携わりますので安心して治療を受けていただけます。

また、放射線治療が始まることにより、今後は、がんの主な治療法である外科療法(手術)、化学療法(抗がん剤)、放射線療法などをがんの種類や進行度に応じて効果的に組み合わせて行う集学的治療を受けられるようになります。

新病院では、周産期や小児を含めた救急医療を充実させるとともに、がん診療に力を入れていきます。昨年、東医療センターに開設した病理診断科では、医師と臨床検査技師が、がんの正確な診断と早期発見に取り組んでいます。また、がん看護の専門知識を持つ専門・認定看護師が、患者さんやご家族に寄り添いサポートしています。がん医療に関わる専門スタッフが力を合わせ、この地域のがん診療を充実させていきたいと思っています。

