



岩国医療センターだより

2022年 11・12月号 VOL.144

ご自由にお持ちください。



入退院センター：撮影の為、職員はマスクを外しています

だより

- ① 特集【循環器内科だより】
急性冠症候群について
- ③【リハビリだより】
フレイルについて
- ④【薬剤部だより】
「お薬手帳」のススメ

- ⑤【看護部だより】
総合入退院センターの紹介
- ⑥【かかりつけ医のご紹介】松井医院
- ⑦【岩国看護学校】
「オープンスクールを開催致しました！」
インフォメーション

独立行政法人国立病院機構
岩国医療センター
発行・制作：広報委員会

〒740-8510 山口県岩国市愛宕町1丁目1番1号
TEL 0827-34-1000 / FAX 0827-35-5600

岩国医療センター 検索 <https://iwakuni.hosp.go.jp>

特集

急性冠症候群 について



循環器内科 医師

こいで ゆうじ
小出 祐嗣



内科認定医

日本心血管インターベンション治療学会 認定医

循環器内科の小出と言います。今回は心臓、特に急性冠症候群という病気についてお話ししようと思います。

山口県では40歳以上の全ての年齢で死因の第2位が心疾患(1位は悪性新生物)となっています。多くの研究で薬物治療などの進歩により70歳以上の高齢者での急性冠症候群の発症率は低下傾向ですが、59歳以下の若年群では食生活の変化からか、ここ30年間一貫して男女とも発症率は上昇しています。

医療技術が発達した今日でも急性冠症候群が原因で命を落とす方もいます。また急性冠症候群では様々な合併症(心不全、致死性不整脈、心破裂等命に関わる可能性がある)を治療後も起こす可能性があり、発症を予防することが大切です。そのためには、健康診断の結果を無症状であるからといって放置せず、まずは近隣の開業医の先生やクリニックの先生を受診し必要な指導や治療を開始することが大切です。

具体的には高血圧や高脂血症、糖尿病や腎臓の機能が低下していること、喫煙者は健康な人と比べ動脈硬化と言って血管の中にゴミがたまりやすくなるのが健康な人と比べ多くなるのがわかっています。いずれも症状がない病気です。岩国地区では男性で特にメタボリックシンドロームの方が多いと報告もあります。

心臓と冠動脈

心臓の筋肉を栄養する血管のことを冠動脈といい、計3本あります。この血管の血流が悪くなることで起きる疾患を虚血性心疾患と言います。血管の内腔がプラークなどによって狭くなるのを狭心症、プラークや血栓で閉塞することを心筋梗塞と言います。(図1)

急性冠症候群とは

急性冠症候群(ACS)は、冠動脈に付着するプラークの破綻とそれに伴う血栓形成により冠動脈の高度狭窄または閉塞を来し、急性の心筋虚血を呈する病態です。

※プラーク：コレステロールや脂肪からできた粥状の物質で、血管の壁に蓄積し、徐々に血管の内腔を狭めます。この状態を動脈硬化と言います。(図1)

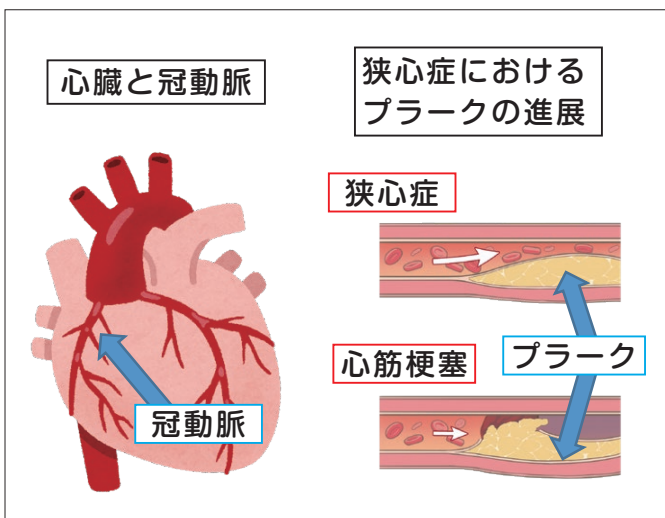
血管壁にプラークが徐々に蓄積し、血管内腔が狭小化して起こる狭心症とは異なり、急性冠症候群は、

- ①プラークが破綻しそこに血栓が付着したり、
- ②血管壁に血栓が形成、
- ③石灰化結節(石のように固いごみ)に血栓が付着して血管内腔が閉塞して起こると言われています。

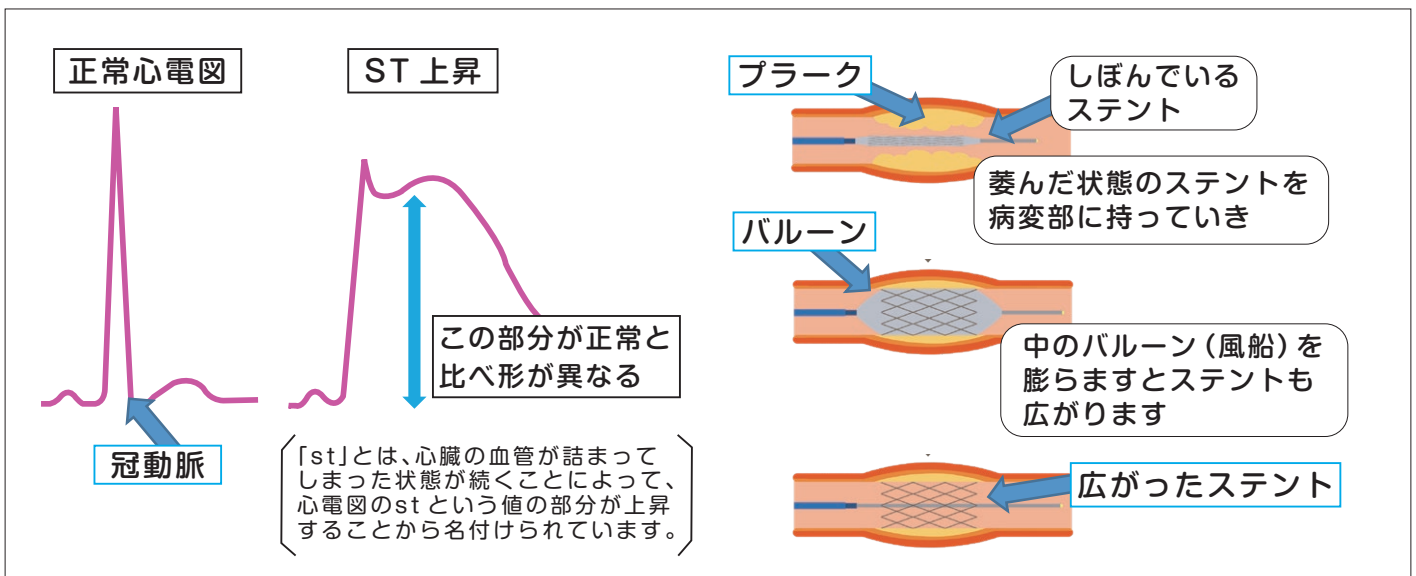
診断

問診、心電図、心臓超音波検査、採血など総合的に判断し診断します。さらに急性冠症候群は心電図で二つに分けられます。

※ST上昇型心筋梗塞(STEMI)(図2)とST非上昇型急性冠症候群(NSTE-ACS)に分類されます(先ほどの急性心筋梗塞と不安定狭心症の分類とは異なる分類方法です)。(図2左)



【図1】



【図2】

治療法

①カテーテル治療

特に STEMI では発症 3 時間以内、病院到着から 90 分以内の血流改善目的の治療を行うことが患者さんの予後を良くすることが証明されており、当院でも平日夜間・休日に関わらず、治療を得意とする学会専門医或いは認定医が 24 時間体制で治療を行える体制を築いています。

バルーン治療にステントと呼ばれる金属の金網を留置し、血流を改善する治療を行います。その他様々な治療器具を病状に応じて使用しています。

ステントはただの金属の金網ではなくプラーク等が再度増えて血流を低下させないような特殊な薬剤が塗布されています。(図 2 右)

急性冠症候群によって心臓がダメージを負い、心臓のポンプの働きが低下し自分の心臓だけでは全身の血流を保つことが困難な場合には足の付け根(鼠蹊部)より大動脈バルーンパンピング (IABP) (大きな風船を大動脈の中で膨らませたり萎ませることで冠動脈の血流を改善します) や人工心肺 (ECMO) (自身の心臓の肩代わりをします) などの機械的な治療が必要になることがあります。

②薬物治療

再度急性冠症候群を引き起こさないよう動脈硬化を予防する薬を使用します。

高血圧、脂質異常(コレステロール)、糖尿病、喫煙、腎機能低下は動脈硬化が何倍も進みやすいことが示されており、対応した薬剤が必要になります。

さらに、急性冠症候群では一時的でも血流が低下することによってそれが栄養する心臓の筋肉が傷害されるので長期的に心臓を保護する薬剤の内服も必要になります。

③心臓リハビリテーション

ステント治療後血液検査や全身の状態が安定した後に、脈拍、血圧などを監視しながらリハビリテーションを行います。通常 1 週間～ 10 日間程度を入院中に行い退院となります。これは退院後どれだけ動いて良いのか(運動強度、身体機能)や、生活の質(QOL)を落とさないために必要です。

急性冠症候群の前段階の狭心症では、労作時の胸痛や胸部の押されたような症状が出現し安静にすると改善しますが、徐々に軽い労作でも症状が出現するようになります。一方、そのような症状がなくとも急性冠症候群では急に胸部の症状が出現することがあります。もし自宅で急に発症した胸痛などがあり、改善しなければすぐに病院を受診するようにしましょう。

最後に、動脈硬化につながる生活習慣病(高血圧、脂質異常症、糖尿病など)をお持ちの方は生活習慣の是正・適度な運動やガイドラインに沿った薬物治療を行い、その先にある冠動脈疾患に罹らないようにすることが大切です。

当院循環器内科では最新の機械や正しい知識を持って心臓疾患にお困りの患者さんの治療を共に行うことを motto に日々診療にあたっています。



フレイルについて



リハビリテーション科
理学療法士

宮本 順平



はじめに

寒い時期になってきましたね。この時期になってくると外出がおっくうになる方も少なくないかと思います。体を動かす機会が少なくなってくると体力が落ち、免疫力が低下することで体調を崩しやすくなることもあります。リハビリの観点から体調を崩しにくくする体の作り方をお伝えできればと思います。

フレイルとは

あまり聞きなれない方も多いと思いますが、年を取って体や心の働き、社会的な繋がりが弱くなり、健康な状態と要介護状態の中間のことを「フレイル」といいます。表1で当てはまる項目が多いほどフレイルになるリスクが高いです。年齢が高いほどフレイルの可能性は高くなりますが、年齢に関係なく若い時でもフレイルになることもあります。

改定日本版CHS基準（改定J-CHS基準）

項目	評価基準
体重減少	6か月で、2kg以上の（意図しない）体重減少
筋力低下	握力：男性<28kg、女性<18kg
疲労感	（ここ2週間）わけもなく疲れたような感じがする
歩行速度	通常歩行速度<1.0 m / 秒
身体活動	①軽い運動・体操をしていますか？ ②定期的な運動・スポーツをしていますか？ 上記の2つのいずれも「週に1回もしていない」と回答

3項目以上に該当：フレイル、1～2項目に該当：プレフレイル 該当しない：ロバスト（健常）

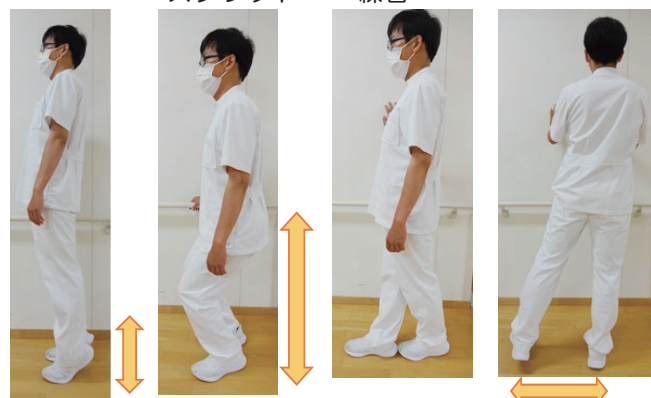
（出典：「Sakata S and Arai H. Geriatr Gerontol Int. 2020;20(10):992-993」より作図）

【表1】

日常でできる運動の紹介

ここでは簡単に日常に取り入れることが可能な4つの運動を紹介しようと思います。それ以外にも、ウォーキングやストレッチなどいつもより10分程度長く運動するだけでも効果があります。（図1）

①踵上げ ②ハーフスクワット ③バランス練習 ④足開き運動

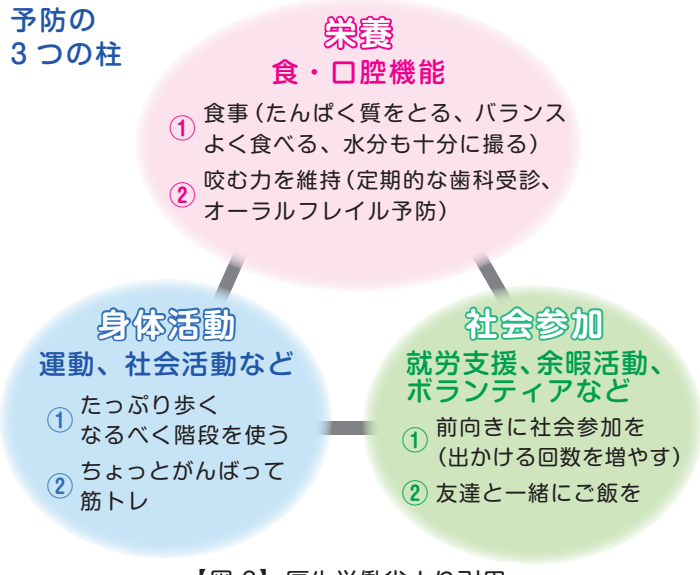


【図1】

最後に

運動を習慣化することは簡単ではありませんが、できることから少しずつ日常生活に取り入れることが、健康を保つ秘訣です。若い時から意識して取り組むことで、健康寿命を伸ばすことができます。楽しんで運動してみてください。

予防の3つの柱



【図2】厚生労働省より引用

「お薬手帳」のススメ ～知っておきたい活用法～



薬剤部 副薬剤部長
升味 紀子

お薬手帳は、処方されたお薬を記録するだけでなく、実は多くの活用法があります。

「お薬手帳」とは

「いつ」「どこの病院から」「どのくらいの期間」「どのようなお薬が処方されているか」などあなたが使っているお薬に関する大切な情報を記録し、お薬の履歴を管理する手帳です。

活用法①

一人一冊にまとめましょう

一人一冊にして時系列に沿って情報をまとめることが大切です。各医療機関ごとに作る必要はありません。



活用法②

飲み合わせの確認ができます

薬局では、薬剤師が「お薬手帳」を見て、複数の医師から処方された薬を飲んでいる場合でも同じ働きを持つお薬が重複していないか、相互作用で飲み合わせの良くないものはないかなどを確認することができます。



活用法③

情報が正確に伝わります

旅行先で急に具合が悪くなった場合や、災害時に避難した場合などに、「お薬手帳」を持っていれば、あなたが服用中のお薬を医師や薬剤師に正確に伝えられます。出かける際には携帯しておくといざという時に役立ちます。

医療機関にかかるときは必ず持って行きましょう。



活用法④

健康管理に役立ちます

「お薬手帳」には、副作用歴、アレルギーの有無、過去にかかった病気などを記入することもできます。今まで飲んだお薬の履歴が残るので、ご自身の健康管理に役立ちます。

……『かかりつけ薬局』を持ちましょう……

「かかりつけのお医者さん」が安心できるように、いつでも気軽にお薬のことを相談できる「かかりつけ薬局」を持ちましょう。

自宅や職場の近くなど行きやすい場所で、信頼のおける薬局を1つ「かかりつけ薬局」として決めておくことをお勧めします。「保険薬局」「処方せん受付」といった表示のある薬局では岩国医療センターの処方箋を応需してもらえます。





総合入退院センターの紹介



総合入退院センター部
看護師長 岡田 寛子

総合入退院センターは、患者さんやご家族が安心・安全な医療・看護を受けられるように2015年4月に開設しました。

総合入退院センターの役割

患者さんやご家族が入院生活や治療経過についてイメージすることができ、安心して入院生活を送ることができるように入院前から入院説明・面談を行っています。



入院に関するさまざまな問題を早期に把握し、退院を見据えたサポートができるように、関係職員と協力をして安心して入院できる環境を整えます。



主な業務内容

入院が決定したら、看護師が患者さんやご家族と面談を行います。入院パンフレット等を使用し「入院当日の流れ」「入院手続きに必要な書類」「入院に必要な物品」「入院中の生活」「入院費用に関すること」などについて説明を行います。

また、患者さんやご家族に「生活背景や家族構成、病歴など」の確認をさせていただきます。

患者さんやご家族から得た情報は、担当医師や病棟看護師、薬剤師、管理栄養士、医療ソーシャルワーカー(MSW)などと情報共有し、情報をもとに入院前から多職種でカンファレンスを行い患者さんの入院生活や治療についてサポート体制を整えています。



連携の実例

食物アレルギーがある患者さんには、医師や管理栄養士と情報共有してアレルギー対応の食事を提供します。

手術や抗がん剤治療、放射線治療を受けられる患者さんは、一時的に抵抗力が弱くなった時に肺炎や歯周病などの感染症を併発することがあります。医師が歯科受診が必要と判断された場合は、口腔内の環境を整え万全の状態での治療や手術を受けられるように歯科医院の受診予約をしています。



私たちはこれからも患者さんやご家族一人一人に合わせた分かりやすい丁寧な面談を心がけていきます。

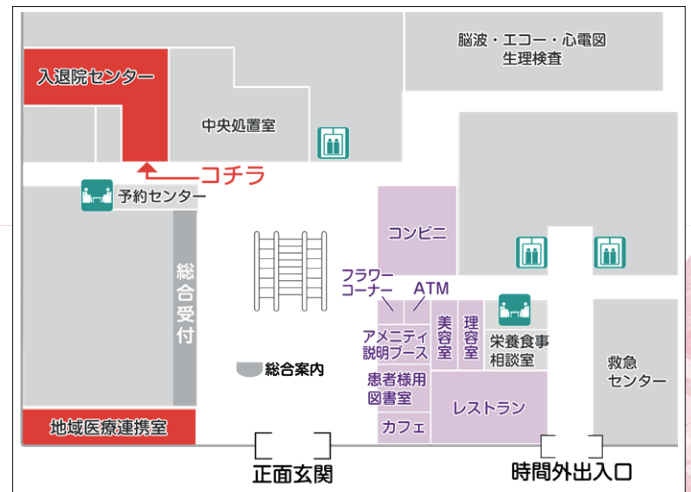
面談後にご自宅に帰られてもわからない事がある場合は、お電話でも対応しておりますので、お気軽に総合入退院センターにお尋ねください。

<お問い合わせ先>

病院代表番号 0827-34-1000

総合入退院センター

【入退院センターの場所】



医療法人 頌栄会 松井医院



松井医院外観、駐車場

医院の特徴

院長は、整形外科（脊椎、膝、成長期のスポーツ障害）を副院長は一般内科、小児科を担当しています。

対応可能な検査

血液検査、レントゲン検査、胃カメラ、超音波検査（エコー）、血液脈波、骨密度検査（DEXA法）

診療で大切にしていること

私達の診療所の役割は信念に基づく診断、治療に、それらをより高度なものにするための病院への橋渡し役と思っています。



院長 松井 達也 (まつい たつや)

趣味 ゴルフ、男女群島で石鯛釣り、今年からクエを

著書 「子どものスポーツ障害を防ぐ・治す」（講談社）、「Q & A 整形外科 100 の常識—専門医からのアドバイス」（文芸社）、「子どものスポーツ障害を防ぐ・治す2」（本の泉社）

副院長 松井 晶子 (まつい あきこ)

趣味 ゴルフ、読書、絵画

一言 笑顔を決やさず患者様と向き合っていきたいと思います。



院長・副院長と職員

所在地 〒742-0417 山口県岩国市周東町 1040-1

電話 0827 (84) 0035 **FAX** 0827 (84) 1099

HPアドレス <http://www.urban.ne.jp./home/tm512>

診療科目 整形外科、内科、小児科

休診日 日曜、祝祭日、第3土曜日、木曜・土曜の午後

診療時間	月	火	水	木	金	土
8:30~12:00	○	○	○	○	○	○
14:00~17:30	○	○	○	×	○	×

※受け付けは終了30分前まで



『オープンスクールを 開催致しました!』



岩国看護学校 教員 原田 高志



岩国看護学校オープンスクールを開催致しました。7月23日(土)と30日(土)の2日間 対面とWebの形で開催し、総勢260名の方にご参加いただきました。以下、内容をご紹介します。

～岩看ってどんなところ?～



☆ 学校案内

図書室、実習室、教室、授業で使用するテキスト、実習前の事前学習レポート、学生宿舎など、実際の生活をイメージしながら見て回りました。

☆ ウェブ体験 / 技術演習

模擬授業や遠隔授業、感染予防に関する技術体験(個人防護具の装着 = ガウンテクニック)、聴診器を使った診察法(フィジカルアセスメント)など、在校生に教えてもらい実際に体験しました。



☆ 在校生による【なんでも回答Q&A】



実際の学生生活についてなど、知りたいことや疑問に思っていることに在校生が答えました。

☆ 参加者の声

県外から来たので宿舎を見ることができて良かった

質疑応答で自分の気になっていることを沢山聞くことができた

パンフレットでは見えなかったところが見えた

事前学習やテキストを見ることができ、どんな授業でどんな課題を求められるのか、イメージできた

他、たくさんのお声をいただきました。

なお、オープンスクールに参加できなかった方のために岩国看護学校のホームページでも、ご紹介しています! ぜひ、ご覧ください!

また、適宜個別見学も対応しています。お気軽にご連絡ください。

HPはコチラ→



コロナ対策

- 来校時の体温測定
- 質問コーナーではアクリル板を使用
- 校内では距離をしっかりと取り案内
- フェースガードを装着する

以上のコロナ対策を実施!



インフォメーション

医師の異動

2022年9月30日付退職

麻酔科 医師 廣井 一正
脳神経外科 医師 三宅 隼人
内科 医師 平川 貴規

耳鼻いんこう科 医師 藤野 泰志
産科・婦人科 医師 兼森 美帆

産科・婦人科 レジデント 谷岡 桃子
呼吸器内科 レジデント 宮崎 由依

2022年10月1日付新任

耳鼻いんこう科 医師 小松原 靖聡
産科・婦人科 医師 中村 一仁

産科・婦人科 レジデント 栗山 千晶
消化器内科 レジデント 太田 健二

