

KURASHIKI CENTRAL HOSPITAL Knews



※写真撮影時のみマスクを外しています。

No. 48
2021.7

Special Topics

大原謙一郎理事長が理事・会長
浜野潤副理事長が理事長へ就任



公益財団法人 大原記念倉敷中央医療機構は6月15日付で、理事長 大原謙一郎が退任して理事・会長へ、副理事長 浜野潤が理事長に就任しました。

大原理事・会長は1985年から当院、創立90周年の2013年に設立した当法人の理事長を務められ、進むべき方向性を指し示す羅針盤としてご活躍されました。浜野理事長は2014年から当法人の理事へ就任。経営諮問委員も務められ、広い視点で当院へのアドバイスなどを行われてきています。

理事・会長 大原 謙一郎

東京大学経済学部卒、エール大学大学院経済学部博士課程単位取得退学。

大原美術館理事長、倉敷レイヨン（現・クラレ）副社長、中国銀行副頭取など歴任、1985年倉敷中央病院理事長に就任。

他に大原美術館名誉館長、倉敷民藝館理事長兼館長、人文知応援フォーラム代表理事、日本アспен研究所副理事長等兼ねる。

理事長 浜野 潤

東京大学経済学部卒。経済企画庁物価局物価調整課長などを経て、2001年内閣府大臣官房人事課長に。政策統括官、大臣官房長などを経て09年内閣府事務次官に就任。15年に公益財団法人大原記念労働科学研究所理事長就任。

14年公益財団法人大原記念倉敷中央医療機構理事、20年に当法人副理事長就任。

御礼と、 新しい理事長のご紹介

理事・会長

大原 謙一郎

このたび、私、大原は、副理事長だった浜野潤さんに理事長職を託して、理事・会長に就任いたしました。これまで賜った多くのご好意と温かいご支援に心から感謝申し上げますとともに、新しい浜野理事長を、くれぐれもよろしくお願い申し上げます。

浜野さんは東京都の出身で、内閣府の元事務次官を務められた逸材です。経済企画庁で日本全体の行く末を設計するお仕事をされた後、新しく誕生した内閣府の初代人事課長として目覚ましい活躍をされました。

退官されたのちは、電通などに在籍される傍ら、大原孫三郎が設立した労働科学研究所の理事長をお勤めいただくなど、私たちの身近でも活躍されました。また、倉敷中央病院では、経営諮問委員として「倉敷中央病院の今後を指し示す羅針盤」となり、貴重なご助言をいただいで来ました。

世界を視野に入れながら国の動きを見極めて行く浜野理事長のもと、院長先生以下全員が強い意欲と使命感を持って、より素晴らしい病院づくりに邁進されるよう、倉敷中央病院の前途に期待したいと思います。

浜野新理事長と、倉敷中央病院を、これからも、どうぞ、よろしくお願い申し上げます。



伝統を生かしながら課題に挑戦

理事長 浜野 潤

このたび、大原謙一郎前理事長の後任の理事長に就任しました。どうぞよろしくお願い申し上げます。

大原前理事長は35年の長きに亘り理事長をお務めになり、そのリーダーシップにより倉敷中央病院を今日の姿にまで育ててこられました。これまでのご貢献に対し深く敬意を表します。

倉敷中央病院は1923年の創立以降、地域の健康を守るため、「最新・最高の医学による最良の医療を温かい心で」提供したいという創設者大原孫三郎の思いを実現するため努めて参りました。

現下のコロナパンデミックに真摯に対応しながら

ら、倉敷中央病院ではコロナ後に備えるための改革がすでに始まっています。急速な技術進歩など医療を取り巻く環境が大きく変わろうとしているなか、質の高い医療を提供し続けていくためには、当院の長い伝統の良さを生かしながら、今後生じてくるさまざまな課題にチャレンジしていくことが必要です。

大原前理事長の築かれた成果をしっかりと継承し、職員一同心を一つにして、地域の皆様の信頼にお応えできるよう、一層努力を重ねつつ精進する所存でございます。引き続きご支援とご協力を賜りますようよろしくお願い申し上げます。

倉中ボーダレス医療チーム

— 入院生活編 —

ボーダレス医療チームとは

患者さんが抱えるさまざまな病気や問題に、病院全体で解決へ向けて活動する医療チームです。患者さん一人ひとりに合った診療を行うため、医師を含む多くの職種がその専門知識やスキルを生かし、主治医や病棟スタッフとともに、高度で幅広いケアを提供できるようサポートします。



今回は入院生活のサポートをご紹介します。

入院中に患者さん・ご家族からお伺いしたお話、スタッフが把握している情報や検査結果をもとに、最適な診療へつなぎます。

嚥下サポートチーム
嚥下機能の把握と検査、状態にあった食事や姿勢をご提案

口腔ケアサポートチーム
口腔内のお掃除と治療

栄養サポートチーム
患者さんに合わせた適切な栄養治療の選択と実施

糖尿病サポートチーム
血糖コントロールをサポート、糖尿病内科へのご紹介



精神科リエゾンチーム
精神症状（せん妄、抑うつ等）のサポート、患者さん・ご家族のメンタルケア

認知症サポートチーム
安心して治療できる環境づくり、お薬の調整、身体機能の維持など

褥瘡対策チーム
傷の保護、褥瘡予防のためマット選択やポジショニング、栄養・お薬の管理、スキンケア

＼ Pickup 01 /

嚥下サポートチーム

飲み込みの機能（嚥下機能）が低下していると、低栄養や脱水により治療効果を下げってしまうだけでなく、誤嚥性肺炎や窒息を引き起こし、命を落としてしまうこともあります。

嚥下サポートチームは医師、看護師、言語聴覚士などの多職種からなり、入院中の患者さんの嚥下機能評価をサポートします。言語聴覚士の評価や医師による嚥下内視鏡検査などから状態を把握し、適切な食事形態や姿勢の提案、リハビリの必要性を判断します。

また栄養サポートチームや口腔ケアチームとも連携し、入院生活において安心安全な食事の場を提供できるよう支援をしています。



＼ Pickup 02 /

精神科リエゾンチーム

リエゾンには「連携・橋渡し・つなぐ」という意味があります。精神科リエゾンチームは精神医療と身体医療をつなぐことを役割としています。人は、病気やケガ、妊娠・出産などで身体に変化が生じるとき、同時に心にも変化が生じ、患者さんやご家族は不安や気分（気持ち）の落ち込みを感じやすくなります。また、病気による体調の悪化や治療・手術による身体の変化と関連して、夢と現実が混ざってしまうような混乱状態（“せん妄”と言います）が生じる場合もあり、心と身体は常に影響し合っています。精神科医師や精神看護専門看護師、公認心理師からなる当チームでは、身体の変化に直面している患者さんやそのご家族に対して、それぞれの専門性を生かし、精神症状への対応や心理・社会的苦痛に関する相談といった精神医療を提供しています。



脳卒中、暑い時期にもご用心！

脳神経外科・脳卒中科 池田 宏之 医師



日本脳神経外科学会専門医
日本脳卒中学会専門医、指導医
日本脳神経血管内治療学会専門医、指導医
日本神経内視鏡学会技術認定医

夏にも多い、脳卒中

厚生労働省の令和元年（2019年）人口動態統計によると、脳卒中中で亡くなるかたは悪性新生物（がん）、心疾患、老衰に次いで4番目に多く、寝たきりとなる原因の1位です。脳卒中は冬場に多いと思われるかもしれませんが、2020年の当院脳卒中入院患者数（図1）をみますと、夏場でも脳梗塞が多いことがわかります。急性期脳梗塞のカテーテル治療では7、8月に件数が多くなっていきます（図2）。

夏は大量の汗をかくななど脱水症状になりやすい

時期。また、熱を発散させるために血管が拡張して血圧が低下しやすくなります。血液中の水分が不足して「ドロドロ血」になると血の塊ができやすくなり、これが脳血管を詰まらせ、脳梗塞を発症します。

脳梗塞の前兆、危険な「一過性脳虚血発作」

一過性脳虚血発作は、軽い症状と見過ごしてはいけません。脳梗塞と同様の症状が短時間（通常は30分以内）起こります。自然に消失しますが、本格的な脳梗塞の前触れなのです。発作後3か月以内に6人に1人が脳梗塞を発症し、その半数は

48時間以内の発症です。下のような症状があらわれたら、すぐに専門的病院を受診してください。

- 片腕の力が「だらんと」ぬけた
- 片側の目が「カーテンがかかるように」見えなくなった
- 舌がもつれて、ろれつが回らなくなった
- 歩きづらく、片側に倒れそうになった
- 顔がゆがんで、口元がしびれた



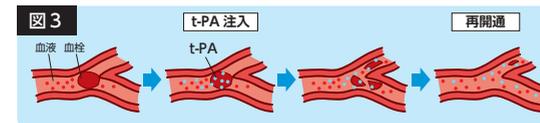
脳卒中の治療

当院では、脳卒中のタイプごとに治療を行います（表1）。脳卒中専門病棟で治療を受けると、死亡率が低下し、自立して自宅に退院できる可能性が高くなります。血栓溶解療法とカテーテル治療は時間制限があるので、発症から治療までの時間が重要です。血栓溶解療法は4.5時間以内、カテーテル治療は24時間以内とされています。

表1 専門的病院における入院治療	
脳梗塞	詰まった血栓を溶かしたり除去する治療（血栓溶解療法、カテーテル治療） 梗塞巣を広げないようにする治療（抗血小板療法、抗凝固療法等）
脳出血	血圧管理、血腫除去術
くも膜下出血	再出血予防、クリッピング手術、カテーテル治療

rt-PA（アルテプラゼ）による血栓溶解療法（図3）

脳梗塞の最新の治療法で、後遺症のない人が1.5倍に増えました。しかし、治療時間を踏まえると3.5時間以内に病院に到着する必要があります。



カテーテル治療（図4）

通常、右足のつけねにある血管からカテーテルを挿入して、血栓を絡め取り、吸引します。



※QRコードを読み取ると動画をご覧いただけます

危険因子を減らすことが大事！

脂質異常、血糖が高い、血圧が高いといった危険因子が重なるほど、虚血性心疾患（心筋梗塞、狭心症）や脳梗塞を起こす危険性が高まることから明らかになりました。メタボリックシンドロームのかたは要注意です。ご自身の体調や生活習慣を見直してみましょう。人間ドックや健康診断を定期受診するのもおすすめです。服薬中のかたは自己判断で中止せず、必ず医師に相談しましょう。

そしてこの夏、脳梗塞にならないために、適切に水分補給を行って脱水症状を防ぎましょう。

図1 2020年 倉敷中央病院の脳卒中入院患者数

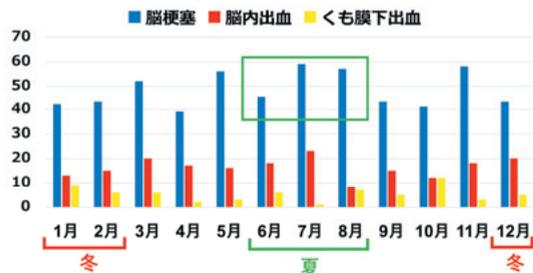
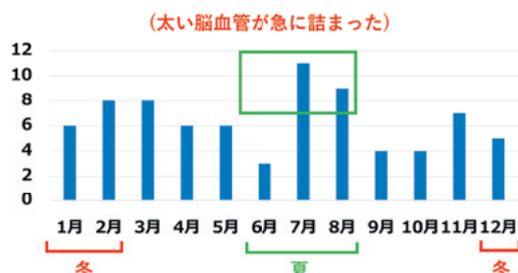


図2 2020年 倉敷中央病院の急性期脳梗塞のカテーテル治療



予防医療プラザ 二十歳(はたち)の健診

予防医療プラザでは人間ドックのほか、気になる部位をより詳しく調べる各種オプション検査をご用意しております。今回は、若いかたに是非お受けいただきたい「二十歳の健診」についてご紹介します。



二十歳のあなたへ

「健診はもっと年を重ねてから」と思っていないですか。健診は病気を見つけるだけでなく、ご自身の身体を知るきっかけになります。サインポスト遺伝子検査と体組成検査で、生まれ持った体質や身体の状態を知り、生活習慣病のリスク管理に役立ててください。(二十歳にかかわらず、健康が気になるかたなど、どなたでも受診可能です)

サインポスト遺伝子検査は、大阪大学医学部とOMRFIT STUDY (Study of Order-Made multiple Risk Factor Intervention Trial)の研究成果に基づいて開発されました。国内で総計10,000症例以上を有しており、アジア人を対象したデータベースでは世界有数の規模を誇ります。

サインポスト遺伝子検査

遺伝によって、生活習慣病にかかりやすいひとがいます。

ひとの遺伝子の並びは、一人ひとり違います。遺伝子を検査することで、基本的な体質や生活習慣病の発症リスクが予測できます。病気の予防のためには、肥満や運動不足、ストレス

サインポスト遺伝子検査で分かること



といった生活習慣の注意だけではなく、生まれ持った遺伝的要因を知っておくことが大切です。

肥満、高血圧、動脈硬化など14項目に関連する検査から遺伝子レベルの体質が分かります。将来かかり得る病気の予防だけではなく、個人に適したライフスタイルも分かるので、健康的な生活を送るための「道しるべ」になります。

体組成検査

若いころの体型を維持することが大切です。

20歳の時から10キロ以上体重が増加した人の9割が、生活習慣病のリスクが高い状態にあることが判明しています。

20歳の時に詳しい体組成を記録にとどめておき、それを維持することは、将来の健康に役立ちます。測定後は専門家からアドバイスをいたします。※ペースメーカーが入っているかた、妊娠中のかたは測定できません。

「二十歳の健診」検査内容

- サインポスト遺伝子検査
- 体組成検査 (健康運動指導士との面談付) 基礎代謝、部位別 (両腕、お腹、背中、両脚) の筋肉量、筋肉と脂肪のバランス、内臓脂肪量などの測定
- 基本健診 (身体計測・視力・聴力・血圧・胸部X線・心電図・尿検査・採血)

あなたにあったライフスタイルをご提案します



項目ごとに、保有遺伝子の測定結果を記載。結果から推奨される栄養素やライフスタイル、具体的なアドバイスを記載しています。



報告書の最後には、推奨される栄養素やライフスタイルを分かりやすく、総括して記載しています。

災害時 医療の備え

今から3年前、西日本を中心とした記録的な大雨「平成30年7月豪雨」で、岡山県各地でも甚大な被害が生じました。お亡くなりになられたかたのご冥福をお祈りしますとともに、被災された方々に心よりお見舞い申し上げます。

近年、全国的に大規模な豪雨や地震による災害が頻発しています。避難生活が長期化しても、ご自身の体をご自身で守るため「医療の備え」についてご紹介します。

当院の活動

2018 | 平成30年7月豪雨

当院救命救急センターではスタッフ数を倍に。次々とする消防隊からの救急搬送連絡に、院内状況を整理しながら対応しました。

また受診後、帰宅困難となったかたに、当院を一時的な待機場所として開放。真備地区からは救助されたかたや、1階部分が水没するなどし病院機能が停止したまび記念病院から患者さんが搬送されました。



2020 | 令和2年7月豪雨（熊本豪雨）

熊本県の人吉・球磨医療圏保健医療調整本部へ、当院の災害派遣医療チーム「DMAT」を派遣しました。球磨病院（熊本県人吉市）の支援活動がミッションとなり、患者さんの転院搬送などを担当。院内は1階部分が水没したため、濡れたカルテの整理や院内に流入した泥のかき出しなども行いました。



DMAT 災害派遣医療チーム Team Assistance Medical Disaster

医師、看護師、業務調整員（医師・看護師以外の医療職及び事務職員）で構成され、大規模災害や多傷病者が発生した事故などの現場に、急性期（おおむね48時間以内）から活動できる機動性を持った、専門的な訓練を受けた医療チームです。被災地の都道府県がDMAT事務局、都道府県を通してDMAT指定医療機関に派遣を要請します。

避難生活で大切なこと

お薬の備え

災害発生後72時間は救助・救急活動が優先されるため、お薬が手に入りにくくなります。いつも服用しているお薬は3～7日分を持ち歩くように心がけましょう。

避難先でお薬が足りなくなったとき、お薬手帳やお薬の説明書があれば他の医療機関でも薬剤処方が可能です。副作用歴やアレルギー歴をメモしておくことも大切です。以前の水害では浸水によりお薬手帳を紛失する事例が多数ありました。

日常より携帯電話で写真を撮り保存することやスマートフォンアプリの利用を推奨しています。当院ではお薬手帳アプリ「おくすり手帳Link」が利用できます。処方薬の管理以外に、会計完了、調剤完了のお知らせ機能があります。

1-17お薬窓口の薬剤師にお気軽にお声がけください。



「おくすり手帳Link」の詳細はこちら



口腔ケアはあなたの命を守ります

被災後は避難所に行かれるなど、通常の生活が送れないことがあります。唾液分泌の低下や日々の歯磨きができずに口の中の衛生状態が悪化することで細菌が増殖し、高齢のかたや体力・免疫力が低下したかたでは誤嚥性肺炎を引き起こすこともあります。物資や水の不足も想定されますが、歯磨きやうがい、保湿といった「口腔ケア」も大切です。

歯ブラシが手元がない場合は、食後に少量の水やお茶でうがいしたり、タオルやティッシュペーパーなどで歯の表面をこすったりして、可能な範囲で歯垢を除去してください。非常時の備えで持ち出し用の防災グッズを準備されている場合は、歯ブラシも入れておきましょう。災害時の口腔ケアについて、詳しくは厚生労働省のホームページなどをご参照ください。



厚生労働省のホームページはこちらから





今月のレシピ

普通食 治療食

そばろ丼

塩分・糖分
ひかえめ



材料(4人分)

鶏ひき肉	240g	A	おろし生姜	適宜
卵	160g (約3個)		こいくちしょうゆ	26cc (小さじ約5)
さやえんどう	飾り用に色よくゆでておく		さとう	8g (小さじ約3)
			酒	2cc (小さじ約1/2)

B	塩	0.8g (ひとつまみ)
	さとう	2g (小さじ1弱)

栄養価(1人分)
※ごはんは除く
エネルギー: 180kcal
たんぱく質: 18.0g
脂質: 9.1g
塩分: 1.4g

作り方

- 1 あらかじめAの調味料を合わせておく。
- 2 熱した鍋に鶏ひき肉を入れ、表面に少し火が通ったら1を入れる。
- 3 焦げないように弱火にし、木べらで混ぜながらひき肉に調味液を煮含ませる。汁気がなくなったら火から下ろす。
- 4 卵はボールに割り、Bの調味料と合わせて炒り卵にする。
- 5 器にご飯を盛り、上にそばろ、炒り卵、さやえんどうを盛り付けたらできあがり♪

調理師からのポイント

おろし生姜を入れることで、うす味でもひき肉の臭みが気にならなくなります。



栄養士より

市販のそばろ丼は塩分や砂糖が多く含まれます。今回ご紹介した手作りのそばろ丼は塩分、糖分控えめで比較的簡単に作る事ができますので、ぜひお試しください！



QQ車は、皆さまに倉敷中央病院のできごとを運ぶ(お伝えする)コーナーです。

フリーWi-Fiサービスを開始しました

6月7日より下記エリアでフリーWi-Fiサービスを開始しました。詳しくは当院ホームページ(ご来院の皆さま>フリーWi-Fiサービスのご案内)からご覧ください。

【サービス提供エリア】

病室、医療情報の庭、1-17お薬(受け渡しカウンター付近)、温室、セントラルパーラー、フラワーガーデン、予防医療プラザ

ご利用になるには
下記いずれかの
SNSアカウントが
必要です

〈ご注意ください〉

※Wi-Fiの接続や設定方法など利用に関するサポートはできませんのでご了承ください。

※Wi-Fiの利用に関する関連機器の貸し出しは行っていません。

※周囲のかたにご配慮いただいたうえ、ご利用ください。



倉敷中央病院(採用情報専用)・予防医療プラザのInstagram OPEN!

当院(採用情報専用)と予防医療プラザのInstagramを開設しました。当院Instagramではスタッフのお仕事の様子や研修風景、採用に関する情報を、予防医療プラザInstagramでは施設や健診の紹介、健康に役立つ情報などを随時お知らせしています。

また当院FacebookやLINEでは、日々の出来事やその時々にあった小ネタなど配信中。YouTubeでも、病気の説明や健康に役立つ情報をお届けしていますので、是非ご視聴、ご登録をお願いします!

公式LINE



LINEの「友だち追加」から「@903mzhig」と検索するか、左のQRコードを読み込んで登録してね♪

YouTubeチャンネル



YouTube 倉敷中央病院広報室チャンネル

倉敷中央病院



KCH.RECRUIT

予防医療プラザ



YOBOIRYOPLAZA

Special Topics

大原謙一郎理事長が理事・会長
 浜野潤副理事長が理事長へ就任

倉中ボードレス医療チーム

01 ヘルシーリビング
 脳卒中

02 予防医療プラザ
 二十歳の健診

03 コラム
 災害時 医療の備え

04 くらちゅうキッチン
 そぼろ丼

05 QQ車
 フリーWi-Fiサービス開始
 インスタグラム開設

倉敷中央病院の役割は？

当院は地域の診療所や病院から紹介のあった緊急・重症な患者さん、救急搬送された患者さんを中心に、入院や手術など高度で専門的な医療を24時間体制で提供する急性期病院です。症状が安定されましたら、お近くの医院をご紹介させていただきます。紹介元の先生よりご依頼があれば、いつでもフォローいたします。



かかりつけ医を持ちましょう

かかりつけ医を持つことは患者さんにとって大きな利点があります。かかりつけ医は当院の医師と違う視点で病気を管理することができ、十分な時間を取っての相談も可能です。入院や手術など高度で専門的な医療が必要と判断された場合、紹介状を作成されますので当院を受診してください。当院での検査や治療が終了しましたら、当院主治医からかかりつけ医に治療結果を報告しますので、かかりつけ医で継続した治療を受けていただけます。



公益財団法人 大原記念倉敷中央医療機構

倉敷中央病院

〒710-8602 岡山県倉敷市美和1丁目1番1号
 TEL.(086)422-0210 内 FAX.(086)421-3424
<https://www.kchnet.or.jp>