

KURASHIKI CENTRAL HOSPITAL



NEWS
NO.22
2014.11

この冊子は、倉敷中央病院をご理解いただくとともに、皆さま方とのコミュニケーションをはかるためのものです。皆さまと当院を結ぶかけはしとなるように、「Kニュース」と名付けました。

倉敷中央病院 ■患者本位の医療・全人医療・高度先進医療■

院内散歩



● 陶板 豊饒と祈り ●

入院患者さんをお迎えする、3棟1階 入院支援センター 受付背後の陶板をご存じでしょうか？制作は、大原美術館の絵画を蒐集した児島虎次郎氏の孫、児島堯太郎氏です。陶板への想いを、次のように語ってくださいました。

創設者の大原孫三郎氏はキリスト教の影響を受けられたと聞いています。葡萄酒がキリストの血とたとえられることから、葡萄の文様を描くことで氏の創立の想いを表現しました。

十字で四つに分割された葡萄は、患者さんを表現しています。背景を朱にしたのは、神聖な空間を意味しています。作品の外周の葡萄は、その患者さんをあたたく守る倉敷中央病院です。十字の葡萄を金色にしたのは豊饒を意味し、倉敷中央病院が末永く皆さまをお守りすることを祈って制作いたしました。

入院される患者さんには安心感を、退院される方には希望と祈りを感じていただけたら光栄です。

CONTENTS

院内散歩
陶板 豊饒と祈り 3

インタビュー
歯科 主任部長 窪田 稔 4
歯科と医科の協力で
清潔管理で感染症を予防

わが街健康プロジェクト。 その1 7
地域の方と医療者が協力して
地域医療を支える

ヘルシーリビング
内分泌代謝・リウマチ内科
医長 三崎 健太 8
質問から学ぶ関節リウマチ

わが街健康プロジェクト。 その2 12
みんなで考え、話す
サポーターズミーティング

提案箱から
駐車料金について 13

QQ車 14
NHK岡山
ドキュメンタリー「現場に立つ」
小児在宅医療に対する支援の
取り組みで紹介

生活習慣病予防フェア
「生活習慣とがん」の講演を中心に

歯科と医科の協力で

清潔管理で感染症を予防

歯科 主任部長

窪田 稔

最近、病気の治療に歯科の先生が関わられているそうですが・

窪田 一九九〇年代の前半に、高

齢者に多い誤嚥性肺炎と、口の中の関係が注目されるようになり、全国11か所の特別養護老人ホームで調査が行われました。その結果、口腔ケア、口の中の清潔管理ですね、それをするのが誤嚥性肺炎



の予防につながるという結果がありました。

また、術後肺炎や人工呼吸器をつけたときに起こる肺炎などの呼吸器の合併症の予防にも有効ということで、当院のような急性期の病院では、感染対策の一つとして口腔ケアが位置づけられるようになりました。

心臓病や糖尿病にも口の中のばい菌が影響するということが分かり、病気の治療を効率的に進めるために、診療科と連携して、患者さんの口腔ケアをするようになりました。

口の中って、そんなにきたないのですか

窪田 1立方センチメートル当たり10の11、12乗個、800種類以

るので、それを防ぐためにも口腔ケアが大切です。

菌の損傷というのは、全身麻酔をする場合、口から金属製の器具を入れます。その器具が菌に当たって、菌がぐらつくようになると、歯が欠けたりすることがあります。このようなことがないように、損傷しそうな歯は事前にチェックして、必要があれば歯を保護するマウスピースを作ります。

口の中を清潔にする大切がよく分かりました。そのためには、どうすればよいのですか

窪田 歯磨きです。歯科衛生士が専用の器具や歯ブラシを使ってお手伝いをしますが、患者さんがしっかりと歯磨きをして、口の中の

上の細菌がいるといわれています。健康であれば細菌が悪さをするということはないのですが、身体が弱っている方には、病気の原因となる細菌が増えてきて、それが全身にまわって悪影響を及ぼすようになります。

実際にはどのように関わられているのですか

窪田 当院で行っているPMT外来について紹介します。PMT(周術期管理チーム)というのは、手術決定から退院まで、患者さんに安全に安心して手術を受けていただけるよう医師・看護師・薬剤師等が連携する取り組みで、歯科医師も参加しています。

歯科が関わる目的は、合併症と菌の損傷の予防です。

細菌の量を減らすことが大切です。手術を受けられる方は、かかりつけの歯医者さんを受診して、口の中の清潔管理や、必要があれば治療を受けていただくことをお勧めします。

そのほかには、どのような病気の時に関わられているのですか

窪田 最近では、がんや白血病、多発性骨髄腫などの悪性腫瘍、肺炎や肺に膿がたまる呼吸器系の病気、心臓疾患や糖尿病などですね。直接関係のない疾患といえば、産婦人科、精神科の疾患くらいで、それ以外は何らかの形で関わりがあります。

合併症からお話ししますと、第一が術後肺炎の予防です。手術後に口の中の細菌で汚染された唾液や食物、逆流した胃液が呼吸器のチューブから気管に入り、肺炎を引き起こすことがあります。細菌の量を減らしておけば肺炎を起こしにくいので、手術前後の口の中の清潔管理を行います。

次に耳鼻科の手術の場合、頭頸部は細菌のたくさんいる口と繋がっている、傷口が治りにくかったり、感染しやすかったりします。その予防として、特に清潔管理が大切になります。

三つ目が心臓の人工弁や整形外科で人工関節の埋め込み手術をする場合です。埋め込まれた人工物に、身体の中をめぐっている細菌がついて感染症を起こすことがあ

がんの場合はどうですか

窪田 がんの治療は病状に応じて手術、化学療法、放射線治療の三つの中から選びます。手術については、先ほどPMT外来で紹介したとおりです。

化学療法というのは抗がん剤の服用や点滴をするのですが、1、2週間すると、白血球の中の好中球が減少して、免疫力がかなり低下し、抵抗力が衰えます。虫歯や歯周病のある人は、それが悪化することがありますし、それらの細菌が身体の中を回って全身的に影響を及ぼすことがあります。

放射線治療で歯科に関係があるのは、頭頸部の放射線治療です。頭頸部に放射線を当てると、口の中の粘膜が傷ついて口内炎ができます。

先ほど人工弁からの感染についてお話ししましたが、人工弁の埋め込み手術を受けた方が抜歯をする場合は、直前に抗生剤を飲んでいただくか、注射をしてから抜歯をします。

口の中と多くの全身的な病気はとても関係が深いことがわかっていただけたでしょうか。自身の口の中の状態に関心を持ち、必要な治療を受けてしっかり管理することで、病気の治療がスムーズに進みますし、健康を維持することにつながります。

やすくなります。また、唾液を作る耳下腺や顎下腺が壊されて唾液ができにくくなり、口の中が乾燥し、細菌が増えて虫歯になりやすくなります。

口腔ケアを行って口の中を清潔にして、細菌の悪影響を防ぎます。また、放射線治療で顎の骨髄がやられると、抜歯の後が治りにくく細菌感染による骨壊死を起こします。そのため、虫歯等で長く持ちそうにない歯は、放射線治療を始める前に抜歯をすることも大切です。

白血病患者さんが骨髄移植をする時も、化学療法と同じですが、免疫反応をなくすために大量の抗がん剤を投与しますので、口腔ケアが大切になります。必要な方には、事前に虫歯や歯周病の治療を

行います。

糖尿病や心臓病ではどうですか

窪田 歯周病の治療をして口の中を清潔にすることで、糖尿病が改善することがわかっています。これは、歯周病原菌の毒素により、体内でインシュリンを効きにくくする物質が作られるからです。

心筋梗塞や動脈硬化などで血管が細くなったり、血栓ができやすくなり、バイアスピリンやワーファリンなど血管を詰まりにくくする薬を飲まれている方には、抜歯や出血の伴う治療をするときには、循環器内科の先生と相談しながら行います。以前は1〜2週間、薬を止めて抜歯をしていましたが、最近は薬をとめないで抜くようになりました。

わが街健康プロジェクト。その1

ー地域の方と医療者が協力して地域医療を支える

「わが街健康プロジェクト。」は、高齢者の増加と共に医療を必要とする人が増えていく今日、地域の方に円滑に医療を受けていただくためには、地域の方と医療者が協力して地域医療を支えていくことが必要と考え、倉敷市を中心とした15病院が行っている活動です。この活動に参加された方には地域医療のサポーターとして①講演会に参加して地域医療連携を学び、②地域医療を支えるために何ができるかを考え、話し合い、③学んだことを地域に広めていただきます。これまで、373人の方がサポーターとして登録されています。皆さまも、ぜひご参加ください。



お問い合わせ先

086-422-5218 倉敷中央病院 地域医療連携室



主催 **わが街健康プロジェクト。事務局**

共催病院・後援

※50音順で掲載しています

あずま倉敷病院 倉敷記念病院 倉敷市立児島市民病院 倉敷スイートホスピタル 倉敷成人病センター
倉敷第一病院 倉敷中央病院 倉敷平成病院 倉敷リハビリテーション病院 倉敷リバーサイド病院
児島中央病院 重井医学研究所附属病院 しらい病院 松田病院 水島中央病院 倉敷市 倉敷商工会議所 倉敷市保健所

質問から学ぶ関節リウマチ

内分泌代謝・リウマチ内科

医 長 三崎 健太

これから「関節リウマチ」に関してお話ししたいと思います。関節リウマチと聞くと「手足の変形を来たす不治の病だ」、「病名宣告」「将来寝たきり宣言」と思われている方も多いかと思いますが、しかし、最近の検査技術および治療の進歩により、この10年間で劇的な認識の変化を迎えました。

今回は実際に関節リウマチ患者さんから出た素朴な疑問を基に、

難解な関節リウマチについてお話をしたいと思っています。

関節リウマチってどんな病気？
リウマチも膠原病なの？

膠原病は非常に理解のしにくい病態です。膠（にかわ）の原因となる病気？

あまりピンとこないと思います。患者さんの中には「こうげんびょう」「高原病」と勘違いされ、登山等により発症するスポーツ関連疾患と思われる方もおられます。非常に誤解の多い漠然とした病名ですが、一言でいうと、膠原病とは「自分で自分の身体を攻撃する病気」です。おかしいですね・。

本来我々の身体は外部から侵入する微生物（細菌・ウイルス・カ

ビなど）に対して攻撃するよう仕組まれています。しかし、自分に矛先が向いて、自分で自分を蝕んでしまう回路ができてしまった病態を膠原病といいます。膠原病は自分で攻撃する臓器・病態によって星の数ほど病名があります。

その中でも自分で自分の関節を蝕む病態を関節リウマチと呼びます。ゆえに関節リウマチは膠原病の一種です。また、関節リウマチは膠原病の中でも最多の疾患で、1000人に8人の有病率と言われ、日本では60〜70万人の患者さんがいると推定されています。

リウマチの語源は何なの？

「関節リウマチ」の「リウマチ」はギリシア語の「Rheuma: ロイマ」流れ」を語源としています。



大昔は痛みの原因物質が体の中を「流れる」のが関節リウマチの病態であろうとされていたため、関節ロイマ↓関節リユーマ↓関節リウマチと呼ばれるようになったそうです。

関節リウマチの症状は？

最も頻繁にみられる症状は朝のこわばり、関節の腫れ、関節の痛みです。これらの症状を呈する疾患はたくさんありますので、症状だけで判断するのは困難ですが、早期から出現する症状のため、これらの症状を認めた際には医療機関を受診することが重要です。

関節リウマチが進行すれば骨の破壊が生じ、最終的には関節の変形を来し、日常生活動作も困難となってしまいます（図1）。

関節リウマチはどんなスピードで進行するの？

以前、関節リウマチは「慢性関節リウマチ」と呼ばれていました。すなわちゆっくり進む病気であり、最終的には

関節変形を来すため、早期発見はおろか、治療も「温熱療法」が主体となった時代もありました（この温泉に行っても、効能・効果に「リウマ



図1 病期別手指の変形

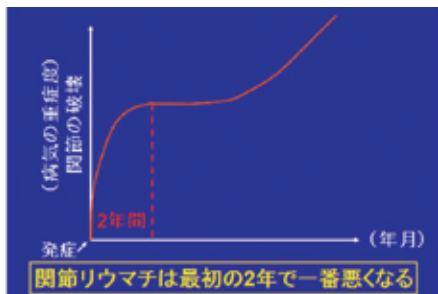


図2 関節リウマチはどんなスピードで進行するの？

(Fuchs HA et al: J Rheumatol, 16(5):585-591, 1989)

付けず「関節リウマチ」と呼ぶようになりまし。

さらに2012年には「早期関節リウマチは発症6か月以内」と定義されました。すなわち関節リウマチの診断・治療は、症状が出現してから半年が勝負ということ。現在では、いかに早く見つけて早く治療に入るかが、関節変形を回避する鍵となっています。

関節リウマチが命にかかわる病気って本当？

関節リウマチは「手足の不具合のみ」と思われていることが非常に多い。しかし、関節リウマチの方は、心筋梗塞・狭心症で死亡くなりになる頻度が高いのです。その理由は、長期に身体の中で炎症が続くと、動脈硬化を進

行させるからです。すなわち罹病期間の長い関節リウマチ患者さんは、心臓を養う血管が動脈硬化で細くなり、心筋梗塞・狭心症を起しやすくなります。関節リウマチの薬物療法に加えて、脂質制限食などの食事療法も、非常に大切な関節リウマチ治療の一つとなります。

関節リウマチの原因は？ たばこが関わるって本当？

関節リウマチの原因は現在のところ不明です。しかし、何らかのきっかけで、自分で自分の身体を攻撃する回路が出来てしまします。そのきっかけとなるのは感冒などの感染症、出産後、紫外線暴露が報告されています。「風邪は万病のもと」という言葉もあながち嘘

ではありません。

最近では、喫煙が関節リウマチの発症に関わることが報告されました。喫煙と関連するのは肺気腫・肺がんなどの呼吸器疾患を連想しますが、何らかの関節リウマチの素因（自己抗体陽性など…後述）がある人に喫煙が重なると、発症を促す結果が証明されています。

関節リウマチは治るの？

残念ながら完治は難しい疾患です。しかし、早期発見技術、生物学的製剤などの有効な治療薬の登場により、治療継続は必要ですがほぼ完治に近い状態（＝寛解）が可能になりました。これまでの仕事を継続するのももちろんのこと、海外旅行やゴルフ、ショッピングなどのプライベートライフスタイル



図3 四肢専用MRI

ルも変えずに治療することができるとい時代となりました。

関節変形を起こさずに治療することは可能なの？

これは当院でも採用している最新の診断方法・治療法で十分可能です。すなわち早期発見・早期治療です。がん・脳卒中・糖尿病などと同様に早期発見・早期治療をして、お薬は必要ですが全く症状なく、普通の生活をするということが可能となりました。

具体的には採血検査（自己抗体・抗CCP抗体）、関節エコー検査により早期関節リウマチを検出しやすくなったことと、関節リウマチ治療として最も効果の期待

できる生物学的製剤（点滴・皮下注射剤）の登場により可能になりました。

特に当院では、ヨーロッパ諸国に学んで早期から関節エコー検査を導入し、年間3300例を超える関節エコー検査を実施し、関節リウマチの早期発見・早期治療、さらには治療効果判定をリアルタイムで行うことで、多くの関節リウマチ患者さんが劇的によくなっておられます。

関節リウマチを早期発見する 良い方法はあるの？

現在最も脚光を浴びているのが採血による自己抗体検査（抗CCP抗体）と、画像検査（関節エコー検査、MRI検査）です。また、採血検査の抗CCP抗体です

が、陽性であれば現在無症状でも、10年以内かなりの確率で関節リウマチを発症することがわかっています。

また画像検査の関節エコー、MRI検査では、レントゲンには描出されない早期病変を見つけることが可能です。これら採血と画像検査の2つの検査を組み合わせることで、早期関節リウマチの診断が容易となりました。

今後の関節リウマチ診療の抱負

2003年に生物学的製剤が日本でも発売になり、関節リウマチの予後は劇的に改善しました。早期発見・早期治療により、完治に近い寛解も十分可能になりました。さらに当院では関節エコー検査に加え、2014年7月より四肢専

提案箱



「Kニュース」は、皆さまと当院のコミュニケーションの場です。お気軽にご意見をお寄せいただいて、皆さまとともによりよい病院にしていきたいと願っています。

駐車料金について、初めの30分無料、30分ごと100円となっており、60分の駐車の場合200円になる。この場合、初めの30分無料はどこにいったのか？

当院では平成23年3月以降、原則として入院患者さんのお見舞い、面会の方、その他受診以外で来院された方等は、駐車場利用料金を有料にしています。入院患者さんのご家族の方には少なからずご負担をおかけしていますが、これは限られた駐車スペース（7箇所、約1200台）を効率的にご利用いただくためのやむを得ない措置です。駐車場利用料金を有料化して約3年を経た現在では、患者さん等から「以前に比べて駐車場がとても利用しやすくなった」との評価をいただいています。

さて、ご質問の駐車料金の件ですが、当院では、駐車場の利用料金は、入庫後30分以内に在庫すれば無料にしていますが、最初の30分を一律無料にしているものではありません。したがって入庫後30分が経過すれば入庫時点から1時間200円、以降30分ごとに100円が加算されます。

当院では新たな駐車場用地を確保することは困難であり、現状では限られた駐車枠を効率的に使用せざるを得ないことから、今後とも長時間にわたる駐車をご遠慮いただき、できるだけ多くの方に利用していただきたいと考えています。

このため、無料駐車時間の延長等のご要望につきましては、結果的に駐車場の長時間利用につながる可能性が高いため、当面はお応えすることができません。

当院では、今後とも利用しやすい駐車場の実現に向けて一層努力してまいりますので、ご理解、ご協力のほどよろしくお願いいたします。

用MRI（図3）を導入しました。より早期の関節リウマチを発見し、有効な治療を安全に提供することをモットーとしています。われわれ医療者のみが頑張っている、関節リウマチ治療はうまくいきません。患者さんにも正しい知識を得ていただき、同じ目線で治療することが大切です。当科では2013年5月より「リウマチ教育入院」を中国・四国地方で初めて導入しました。我々医師だけでなく、多くのコメディカルも患者さん教育に関わり、大変好評をいただいています。これから患者さんへの「お・も・て・な・し」ができるよう一生懸命取り組みたいと思っています。

わが街健康プロジェクト。その2

ーみんなで考え、話す サポートーズミーティング

ブロンズサポーターと医療者が共に考え話し合うサポートーズミーティングが、10月7日、倉敷中央病院で開催され、75人が参加されました。第1回の今回は救急医療をテーマに倉敷市消防局から「倉敷市救急の現状」、プロジェクト事務局から「倉敷地域における救急医療・地域完結型医療の現状」について話された後、5、6人のグループに分かれて医療者を交えて意見交換を行いました。

「救急車を使うと待たずに診てもらえると聞いたが、今日の話から、それが救急車の不適切な利用であるとわかった」

「一人暮らしの高齢者のことも考えてあげたい」など、「倉敷の地域医療を守ろう」という前向きな想いが感じられた会になりました。





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。

生活習慣病予防フェア 「生活習慣とがん」の講演を中心に

倉敷中央病院総合保健管理センターでは、毎年1回(夏から秋の間で)、「生活習慣病予防フェア」を開催しています。今年は「コツコツ改善 生活習慣」をテーマに、9月20日、午後1時から行われました。

当日は、同センター部長 前田亮医師による「生活習慣とがん」の講演を中心に、実技を交えたいきいき体操、骨密度、血糖値などの測定と、生活習慣病に関するパネル展示がありました。



骨密度の測定

講演では、今や日本人の2人に1人はがんにかかり、3人に1人はがんが原因で死亡することや、遺伝子で起きるがんは全体の5%で、多くは生活習慣によることなどが解説されました。生活習慣でがんの原因として明らかなものはたばこ、酒、肥満、運動不足で、食事に関しては野菜・果物の摂取不足、塩分の過剰摂取等であり、がんの予防のためには「生活習慣の改善」「定期的ながん検診」が大切であることが話されました。

講演は「分かりやすかった」「幅広いがんの話で、注意する点が分かってよかった」、健康運動指導士が行ったいきいき体操も「久しぶりにいろんな筋肉を使って気持ちよかった」と好評。各種測定も「普段確認できないことが測定できてよかった」と喜んでいただきました。



いきいき体操

NHK岡山 ドキュメンタリー「現場に立つ」 小児在宅医療に対する支援の取り組みで紹介

9月12日放映のNHK「現場に立つ 颯太 いっしょに頑張るよー小児在宅医療 厳しい現実ー」の中で、当院の総合周産期母子医療センターセンター長 渡部晋一医師、NICU等が紹介されました。

この番組は、岡山県内の社会的問題やユニークな取り組みを紹介するドキュメンタリー番組で、岡山県出身の俳優、山口馬木也さんがナビゲーターとして現場に行き、この番組の注目点を紹介します。

今回は、重い病気や障害を抱えた子供を自宅で育てる「小児在宅医療」の現状を、颯太くんのご家族の日常を紹介し、医師や訪問看護師等の取材を含めて課題を捉え、どのような社会的支えが必要かを探っています。

NICUを中心とした当院の取材は8月19日に行われ、渡部は社会的支援を行う上で支障となる、子供のケアにあたる訪問看護師等のケア手順の違いや、親のケアへのこだわりをなくすため、医療・ケアの統一化が必要であり、そのための研修会を行っていること
カメラと集音マイク、ディレクター等と一緒に囲まれてのカンファレンス



ナビゲーターを務めた山口さんは、「全く知らないことでした」と繰り返されながらも、「さまざまな職種の方が所属を越えて、よりよいケアが提供できるように話し合い、研修を行っている様子に感銘した」と感想を語られたそうです。



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代 FAX.(086)421-3424
<http://www.kchnet.or.jp>