

Knews

KURASHIKI CENTRAL HOSPITAL

Take
Free

『K-ニュース』がリニューアルしました



No. 36
2018.7

Close-up

ポリファーマシーとは

お手元のお薬の種類、多くないですか？

「ポリファーマシー」



患者さんで処方される薬剤の種類が多い方はいますか？

管薬剤師 一般的に5, 6種類以上処方があればポリファーマシーの恐れがあります。10種類以上の方もいれば、中には20種類以上処方されている方もいます。お薬の種類は多いのが良い、と考えられている患者さんもいます。

吉光薬剤師 入院患者さんが薬を自宅から持って来られましたが、15種類処方されているのに、

自身で判断して半分の種類しか飲まず、残り半分はそのまま放置ということもあります。



管薬剤師



ポリファーマシーの問題点を教えてください。

魚住薬剤師 薬剤が増えるほど、予想できない相互作用※が出てきます。血液をさらさらにする薬と痛み止めの薬を飲むと、相互作用で健康被害が生じることもあります。さらに、管理が難しくなり適切に服用できていない患者さんもいます。

相互作用とは

1つずつでは問題ない薬でも、2種類以上同時に使用した場合、組み合わせによって効果が強くなる、もしくは効果が弱くなる、さらに副作用が出やすくなるような影響を指します。



らくすりくん

服用する薬剤が多く、副作用などのリスク増加につながる状態をポリファーマシーと言います。特に高齢者ではポリファーマシーが生じやすく、厚生労働省は5月末に、お薬の減量や中止、代替薬はないかなどを検証するよう、医療機関に通知を出しました。

今回は注目が集まるポリファーマシーについて、当院の薬剤師が解説します。

管 薬がきちんと飲んでおらず、検査データも改善していなかった患者さんが、「先生に言い出しにくい」という理由で、診察時に医師へ「薬はちゃんと飲んでます」と伝えられることがあります。医師は薬の効果が出ていないと判断し、別の薬を追加する場合があります。それが処方薬のさらなる増加をもたらします。

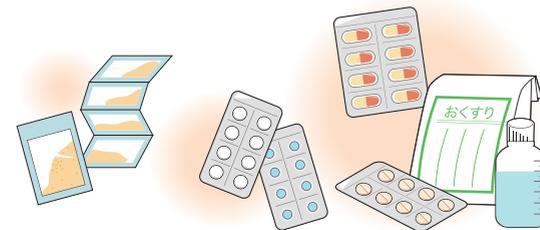
魚住 食前に服用する薬を忘れるなどして、飲んでおらず、残薬を多く抱えている患者さんもいます。まれですが、1年分そのまま手元に残っている方もいます。適切な服用ができていないことで健康被害が生じるほか、中には一錠数千円の薬剤もあり、医療費の圧迫にもつながります。

吉光 処方されている薬を患者さんしか把握していないこともあります。難しい場合もありますが、ご家族も患者さん本人がどのような薬を

飲まれているか把握されることも必要です。服用の中断が健康被害に直結するようなお薬を飲まれないケースもありますので、在宅での薬の管理が難しいようであれば、訪問看護などをご利用されるのも方法の一つです。



吉光薬剤師



— “節薬” のススメ —

処方された薬剤の飲み残しによる残薬の費用は、国内で500億円以上とも言われています。

飲み忘れの原因は「うっかり忘れる」が多いです。お昼が外食で薬を携帯していなかったの、飲まなかったという経験はないでしょうか。「実は家にお薬がたくさん余っています」という方、薬剤師に相談してみてください。現在も月に約60人の患者さんが窓口にご相談に来られています。

節薬の流れ

①診察前にチェックシート（右図）に残薬を記載し、お薬窓口1-17に持参ください

チェックシート

③診察時、医師が残薬の日数に応じて薬剤の処方日数を調整します

申請用の記入用紙はお薬窓口1-17番にありますので、残薬が気になる方は、お気軽にお声がけください。

※治療上の理由からご希望にお答えしかねる場合もあります。

※服用しなかったお薬の返品はお受けしておりません。

②薬剤師が面談でチェックシートの内容を確認し、カルテに内容を記載します



魚住薬剤師

節薬をきっかけに、薬を何のために飲んでいるのかも理解していただきたいです



薬が余ってれば薬剤師に相談ですね。薬の種類が多ければ、先生や薬剤師に相談するのが良いですか？



お薬手帳の持参が大切でしょうか？

菅) 種類が多くても患者さんの病状に必要な薬剤は減らすことはできません。ただ、他の医療機関で同じような薬をもらっている場合は、当院で処方しないようにする必要があります。ぜひ、お薬手帳を利用して、現在服用している薬について、医師、薬剤師に相談してみてください。

福島薬剤師) 当院で複数の診療科にかかり、それぞれの主治医から同じ効能の薬が処方される場合は院内のシステムでチェックできるようになっています。

福島) 手帳を持たれているのに、提示されない方がいらっしゃいます。薬の専門家である薬剤師が内容を確認することで、重複投与や相互作用の防止につながられるので、お薬手帳の役割を理解いただき、必ず提示してもらいたいですね。

吉光) 医療機関や保険薬局ごとに手帳を分けられている方がいます。一元管理しなければ意味がありませんので、一つにまとめていただくか、すべてのお薬手帳を提示してください。

大事なお薬情報を、いつも携帯しているスマートフォンで管理できます！

このアプリは当院のシステムと連動しているため、処方が追加されれば自動的に情報が更新されます。飲み忘れ防止のアラーム時間の設定や登録した薬の名前や用法などが確認できるほか、服薬スケジュールで日々の服薬状況や体調変化に関するメモを記録できます。



お薬手帳アプリ通地画面

さらに、当院オリジナルの機能として、会計計算完了やお薬出来上りを通知する機能もプラスしました。診察後の待ち時間をセントラル・パーラーやフラワーガーデンなどでお待ちいただき、時間の有効活用につなげていただけることが可能です。

ご自身のスマホにダウンロードし、お薬窓口1-17で手続きをすれば、無料でご利用いただけます（通信料が別途かかります）。

お薬手帳は旅先や災害時でも服薬情報を正確に伝えることができます



福島薬剤師

僧帽弁閉鎖不全症のはなし

循環器内科
副医長 久保 俊介



僧帽弁閉鎖不全症の症状は？

心臓は図1のように4つの部屋があり、血液が静脈側から動脈側へ一定の方向に流れるための「弁」があります。そのうち、肺から新しい血液が送られてくる左心房と、その血液を全身に送る左心室の間にあるのが僧帽弁です。僧帽弁閉鎖不全症は、この僧帽弁が完全に閉じなくなり、心臓から大動脈へ血

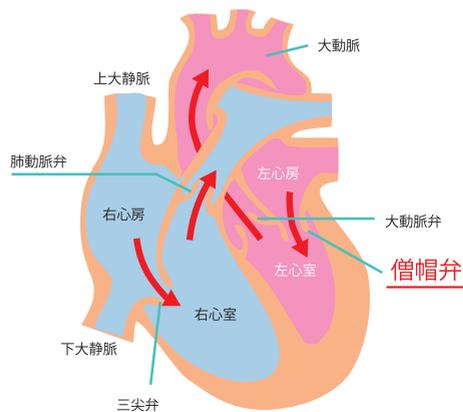


図1

液を送る際に、血液が左心室から左心房に逆流する病気です。弁自体の劣化によるものと、心臓の機能の悪化によって起こるものがあります。

症状としては動作時の息切れや足・顔面のむくみ、入院が必要な心不全や食欲低下などが挙げられます。僧帽弁閉鎖不全症が持続することで、心臓の機能が徐々に悪くなります。入院が必要な心不全を繰り返すことは、生命を縮めることにつながります。

治療方法を教えてください

治療法は薬による治療や、外科手術である僧帽弁置換術と僧帽弁形成術があります。

治療法	有益な点	不利益な点
薬による治療	体への負担が少ない	根治的な治療法ではないため、効果および効果の持続時間が限定的
外科的僧帽弁置換術	根治的な治療法である	体への負担が大きい
外科的僧帽弁形成術	自己弁が温存できる	体への負担が大きい再発がある
経カテーテル僧帽弁形成術	大きな手術のできない患者さんにも治療ができる自己弁が温存できる	僧帽弁逆流の減少の程度が外科手術に比べて劣る

表1



図2

このたび当院で開始した僧帽弁閉鎖不全症に対するMitraClip NTシステム(図2)を用いたカテーテル治療では、外科的治療のように開胸することなく、カテーテルを太ももの付け根の血管から挿入し、MitraClip NTシステムの先端に付属したクリップを僧帽弁に留置する治療法です。手術に比べて体への負担が少ないため、手術の危険性が高い患者さんでも治療が可能です。

このシステムは、開胸せず、人工心肺を用いることなく、僧帽弁逆流を減少させる治療法として開発されました。ヨーロッパで2003年に1例目が行われてから、ヨーロッパ、北米を中心に、すでに6万人以上の患者さんに行われています。日本でも2015年から2016年に治験が行われ、良好な成績が得られました。2018年4月に保険償還となり、治療が可能となりました。

治療手順を教えてください

太ももの付け根の動脈(大腿静脈)から、カテーテルを心臓に到達させます。治療対象の僧帽弁の弁尖の部分をカテーテルの先に装着したクリップで挟んでとめます。僧帽弁逆流が減少していることを確認してクリップを留置し、逆流が残っている場合はクリップを違う場所に置き直したり、追加のクリップを留置したりすることもできます。

治療は約2~3時間で終わりますが、部屋を出て

から集中治療室に帰るまでには4~5時間かかります。合併症が無ければ、その日のうちに麻酔から覚め、夕方には食事を取れます。治療後は翌日に一般の病室に戻り、術後約3日で退院となります。

原則として全身麻酔で行いますが、心臓を切開して人工弁を縫合したり、弁を形成したりする手術ではありませんので、人工心肺は使用しません。

誰でも対象になりますか

MitraClipは外科的弁置換術・形成術の危険性が高い、もしくは不可能と判断された場合に適応になります。具体的には、非常に高齢である、心臓手術の既往がある、心臓の動きが悪い、悪性腫瘍の合併がある、免疫不全の状態である、脆弱である、などが挙げられます。しかしながら、僧帽弁の形態によりMitraClipの治療自体が困難な患者さんもうらっしゃいます。最終的には全身状態の評価とともに、心エコー等で僧帽弁の評価を行い、循環器内科医、心臓血管外科医、麻酔科医などの多職種からなるハートチームで議論し、MitraClipの適応と治療方針について決定します。

僧帽弁閉鎖不全症の予防や、日ごろ気をつけるポイントを教えてください

僧帽弁閉鎖不全症は心筋梗塞や心筋症の既往がある方で心機能が徐々に低下し発症することがありますので、定期的に心エコーを行うことで早期発見が可能です。僧帽弁閉鎖不全症では労作時の息切れや倦怠感などの心不全症状が出ますので、注意いただければと思います。特に高齢者では活動性が落ちて、症状に気づかないことがありますので、ご家族が最近の様子を気にかけて病院受診を勧めることで、診断がつくこともあります。

わが街健康プロジェクト。

ー「在宅医療」についてサポーターと意見交換

倉敷市内を中心とした医療機関24施設で共催している「わが街健康プロジェクト。」(わがプロ)の第8回サポーターズミーティング(SMTG)を4月24日、倉敷市民会館で開催しました。SMTGは講演会に3回参加して地域医療を「学び」ステップを達成したブロンズサポーターが参加の対象です。今回は「在宅医療」について、サポーター48人と事務局のスタッフ20人がそれぞれ5～6人の10グループに分かれて意見交換しました。



レクチャーでは、訪問診療は「がん」や「在宅看取り」の患者さんが対象というイメージを持つ方が多いが、実際は認知症や慢性疾患で通院が困難な方も利用でき、体調が整えば訪問診療は中断できることを説明。患者さん本人が、その人らしい生活を送ってもらうために、地域の医療機関がお互いの役割を生かして支えていることを紹介しました。

意見交換では「自宅で最期を過ごすためにも、相



わがプロの活動テーマ

- ① 医療機関と上手に付き合う
- ② 病気の予防と健康維持
- ③ 倉敷をもっと好きになる

談しやすいかかりつけ医を持ちたい」「実際に家族が在宅医療を受けたが、合う合わないがあると感じた」など、参加したサポーターがそれぞれの思いを話されました。なかでも、「元気なうちに、自分自身が最期の段階でどうしたいかを考え、周囲に伝えておくことが重要」との意見が多く挙がりました。

訪問診療Q&A

- Q.** 費用は？
A. 月に2回の訪問診療で、後期高齢者1割負担の場合は7,000円程度の自己負担です。
- Q.** 介護保険がないと受けられないのですか？
A. なくても受けられます。



第19回はACPとセカンドオピニオンについて

第19回講演会を5月25日に開き、237人が参加されました。患者や家族が人生の最終段階でのケアの過程を話し合うACP(アドバンス・ケア・プランニング)とセカンドオピニオンについて取り上げました。岡山市地域包括支援センターの小野克美先生は「終活は家族と笑って話せるうちから始めましょう。自身の想いを家族や医療・介護関係者と共有し、書面に記録しておくことが大切です。記録は何度でも変更していいです」、倉敷中央病院地域医療連携室の與田睦子先生は「現在の主治医に相談し、治療方針を理解することがポイントです」などと述べられました。



岡山市地域包括支援センター
小野克美 先生



倉敷中央病院
地域医療連携室
與田睦子 先生

わがプロカウンター

参加延べ人数	3,776人
ブロンズサポーター (講演会3回参加)	289人
ゴールドサポーター (講演会6回+ミーティング2回参加)	105人
プラチナサポーター (講演会6回+ミーティング4回参加、わが友ポイント30ポイント獲得)	2人

わが街健康プロジェクトの活動については、公式ホームページで確認することができます。講演会の模様だけではなく、過去の優秀作品ポスターも掲載しています。こちらのQRコードを読み込めば、直接ページへつながりますので、ぜひご覧になってください。



骨密度測定や各種相談コーナーを設けた「健やかブース」も講演会当日の13時から50分間開催しています。当院や共催病院、公民館などに配置しているチラシが申し込み用紙となっております。問い合わせはわがプロ事務局(倉敷中央病院地域医療連携室:TEL 086-422-5218)までご連絡ください。

第21回講演会は11月27日(火)を予定しています。詳細は次回10月に発行するKNEWS37号でお伝えします。

わが街健康プロジェクト。

次回第20回講演会は

2018年8月28日(火) 14:00～
倉敷市民会館 大会議室2F

**参加
無料**

講演①
講演②

「排尿ケアを考える」

一般財団法人 倉敷成人病センター 理事長 高本 均 先生

「排泄について」楽しく学ぼう〇〇〇のはなし

水島協同病院 看護部 主任(皮膚・排泄ケア認定看護師) 平良 亮介 先生

倉中探検隊?

当院は患者さんへ
安心・安全な医療を提供できるよう、
医療設備の充実にも取り組んでいます。
このコーナーでは当院の医療機器を紹介します。



放射線治療装置「True Beam STx」

悪性腫瘍に対する治療は、手術・化学療法・放射線治療が3本柱となります。そのなかで、放射線治療は多くの種類の悪性腫瘍に対して治療効果を持つだけでなく、根治治療から痛みなどの症状を和らげる緩和治療まで、幅広い役割を持っています。



板坂 先生

今回は2017年3月から、当院3台目の放射線治療装置として稼働している「True Beam STx」について、放射線治療科主任部長の板坂聡先生に聞きました。

Q. 放射線治療の現状や種類を教えてください。

A. 近年の医療画像や放射線治療装置は発展しており、正確に放射線が当たる範囲を絞り込むことが可能になりました。放射線自体は当たっても痛みがありませんので、体への負担が少ない治療が可能になっています。当院では X 線や電子線を用いた外部照射と、主に子宮頸がんを対象とした体の内部から照射する腔内照射を行っています。

Q. 新しく導入された True Beam STxの特徴は?

A. 患者さんが治療寝台に寝た状態で X 線透視画像や CT 画像が取得でき、自動で患者さんの位置補正が可能な治療装置です。治療で用いる X 線の種類も多く、高出力化が図られています。治療の精度を上げながら短時間で治療ができ、高精度放射線治療のレベルアップを可能にしました。

Q. どのような疾患が True Beam STxの対象になりますか?

A. 悪性腫瘍全般、血液腫瘍、脳腫瘍などが対象になります。True Beam STxは脳腫瘍や早期肺がん、肝臓がんなどに対する定位放射線治療（ピンポイント照射）、また、前立腺がんや頭頸部がんなどに対する強度変調放射線治療（IMRT）に特に有用な装置であり、

いわゆる高精度放射線治療（定位放射線治療、IMRT）を中心に行っています。

Q. 治療機関や1回当たりの時間、治療の進め方を教えてください

A. 疾患の種類やその他の条件によって、線量や回数は大きく異なります。ちなみに、定位放射線治療は1回の治療時間が30～40分程度で、1日から2週間程度で1～10回行うことが多いです。IMRTでは1回の治療時間が約15分で、5～8週間程度で25～39回の治療となることが多いです。

Q. 放射線の治療中に痛みを感じることはありますか?

A. 放射線照射そのものによる痛みはありません。ただ、治療時には10～40分程度、動かないでいる必要があります。治療時の体位による痛みがある場合は、事前に痛み止めなどを調整します。

Q. 放射線治療後の日常生活で気をつけることはありますか?

A. 一般に治療中は無理をせず、バランスの良い食事を心がけてください。治療の内容や部位によって副作用の出る部位や症状が大きく異なります。治療開始前には、患者さんの治療内容に応じた注意点について説明をしています。

04 HEALING FACILITIES

院内散歩

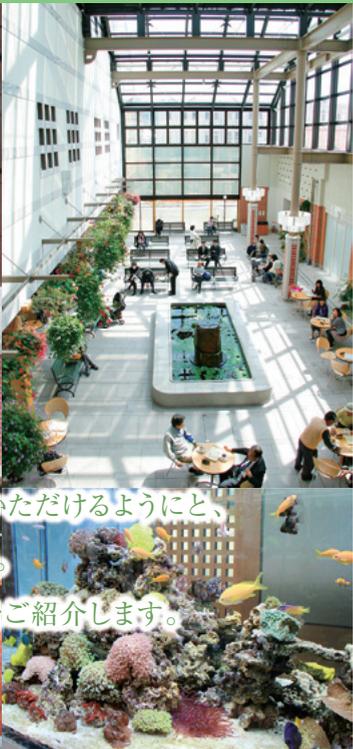
当院には温室や多数の絵画など、患者さんに心安らぐひとときを過ごしていただけるようにと、さまざまな施設・装飾が施されています。このコーナーでは数々の憩いのスポットをご紹介します。



創立者の大原孫三郎は、病院の設計理念のひとつに「病院くさくない明るい病院」を掲げました。

倉敷中央病院には、いくつものアメニティスペースが設けられています。噴水の水音が聞こえ、明るい日

差しが降りそそぐ温室。風を感じられるセントラルパーラー、そこで開催されるコンサート。心を和ませてくれるくつろぎの空間に、多くの方が自然と集まってきます。患者さんへの優しい環境づくりは、当院にとって、大切な医療の一環です。



3 棟屋上庭園

地上51mにあり、倉敷市庁舎の展望台（45m）より高く、児島湾、倉敷市庁舎、酒津などの展望が広がります。築山を築き、垂れ桜と大原孫三郎の好んだ楓を植え、それを囲んで雨天でも回遊できる廊下を設けました。展望用の窓は倉敷格子に倣っており、倉敷美観地区の白壁の町並みの風情が感じられるデザインになっています。芝生には入院患者が足で触覚を確かめられるよう車椅子でも入れるようにしました。芝生のベンチは岡山の名石、万成石、和泉正敏氏によるものです。

この4月に壁や軒天などの塗装を含めて全面改修しました。立ち寄られたことがある方もない方も、ぜひ訪れてみてください。



9 棟屋上庭園

この庭園は、ボランティアの方々及管理をされており、いつでも美しい花を見ることができます。手入れの行き届いた花は、心を和ませ、ホッとさせてくれます。足元のタイルやベンチに木材を使用し、自然の風合いを肌で感じられるスペースとなっています。



今月のレシピ

普通食 治療食

倉中特製 本格麻婆豆腐

普通食

栄養価(1人分)

エネルギー: 290kcal
たんぱく質: 19g
脂質: 18.3g
塩分: 2.2g



栄養士より



你好(ニーハオ・初めまして)。今月号から始まったレシピのコーナーですが、第一弾は当院の常食の人気メニューより、麻婆豆腐です。

暑〜い夏、香辛料の効いた麻婆豆腐を食べて元気に過ごしましょう。香辛料を食べると、刺激で腸の運動が促進されて中枢神経の働きが高まります。その結果、唾液や胃酸の分泌が増えて食欲の増進につながります。また、豚肉に多く含まれるビタミンB1は体内に蓄積した疲労を回復してくれます。

当院の麻婆豆腐は、お店で食べるような深みのある味で患者さんにも好評ですが、意外と短時間で作れます。ぜひ、ご家庭でお店の味を楽しんで下さい。

それでは再见(ザイジエン・また次回)。

材料(2人分)

木綿豆腐 300g
豚ミンチ 80g
白ねぎ 1/3本
万能ねぎ 6g
サラダ油 小さじ1
豆板醤 1g
生姜 1片
にんにく 1/2片

A

甜面醬 小さじ2
濃口醬油 大さじ1
砂糖 小さじ1
味覇(ウバ-) 小さじ1/2
料理酒 2g
水 40cc
こしょう 少々

片栗粉 小さじ2 ごま油 2g
溶き水 14g

作り方

- 豆腐を2cm角に切る。白ねぎをみじん切りに、万能ねぎを2mmの小口切りにする。生姜とにんにくをみじん切りにする。
- 鍋を熱して油を加え、豆板醤、生姜、にんにくを炒めた後、豚ミンチと2/3の白ねぎをよく炒める。
- Aを②に加えて煮込み、水溶き片栗粉で止める。
- 豆腐を電子レンジで加熱後、水分をきって③に加える。そこに残りの白ねぎと万能ねぎ、ごま油を加え、豆腐が崩れないように混ぜる。

調理師からのポイント

- ★アクが出るのを防ぐために、ひき肉はしっかり炒めておきましょう。
- ★あらかじめ豆腐を温めておくと、煮崩れしにくくなります。



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。

中学生が当院で職場体験をしました

5月に倉敷市立庄中学校と多津美中学校の生徒計7人を受け入れました。庄中学校の生徒4人は臨床検査技術部・薬剤部・看護部を体験。がん細胞を顕微鏡で観察したり、調剤や点滴をつくったりしました。生徒は「血液の検査方法や、看護師さんの患者さんへの接し方を間近で見ることができ、とても良い経験になりました」などと振り返っていました。

神経内科の標榜診療科名を「脳神経内科」に名称変更しました

このたび、日本神経学会は標榜診療科名を神経内科から「脳神経内科」に変更することを決定しました。ねらいは診療内容を、よりよく一般の方々に理解いただくことにあります。

脳神経内科という名称に変更することにより、診療内容が世間に広く知られている「脳神経外科」の内科側のパートナーである、との位置づけが明確になりました。

平成30年6月1日より変更いたしました。ご理解のほど、よろしくお願いいたします。

第6回くらちゅう寄席を開きました

6月2日にくらちゅう寄席を開催しました。会場のセントラルパーラーは金屏風が立てられた寄席に変身。患者さんや付き添いの方など約80人が、本格的な落語を楽しまれました。

公演いただいたのは、50年近い伝統と高い技量を誇る「グループいっせき」の皆さん。6代目桂文枝師匠が関西大学在学中に創部した落研の後輩たちによるボランティアグループで、半年先まで予約が一杯という関西地区では人気のグループです。

沖縄三線による歌謡漫談では、歌声に乗せて掛け声や手拍子を打つ方も出て、会場は一気に盛り上がりました。落語4題はいずれも絶妙な語り口で、皆さん引き込まれていました。



Close-up

ポリファーマシーとは

- 01 ヘルシーリビング
 僧帽弁閉鎖不全症のはなし
- 02 トピックス
 わが街健康プロジェクト。
 「在宅医療」についてサポーターと
 意見交換
- 03 倉中探検隊
 放射線治療機器True Beam STx
- 04 院内散歩
 3棟屋上庭園・9棟屋上庭園
- 05 くらちゅうキッチン
 倉中特製 本格麻婆豆腐
- 06 QQ車
 職場体験
 脳神経内科に変更
 第6回くらちゅう寄席

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