

みんなのくらちゅう 9

～読んでわかる倉敷中央病院～



公益財団法人 大原記念倉敷中央医療機構

倉敷中央病院

地域医療連携・広報部



この度、みんなのくらちゅう9が当院地域医療連携室より発刊の運びとなりました。今回は地域医療連携に関する知識や情報と共にトピックスとして「人生会議（ACP）」「フレイル」「健康情報自己管理」といった内容を含んでいます。

地域医療連携室の従来からの役割は、患者さんの移動に伴う医療機関同士の情報交換、交流や調整ですが、今回のこれらの内容はその役割を乗り越えた地域連携の新しい取り組みへの挑戦であります。これまでの患者さんの移動や機能分化した医療へのかかわり方にとどまらず、新しい医療のあり方や患者さんの病態への対応に及んでいます。このような姿は倉敷地域のように医療連携が高度に進んだ医療環境の中でのみ実現する、これからの新しい医療における活動のように思われます。地域の医療機関同士が一つになって、一人一人の患者さんにとってより良い医療情報が提供され、更に市民の病気の予防や健康管理にかかわってゆくという地域医療連携が理想とする方向性なのかもしれません。

本誌を通して、出来るだけ多くの皆様に今日の医療の状況と共に自分の健康にも関心を持っていただき、いつまでも健康長寿を維持し、これから向かう超高齢化社会、更には人口減少社会と一緒に立ち向かってゆきたいと思えます。

院長 山形 専



2019.6.1 OPEN

健康を 温かい心を添えて 人へ地域へ～

「倉敷中央病院附属 予防医療プラザ」誕生

2019年6月1日にいよいよ予防医療プラザがオープンします。倉敷中央病院の各科医師と、健康の専門家であるドック・健診医が力を合わせて、効果的な疾病予防に取り組めます。また、現在までに集積した独自のけんしんデータに基づいたAI解析により、次世代の予防医療を展開します。

新しい施設には、地域の皆さんに毎日集まっていられる場所になるよう1Fのイベントスペースに「健康ひろば」を設けました。この他、多目的スペース、カフェやギャラリーを併設しています。

健康の大切さを学び、健康について考えていただける場としてご利用いただけます。皆さんがこの街で健康長寿を実現いただけることを願っています。



目次 みんなのくらちゅう 9

みんなのくらちゅう 9 発行にあたって
—院長より皆さまへ

| | | |
|----------------|---|--|
| 「死」を捉えて「生」に活かす | 1 |  |
| 運動と食事でフレイル予防 | 9 |  |

いつもと変わらない日常

| | | |
|-------------------|----|--|
| 生活に深く寄り添いともに歩む | 17 |  |
| 開放病床 | 23 | |
| 自分の病名、正しく伝えられますか？ | 25 |  |
| 晴れやかネット | 29 | |

同じ時間を生きる 身近な誰かのために

| | | |
|----------------------|----|--|
| 救急患者の治療は状態に応じて地域の病院へ | 33 | |
| 岡山県小児救急医療電話相談 | 38 | |
| 数字でみるくらちゅう | 39 | |
| 入院前からスタート 多職種によるサポート | 43 |  |
| 地域連携パス | 47 | |
| 連携医療機関の紹介 | 51 | |

コラム

| | | |
|--------------|----|--|
| セカンドオピニオン外来 | 53 | |
| がんに関する取り組み | 55 | |
| わが街健康プロジェクト。 | 57 | |

みんくらムービー



各ページのQRコードから
動画をご覧いただけます！

「死」を捉えて「生」に活かす

— 人生会議・在宅医療



あなたは自分自身の最期の迎え方を考えたことはありますか。
また、そのことをまわりの人と話し合ったことはありますか。
死について考えることは、今をどう生きるかを考えることにつながります。

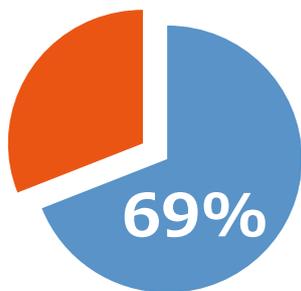


突然、意思疎通が難しくなってしまったとき
どうしたら**本人の願いにかなった治療を選べる**でしょうか。



身近な人でこんな経験はありませんか？

- 治療方針の選択を迫られたが、本人の意思を確認できなかった。
- 家族同士、意見の相違があり、治療方針をスムーズに決められなかった。
- 本人は自宅での最期を望んでいたが、まわりの意見が優先され、意識が戻らないまま長期入院となり亡くなった。



終末期の患者さんのうち
約 69% が
意思決定が不可能
といわれています

Silveira MJ, NEJM 2011



「終わりよければ全て良し」

こんな言葉がありますが、今まで人生を歩んできて、
最後の最後で望まない時間を過ごしたくはないですよね。
最期まで自分らしくあるために、
残された貴重な時間を

**焦って決めてしまわないよう、
準備をしておきませんか。**



「死」「臨終」「終末期」について考えることを、あなたはどのように思われますか？

縁起が悪くて考えたくない
今はまだ大丈夫、実感が湧かない



では「生き方」について考えることはどうでしょうか？
誰もが、自分がどう生きていくのか、一度は思い描いたことがあると思います。目標を置き、それに向かってどう進むのか、その都度決めていきますよね。

POINT

「死」を考えることは、今をどう「生きる」かを考えることと同じです。

あなたの望む最期を迎えるためには何に価値観を置き、残りの日々を過ごすしたいか、そのために何を準備すればいいか、今をどう生きていくかを見つめ直すことです。



ずっと意思疎通ができるよう、認知症予防をしないと。よく噛んで食べて、今日から毎日脳トレをやるわよ。

私がどういう最期を望んでいるか知っているかな？
今のうちによく話し合っておかないと。



家族旅行、行けるうちに
行っておかないとね。
一度でいいから行ってみたい
ところがあるんだ。

自宅ですべて暮らすには…
家をバリアフリーに改修する
ことも考えないと。



在宅介護サービスを利用するには…
ケアマネジャーさんに
相談しよう。

望んでいる最期

家族や友達とのコミュニケーションを最期の瞬間まで大切にしたい。
好きなことをやりながら自宅で自然な死を迎えたい。



自分の人生、自分の生き方を一度考えてみましょう

「人生会議」で決めていくこと（一例）

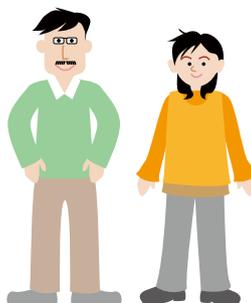
本人



- ・自分が大切にしていること、生きがいは何か
- ・気がかりなことは何か
- ・受けたい治療や受けたくない治療はあるか、その理由はなぜか
- ・余命は知っておきたいか
- ・意識がない、医療機器の助けがないと生きられない、つらい痛みが続くなどの状況になった場合、どのように過ごしたいか（どこでケアを受けて、どのような最期の形を望むかなど）
- ・あなたが意識不明になった場合、あなたの代わりに方針を決めてくれる代表者（キーパーソン）は誰か

家族・まわりの人

- ・してあげたいと思うこと
- ・キーパーソン以外の家族の思い
- ・悩んだとき誰に相談したらよいか



「人生会議」のポイント



自分で考えるだけでなく、まわりの人とよく話し合うこと

話し合いをするのは家族や友人、かかりつけ医など医療従事者やケアマネジャーをはじめとした介護関係者などです。文書に考えをまとめていくと良いですが、大切なのは書きとどめることではなく、話し合う過程です。

自分の意思をまわりの人にも共有すること

「もしも」のことが起きても、あなたの意思を共有しておけば、みんながあなたの価値観に沿うことができます。

難しい治療の選択をしなければならないときも、その判断の助けとなり、まわりの方の心理的負担の軽減にもつながります。



一度だけではなく、何度も慎重に話し合い、方針を固めていくこと

一度決めたら終わりではありません。状況に応じて、何度でも変更できます。話し合っているうちに、自分の気持ちも固められます。

2つの医療「在宅医療」と「入院医療」

人生会議をする上で、要となるのは医療の受け方です。医療を受ける場所は病院だけではありません。かかりつけ医や看護師に自宅に来てもらう「在宅医療」という選択肢もあります。どちらの医療を受けるかによって、最期の迎え方が大きく変わってきます。

在宅医療

生活



患者さんの心身ケアと、いつもの生活を自立して暮らしやすくするための医療をおこなう。

食事



なるべく患者さんの嗜好に合うよう工夫し、本人のペースに合わせて食べる。

最期の迎え方



本人・家族の意思を都度確認し、安らかで自然な形での最期を迎えられるようにする。

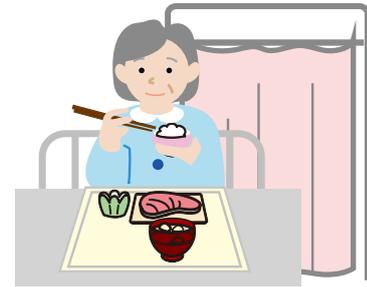
在宅医療なら普段の生活が刺激となり、認知機能や筋力の低下を防ぐことにつながります。



入院医療



病気の治療を重視し、規則正しい生活を送る。危険回避のため外出・行動制限をおこなうこともある。



病状に応じて考えられた食事（減塩食や糖尿病食など）を食べる。



医療者が近くにいる状態で、最期までできる限りの治療をおこなう。（治療方針の確認が必要な場合は家族に連絡、来院いただき、決定する）

緊急時には即時対応できます。（あらかじめ患者さんが延命を望んでいない場合は患者の意思に従います）



在宅医療を考えるなら、今から行動を

● かかりつけ医に、早めにああなたの意思を伝えておきましょう

かかりつけ医がいれば、あなたの日ごろの病状を把握しているので、在宅医療への対応がスムーズです。

看取りの場合、かかりつけ医が欲しいと考える時間は

90 日間

90日間…患者さんとの信頼関係を構築し、残された時間を少しでも充足して家で過ごしていただくよう、医療面でサポートするための時間です。



※患者さんが家で過ごした平均日数は 48.3 日、長い方で 111 日です。
(当院の在宅緩和ケアパス 2018 年度実績より)

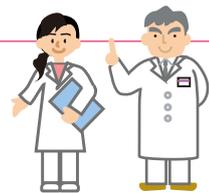
● 担当のケアマネジャーと、早めに話し合しましょう

ケアマネジャーは医療と介護をつなぐ橋渡し役です。どういった施設が地域にあり、どんなサービスを受けられるのか、普段から話をしておきましょう。

※ケアマネジャーは地域包括支援センター(高齢者支援センター)や在宅介護支援センターにいます。

在宅支援の窓口

普段の窓口はかかりつけ医とケアマネジャーですが、入院中の場合は主治医や医療ソーシャルワーカーとなります。



お独りの方でも

独居の方、家族のサポートがなく自宅での生活を難しく感じる方も、かかりつけ医やケアマネジャーを中心に、「人生会議」をしましょう。

各種介護サービスを利用して在宅支援ができる可能性があります。

また、環境・病状の問題などでどうしても自宅で最期を迎えるのが難しい場合は、利用できる介護施設を提案してくれます。



大切な人のために、してあげたいこと

好きなことをさせてあげたい、旅行に連れて行ってあげたい、自分らしく生きてもらえるようにできるかぎりサポートしたい…

色々思いは尽きません。後悔をより少なくするためにも、家族としての思いを「人生会議」でよく話し合っておきましょう。



さあ、「人生会議」をはじめよう

病気の診断を受けたとき。
身近な人が亡くなってしまったとき。

きっかけはいつでも大丈夫です。
生き方は自分で決め、「人生会議」で今後の人生を
より充実させましょう。

緊急時、本人の希望がわからない状態での意思決定は身近な人でも迷います。万が一の場合にも慌てずスムーズに、本人の意向に沿えるよう、「人生会議」をしましょう。



簡単なカードゲームを通して、今現在の自分にとって何が大切か、大切でないかを確認できる、また他の人の価値観も知ることができる「もしバナゲーム」があります。（詳細は P.60 へ）



人生会議ロゴマーク

いいみとり
1130 の日

厚生労働省は11月30日を「人生会議の日」としました。



みんくらムービー



在宅医療は生活そのもの

在宅医療は心落ち着く家での生活です。そこには患者さんや家族を支えるかかりつけ医の存在があります。家で過ごす大切な時間のために…できるだけ早く伝えてください。

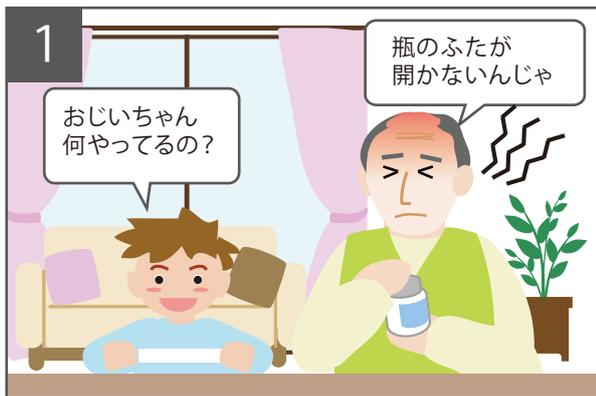


運動と食事でフレイル予防

ーフレイルと低栄養・けんしん

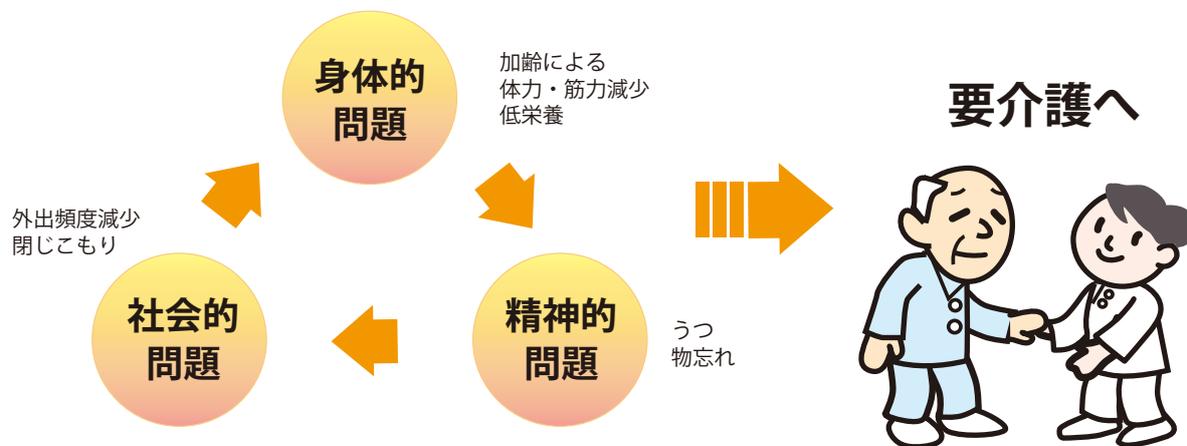


力が入らない、やる気がでない、食欲がない…それは年齢のせい、そう
思っていますか？栄養素を意識した食事と運動を続けて健康なからだ
を作り、健康寿命を延ばしましょう。



えっ？もしかしてフレイル？

フレイルは運動機能や認知機能の低下、慢性疾患などの影響で高齢者の心身が虚弱となった状態のことです。フレイルはやがて「要介護」へ進んでいきます。



✓フレイルチェック

- 6カ月間で2～3kg以上の（意図しない）体重減少がある
- わけもなく疲れたような感じがする
- 週に1度も定期的な運動・スポーツ（農作業含）をしていない
- 利き手の握力測定で男性26kg以上、女性18kg以上ない
- 以前と比べて歩くのが遅くなった。青信号を渡り切れない

3つ当てはまれば**フレイル**、1～2項目でも当てはまれば**フレイル予備軍**です！

国立研究開発法人 国立長寿医療研究センター
平成27年度 総括研究報告「フレイルの進行に関わる要因」 準拠



こんな食生活がフレイルの原因に

-  毎日食事を作るのが面倒でご飯とお味噌汁だけ、麺類や菓子パンだけで済ませてしまう
-  固いものがかみにくくなったので肉や野菜、食物繊維が多いものを敬遠している
-  肥満やコレステロールを気にして粗食を心がけ、肉や卵などのタンパク質を含む食品を避けている



フレイルの原因になる「低栄養」の危険があります！

フレイル解消のカギは運動と食事

加齢や慢性疾患から筋肉量が低下すると、歩行速度が遅くなり、疲れやすく、活動量が落ちてきます。日ごろからからだを動かす習慣をつけましょう。

耳より情報

くらしき健康ポイント

倉敷市が平成31年2月1日から始めた「くらしき健康ポイント」をご存じですか？「体重測定」「歩く」「一日一笑いする」の他に「運動・栄養・お口・休養・自由項目」から3つを選んで毎日記録します。達成するとポイントが貯まるので楽しみながら健康づくりに取り組み、生活習慣に運動を取り入れることができます。

また、「けんしんを受ける」「健康づくりの教室、イベントに参加する」「2週間連続して毎日の記録をする」ことでボーナスポイントが入ります。「わが街健康プロジェクト。」（詳細はP.57へ）の参加もボーナスポイント（30ポイント）の対象になります。

200ポイントで「くらちゃんカード」に交換でき、倉敷市内の協賛店でサービスを受けられます。



くらしき健康ポイント

検索



併存疾患がある方はかかりつけ医に相談を！

糖尿病の方

有酸素運動と筋力トレーニングが有効ですが、急激な運動は眼底出血や急激な脈拍上昇など併存疾患の悪化を招く恐れがあります。

心不全の方

心不全を起こした直後の不安定な状態や、心機能が著しく低下している状態で運動することは大変危険です。

運動を続けることは糖尿病悪化防止、心不全再発防止に有効ですが、運動のやり方やからだの状態によっては危険な場合があります。

この他にも併存疾患をお持ちの方はかかりつけ医にどのような運動量、運動方法が適しているか、相談しながら運動を進めましょう。

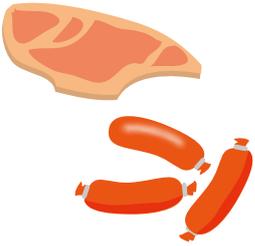
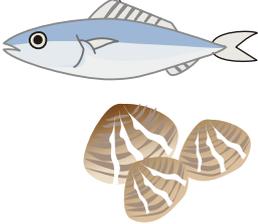
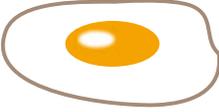
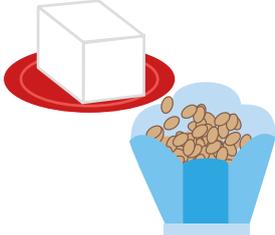


タンパク質摂取で筋力を保とう

高齢者だから肉や魚は少なめで良いと思っていませんか？若者より筋肉量が落ちている高齢者こそ元気に動くための筋肉をつけるには、良質なタンパク質が必要です。

また、タンパク質は骨の質を高めるコラーゲンの材料となるため、丈夫な骨を作るためにも欠かせません。卵や豆腐は消化のよい良質なタンパク質なので、肉や魚が食べにくい人は、まずは卵や豆腐で摂るようにしましょう。

良質なタンパク質を含む食品

| 肉類 | 魚類 | 卵類 | 大豆 大豆製品 |
|---|---|--|---|
|  |  |  |  |
| 牛肉、豚肉、鶏肉、肉加工品 | 魚、貝、エビ、カニ、たこ、魚介加工品(さつま揚げ、かまぼこ、ちくわ) | 卵 | 豆腐、大豆、納豆 |

タンパク質はフレイル予防に必須！だけど…

糖尿病、腎臓疾患の方は注意！

タンパク質摂取に注意が必要

糖尿病で血糖値の高い状態が長い間続くと、合併症である糖尿病性腎症を引き起こすことがあります。糖尿病性腎症になると、腎臓の血液の老廃物をろ過する機能が低下してしまうため、過剰なタンパク質や食塩が腎臓に大きな負担をかけ、症状をさらに悪化させてしまいます。そのため、血糖コントロールに加えてタンパク質や食塩の摂取を控えて腎臓の負担を軽減させる必要があります。

糖尿病教育入院

血糖コントロールが困難な場合、糖尿病教育入院（1～2週間）があります。糖尿病教育入院では食事療法、運動療法、薬物療法、血糖コントロールの見直しなどをおこないます。入院中は炭水化物・タンパク質・脂質の3熱量素のバランスがとれた糖尿病食を摂取します。

退院後はかかりつけ医に月に一度は通いながら正しい食事が継続できているか確認してもらいましょう。自分で調理するのが難しい方はコンビニのバランス弁当や宅配サービスを利用する方法があります。



「けんしん」でからだの状態をチェック

目的別に2つのけんしん

病気を未然に防ぐ。

健康診断

全身の健康状態を調べます。
年に1回の会社での健診や、40歳以上であれば生活習慣病予防の健診が受けられます。



特定の病気を見つける。

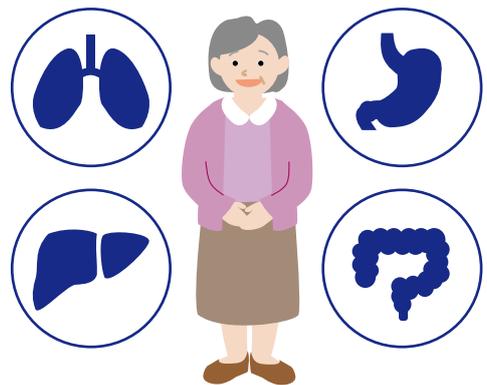
がん検診

大腸がん、肺がん検診は年1回。乳がん、子宮頸がん検診は2年に1回など種類や地域によって頻度、対象年齢はさまざまです。

部位ごとにとからだを管理しましょう

がん検診は肺、胃、大腸などそれぞれの部位を調べて、特定の病気を見つけます。前立腺がんや子宮がん・乳がん検診も組み合わせて、自分のからだを部位ごとに管理する意識を持ちましょう。

また、市町村の受診券にない脳や心臓の検査はオプションで選ぶことができます。家族歴や生活習慣で注意が必要な方はオプションの追加を考えてみましょう。



どのがんになりやすい？ —がん検診を受ける

長年続けている生活習慣、当てはまるものは？ がんの種類によって原因もさまざまです。

| | | | | |
|-----|---|--|--|--|
| 胃 | ▶ | | | |
| 大腸 | ▶ | | | |
| 肺 | ▶ | | | |
| 乳 | ▶ | | | |
| 子宮 | ▶ | | | |
| 前立腺 | ▶ | | | |

家族歴

注意! 親だけでなく、兄弟、祖父母、親の兄弟ががんの人

タバコ

注意! 長年吸い続けている人
一日の喫煙量が多い人

お酒

注意! 1日に日本酒なら1合、ビールなら600ml以上飲んでいる人

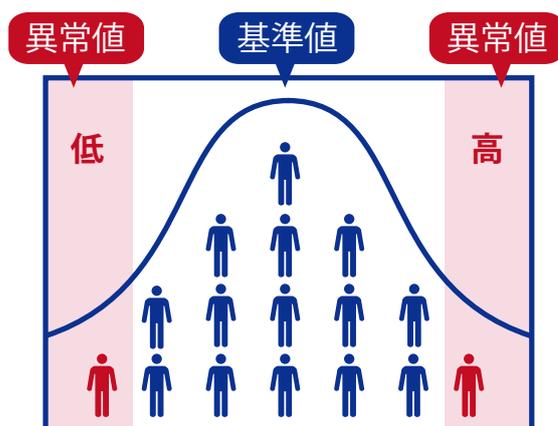
塩分

肥満

自分の基準値を把握しよう — 健診結果の上手な活用

基準値とは正常な人の 95%が当てはまる値です。残りの 5%は異常値と判定されますが、体質や生活の仕方は人それぞれのため、基準値がすべてとは言えません。

かかりつけ医へ定期的に受診していれば、自分のからだの状態やその経過を把握してもらうことができます。健診結果はかかりつけ医に確認してもらい、自分の正常値を知っていくことが大切です。



けんしんは受けた後が大事

けんしんを受けて、基準値内の数値や経過観察だったからといって、そのまま結果をしまい込んでしまってもったいないですね。小さな異常であれば、かかりつけ医から食事、睡眠、運動などのアドバイスをもらい治療を受けることができるので、けんしん結果を今後の健康に生かしましょう。

入院や手術など、専門的な治療が必要と判断した場合は専門医へ紹介してくれます。



忙しい方にオススメ

倉敷市のけんしん事情

倉敷市保健所では、より健康診断を受けやすいよう健診実施日を設けています。

※市町村によって休日の健診実施状況、受診日、申込受付期間などが異なります。

お住まいの地域の「けんしん」案内をご確認ください。

●2019 年度倉敷市国保特定健診日程

7 月 ▶ 26 日 (金) 27 日 (土)

9 月 ▶ 28 日 (土) 30 日 (月)

10 月 ▶ 1 日 (火)

【対象】 倉敷市の国民健康保険加入者で
40 歳～ 69 歳

【会場】 倉敷市保健所

※事前予約が必要です。詳しくは
「倉敷けんしんガイド」をご覧ください。

みんくらムービー



検診を受ける機会、見過ごしていませんか？

健康診断だけでは特定の病気を見つけることはできません。会社にお勤めの方も検診の案内を見逃さないようにして今の自分の状態を知っておきましょう。



いつもと変わらない日常

自宅へ向かう帰り道

毎日見ていた景色なのになぜだかほっとする

気心知れた家族や友人との何気ない会話

曇った気持ちに晴れ間が見える

大好きなこのまちで いつまでも暮らしたい

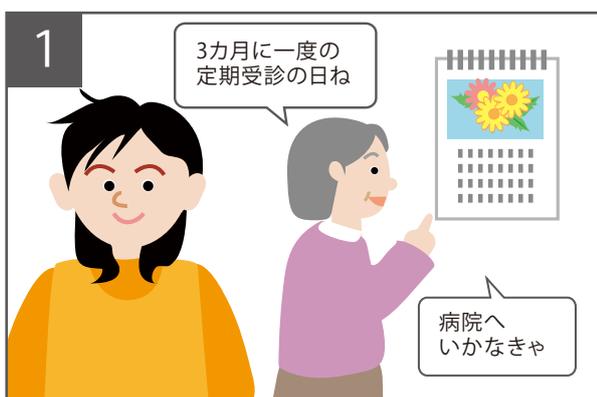
これは自分が変わるための第一歩

生活に深く寄り添いともに歩む

一かかりつけ医・かかりつけ歯科医



かかりつけ医・かかりつけ歯科医は、日常診療に加え病気や在宅療養まで健康に関することを何でも相談できる身近なお医者さんのことで、生活に寄り添いこれからを一緒に考え支えてくれる存在です。



かかりつけ医だから気付けることがあります

運動や休養、食事や飲酒などあなたの嗜好を含めた生活習慣、家族構成や治療歴を知り、からだ全体のバランスを把握して継続して診てくれます。生活習慣病の悪化の兆候に早く気付いてもらえ、重症化する前に予防できます。



かかりつけ医を持つタイミングを考えましょう

下記の3項目に1つでも当てはまる方はかかりつけ医に全身管理してもらいましょう。

30日以上お薬が処方されている

30日以上お薬が処方されるということは、症状が安定しているのかもしれませんが。特に高齢者の方はお薬の分解、排せつするからだの機能が衰え、お薬の副作用が出やすくなります。長期のお薬をもらわれても常に体調変化には注意が必要です。



6種類以上お薬が処方されている

複数の臓器に慢性疾患を抱えるようになれば、お薬の種類や量が増えます。お薬が6種類以上で副作用の発生確率が15%以上になります。数が多いと飲み忘れなどの悪影響もあります。ふらつきや転倒、物忘れ、うつ、食欲低下、便秘等の症状があればお薬が原因の可能性があるので、急いでかかりつけ医を受診しましょう。

高血圧症・糖尿病・脂質異常症・認知症の4疾病のうち2つ以上当てはまる

病院の医師は臓器別の専門医に分かれている一方、かかりつけ医は患者さんの全身状態を継続して診てくれます。生活習慣病に関わる複数の疾病を抱えるようになったら、からだ全体の継続した管理が必要です。万が一悪化したときはかかりつけ医に専門医療機関への紹介、その後軽快したら引き続き日常管理をしてもらいましょう。



みんくらムービー



生活習慣病!まずはどこに受診しますか?

生活習慣病にかかるさまざまな合併症を引き起こします。重症化させないためにも、からだ全体を総合的に、継続的に診てもらえる医療機関に相談しましょう。



人生のそれぞれの場面を支えてくれる

健康診断の結果、放置していませんか？

健康診断で高血圧、脂質異常症（高脂血症）をはじめとした生活習慣病の指摘を受けたとき、経過観察といっても何をしたらいいかわからないとき、かかりつけ医に相談できます。生活のアドバイスや状態が悪化していないか、月に1度経過を診てくれます。



誰にでも起こりうる救急搬送

高齢者になれば、急な病状悪化で救急医療を受ける可能性が高まります。かかりつけ医は病院の医師に連携を取って緊急紹介をしてくれます。

また、初めての病院に救急搬送されたときも、かかりつけ医から情報取り寄せをしますので、普段の病状を踏まえた治療を受けられます。



最期は家で過ごしたい

通院が難しくなったとき、「やっぱり自宅で過ごしたい」その思いがあるようなら、元気なうちからかかりつけ医に話しておきましょう。訪問看護ステーションやケアマネジャーと連携してあなたを診てくれます。自宅で過ごすことを支える家族の負担も含めて相談できます。



くらちゅうは「かかりつけ医」にはなれません。

くらちゅうは専門的な検査、手術や入院治療をするところです。状態が落ち着いた後、併存疾患を含めたからだ全体を診てくれるのはかかりつけ医です。

当院を受診される場合は、お近くの病院・診療所からの『紹介状』をご持参ください。紹介状には、それまでの治療経過や使用しているお薬の内容などが書かれているため、紹介状の内容をもとに適切な治療をおこなうことができます。



みんくらムービー



「かぜってなあに？」—親子で学べる適正受診

身近な病気である「かぜ」を例に、親子で見られる楽しい紙芝居動画です。
提供：MOVIEで子育て応援！ —「子育て王国そうじゃ」まちづくり実行委員会—
(高杉こどもクリニック 高杉尚志院長 監修)



これからかかりつけ医を探したい方に

地域医療連携室はかかりつけ医探しをお手伝いしています



かかりつけ医を探すとき、さまざまな疑問や不安が出てきます。
私たちは下記のような地域医療機関の情報をとりまとめ、患者さん一人一人と直接お話ししながらかかりつけ医探しのお手伝いをしています。

- 医療機関の特徴
(専門分野、医療設備、施設情報など)
- お薬情報
(飲んでいるお薬の取り扱い有無、ジェネリック対応など)
- 倉敷中央病院との関わり
(地域連携パス、開放病床、地域連携小児夜間など)



スタッフと話をしながら探せます。詳しい情報は医療機関へ電話して確認できます。

「通院が困難なので家で医療を受けたい」、「最期は家で過ごしたい」など在宅医療を希望する場合は、生活の支援も含めて相談できる医療ソーシャルワーカーがお手伝いします。



インターネットで探す

おかやま医療情報ネットは、岡山県が医療機関から報告された情報を掲載しているWEBサイトで、条件を選んで医療機関を探すことができます。



かかりつけ歯科医を持っていますか？

口は感染症の温床とされています。

からだの健康には気を付けていても、口腔ケアは無関心になっていませんか。

歯周病とからだの病気

歯を支えるための歯ぐきや骨が、歯周菌によって破壊されていく病気です。成人の80%以上がかかっているとされ、歯を失う一番の原因となっています。歯周菌は血管を通じて全身にまわり、からだのいたるところで悪影響を及ぼします。



歯周病と糖尿病、認知症

歯周病は、糖尿病やその合併症を悪化させ、逆に糖尿病も歯周病を悪化させます。生活習慣・血糖値のほかに、口腔ケアにも気を付けなければ本当の対策にはなりません。

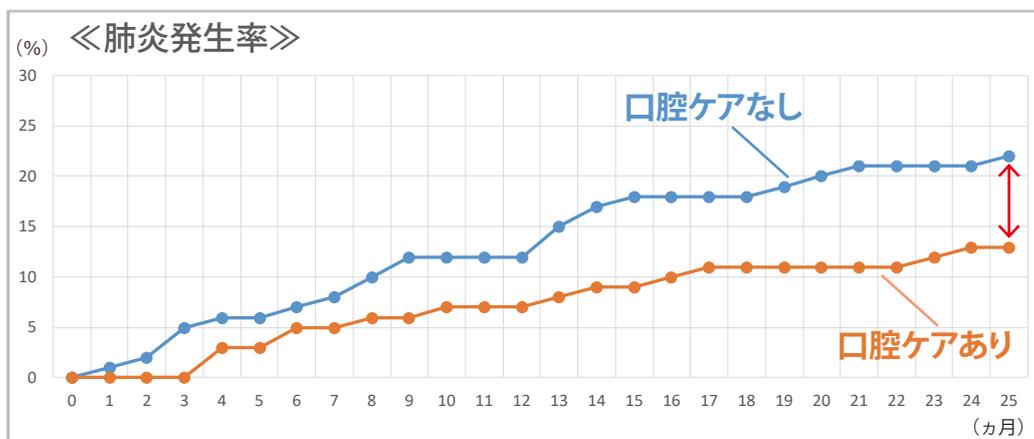
歯周病と動脈硬化、高血圧

歯周病により動脈硬化が進行し、高血圧や心筋梗塞、脳梗塞につながります。また、血圧を下げるお薬の副作用が歯周病のリスクになるケースがあります。

からだの病気にあわせて、かかりつけ医・かかりつけ歯科医どちらにも定期的に診てもらいましょう。

口腔ケアで予防！誤嚥性肺炎

高齢者の死因で4位に入っている肺炎。そのうち70%以上が誤嚥性肺炎です。口腔ケアをしている人は、していない人に比べて肺炎発生率が下がります。



(米山武義ら：要介護高齢者に対する口腔衛生の誤嚥性肺炎予防効果に関する研究、日本歯科医師学会会報誌 2001 より引用)

誤嚥性肺炎の予防には、かむ力・飲み込む力を鍛えることが大切です。かかりつけ歯科で口腔リハビリを受けられます。

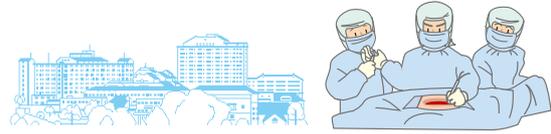
かかりつけ歯科と、病院の歯科との違い

日常の口腔ケア（かかりつけ歯科）

- 口腔トラブルの予防、治療
- 再発防止
- 生活しやすくするための口腔対策

手術前後やがん治療中の口腔ケア（病院の歯科）

- 合併症予防
- 食べるための復帰に向けた早期対策



かかりつけ歯科医をっていますか？

- 口腔トラブルやからだの病気につながる兆候を未然に見つけてくれます。

- 口腔ケアは年齢や病態によってふさわしいケア方法が違います。そのときの状態に応じたケアを定期的にしてもらいましょう。セルフケアでは不可能なケア（歯石除去など）もあります。



セルフケアの支援（用具の選択、使用法、使用状況のチェック）もしてもらえますよ

- からだの病気を診るかかりつけ医と連携をとってくれます。

かかりつけ医からかかりつけ歯科医へ

骨粗鬆症のお薬を出すことになりました

お薬の副作用で口腔トラブルにならないようケアを強化しよう



かかりつけ歯科医からかかりつけ医へ

抜歯のためにお薬や病状のことで注意点がないか聞こう

感染リスクがあるので、抜歯のときは抗菌剤の処方が必要です。飲み薬は一時中断してください



かかりつけ歯科に通えない方でも大丈夫！

自宅でも受診できる訪問歯科があります。
かかりつけ医やケアマネジャーにご相談ください。



入院中もかかりつけ医が見守る

開放病床

開放病床だからできること

開放病床は、あらかじめ登録した地域のかかりつけ医と当院の医師が共同で診療できるように、地域に開放された病床です。

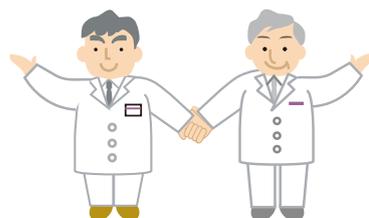
入院中の主治医が二人に

かかりつけ医と当院医師の二人が主治医になります。あなたの生活習慣や家族の診療歴を把握するかかりつけ医ならではの情報を生かした上で、専門的な治療が受けられます。



医師同士がつながる

普段は電話や手紙でのやりとりが中心の医師同士も、直接顔を合わせて話ができる大事な機会。同じタイミングで診療をおこない、情報共有しやすい関係が作られています。



退院もスムーズに

退院後の生活の希望も、顔なじみのかかりつけ医へ直接相談してみましょう。

かかりつけ医と話すことで気持ちの整理がつき、在宅医療につながった患者さんもおられます。



対象診療科

倉敷中央病院で開放病床を利用できる診療科は11科あります。

※病院によって開放病床の利用診療科は異なります。

- 消化器内科
- 呼吸器内科
- 糖尿病内科
- 腎臓内科
- 血液内科
- 内分泌代謝科
- 脳神経内科
- リウマチ・膠原病科
- 循環器内科
- 小児科
- 泌尿器科

開放病床の利用が多い疾患には、消化管出血、肺炎、糖尿病、腎不全、心不全、川崎病、前立腺・膀胱癌などがあります。

開放病床利用の流れ

ステップ 1

患者さんに説明

開放病床について
同意をいただきます



ステップ 2

入院決定

倉敷中央病院へ
ご入院となります



ステップ 3

共同指導

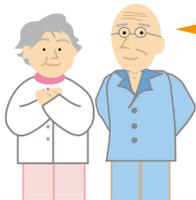
かかりつけ医と倉敷中央病院の
医師と一緒に指導します



※入院中、診療上の都合によりかかりつけ医が来られない場合もあります。
その場合も入院中の経過を情報共有し、綿密な連携をとりますのでご安心ください。

患者さん、登録医からの声

患者さん



- ★ 入院が決まった時に電話でかかりつけの先生へ連絡してきました。
- ★ 昔から何年も診てもらっている先生だから、来てくれると心強いです。入院してからの今の状態をかかりつけ医にも知っておいてほしいです。

- ★ 開放病床を利用すると、退院後もスムーズに患者さんの診療がおこなえていると感じています。
- ★ 高齢で一人暮らしの患者さんなので、共同指導で少しでも不安を取り除ければと考えています。
- ★ ベッドを持たない自院にとって入院が必要な場合に利用しやすいです。



数字でみるくらちゅう

2018年度
開放病床
実績

利用
236件/年

1 小児科
71件

2 消化器内科
60件

3 呼吸器内科
50件

共同指導
88件/年

1 小児科
28件

2 呼吸器内科
14件

3 消化器内科
12件

登録医が当院に出向き、主治医と共同で診療をおこなった件数です。

登録医：156名、137医療機関（2019年4月現在）※当院のホームページで確認できます。

開放病床のご利用については、まずはかかりつけ医にご相談ください。

自分の病名、正しく伝えられますか？

—自分の情報を管理して伝える



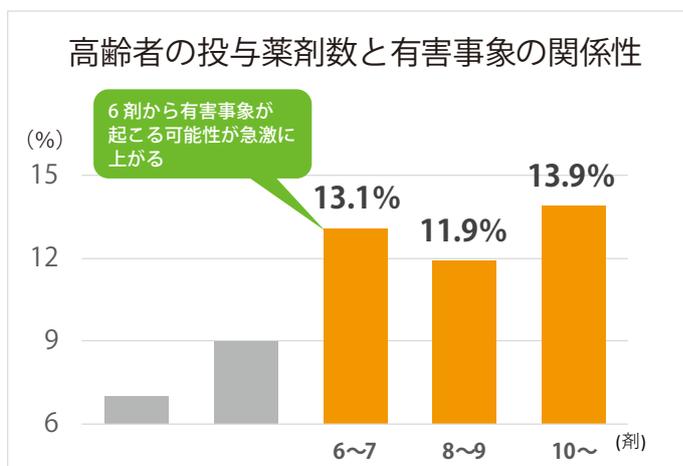
処方箋を薬局に出したとき、病名を聞かれたことはありませんか？

病名を正しく伝えることで、お薬によるからだへの負担を防ぐことに繋がります。



お薬が6剤以上だとからだへの負担がかかりやすい

70歳以上の平均処方薬剤数は6剤以上とされています。お薬が6剤以上になると効果が強すぎたり、飲み合わせによるふらつきや意識障害が起こりやすくなります。



出典：厚生労働省 2018年5月9日更新

当院の救急外来に来る低血糖や電解質異常※1の患者さんのほとんどはお薬が原因です



※1 電解質異常：からだ内のミネラルのバランスが崩れること。頭痛、吐き気などさまざまな症状が起きます。

お薬の数に関わらず、高齢者は腎臓や肝臓の働きが低下し、代謝が悪くなるためお薬が効きすぎることもあります。

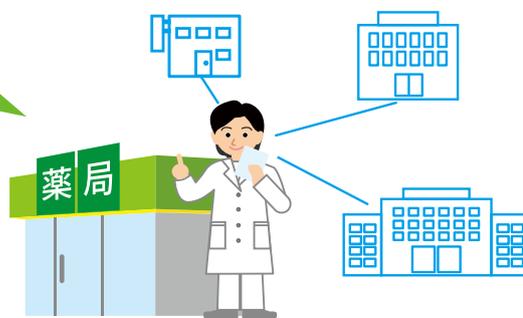
⇒65歳以上の方、お薬が30日以上処方されている方は1カ月に1回、定期的にかかりつけ医でからだの状態の確認を行いましょう。



お薬によるからだへの負担を薬剤師が未然に防ぐ

保険薬局では、処方箋に書いてあるお薬と今飲んでいるお薬が患者さんのからだに本当に合っているか確認するために病名や既往歴をお聞きします。複数の医療機関にかかっているとそれぞれで処方箋が出されるので、薬剤師がお薬をまとめて管理します。

調整が必要なお薬が処方されている場合、処方箋を出した医師に相談し、場合によってはお薬の種類や量の変更をおこないます



処方箋をもらったら

処方箋には病名は記載されていません（記載の義務がありません）
薬剤師にお薬を確認してもらうため、保険薬局で病名を聞かれたら
正確に伝える必要があります！

お薬手帳に病名を記録しておきましょう

保険薬局で病名を聞かれたときに役立ちます。手帳を見てもらうことで病名を周りの人に聞かれることなく、薬剤師へ伝えることができます。



その他の注意事項

「その他の注意事項」の欄に病名・既往歴を記載しておきましょう

病名だけでなく、病歴や体調の変化なども把握してくれるかかりつけ薬局を持つとより安心ですね

特に慢性腎臓病の人は要注意！

お薬の種類や量によっては腎臓に大きな負担をかけることがあります。その人に応じたお薬に調整してもらうため、薬剤師に必ず伝えるようにしましょう。



お薬手帳以外にも、電子お薬手帳や自分の情報を持ち歩ける「マイカルテ」、医療機関や薬局で情報の開示・閲覧ができる晴れやかネットもあります。(詳細は P.29 へ)

電子版が登場!!スマートフォンで使える

電子版お薬手帳



スマートフォンを使って電子版のお薬手帳を使用することができます。倉敷中央病院では、電子版お薬手帳「おくすり手帳 Link」と情報を連携しています。

「おくすり手帳 Link」でできること

- 倉敷中央病院で出されたお薬の情報が自動で反映
- 当院以外のお薬も合わせて管理が可能
- 会計とお薬ができたタイミングでお知らせが届く
- お薬手帳の持参を忘れたときも、スマートフォンで代用可能



「おくすり手帳Link」を利用される場合、アプリをダウンロード後、1-17番のお薬窓口で薬剤師へお声掛けください。

みんくらムービー

薬局がもっと身近になる

薬局でお薬をもらうだけで帰ってしまっていないですか。実は、薬局にはできることがたくさんあるんです。意外と知らないお薬や薬剤師のこと、少しのぞいてみましょう。

病歴や検査も記録しておきましょう

病名だけでなく、過去に自分がどんな病気や検査をしてきたか後から分かるようにしておきましょう。医療機関にかかった際、過去に大きな病気や手術をしたか、問診票などで確認をおこないます。

場合によっては昔かかっていた医療機関に医師が問い合わせをすることもあります。いつ、何をどこで受けたか分かるようにしておくといいですね。



日頃から準備しておくもの

保険証（介護保険・医療保険）

介護保険証… 65歳の誕生日前に、市役所から送られてきます。普段使わない方も突然の発病で入院前と状態が変わり、介護が必要になる場合もあります。介護保険は介護申請時に必要になるので、医療保険証と一緒に保管しておきましょう。

かかりつけ医療機関の診察券

どこにかかっているかが分かるので、病院の医師が日頃の状態をかかりつけ医に確認するのに役立ちます。

普段飲んでいるお薬の情報（お薬手帳など）

家族など、すぐに連絡を取りたい人の連絡先を書いたメモ

病歴や検査記録を書いたメモ

担当ケアマネジャーの名刺（介護サービスを利用中の方）

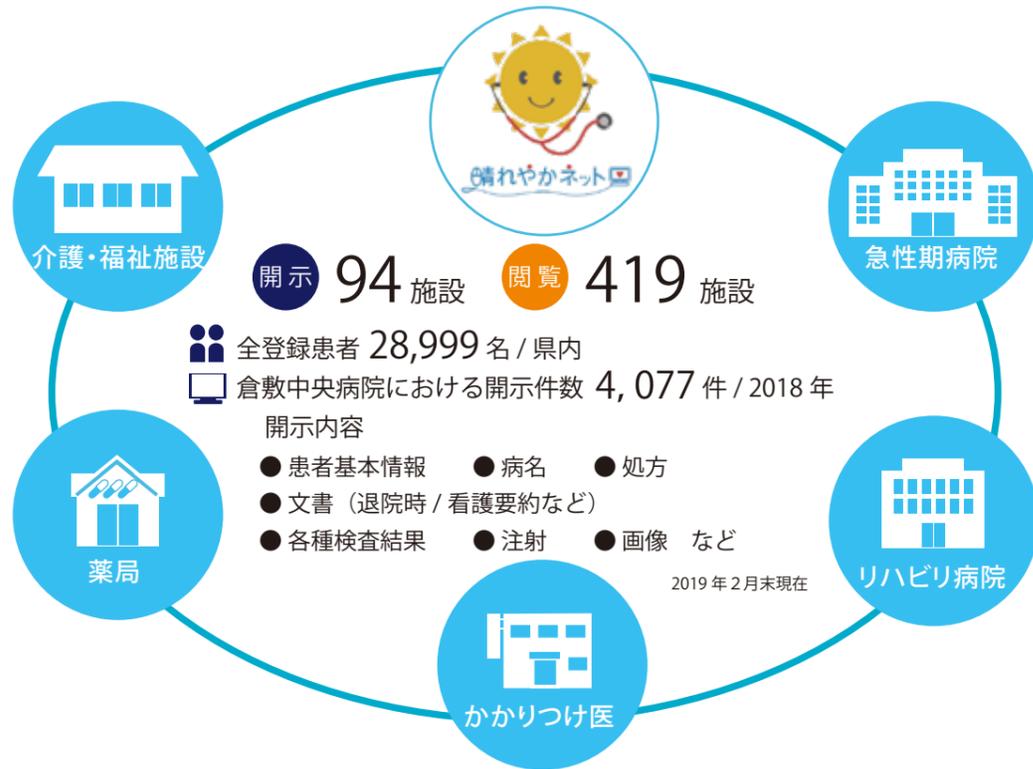


保険証ケースなどにまとめてすぐ取り出せるところへ保管しましょう

糖尿病、高血圧、脳卒中、心筋梗塞などで治療中の人は短期間で病状が悪化する危険があります。災害時や緊急時にすぐに情報を提示できるように備えておきましょう。

晴れやかネット

医療機関が持っている診療情報をネットワークによって複数の医療機関で共有できる仕組みです。病状が変化し、いつもと違う医療機関へかかったときも、今までの経過を踏まえた診療を受けることができます。



倉敷中央病院は晴れやかネットを利用して他の医療機関と連携をとっています

晴れやかネットの活用方法

① かかりつけ医を受診するとき

大きな病院での検査結果や処方など、かかりつけ医に診てもらうことができます。

② 救急受診時

初めてかかる病院を受診したときも、いつもかかっている病院の情報を見ることができるので治療に役立ちます。

③ 転院前

転院前の医療機関から、転院後の医療機関へ入院中の情報を共有することで転院後も安心して治療やリハビリを続けられます。

晴れやかネットのはじめ方

晴れやかネットは登録している医療機関で開示や閲覧が可能です。まずは自分のかかっている医療機関が晴れやかネットの登録医療機関かどうか確認してみましょう。

1 待合などにポスターが貼ってある



2 晴れやかネットのホームページに登録がある



より詳しく知りたい方は地域医療連携室（正面玄関入って左手1-8のお部屋）へ

もっと広がる！

医療ネットワーク

◎患者さんが自分の情報を持ち歩ける「マイカルテ」

自分で以下の情報をUSBメモリに保存できるシステムです。

- 基本情報
- 注射歴
- アレルギー情報
- 食事履歴
- 処方歴
- 入院歴
- 外来受診歴
- 検体検査情報

※2011年5月以降、倉敷中央病院、倉敷中央病院リバーサイド、予防医療プラザの情報を保存します



ご自分での病歴管理や、旅先での「もしも」に役立ちます。

かかりつけ医に倉敷中央病院での最新情報を知ってもらい、日常診療の参考にってもらう事もできます。

保存用パソコン設置場所はコチラ→医療情報の庭

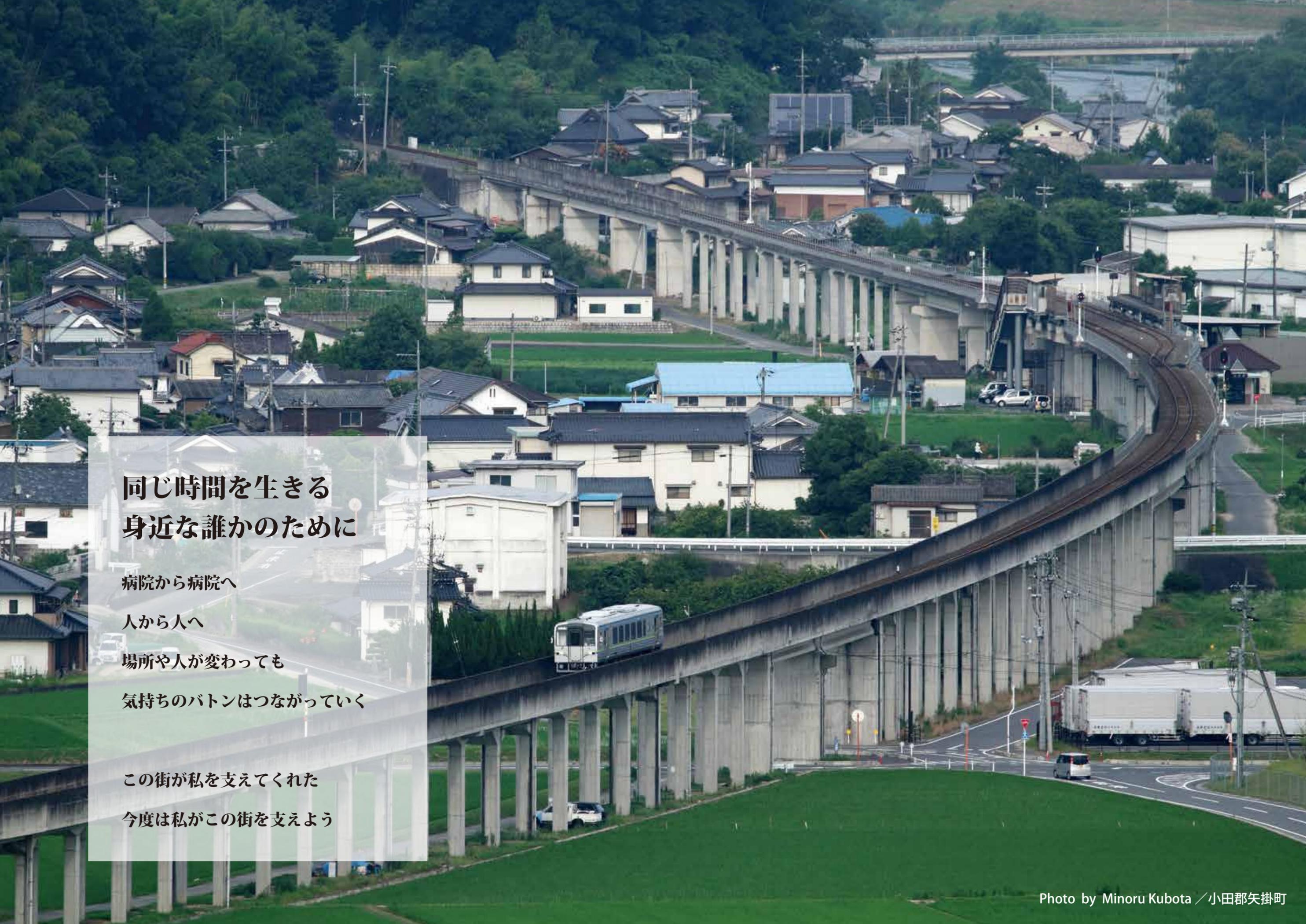
(月曜日～金曜日 午前9時～午後4時)

◎病院同士が情報を共有する「マイカルテオンライン」

当院では晴れやかネットの他に、マイカルテオンラインという医療ネットワークも利用しています。患者さんへ迅速で的確な医療を提供するため、倉敷中央病院と連携している医療機関とで情報を共有して利用する仕組みです。

◎2018年から「共同 PACS」での画像共有も始まりました

画像も情報共有ができるよう、昨年共同 PACS(パックス)という新しいネットワークが始動しました。連携している医療機関の間で、パソコンで情報を見ることができます。

An aerial photograph of a town in Japan, featuring a prominent high-speed rail line that curves through the landscape. The town is built on a hillside, with numerous traditional-style houses and modern buildings. A train is visible on the tracks, and a road with a truck and a car is in the foreground. The overall scene is a mix of urban development and natural greenery.

同じ時間を生きる 身近な誰かのために

病院から病院へ

人から人へ

場所や人が変わっても

気持ちのバトンはつながっていく

この街が私を支えてくれた

今度は私がこの街を支えよう

救急患者の治療は状態に応じて地域の病院へ —変わる救急医療

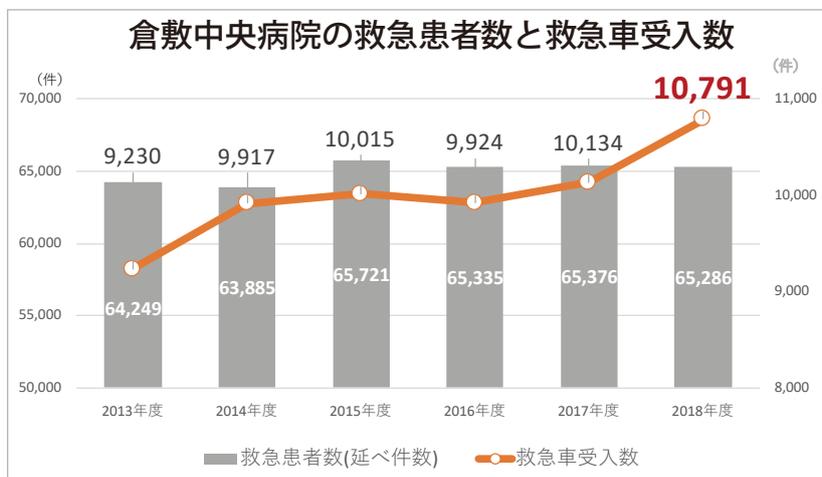


救急外来は単なる時間外診療の場ではありません。一刻を争う緊急の患者さんの治療が最優先されます。そのために、状態によっては病院を移った方が早く治療を受けられる場合があります。



10人に1人は受けられない現状

当院では処置室の満床や手術中などの理由により、救急車で搬送される患者さんをお受けできないことがあります。その数は全体の1割に及びますが、この数を少ないと考えますか？10人に1人は別の医療機関へお願いせざるを得ません。



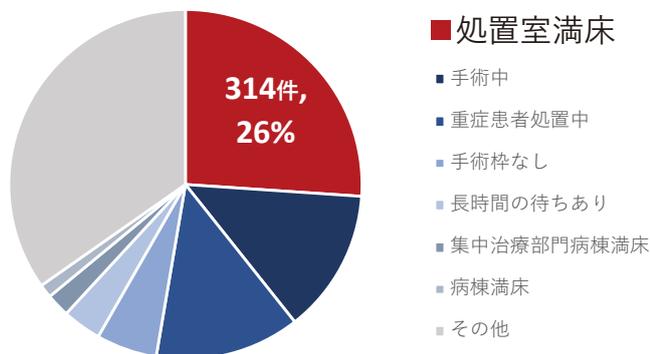
※救急車受入数：ドクターカー、ドクターヘリを含む

救急搬送の受け入れが
できなかった件数は年間
約1,000件にもなっているわ



倉敷中央病院の救急搬送お断り理由

(2018年度2月末まで)



処置室の満床が3割近くも！
軽症な患者さんへの対応で、
ベッドもスタッフも手一杯
なんだ



倉敷市の救急搬送件数 過去最高を記録

倉敷市で救急搬送された方は平成30年に過去最高の22,687人を記録しました。特に65歳以上の高齢者の救急搬送は全体の約60% (13,651人) に及びます。

※倉敷市消防局管内

病気や交通事故ではない怪我で病院に搬送されるうち、約60% (1,763人) が自宅での怪我によるものです。

※倉敷市消防局ホームページより



急性期病院である当院にも多く患者さんが救急受診されているため、
すべての患者さんに対応することが難しい状態です。

治療やリハビリを待たせない～病院同士の連携～

症状を抱えて救急外来に来られる患者さんが一人でも多く受診してもらえるように、当院だけで診るのではなく地域の病院全体で受け入れていく取り組みを進めています。

倉敷中央病院で診察



二次救急医療機関での加療が可能と判断

近隣の病院へ転院、手術などの加療



※当院救急外来受診当日、もしくは翌日に他の医療機関へ移られた件数 約 180 件 / 年間
主な疾患：骨折、打撲・痛み、呼吸器疾患、消化器疾患、感染症

例えば大腿骨頸部骨折の患者さんはできる限り早期の手術が望ましいのですが、当院は平均で入院から手術まで約5日間となっています。そこで、手術を地域の医療機関にお願いすることで、早期の回復期リハビリテーションへの移行を進めています。

※合併症の有無など全身状態によっては当院で引き続き治療をおこないます。



手術可能な医療機関（大腿骨頸部骨折の場合）

倉敷平成病院、倉敷第一病院、水島中央病院、プライムホスピタル玉島
玉島中央病院、倉敷市立市民病院、児島中央病院 ※当院からの距離が近い順

患者さんが必要な医療を早く受けて、早く回復できるように病院の体制も変わってきています！



倉敷市の二次救急医療機関一覧

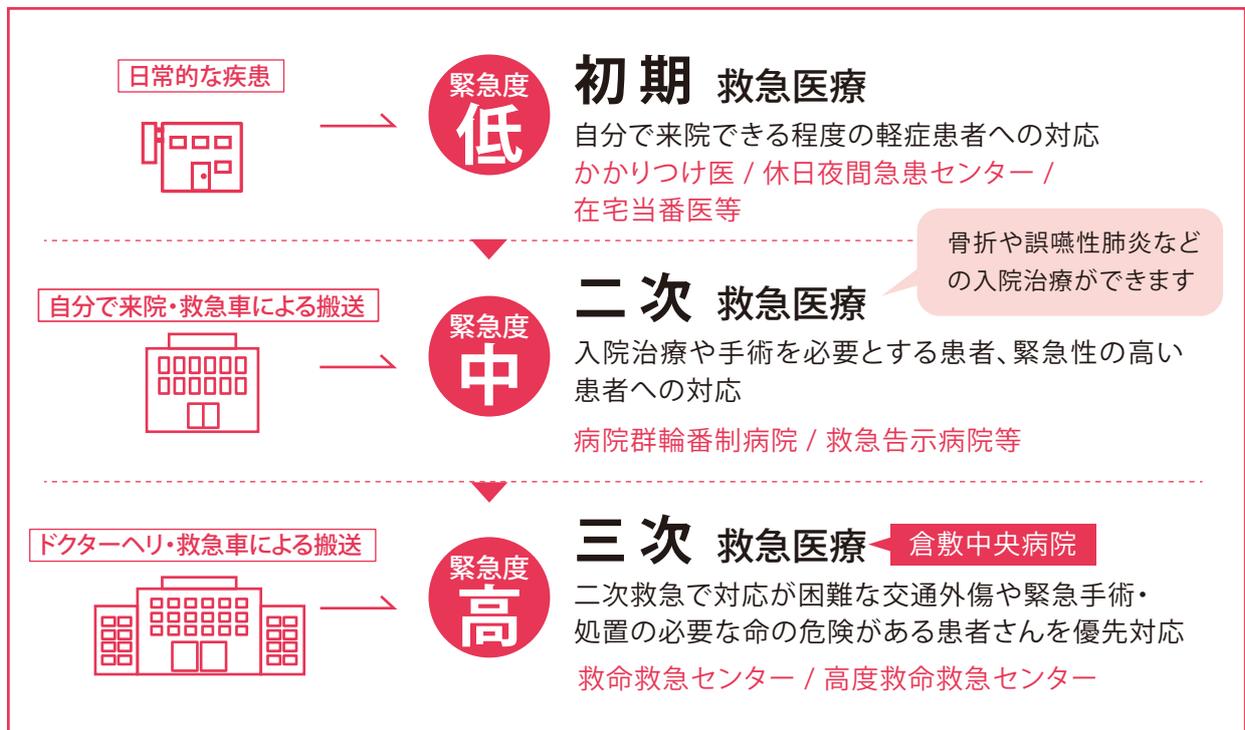
| エリア | 医療機関名 | 住所 | 救急受診受入件数 | エリア | 医療機関名 | 住所 | 救急受診受入件数 |
|--------|-------------|-------------|----------|----------|--------------|-------------|-----------|
| 倉敷市中心部 | しげい病院 | 幸町2-30 | 603 | 水島 | 水島中央病院 | 水島青葉町4-5 | 7,071 |
| | 松田病院 | 鶴形1-3-10 | 1,324 | | 水島協同病院 | 水島南春日町1-1 | 10,902 |
| | 倉敷平成病院 | 老松町4-3-38 | 3,665 | | 水島第一病院 | 神田2-3-33 | 969 |
| | 倉敷第一病院 | 老松町5-3-10 | 1,788 | | 倉敷中央病院リバーサイド | 鶴の浦2-6-11 | - |
| | 倉敷成人病センター | 白楽町250 | 2,721 | | 児島 | 児島中央病院 | 児島小川町3685 |
| | 倉敷記念病院 | 中島831 | 812 | 倉敷市立市民病院 | | 児島駅前2-39 | 6,850 |
| | | 倉敷スイートホスピタル | 中庄3542-1 | 512 | 倉敷シティ病院 | 児島阿津2-7-53 | 116 |
| 玉島 | プライムホスピタル玉島 | 玉島750-1 | 539 | 児島聖康病院 | 児島下の町10-374 | 355 | |
| | 玉島中央病院 | 玉島阿賀崎2-1-1 | 2,988 | 真備 | まび記念病院 | 真備町川辺2000-1 | 1,866 |
| | 玉島協同病院 | 玉島柏島5209-1 | 1,280 | | | | |
| | 藤沢脳神経外科病院 | 玉島勇崎587 | 325 | | | | |

※岡山県平成29年度病床機能報告より

倉敷中央病院と川崎医科大学附属病院は**三次救急医療機関**です。
重症な患者さんから診ていくので、長い待ち時間が出る場合があります。

上手にかかろう 救急医療機関

自分や家族が急な病気やケガをしたとき、大きい医療機関の方が安心と思って受診してはいませんか？医療機関によって救急医療の役割が変わってきます。



4月15日から時間外選定療養費がかかります

当院は三次救急医療機関として入院を必要とする重症な患者さんや、緊急の処置・対応が必要な患者さんを受け入れています。

この度、救急外来を受診後帰宅される場合、診療費用とは別に時間外選定療養費として5,000円(税別)を頂くことになりました。

救急医療の適正受診のためご理解とご協力をお願いいたします。



- 開始時期：2019年4月15日(月)
- 対象時間：22時00分～翌朝8時30分 ※半年後に見直し予定あり
- 対象患者：土日祝日関わらず上記時間に受診受付をした方
- 金額：5,000円(税別)

対象とならない患者さん

- 医療機関からの紹介状を持参されている方
- 即日入院となった方
- 1歳未満の方
- 妊婦の方(当院がかかりつけ、かつ妊娠経過に関係する受診のみ)
- 生活保護受給の方

そのキケン、気づいてる？～予防救急のススメ～

日常生活のちょっとした心がけで病気やケガを防げる場合があります。予防救急は救急車を呼ぶ事態になる前に、日ごろから注意し心がける意識や行動のことです。自宅での過ごし方を改めて見直してみましょう。



出典：総務省消防庁ホームページ

- 階段には転落防止の手すりを配置、脚立やイスは支えが必要か確認しよう
- 階段、廊下、玄関、浴室には転倒防止の滑り止め対策をしよう

事故件数で多い転倒や転落…骨粗鬆症で骨が弱っていると骨折の危険があるわね



自宅の段差が気になったり、手すりなどを付けるべきか迷ったらケアマネジャーに相談してみましょう。介護保険で自宅の改修をサポートできます

緊急の症状をチェックできます

全国版救急受診アプリ「Q助」^{きゅうすけ}

「Q助」は消防庁が作成したアプリで、症状の緊急度合いを携帯やパソコンで確認することができます。医療機関受診の目安にぜひご利用ください。



- 「今すぐ救急車を呼びましょう」
- 「できるだけ早めに医療機関を受診しましょう」
- 「緊急ではありませんが医療機関を受診しましょう」
- 「引き続き、注意して様子を見てください」

全国のタクシー事業所の検索も

症状が緊急で、すぐに医療機関へかかるように表示された場合、医療機関の検索や、全国のタクシー事業所の検索をおこなうこともできます。



検索はこちら⇒ 総務省消防庁「Q助」案内サイト

Q助

検索

お子さんの緊急時に

岡山県小児救急医療電話相談

お子さんの夜間の急な発熱、けいれんなど具合が悪くなった際の保護者等の不安や、症状への対応方法などについて看護師等が電話でご相談に応じます。

また、医療機関への受診について適切なアドバイスをおこないます。

※この事業は電話相談ですので、診察や指示等の医療行為はおこないません。

こんなときに使おう！

- 休日・深夜の急な体調不良のとき
- 病院に行くべき症状か、判断がつかないとき
- 旅先で具合が悪くなり、どうすべきか困ったとき

 **#8000**

または**086-801-0018**

※平成29年4月3日から固定電話番号が変更になりました。

※電話が混み合っつながりにくい場合が予測されますが、あらかじめご了承ください。

※#8000は携帯電話・N T Tのプッシュ回線からご利用いただけます。

N T T電話でもダイヤル回線や、I P電話の場合は、**086-801-0018**をご利用ください。

※小児救急医療電話相談は47都道府県すべてで実施されています。深夜も実施されている県は限られています。

相談日時

▶ 土曜、日曜、祝日および年末年始（12月29日から1月3日）

18:00～翌朝8:00

▶ 平日（平日の月曜から金曜まで）

19:00～翌朝8:00



対象者

県内にお住まいのおおむね15歳以下のお子さん、およびその保護者の方

2018年度 数字でみる くらちゅう

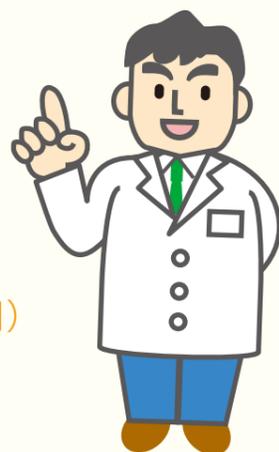


地域の医療機関と連携するくらちゅうの一年間の活動を数字でご紹介します。

かかりつけ医と
地域の病院からの
紹介件数

45,669 件 (約3,806人/月)

かかりつけ医や地域の病院に通院中の患者さんが、専門的な治療や検査、入院が必要になり、当院へ紹介された件数です。



**紹介状を持って
入院された患者の件数**

くらちゅうは入院が必要な紹介患者さんを全国で最も受け入れています。

| | 病院名 | 1ヵ月あたりの数 | 構成比 |
|----|--------------|----------|-------|
| 1位 | 倉敷中央病院 | 2,009件 | 88.0% |
| 2位 | 藤田保健衛生大学病院 | 1,937件 | 93.0% |
| 3位 | 東京大学医学部附属病院 | 1,776件 | 94.5% |
| 4位 | 九州大学病院 | 1,744件 | 96.5% |
| 5位 | 大阪市立総合医療センター | 1,726件 | 93.6% |

(平成29年度：厚生労働省 全国DPCデータより)

救急搬送受入件数

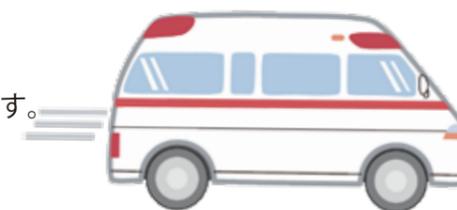
10,791 件
(約899人/月)



救急搬送受入件数が増加しています。(2017年度：10,134件)
倉敷市を中心に県西部地域から広く受け入れ、地域医療に貢献しています。
※ドクターカーやドクターヘリも含む

救急搬送後入院患者数

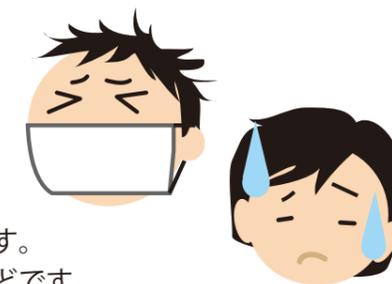
5,535 件
(約461人/月)



救急搬送された患者さんのうち、入院になった件数です。
救急搬送全体の51.3%と、約半数を占めています。
※ドクターカーやドクターヘリも含む

救急搬送受入れお断り件数

1,204 件
(約100人/月)



当院で救急搬送の受入れをやむをえずお断りした件数です。
理由は、処置室満床、重症患者さんの処置中、手術中などです。

※当院で対応できない場合でも近隣の病院に受入れをお願いできるように、日頃からこの街全体で助け合う関係を構築しています。

入院早期からの退院支援

5,240 件

(2018年度:入退院支援加算1の算定件数)

退院が困難な患者さん（緊急入院した方や、日常生活動作が入院前より低下している方など）に、なるべく早く在宅療養できるよう、入院早期から計画書を作成し、かかりつけ医や転院先の病院、介護サービス事業者へ情報共有しています。



当院からかかりつけ医や地域の病院への

逆紹介件数

44,008 件

(約3,667人/月)

当院での治療が終わり、病状が安定した時に、かかりつけ医や地域の病院にその後の療養をお願いした件数です。



当院 地域医療連携室による かかりつけ医探し支援件数

677 件

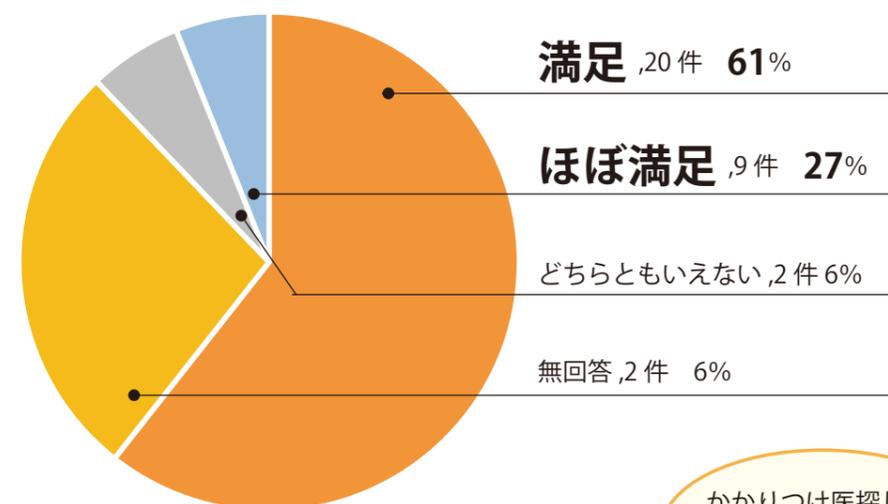
(約56件/月)

かかりつけ医がない方は、患者さんが外来通院可能な医療機関を探すお手伝いをしています。

患者さんに聞いてみました!

当院職員のかかりつけ医探しのサポートは満足できるものでしたか?

満足、ほぼ満足 **88%**



かかりつけ医探しについて詳しくはP.20をご覧ください



※当院実施の患者向けアンケート結果より
アンケート概要

【期間】2019.1.4～2019.1.31

【対象】地域医療連携室でかかりつけ医を探した方

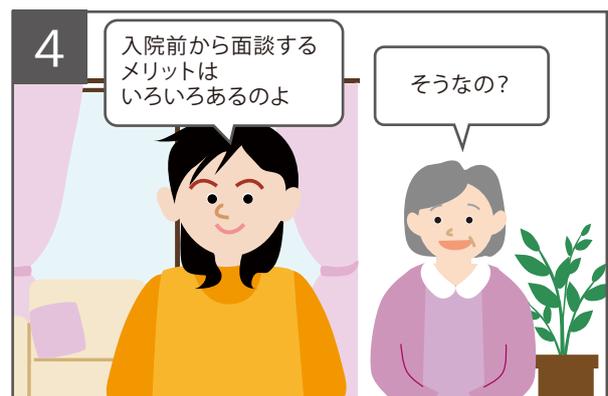
【回答者】33名（男性6名、女性27名）

入院前からスタート 多職種によるサポート

—入院～転院・退院



これから入院となると、体調も生活も不安なことが出てきますね。不安なことが多いからこそ、入院前から多職種がサポートをおこないます。



入院前から退院後に向けてできること

入退院サポート外来（入院前面談）

入院が決まった患者さんには看護師による面談をおこなっています。面談で患者さんの情報を得て、入院中にどんな支援が必要か事前に確認します。

事前に面談をすることで、入院中の治療計画を把握でき、より早く退院できるよう支援を受けることができます。

面談では、主に以下について伺います

- 入院生活や入院中の治療・検査の説明
- 健康状態、日常生活、栄養状態の確認
- 飲んでいるお薬の確認
- 介護の利用状況



入院前～入院中の多職種との連携

● 歯科との連携

全身麻酔で手術をする際、呼吸維持のため口に管を入れます。歯の状態が悪いと、管を入れたときに歯が折れたり抜けたりする可能性があります。また、口腔内の細菌が管を通して肺に入り感染症を起こす恐れもあります。手術までに口の中をきれいにして、安心して手術を受けるために当院歯科や患者さんのかかりつけ歯科と連携してケアをおこないます。



● 薬剤師との連携

一部診療科では、お薬を6剤以上飲んでいる人や希望者を対象に薬剤師がお薬の確認をおこなっています。お薬を減らせる可能性がある方は処方をしたかかりつけ医に連絡をとり調整をおこないます。



ケアマネジャーへの事前連絡

既に担当のケアマネジャーがいる方は、入院が決まったらすぐに連絡をしておきましょう。ケアマネジャーから病院へ今までの介護状況を伝えてくれます。患者さんの入院前や入院中の状況を踏まえて、退院後どんな支援が必要か多職種が話し合います。

「ご入院される方へお伺いしたいこと」

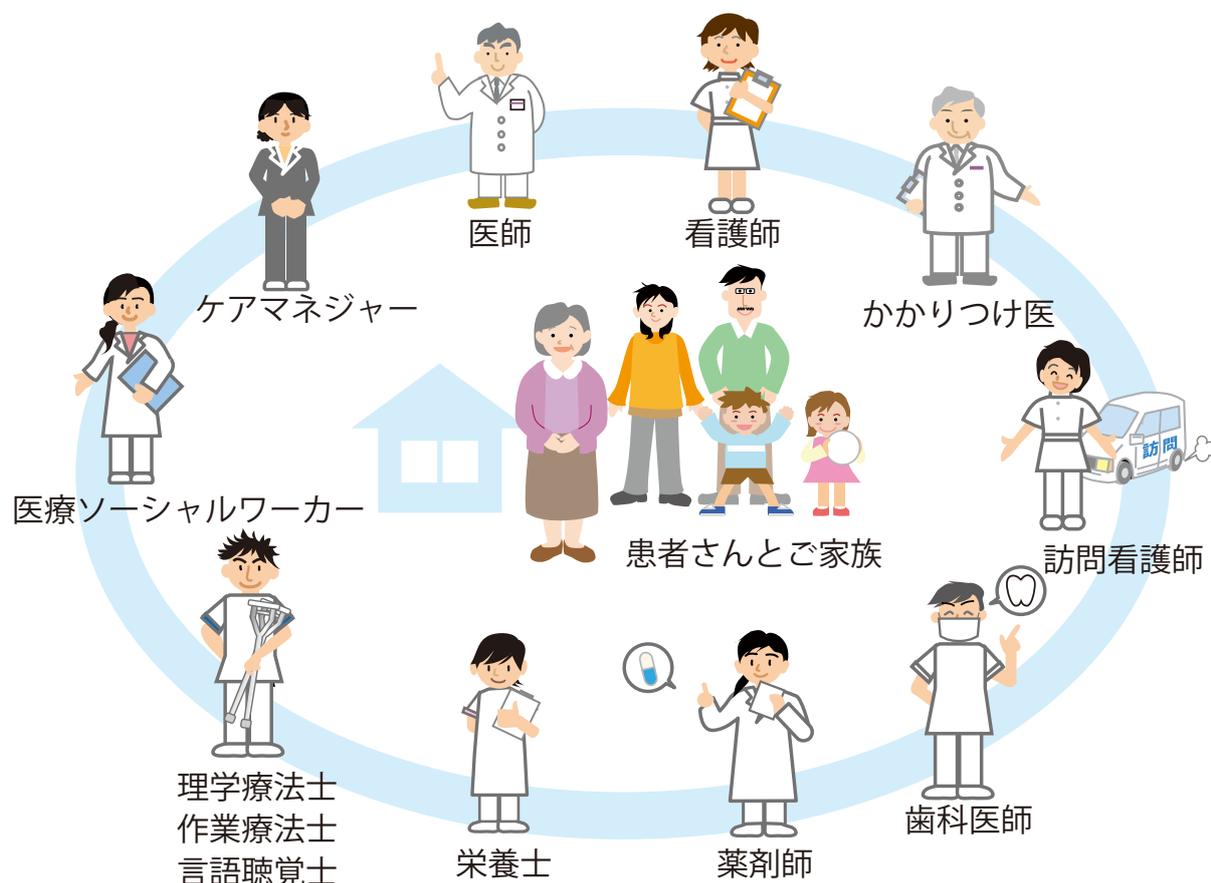
当院では、患者さんが入院された翌日、担当ケアマネジャーへ連絡しています。入院前に書いていただく「ご入院される方へお伺いしたいこと」には、以下の2点の記入をお願いします。

- 担当の事業所とケアマネジャーの名前
- 事業所やケアマネジャーの連絡先



退院後の生活をみんなで支える

患者さんが、退院後も引き続き安心して治療を受けられるよう退院前に多職種が集まり、退院後の生活や治療方法について話し合います。入院している病院の医師や看護師、退院後の治療を担うかかりつけ医や歯科医師、看護師、薬剤師、管理栄養士、リハビリをおこなう理学療法士などが参加します。



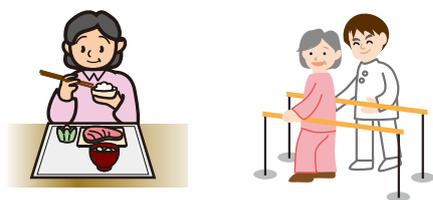
自宅での生活を無理なく送るために

治療後、からだの機能回復を目指すにはリハビリが効果的です。患者さんの疾患に合わせたリハビリや、自宅に帰ってからの生活動作を見据えたリハビリは、専門の医療機関がサポートしてくれます。



骨折や脳卒中からの回復！

回復期リハビリテーション病院



筋力トレーニングや生活動作の訓練

リハビリ内容について

- 実施時間 最大3時間 / 日
- 入院期間 最大180日

※疾患により基準は異なります

実際の回復期リハビリ病院入院期間は？

- 脳卒中 平均64日
- 大腿骨頸部骨折 平均39日

※地域連携パス利用患者での日数

不安や気になることは直接話そう — 転院前訪問の取り組み

倉敷中央病院に入院中



まだ動かしにくい部分がありますか？



次の病院では、お家での生活を想定して一緒にリハビリを進めましょう

転院を予定している患者さんには、その後の生活やリハビリの様子を事前に知ってもらえるように、回復期リハビリ病院等の看護師や医療ソーシャルワーカーが入院中の病院を訪問しています。

※当院には、近隣の8病院が訪問に来ています。

転院前に話し合ったスタッフさんがいてくれてホッとするわ



みんくらムービー



医療機関との上手な付き合い方を考えよう

急な症状に見舞われたとき、どんな病院に行けばいいのでしょうか。救急受診のコツや、みなさんに知って欲しい転院する前のお話を動画で見てください。



退院後もつながる医療ー地域連携パス

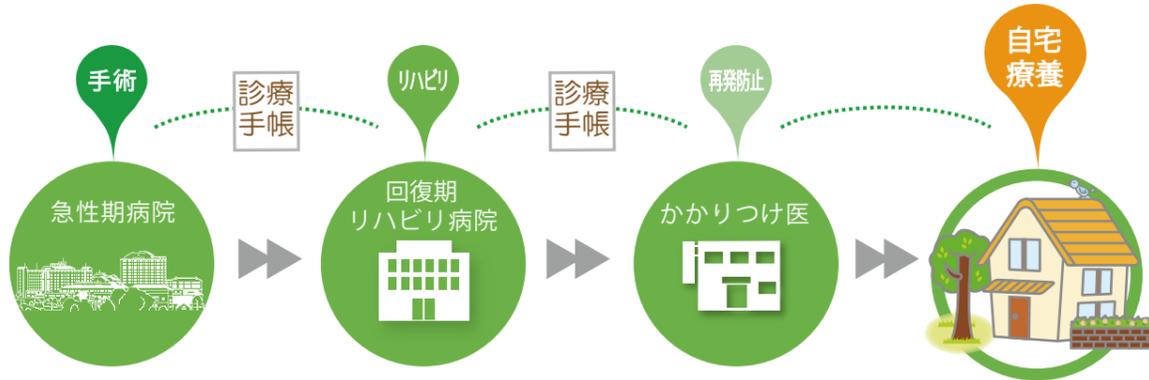
地域連携パスは、患者さんの疾患に合わせた急性期治療から回復期や維持期、自宅退院までの治療計画のことをいいます。どの医療機関でどんな治療を受けるのか、患者さん自身が確認することで、日々の体調管理にも役立ちます。



病院が変わっても
同じ治療計画で診て
くれるのね！

一方向型(リハビリ型)

～急性期病院での手術・治療から、自宅退院へ向けたリハビリを～



早期のリハビリがポイント

リハビリを始めるタイミングと量は、からだの機能をより良くするためのカギを握っています。患者さんの状態によりますが、一方向型の3つのパスでは、2～3週間の入院ののち、回復期リハビリ病院へ移ってリハビリに専念します。



自宅退院までの流れがわかる

再骨折予防のために

大腿骨頸部骨折地域連携パスでは、転院後かかりつけ医に戻ったときに、骨粗鬆症薬の処方途切れることがないように、同じ診療計画を共有できるように作られています。

疾患別一方向型 診療手帳



転院時には
お忘れなく！

診療
手帳



双方向型(循環型)

～体調管理の記録をつけて、定期的に医療機関を受診し、再発防止、再発の早期発見へ～



少しの異常も見逃さない

当院（急性期病院）で手術をおこなった後、当院とかかりつけ医とで術後5年（疾患により異なる）をめぐり、計画的に治療、再発防止の管理をします。

定期的なCT・エコー検査などは当院で、日常の健康状態はかかりつけ医で診てもらいます。

セルフチェックを
毎日頑張っています



疾患別双方向型 診療手帳



胃がん 大腸がん 肺がん 乳がん 肝がん 腎がん 糖尿病 急性心筋梗塞 心不全

治療、ちゃんと続けられていますか？

当院では対象の方に、定期的な病院・診療所への通院ができているか、地域連携パスを正しく使用できているかなど、看護師の面談や、電話で確認させていただいています。

途中で治療が途切れることのないよう、サポートしています。

※地域連携パスの種類によって対応が異なります。



診療手帳に書かれていること

診療手帳

- ☑ かかりつけ医や当院での治療の流れ
- ☑ 普段の体調や治療経過の記録
- ☑ 各疾患ごとの説明、生活する上で気をつけること



患者さんが記載する体調記録や、医師からのアドバイスも含まれているので、診察時には必ず持参しましょう

新しい地域連携パスが仲間入りしました

腎がん（双方向型）

腎がんは肥満や高血圧などの生活習慣病、喫煙などを危険因子とした男性に多いがんです。

手術後は再発・転移していないかどうか、定期的な医師の診察・検査を受ける必要があり、治療スケジュールの把握や治療経過の記録に役立つ冊子です。

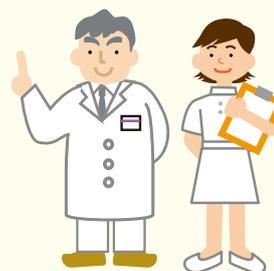


もっと知りたい、地域連携パス

— 暮らしの中にとけこむ治療

- ☑ すでに利用しているが、活用方法が分からない方
- ☑ 一度利用していたが、中断してしまった方
- ☑ まだ利用したことがなく、詳しく聞きたい方
(疾患や重症度により、対象外となる場合があります)

お気軽に
ご相談ください



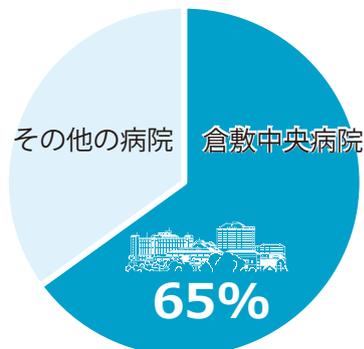
まずは外来受診時に、主治医・看護師へご相談ください。

倉敷中央病院は、地域連携パスを推進しています

◎ 地域連携パス導入数は県内トップ!

岡山県内で、5大がんの地域連携パスを新たに利用した人の数は、倉敷中央病院が

65% の割合を占めています。



※2018年3月現在

※5大がん（胃がん・大腸がん・乳がん・肝がん・肺がん）に対し、岡山県7カ所のがん診療連携拠点病院における倉敷中央病院の割合

◎ 豊富な連携先医療機関数



※2019年3月現在

※5大がんのいずれかのパスが稼働している連携先医療機関数

岡山県外でも連携している医療機関があります。
ご自分のかかりつけ医で地域連携パスを利用できるかどうか、ぜひお問い合わせください。また、現在連携医療機関でなくても、新たに連携をするための調整をおこないます。利用希望があればお申し出ください。



連携医療機関の紹介

第7弾 総社・真備編

医療法人 仁徳会 森下病院



〒719-1136 総社市駅前1-6-1
☎ 0866-92-0591 FAX 0866-92-0598
<http://morishitahp.or.jp/>

森下病院は、開設以来 70 年以上にわたり、「まちの病院」として気軽に診療を受けられる地域の中核病院として皆様の健康づくりのお手伝いをさせていただいております。平成 29 年 7 月には新築、開院し、一般病棟 38 床、医療型療養病棟 26 床。外科、内科を中心に整形外科、泌尿器科、消化器外科、消化器内科、呼吸器内科、老年内科、糖尿病内科、腎臓内科、皮膚科、リハビリテーション科の診療をおこなっています。

倉敷中央病院とは、高度医療が必要と判断した場合の紹介とその後の治療継続、自宅退院に向けてのリハビリでの転院受入をはじめ、在宅医療のフォローの役目を引き継ぎ、担うなど包括的な連携と協力をし、切れ目ない良質の医療を提供しています。

医療法人 薬師寺慈恵会 薬師寺慈恵病院



〒719-1126 総社市総社1-17-25
☎ 0866-92-0146 FAX 0866-92-0797
http://www3.kct.ne.jp/~yakushiji_jikei/

当院は倉敷市の北方に隣接した総社市に位置しています。『住み慣れた地域で過ごしたい』という患者さんの思いを支え、地域の方々から信頼される病院で有り続けたいと、職員一同日々努めています。

一般病棟、在宅での生活に向けリハビリに力を入れる地域包括ケア病床、長期に療養される方に向けた療養病棟を有し、地域医療を支える病院として、急性期医療だけでなく、慢性期医療やリハビリ、健康診断、高次医療機関との連携にも積極的に取り組んでいます。

退院後直ぐに利用できる通所リハビリの提供もあり、地域の皆様が安心してスムーズに在宅復帰できる隙間のない医療と介護サービスを提供してまいります。

過ごし慣れた地元に戻りたい、そう感じている患者さんは多いはず。医療機関のスタッフは患者さんやご家族の希望に寄り添いサポートすべく、日々協力しあっています。今回は総社・真備エリアから連携医療機関をご紹介します。

医療法人 行堂会 長野病院



〒719-1126 総社市総社2丁目22-43
☎ 0866-92-2361 FAX 0866-92-3403
<https://www.koudou-kai.jp/nagano/>

長野病院は昭和 23 年に開院し、昭和 34 年に県下 7 番目となる医療法人として地域医療の一端を担ってきました。

開院以来、当院は地域の中核病院として地域・社会のみなさんの健康と豊かな生き方を尊重し、健康をサポートすることにより地域とともに発展する病院としてスタッフ一丸となり日々努力をしています。

地域のかかりつけ医として、個々のニーズに合わせた医療と生活を支える役割を担うと同時に、長期療養が可能な療養型病床 86 床を有しています。また、住み慣れた場所で退院後の生活が不安なく暮らせるように訪問診療・訪問看護・訪問リハビリ・通所リハビリ等の提供もしています。

医療法人 和陽会 まび記念病院



〒710-1313 倉敷市真備町川辺2000番地1
☎ 086-698-2248 FAX 086-698-2065
<http://mkh.or.jp>

当院は平成 22 年 11 月に真備地区唯一の一般病院として開院し、平成 26 年 3 月に新築移転しました。許可病床数 80 床（一般病床 60 床、地域包括ケア病床 20 床）、透析 35 床、標榜科 13 診療科を有した地域の中核病院です。「全人的で温かな切れ目のない医療を提供し地域医療に貢献する」という病院理念のもと、玉島の「むらかみクリニック」とともに、地域の皆様が健康で幸せに暮らせる「地域の総合医療ネットワーク」を目指し、職員一丸となって最適な医療サービスを提供していくよう日々努力しております。

平成 30 年 7 月の西日本豪雨により病院が被災し、皆様には大変なご心配とご迷惑をお掛けいたしました。平成 31 年 2 月 1 日よりすべての病院業務を再開いたしました。今後とも倉敷中央病院のような高度救急医療を担う病院と連携し、地域の医療と介護の融合を図りながらより一層皆様に愛され信頼される病院を目指してまいります。

- 1 森下病院
- 2 薬師寺慈恵病院
- 3 長野病院
- 4 まび記念病院



セカンドオピニオン外来

セカンドオピニオンについて

セカンドオピニオンは、医療機関・主治医を変えることではありません。

現在の主治医の診断や治療方針について、他医療機関の医師の意見を参考にして、もう一度現在の主治医と今後の治療について話し合うための仕組みです。

診察や検査はしません

お話だけします



保険証は使えません

自費となります



まずは必ず主治医に相談を

患者さんの病状を最も理解しているのは、現在の主治医です。

セカンドオピニオンの前に、まずは主治医としっかり話し合しましょう。

※他の医療機関にセカンドオピニオンを求めることにより、患者さんの不利益になることはありません。



こんなとき、ご相談ください

意見を聞きたい

他の医療機関の専門医に
意見を聞きたいとき



不安を感じる

現在の治療方法に不安を
感じるとき



決心できない

治療方針に同意を求められて
いるが決心できないとき



納得いかない

病状や治療経過の説明に
納得がいけないとき



他院

他院入院中・通院中の患者さんで、
倉敷中央病院のセカンドオピニオンを
希望される場合

倉敷中央病院

まず、現在の主治医にセカンドオピニオンの希望を伝え、
紹介状を用意してもらってください。

倉敷中央病院の場合

料金

30分未満 10,000円(税別)

30分以上 20,000円(税別) ※最長1時間まで

※保険証が使えません。

実績科
(2018年)

消化器内科、呼吸器内科、血液内科、リウマチ・膠原病科、循環器内科、脳神経内科、
外科(消化器)、乳腺外科、整形外科、脳神経外科、泌尿器科、耳鼻咽喉科・頭頸部外科、
呼吸器外科、心臓血管外科、小児科、産婦人科、放射線治療科、精神科、臨床腫瘍外来
※その他の診療科については、各科医師に対応の可否を確認し、お返事いたします。

完全予約制

※事前にホームページから申込み用紙を入手してFAX・郵送にてお申し込みください。

予約

- 通常の診察予約の方法と異なります。
- 主治医からの紹介状が必要です。
- 当院での検査、治療をご希望の場合は、セカンドオピニオン外来の対象になりません。

※お申込みから相談日まで、7～10日程度の日数がかかります。

倉敷中央病院

倉敷中央病院入院中・通院中の
患者さんで、他院のセカンドオピニオンを
希望される場合

他院

情報提供に協力します

他院でのセカンドオピニオンを希望される場合は、
主治医までお気軽にお申し出ください。

その他、何か不安なことがあれば主治医、担当看護師
または、がん相談支援センター(P.55参照)にお気軽にご相談ください。

がんに関する取り組み

当院は、岡山県の推薦に基づいて、厚生労働大臣より岡山県の地域がん診療連携拠点病院に指定されており、がんに関する様々な取り組みをおこなっています。

がん相談支援センター

がんでお悩みの患者さんやそのご家族などにご利用いただける相談窓口です。がんに関する不安や悩み、病気に対する疑問など、看護師や医療ソーシャルワーカーがお話をうかがい、解決に向けて支援します。



がん相談支援センターのご案内

相談日時 月曜日～土曜日(休日を除く) 9:00～17:00(土曜日は13:00まで)

連絡方法 ☎電話 086-422-5063 (医療福祉相談室直通)

相談時間 30分 相談料:無料

- 電話でのご相談、来院でのご相談、いずれも可能です。
- 当院へおかけの患者さん以外でもご利用できます。

がん相談支援センターへ来室される方は、1-65 窓口(入退院支援センター)へお声かけください。

New Topics がんゲノム医療

がんゲノム医療とは、血液やがんの組織を用いてがんに関連する遺伝子変異を調べ、治療法の選択に役立てるものです。がんの部位ではなく遺伝子変異に合わせた新しいがん治療のあり方であり、より効果的な治療につながることを期待されています。

一方で、検査を受けても遺伝子に異常が見つからない場合や、異常が見つかって治療に使用できる薬がない場合もあり、課題も多いのが現状です。

がんゲノム医療についてのご相談は、がん相談支援センターまでお問合せください。



取り組み紹介

■ 治療と仕事の両立支援

現在、日本人の2人に1人はがんになる時代と言われています。そのうち3人に1人は就労可能な年齢でがんにかかるというデータもあり、がん治療と仕事の両立は大きな課題となっています。

がん相談支援センターでは、ハローワークや産業保健総合支援センターと連携して治療と仕事を両立できる方法を探すお手伝いをしています。

- がん告知後すぐに、仕事を辞める決断をしないようにしましょう。
- どのくらいの期間、どのような配慮が必要か、治療計画をもとに職場と働き方を話し合しましょう。



■ アピアランス(外見)ケアに関する相談会

がん治療の副作用による脱毛、爪、肌などの外見変化の悩みを多くの方が抱えています。「脱毛ケアを知りたい」「医療用ウイッグやネイルケアについて知りたい」などさまざまな疑問や悩みに応えるため、院内美容室での相談対応やウイッグメーカーによる無料相談会を実施しています。

■ がんサロン「のぞみ会」

当院のがん患者さんやご家族が参加できる「のぞみ会」を偶数月第3木曜日に開催しています。医療者によるミニ講座に加えて、患者さんの思いや体験をお互いに共有する場です。

■ がんに関する情報発信

「緩和ケアニュース」
(緩和ケアチーム発行)

「オンコロジーセンター新聞」
(オンコロジーセンター発行)

「知っ得カード」
(がん相談支援センター発行)



倉敷中央病院の「当院のがん診療」ホームページや院内掲示もご覧ください。



わが街健康プロジェクト。

～心かよう地域医療～
love our community

「わがプロ」の始まり

4人に1人が75歳以上となる超高齢社会の到来が2025年に迫っています。これからも安心して暮らせる街であるために市民の皆さんと医療提供者が共に心通わせ、地域医療を考えていく必要があります。

地域医療を共に考える双方向コミュニケーションの場として倉敷市内13病院の共催で「わがプロ」を立ち上げました。年4回の講演会、2回のサポーターズミーティングを定期的に行い、2019年2月開催の第22回講演会で活動はいよいよ6年目に入りました。

医療機関と上手に付き合う

「わが街健康プロジェクト。」は3つのテーマ

- 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(以外の方は自分の街)をもっと好きになる

を掲げています。テーマの実現に向けて「わが街健康プロジェクト。」で地域医療を学び、仲間と一緒に考え、広めることで安心して暮らせる街づくりにあなたも参加してみませんか。

テーマに興味をお持ちでしたら、どなたでもご参加いただけます。

Topics

イオンモール倉敷開催

2019年2月の第22回講演会は初めての会場となるイオンモール倉敷で開催しました。第4回講演会から倉敷市民会館を会場としていましたが、5年ぶりの新会場での開催です。初めて参加される方が普段より多く、買い物途中に飛び込み参加される方もおられました。

幅広い世代へ広がる輪

イオンモール倉敷では、2Fイオンホールでの講演会と同時進行で、1Fセントラルコートにて骨密度測定・相談、体操コーナーを実施。後半は「医療機関と上手に付き合う」クイズコーナーや、医療スタッフの服に着替えて写真撮影ができるコスチュームコーナーなど家族や友人で楽しめるイベントブースを開催、通りすがりの方も足を止めて、スタッフと交流しながら楽しく参加されていました。

クイズコーナーでは「医療を取り巻く現状や取り組みを知ることができました、良いプロジェクトですね」という声もお聞きしました。子供連れの若いお父さん、お母さんも多く立ち寄ってくださり、幅広い世代に「わが街健康プロジェクト。」を知っていただくきっかけになりました。



セントラルコートでのイベントの様子



イオンモール倉敷でのポスター展示・投票

ポスター投票

若い世代に「医療機関と上手に付き合う」を考えて広めてもらう取り組みとして毎年恒例となったポスター展。岡山県立大学、川崎医療福祉大学のデザイン系学科の学生に呼びかけ、全81作品が集まりました。

イオンモール倉敷のセントラルコートでポスター展示、サポーター投票を行い、多くの人に見ていただくことができました。グランプリ、優秀賞はポスターを制作し、共催病院内での掲示のほか、有志の方にお住まいの地域で掲示いただいています。

グランプリ



優秀賞



| 学ぶ | 考える | 広める |
|--------------------------------|--|---|
| ブロンズサポーター | ゴールドサポーター | プラチナサポーター |
| 🏠 ステップアップ条件 講演会参加 3回 | 🏠 ステップアップ条件 講演会参加 通算 6回 ミーティング参加 2回 | 🏠 ステップアップ条件 わが友ポイント達成 ミーティング参加 通算 4回 |



サポーターズミーティング

2018年10月開催の第9回サポーターズミーティングでは、初めての試みで「もしバナゲーム」を取り入れました。

13:30 開場・受付開始

受付後、テーブルへご案内します。4人1組、ゴールドサポーターの方は名札ケースをつけて参加します。



14:00 ミニレクチャー

「人生の最終段階をどう過ごしたいかを考える～アドバンスケアプランニング～」と題して倉敷中央病院 がん看護専門看護師 平田佳子先生のお話を聞きます。



14:35 休憩

レクチャー後にひと休み。資料を読み直したり、サポーター同士で歓談するひととき。



14:45 もしバナゲーム・意見交換

今回の企画は「もしバナゲーム」。あと1年の命と言われたら、あなたは何を大切にしたいですか？カードを取捨選択しながら自分の想いと向き合います。



15:40 感想発表

「自分の大切にしているものが分かった」「他の人の意見を聞いて面白かった」と前向きな意見が多く聞かれました。



15:55 閉会

家族や友人とも話をしよう、そんな想いを胸に挨拶を交わして笑顔で帰ります。

サポーターの声 | 「もしバナゲーム」で考えたこと

人生の最期に自分が何を大事にしたいかを考えて、信頼できる家族、友人と話し合い、主治医や医療従事者に伝えることが大切です。「もしバナゲーム」を通していろいろな気づきがありました。

“大切なものに気が付いた”

- ・自分が何を思って生きているのか考えさせられた。
- ・自分の気持ちを引き出してくれて楽しかった。
- ・自分の気持ちを周りに知ってもらえる機会になると思う。
- ・終活を考えるきっかけになりました。良かったです。

“ひとそれぞれの想いがある”

- ・おもしろかったです。人それぞれ違うと思いました。
- ・ほかの人の考えも楽しく聞けて良かった。
- ・ほかの人の思いも共感できました。
- ・終活をしている先輩の話が聞けました。

“家族や友人とも話したい”

- ・家族や友人、信頼できる主治医など身近な人との関わりを重視して最期まで人とのつながりを大切にしたい。
- ・思いを聴いてくれる親友や家族との時間を最期まで大切にしたい。

「もしバナゲーム」って何？

「人生の最期にどうありたいか？」とても大切なことですが、なんとなく避けて通りがちです。「もしバナゲーム」は簡単なカードゲームを通して、今現在の自分にとって何が大切か、大切でないかを確認できる、また他の人の価値観も知ることができるものです。

「家族と一緒に過ごす」や「信頼できる主治医がいる」など大切にしたいことが書かれた36枚のカードを取捨選択していくことで、自分の大切にしたいことが見えてきます。



サポーターの皆さんが活躍中！

わが街健康プロジェクト。ポスター掲示の協力の動きが広がっています。サポーターから自営でお店をやっているのでぜひ掲示したい、地域で活動しているネットワークを通して掲示の協力ができるなどお声をいただいています。倉敷市内の図書館、公民館、店舗などで「わが街健康プロジェクト。」のポスターを見つけることができます。

また、ゴールドサポーターの紹介で講演会に参加された新規サポーターは53名となりました。第10回サポーターズミーティングではプラチナサポーターがスタッフと一緒にテーブルでの話し合いを盛り上げる役割を担ってくれます。わが街の「輪」が広がっています。



伝えたいこと、残したいもの

この道はどこまで続くのか

この先どんな景色が見えるのか

「あそこの道は少し険しそう 気を付けないとね」

「途中で行きたい場所があるの 一緒に行きましょう」

隣にいるあなたに伝えたい

わたしの思いを 生き方を

この先にある綺麗な景色を見るために

あなたを地域全体でサポートしています

かかりつけ医を持とう

入院患者さんの **88%** がかかりつけ医からの紹介です

- 倉敷中央病院は紹介患者さんと救急患者さんの治療を中心にしている病院で、かかりつけ医にはなれません。
- かかりつけ医がこれまでの治療を要約し、必要な医療情報を伝えることで効率的な治療が受けられます。
- 入院患者さんの59%は65歳以上です。(※2017年度退院患者)
特に併存疾患や生活習慣病のある方は、長期的にからだ全体を診てくれるかかりつけ医にかかりましょう。

かかりつけ医をお持ちでない方

地域医療連携室で **677件** のかかりつけ医を探すお手伝いをしました
※2018年度実績

- 医師の専門性や雰囲気・医療機関の特徴をお伝えし、患者さんの希望に合ったかかりつけ医を探すお手伝いをします。
- 高齢者の方はからだの機能が衰え、お薬の副作用が出やすくなるので、30日に一度はかかりつけ医で生活の細かな変化まで管理してもらいましょう。

⇒P.17

救急医療機関同士の連携 約30人/月

当院救急外来受診後、その日のうちに連携病院へ転院しています
※2019年1月-3月の救急即日転院データ

- 三次、二次、初期救急医療と緊急度・重症度の高い順に救急医療機関の役割が異なります。
- スタッフがすでに手術対応中、または手術の予定が埋まっている場合、当院での受け入れが難しくなります。
- 二次救急医療機関での加療が最適と判断した場合には近隣の医療機関での治療になります。
※倉敷中央病院は三次救急医療機関です

⇒P.33

入院早期から退院支援をはじめます

1,538人 が入院前に看護師が面談をおこないました
※2018年度入退院サポート外来件数

- 外来で入院することが決まったら、退院後の生活を見据えて入院前から支援を始めます。支援が必要な要因（高齢独居や認知症あり、入退院を繰り返している）の解決に向けて転院先と関係スタッフをつなげます。

⇒P.43

入院患者の **330人** について介護サービスの話し合いをしました
※2018年度介護支援等連携指導料算定件数

- 医師や看護師、医療ソーシャルワーカー、ケアマネジャーなど多職種で介護サービスの話し合いがされています。
入院によって変化する今後の生活状況を考慮した上で、退院後自宅で過ごすために必要な介護サービスを考えます。

地域連携パスを利用した継続治療

岡山県内での地域連携パス（がん）を新たに利用した人の数は
倉敷中央病院が **65%** を占めています

- 自分の現在の治療段階や今後の計画を把握しながら治療に参加できます。
- かかりつけ医と必要な検査を分担し、定期的な診察とお薬を飲んでいるか、状態の変化はないか確認することで治療継続できるようサポートをおこないます。

⇒P.47

※2018年3月現在の数字
※5大がん（胃がん・大腸がん・乳がん・肝がん・肺がん）に対し、岡山県7カ所のがん診療連携拠点病院における倉敷中央病院の割合

紹介状をお持ちの患者さんへ

倉敷中央病院では紹介患者診察予約制を導入しています。予約を事前にお取りいただくことで、待ち時間への軽減などに努めています。

24時間受付 WEBからの予約申し込み



- 予約申し込み・予約変更申し込みは受診希望日の3診療日前までの受付です。お申し込み後、当院より予約のお電話をします。
※お電話にて紹介状の宛名科、けんしん後の方は検査項目や数値などを確認します。紹介状、けんしんの結果表をお手元にご用意ください。
- 3日以内の予約をご希望の方、症状的にお急ぎの方はお電話でお申し込みください。
- 詳しくは倉敷中央病院のホームページをご覧ください。
<https://www.kchnet.or.jp/community/syoukai/yoyakuform/>

電話での予約



受付時間 13:00 ~ 15:30
(土曜日 10:30 ~ 12:30)

- 翌日以降の予約をお取りします。
- 紹介状と診察券（お持ちの方）をご準備いただき、
086-422-5024 地域医療連携室 までご連絡ください。

かかりつけ医で
倉敷中央病院の予約取得を
してくれる場合もあります



来院での予約



受付時間 8:00 ~ 16:45
(土曜日 8:00 ~ 12:45)

- 翌日以降の予約をお取りします。
- 紹介状と診察券（お持ちの方）をご準備いただき、
1-8 総合相談地域医療センター までお越しください。

完全予約制の診療科

整形外科、乳腺外科、眼科、耳鼻咽喉科・頭頸部外科、
糖尿病内科、内分泌代謝科、リウマチ・膠原病科、精神科、歯科、
臨床腫瘍科、消化器内科（2019年8月1日予定）

放射線診断科の予約

放射線診断科の予約に関しては、医療機関からのお申し込みとなります。

休診日のお知らせ

日曜、祝日（除外日があります。詳細はホームページをご覧ください）
年末年始（12/30～1/3）

ご不明な点は、倉敷中央病院 地域医療連携室までお問い合わせください。



産婦人科医師 顧問
高橋 晃 先生

温かみのある高橋先生の水彩画は、初代「みんなのくらちゅう」から歴代の表紙を飾っています。

表紙に込めたメッセージ

セントラル・パーラーには大きな窓からのやさしい光があふれています。
ここにひととき憩う人も、倉敷中央病院での治療を終えて光のなかへ歩みだしていきます。

お問い合わせ先

倉敷中央病院 地域医療連携室 TEL：086-422-5024（直通）
「みんなのくらちゅう」へのご意見・ご感想をお聞かせください。



Kurashiki
Central
Hospital