

明日花川

Information Magazine ASUKAGAWA



特定医療法人明徳会 佐藤第一病院



No. 49

2018.4.1

仕事子育てサポート企業認定
子育てサポートをしています。



明日花川は地域の皆様に役立つ情報の発信を目指す広報誌です。

春うらら
たんぽぽふたつ
かくれんぼ

Topix

- ・医療ナビ「慢性硬膜下血腫について」
- ・頭部外傷後のご注意
- ・手術室の紹介
- ・ボクらの育休 DAYS
- ・さとうの救急箱
- ・旬菜市场!〜お勧めしたい旬の味

理念

特定医療法人 明徳会 佐藤第一病院は、

1. 患者さまの尊厳を守り、地域に密着した質の高い医療を目指します。
1. たえず医療水準の向上に努め、チーム医療を推進します。

運営方針

1. わたしたちは、専門スタッフがそれぞれの役割を分担し、患者さまを中心としたチーム医療を行います。
1. わたしたちは、患者さまご家族との信頼関係を大切に、満足して頂けるように人格形成をはじめ、知識、技術の向上に努めます。
1. わたしたちは、病院職員としての誇りと責任を持って、他の医療機関、施設との連携をすすめます。
1. わたしたちは、よりよい医療を提供するために、相互啓発し魅力ある職場づくりを目指します。

高齢者に多い病気(外傷)

慢性硬膜下血腫について

慢性硬膜下血腫(まんせいこうまくかけっしゅ)とは、頭の中に血が溜まることにより、様々な症状を引き起こす脳の外傷です。患者さんでは高齢の方が多く、徐々に症状が進行することが特徴です。当院でも1年間に約50件の手術(昨年度実績)を行っている身近な外傷でもあります。

今回は専門医である中原院長に、原因から早期発見、治療法についてインタビューしてみました。

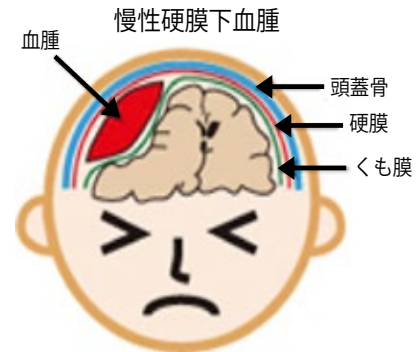


脳神経外科医師 中原 成浩

Q 慢性硬膜下血腫とはどんな病気ですか？

多くの場合、軽い外傷をきっかけにして、外傷後40日から60日後に、頭の中に血液が溜まり発症する疾病です。

頭を軽くぶつけた後、しばらくたってから脳の表面に血が溜まりはじめ、それが血腫となり脳を圧迫して症状がでてきます。



Q どのような状況で起きるのでしょいか？

軽微な頭部外傷が原因となるので、例えば転倒してしまったり、鴨居に頭をぶつけたという場合もありますし、中には物干し竿が落ちてきた、ベッドに寝ようとしてヘッドボードに頭をぶつけたという方もいらっしゃいます。

しかし、軽微な打撲で済んで日が経つと、記憶が薄れ、原因がわからないという方も少なくありません。

重度の頭部外傷後に発症することもありますが、多くはありません。例えば交通事故での頭部外傷後に急性硬膜下血腫を発症し、手術せずに経過観察した場合、慢性硬膜下血腫を発症しやすいのか、ということとは限りません。



Q 特徴的な症状はありますか？

慢性硬膜下血腫は、特に「ご高齢の方に多い疾患で、症状が徐々に進んでいくことが特徴です。

脳卒中のように「×月×日×時ごろ、ある日突然の発症ではなく、「このごろなんとなく調子が悪い…」と感じて病院に行く」と、実は慢性硬膜下血腫だったということがよくあります。

周りの方が見ていて、急激に認知機能が悪化した気がするとか、歩行が悪くなった、いつもより元気がない、食欲が減った…という「なんとなく様子がおかしい」という症状を見逃さないことが大切です。

また、「ご高齢の方に限らず、40代以降の中高齢層になると発症される方が増え始めます。若い方の症状としては頭痛や片麻痺を主訴に受診され、検査で血腫があったということも多いです。



Q 診断にはどんな検査が必要ですか？

診断には、CTまたはMRIでの頭部画像撮影が有効です。

慢性硬膜下血腫のCT画像



血腫により右大脳半球が圧迫されている状態です。血腫は新鮮であるほど白く描出されます。
※黄色枠で囲った部分が血腫です。

Q どのような治療をするのでしょうか？

CTなどの画像の所見と、自覚症状など患者さんのお話を伺いながら、保存的に経過をみてよいものか、もしくは血腫を除去するための手術が必要か診断していきます。

保存的治療で血腫が自然に吸収されてしまつ方も多くおられます。経過を見る際には、文献でも良いといわれている漢方薬の五苓散も併せて使うことが多いです。

慢性硬膜下血腫の手術は、一般的には局所麻酔で行いますが、「両側に血腫のある場合や」とついても局所麻酔は怖ろしいと言われる方には、

全身麻酔下での手術を行っています。私の

経験では、慢性硬膜下血腫の患者さんのうち、およそ8割の方が一側性（片側のみに血腫）、残り約2割の方が両側性（両側に血腫）という割合で発症されています。

局所麻酔

手術中は目覚めている状態

硬膜外麻酔
脊髄くも膜下麻酔 など



全身麻酔

手術中は完全に眠っている状態

意識がない



Q 手術はどのようにして行うのですか？

麻酔後、頭蓋骨に小さな穴を開け、ドレーンと呼ばれる細いチューブを入れます。これは穿頭手術^{せんとうじゆつ}といって、頭の中に溜まった血液を外へ流出させるためにを行います。

ドレーンを留置してから約24時間、血腫が自然に排出していくのを待ちます。その後CT撮影を行い、頭蓋内に血腫が残っていないかを確認して、問題がなければドレーンを抜き

ます。

そのあとは特に制限なく、自由に動いて良い状態になりますので、ほとんどの患者さんが手術の翌日には歩行可能です。

以前の穿頭手術では、ドレイン留置の際に頭蓋内を生理食塩水で洗浄していましたが、血腫が再発するケースが多いように感じられ、洗浄処置を除きました。ドレイン留置のみで完了するようになってから、現在まで明らかに再発率が低下しました。この結果が早期離床につながり、手術に伴うADL※の低下も抑制できていると思えます。

※ADL (Activities of Daily Living)

「日常生活動作」のこと
で、食事やトイレ動作、排便、排尿、入浴、洗顔、着替え、歩行、階段の上り下り、記憶、「ミニ一ヶーション」など、日常生活を送る上で必要とされる様々な身の回りの動作のことです。

Q再発の心配はありますか？

あります。手術後1年以内では5〜10%前後の方に血腫の再発がみられます。

慢性硬膜下血腫の手術前・後のCT画像



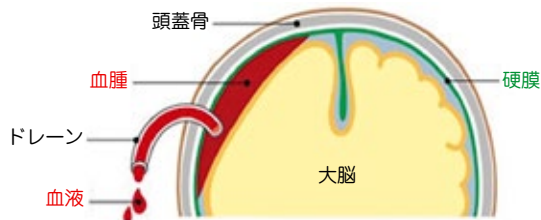
手術から2週間後
手術前にみられた血腫が消失



手術直後
黄椎内がドレイン挿入部



手術前
黄椎で囲った部分が血腫



関連症状の出現、またCT撮影で再発の有無がすぐに診断できます。そのため、退院後は定期的に画像撮影を行い、血腫がきれいに消失するまで経過観察するようになっています。

Q生活上の注意点について教えてください

頭をぶつけないようにすることが一番です。

例えば転倒しないための環境整備、ふらつきを予防するための歩行訓練なども大切になります。

以前は、病院への受診が遅れ、症状が悪化して突然受診される方も多かったのですが、最近は頭部外傷後の注意について啓蒙が進み、小さな頭部外傷でも受診される方が多くなりました。そのため、適切な時期に画像検査が可能になり、血腫化する可能性が高い画像所見であっても、注意深く観察していきける患者さんが増えています。

住まいの工夫



もし、「このごろなんとなく調子が悪い…」と感じられている方や、また身近な方で「最近なんとなく元気がない…急に物忘れが酷くなった…」など、いつもと様子が違って心配なことがあれば、お気軽に主治医、または脳神経外科来へご相談ください。



頭部外傷後のご注意!

頭を強く打撲したあとの大切なポイント



頭を強く打った時は、脳に何らかの変化が起きることがあります。特に頭蓋骨内面（脳の骨の内側）に出血が起これると、まれに、生命に危険を及ぼすことがありますので注意が必要です。

頭蓋内出血の症状は、外傷後数時間以内に発症するものもあります。

◀ **急性頭蓋内出血** … 1～2日 数日以内に発症するもの

◀ **慢性頭蓋内・亜急性頭蓋内血腫** … 1～2ヶ月後に発症するもの

こんな症状にご注意ください!

- ①頭痛がだんだん強くなる時
- ②吐き気、嘔吐（食べ物を吐く）
- ③ぼんやりしてくる。放置すると眠ってしまう。
起こしてもなかなか起きない。
- ④視力が落ちる。物が二重に見える。
- ⑤手足が動きにくくなる。
- ⑥痙攣（ひきつけ）が起こる。
- ⑦熱が高くなる。

2～3日は
十分観察を



視力が落ちる
物が二重に見える

頭痛が
強くなる

手足が動き
にくくなる

吐き気、嘔吐

痙攣（ひきつけ）
が起こる

ぼんやりしてくる
放置すると眠る

熱が高くなる

小さなお子様は

頭を打った後でも症状が出にくいことがあります。

たとえ元気にしていても、2～3日は十分観察をお願いいたします。

頭を強く打った後に眠り込んでしまい、覚醒後すぐに吐いたりすることがありますが、慌てる必要はありません。

安静を保ち、症状の観察を行い、悪化するようであれば受診をお勧めします。



手術室紹介

麻酔技術の高度化、高齢化に伴う患者層の変化にも対応できるように、患者さまを第一に考えた手術室を目指し、日々研鑽しています。



中央材料滅菌室



モニター室



血管造影室



手術室(2室)

Safety First

安全面に十分配慮しながら、患者さんの要望に最大限お応えできるよう努めています。

麻酔科医師 杉岡 章光

当院は大分県北部地域でも常勤麻酔科専門医のいる数少ない病院の1つです。

麻酔は手術に伴う不安や痛みを和らげ、手術がより円滑に行える状態を作り出すために必要です。手術中の麻酔だけでなく、術後の痛みについても麻酔科医が管理をしており、患者さんが苦痛なく術後を過ごしていただけるよう努めています。

患者さんに安心して手術を受けて頂けるように、外科ドクターや手術部スタッフと連携して、日々安全な医療を心がけています。



Technical expertise

患者さんの安心・安全を第一に、専門スタッフが役割を分担し業務を行っています。



外回り看護師 は、患者さんの観察や看護記録・麻酔の介助などの、器械出し看護師が行う事以外のすべての事を行う看護師です。写真は術中の患者さんの尿量や出血量を、皆が確認できるように記入しています。



器械出し看護師 は、術中に術者・助手に手術器械・物品を渡す業務をします。無菌操作によって手術器械や物品を扱い、スムーズに手術が進行するように、常に手術の先読みをしながら手術介助を行います。



看護スタッフ は、手術の流れをイメージしながら、必要な器械・物品を不足がないように準備します。手術が無事に終わるよう、患者さんの安全確保、安楽を第一に考え、手術チームで協働・連携しています。



Patients first

患者さんの不安を少しでも軽くするために…
日々患者さんの声を聴き、改善に努めています。

今年度のTQM活動では「患者様ファースト」を掲げ、術前パンフレットの改善に取り組みました。

患者さんにとって手術は「非日常」的な出来事です。何も解らない不安の中で手術を受けるよりも、患者さんに必要な情報を提供し、少しでも不安を解消できるように取り組みました。その成果が認められ、当院のTQM発表会で「金賞」を頂きました。

手術室のモットーは「豊かなハートと確かなスキル」です。今後も、患者さんに寄り添った看護が提供出来るよう、チームで日々研鑽して行きます。





下原 巧さん
作業療法士
回復期ユニット所属
1歳・0歳児の父

ロングインタビュー

パパの育休体験談



中 翔一郎さん
理学療法士
急性期ユニット所属
6歳・4歳・0歳児の父

ボクらの育休-DAYS

ワーク・ライフ・バランスFile.1

Q 育児休暇の取得を希望した状況は？

中さん 「僕は第3子で初めての取得で、

産まれてすぐに3週間休みました。今回は里帰りか難しい状況になり、さらに上の子がまた手がかかる年頃で…。役職に就いているので、どうしたもの

か迷いつつ上司に相談したら「よし！しっかりやってこい！」って背中を押してくれて、決心がつかしました。」

下原さん 「僕は2回目の取得です。やっぱり僕も里帰りできなかったのと、まだ上の子が小さい事が理由で、産後1か月とらせてもらいました。実家が遠方であり、奥さんも僕以外頼れない状況に不安が大きかったので、育休はすごく有難かったです。」

Q 育休中は奥さんにどんなサポートを？

中さん 「オムツを替えたり、あやしたりはしますが、おっぱいの訴えで泣く時は何もできないので(笑)、嫁が育児に専念できるよう、僕は上の子達の送迎、育児・家事全般を任されています。」

下原さん 「僕も同じです。産まれた子は奥さんが、上の子は僕が分担して育児をしていましたね。」

Q 育休中、楽しかったことや苦勞したことは？

中さん 「第3子にして初めて、産まれたての子とずっという感じができて、やっぱりいいなあ…って思いました。でも、料理がちよっと厳しかった。結婚してすぐに僕が炒飯を作ったあと、嫁から「もう次はいいから」って言われて以来、初めてのキッチンで(笑)。冬で助かりましたね…ほほ



鍋でした…。」

下原さん 「普段なかなか仕事でいれない時間に家にいると、奥さんが家事をしている大変さも分かりました。僕も料理が大変でしたね。奥さんに切り方を指導されたり(笑)。奥さんがしゃきしゃきタイプなんで、あれしてこれしての要望リストがラインで送られてくるのを見て、言われたとおりに頑張っていました(笑)」

Q 育休中はどんな風に感じていましたか？

中さん 「初めてこんなに家族と一緒にいることができて、職場への感謝の気持ちが増えましたね。嫁も任せられることで気持ちに余裕が出るのか、出産してから笑顔が増えたように感じます。途中、いかに家事の効率を上げるかにはまって(笑)。家事の順番を工夫したり、今まで放置されていた食洗器を復活させたりしていました。」

下原さん 「普段はなかなか見られない家族の姿がみれたり、皆と一緒にのんびり散歩したり、なかなかできないことができたのがよかったですね…。天気の良い日に、上の子の手をつないで家の周りを歩いたり、何気ないことの中で、貴重な時間をもらっているなど感じました。」

Q 育休を取得して良かったことは？

中さん 「そんなに苦しいこともなく、リフレッシュさせて貰って、よし！頑張るぞ！今までの分を取り返すぞって気持ちになりました。いい意味で切り替えの時間になったと思います。」

下原さん 「出産前は、奥さんも体が辛かったりして精神的にも張り詰めていた部分があったんですが、産後いつでも傍にいてフォローできることで、お互いすごく穏やかな時間が過ごせたと感じます。」

お互いにすごく
穏やかな時間でした



Q 育児休暇の取得に迷っているスタッフがいるら、どんな声をかけますか？

中さん 「自分と同じユニットだったら、いつてこい！って背中を押しますね。僕が育休を取得すると家族に伝えたら、僕の両親も嫁の両親も「えーそんなに休みがとれるの？」とびっくりしていました。僕も男性が育休を取得しているのと知ったときは驚きましたが、家族にとっても、自分のリフレッシュとしても良い影響があるし、何より仕事へのモチベーションも上がるので、僕は勧めたいですね。」

下原さん 「職場の体制が許せば、僕も取得を勧めますね。なかなかできない経験ですし、色々な事が新鮮に映ることも実感してほしいと思います。」

インタビューを終えて…

二人とも、「ご家族の顔を思い浮かべているのでしょ、終始笑顔で嬉しそうに話してくれました。お互いの育休について話すのは初めてだったそう、照れくさそうに話す姿が微笑ましかったです。

かけがえのない家族の時間を充実させてこそ、仕事もがんばれる。これからも佐藤第一病院は、頑張るスタッフのワーク・ライフ・バランスを応援していきたいと思えます。

さとうの 救急箱



Vol.1

2病棟係長 瀧 恵

もしも…の時の備えのお話

地震、洪水、火山爆発、台風…などの自然現象が原因となっておきる自然災害。

発生予測が難しく、災害発生をくいとめることも困難ですが、「もしも」の時に備え、できることから少しずつでも準備しておくことは、とても大切です。

チェックリスト ～災害から身を守るために

- 地域の防災訓練へ参加する
 - 災害対策マニュアルの作成
 - 災害時の連絡方法の確認(災害伝言板の使い方を知る)
 - 事前に避難場所や避難経路を確認する
- お住まいの町のホームページをご覧ください
- 非常用持ち出しバッグを準備する
 - 食糧・飲料などの備蓄はありますか?
特別なものでなく、できるだけ普通の生活の中で利用されている食品等を備えてください



最小限でも家族3日分の非常食・飲料水を

(※大災害時には1週間分の備蓄が望ましい)

- 家具の置き方を工夫する
家具の転倒・落下防止ができる器具で補強、引き出し・開き戸にストッパーを設置、ガラス飛散防止対策など
- もしもの時の情報収集方法(ツイッター・ワンセグ)
ご自身の生活範囲でワンセグが受診可能かチェックしてみてください。

病気療養中の場合

「お薬手帳」を携帯してください。

いざというとき「お薬手帳」があれば、すぐに正確な情報を伝えることができ、とても役立ちます。

在宅酸素や人工透析中の方は 停電時の対策を。

災害時を想定し、受入れ可能な医療機関を調べておくことが大切です。また、在宅療養されている方は、医療機器の外部バッテリーや酸素ボンベが、どれくらいもつのか把握しておくことも大切です。

ご近所との連携、 緊急連絡手段の確保

移動が不自由な方は、日頃からご近所の方と関わりを持つことや、民生委員さんに療養中であることを知って貰うことが情報共有になります。

また、緊急時はどこに連絡するのか、連絡手段はどうするか予め相談しておくことも必要です。



春の旬な食材といえば…

筍（たけのこ）です。筍は日本で古くから食べられていましたが、一般的に食べられている孟宗竹（もうそうちく）の種類が日本に入ってきたのは江戸時代のようなのです。

新鮮な筍の選び方は、小ぶりですっきり重い物、皮にツヤがあり、頭が黄色く開いていない物、切り口が変色していなく、みずみずしく白い物を選ぶとよいです。しかし筍は、時間が経つとえぐみが強くなるので、すぐにアクを抜きましょう。

では、そんな筍の栄養価はどうでしょうか。

一般的な野菜と比較してみると、たんぱく質・ビタミンB2・亜鉛・カリウム・食物繊維が多めな食材です。またうまみのもとであるアミノ酸のグルタミン酸、チロシン、アスパラギン酸を含みます。

是非、旬の筍を食卓に登場させましょう。

お勧めしたい旬の味! vol.1

旬菜市場

管理栄養士 百留 恭子

※ビタミンB2…皮膚、粘膜を健康に保つ

- 亜鉛…皮膚や骨格の発育・維持、免疫機能維持、味覚を正常に保つ
- カリウム…心臓や筋肉の機能を調節、ナトリウムの排出を促進することで血圧の上昇を抑制する
- 食物繊維…腸内環境を整えて便秘や下痢の予防・改善、食後の血糖値や血清コレステロールの上昇を抑える

100g当たり	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	ビタミンB2	亜鉛	カリウム	食物繊維
たけのこ(茹)	30	3.5	0.2	5.5	0.09	1.2	470	3.3
トマト(生)	19	0.7	0.1	4.7	0.02	0.1	210	1.0
キャベツ(生)	23	1.3	0.2	5.2	0.03	0.2	200	1.8
レタス(生)	12	0.6	0.1	2.8	0.03	0.2	200	1.1

医療機関の皆様へ

外来担当医一覧表の受付時間以外のご紹介につきましては、地域医療連携室へご連絡下さい。

直通TEL 0978-34-9322

FAX 0978-34-9323

編集後記

芽吹きが春がやってきました。厳しい寒さの中でも、植物たちは準備万端、この時を待っていました。新年度の始まりは、新しい出会いや未知の仕事に不安を感じる時期でもありますが、きっとその一つ一つが自分を成長させる糧となります。疲れたな…調子が悪いな…と思ったら、5分でも外に出てゆっくり深呼吸してみてください。植物の息吹を感じながら、自然のアロマで心と体に癒やしを(*^_^*) そんな隙間時間の有効活用、はじめてみませんか？

企画・発行

特定医療法人 明徳会

佐藤第一病院

〒879-0454

大分県宇佐市大字法鏡寺77-1

TEL 0978-32-2110

FAX 0978-33-4918

http://www.sato-d1.com

E-mail:meitokukai@sato-d1.com



リハビリテーションについてのご案内

- 午前受付時間 11:30まで
- 午後は予約制

外来担当医一覧表 ~平成30年4月1日現在の外来体制です~

午前

●午前受付時間 11:00まで <ご注意>お電話での受付は行っていません。

診療科目	曜日	月	火	水	木	金
内科(1診)		藤井 郁夫	藤井 郁夫	藤井 郁夫	—	藤井 郁夫
内科(2診)		姜 正広	姜 正広	姜 正広	姜 正広	島本 大
内科(3診)		吉田加奈子	吉田加奈子	—	吉田加奈子	—
内科(4診)		手島 進	—	手島 進	手島 進	手島 進
内科(5診)		新居 英二	新居 英二	新居 英二	新居 英二	—
消化器外科・肛門科		—	(大分大学)	宮崎 信彦	—	宮崎 信彦
消化器外科・乳腺外科		広瀬 宣明	—	—	広瀬 宣明	—
脳神経外科		中原 成浩	中原 成浩	中原 成浩	中原 成浩	佐藤 邦智

午前・専門外来

完全予約制

予約のない方は受付していませんのでご注意ください。

受診を希望される方は、受付窓口にご相談下さい。

診療科目	曜日	月	火	水	木	金
整形外科		—	片岡 晶志(大分大学)	—	—	—
神経内科		—	西江 信	—	—	—
膠原病外来		—	—	—	—	尾崎貴士(大分大学)
放射線診断科		佐藤 仁一	佐藤 仁一	佐藤仁一/島本 大	佐藤仁一/島本 大	佐藤 仁一

午後・専門外来

完全予約制

●午後診察時間 14:00~17:00

予約のない方は受付していませんのでご注意ください。専門外来はすべて予約制です。受診を希望される方は、受付窓口にご相談下さい。

診療科目	曜日	月	火	水	木	金
内科	糖尿病外来	—	—	—	藤井 郁夫	尾関良則(大分大学)
	生活習慣病外来	—	—	千葉政一(大分大学)	—	—
	肝臓内科	—	—	本田浩一(大分大学)	—	—
	神経内科	—	西江 信	—	—	—
	膠原病外来	—	—	—	—	尾崎貴士(大分大学)
脳神経外科		佐藤 邦智	中原 成浩	大西晃平(大分大学)	中原 成浩	中原 成浩
消化器外科・肛門科		宮崎 信彦	—	—	—	—
消化器・乳腺外科		—	—	広瀬 宣明	広瀬 宣明	—
放射線診断科		佐藤仁一/島本 大	佐藤 仁一	佐藤 仁一	佐藤仁一/島本 大	佐藤仁一/島本 大

内視鏡担当医

※土曜日の胃カメラ検査は、第1土曜日の午前中のみ予約制で実施しております。

ご希望の方は、事前に受付窓口へご連絡下さい(TEL0978-32-2110)。

時間	曜日	月	火	水	木	金
午前		島本 大	(大分大学)	広瀬宣明/吉田加奈子	宮崎 信彦	(大分大学)
午後		姜 正広	(大分大学)	島本 大	吉田加奈子	(大分大学)

患者さまの権利

わたしたちは、患者さまの以下の権利を尊重し、納得と同意に基づいた医療を行います。

1. 良質かつ適切な医療を公正に受ける権利をもっています。
2. 医師・病院を自由に選択し、他の医師の意見を求める権利をもっています。
3. 十分な説明と情報提供を受けた上で、治療方法などを自らの意思で選択する権利をもっています。
4. 人格や価値観が尊重され、人としての尊厳が守られる権利を持っています。
5. 意識がないか判断能力を欠く場合や未成年者の場合、代行者に決定を委ねる権利をもっています。
6. 自分の診療記録の情報を受ける権利をもっています。
7. 個人情報の秘密が守られる権利を持っています。

患者さまの責務

当院理念「患者さま中心のチーム医療」を進めるうえでの、大切な役割を自覚して頂くために、患者さま自身に求められる以下の責務をご理解下さるようお願い致します。

1. 正確な情報を提供するとともに、疾病や医療を充分理解する責務。
2. 医療に積極的に取り組む責務。
3. 快適な医療環境づくりに協力する責務。
4. 社会的ルールを守る責務。