



# こもれび

Nagasaki Prefecture Shimabara Hospital

2020 10月号



地域に信頼され、親しまれる病院を目指して、みなさまと当院をつなぎ、森に差し込む“こもれび”のような、ひとすじの光をお届けしたいと思います。

秋の棚田

撮影 地域医療支援センター 森本

## Contents

- ・認定看護師に聞く  
脳卒中リハビリテーション看護  
脳卒中リハビリテーション認定看護師 相良 和徳 .....2・3
- ・連携医療機関・事業所のご紹介  
医療法人 宮崎医院  
訪問看護ステーションあい .....4
- ・部門トピックス  
With コロナ時代の島原病院での取り組みについて  
医療安全管理室 感染管理対策班 中島 章太 坂本 美咲子 .....5
- ・部門トピックス  
呼吸器リハビリテーションって？  
リハビリテーション科 長田 朋樹 .....6
- ・おうちで簡単！おいしい kitchen  
「いも寄せ」 .....7
- ・外来診療一覧表 .....8

## 病院理念

患者さん本人の立場に立った医療

## 病院指針

1. 早期診断、早期治療、早期リハビリテーションを医療の基本指針とします。
2. 診療にあたっては、インフォームド・コンセントを基本にして、患者中心の医療を展開します。
3. 早期退院と医療の継続を目的に、病診連携・保健・福祉の連携など、地域につながるチーム医療を展開します。
4. 地域医療を支援する施設として、常に医療水準の向上に努めます。
5. 経営基盤の確立に努め、協働、相互扶助、相互啓発を職場の規範として、活力ある病院づくりを進めます。



# 脳卒中リハビリテーション看護

脳卒中リハビリテーション看護 認定看護師 相良 和徳

## 脳卒中は国民病！

脳血管疾患は、死亡率の年次推移において昭和 45 年をピークに低下しはじめ、昭和 60 年には心疾患（高血圧性を除く）にかわって第 3 位となり、その後は低下と上昇を繰り返しながらも低下傾向が続き、令和元年の全死亡者に占める割合は 7.7% で第 4 位となっています。（図 1）。

脳卒中治療ガイドライン序文では、「脳卒中死亡は激減した。しかし、入院受療率はがんの 1.5 倍、心臓病の 3.5 倍にのぼる。さらに、寝たきりや認知症の原因の第一位である。脳卒中による死亡は減ったものの、罹患すればさまざまな症状が残り、入院治療を余儀なくされ、社会復帰を阻害する原因となっている。このように、脳卒中は今なお日本人の極めて重要な国民病と言える疾患である。」と述べられています。

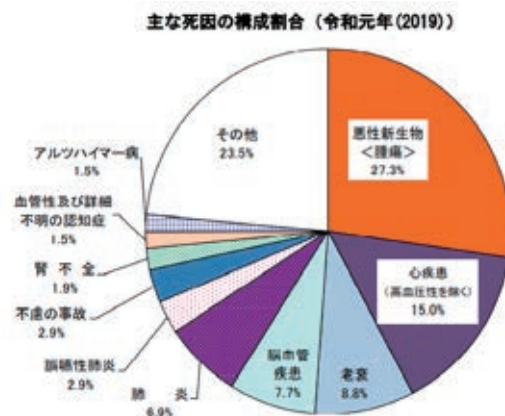


図 1 主な死因の構成割合 (2019 人口動態統計月報年計概要より引用)

## 島原病院の脳卒中患者の現状

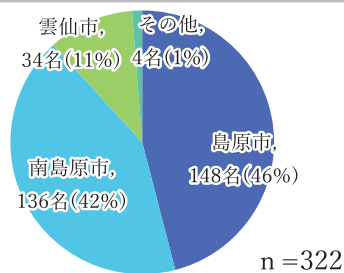


図 2 入院患者の居住地別割合

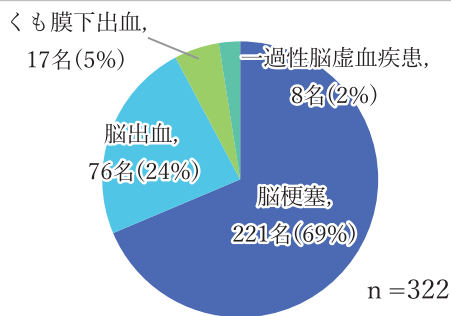


図 3 入院患者の疾患別人数

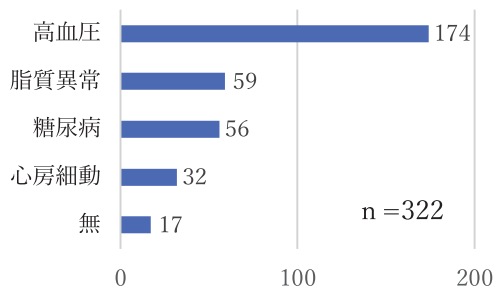


図 4 既往症別人数（複数回答可）

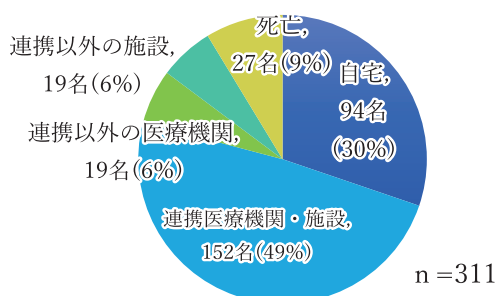


図 5 島原病院からの転帰先

脳卒中治療は 1 分でも 1 秒でも早く治療を開始すれば、予後は大きく改善すると言われています。そのため当院では、平成 21 年より「脳卒中センター」の認定を受け、脳卒中ホットラインをはじめ、24 時間体制を整備し、脳卒中超急性期から急性期医療を実践しています。令和元年度は 322 名の脳卒中患者が入院されています。ホットラインで来院された 114 名の内 92 名（8 割）が脳卒中でした。入院される患者の殆どが島原半島内に住んでいる方で（図 2）、疾患別では内訳においては、脳梗塞が一番多く、次いで脳出血、くも膜下出血となっています（図 3）。脳卒中入院された患者のうち 174 名（54%）に高血圧の既往がありました（図 4）。そして脳卒中患者の退院先として約 3 割が自宅へ退院され、5 割弱が回復期病院などの連携機関（※）へ転院されています。

（※）長崎県は脳卒中に関する医療機能の役割分担を推進し、急性期における拠点化と急性期から回復期に至る連携を図るため、「脳卒中ネットワーク」を構築しています。令和 2 年 4 月時点では、医療機関 18 施設、老人保健施設等 10 施設と連携し、切れ目のない医療を推進しています。

## 脳卒中リハビリテーション看護認定看護師（SRCN）の活動

認定看護師には、「実践」「指導」「相談」と3つの役割があります。SRCNは、①脳組織の障害領域と程度の観察・アセスメントによる生命危機早期発見や予防への対応②運動麻痺に対して病態に応じ徴候の、急性期から廃用症候群予防と早期座位・歩行支援などの急性期リハビリ技術③急性期・回復期・維持期の各ステージの生活の再構築支援技術などが活動内容となります。

具体的には、「実践」として患者の病態と重篤化リスクをふまえ、口腔内環境や口腔機能の向上に向けたオーラルケアの実施、安全安楽なポジショニングや早期離床に向けた身体機能のモニタリングなど“リハビリができる体づくり”を意識しながら行っています。また、フィルム・退院支援・

栄養・リスクなど様々なカンファレンス等を通して、治療方針を確認し、患者の状況に合わせたケアについて提案しています。そして、退院後の生活環境や身体機能の予後予測を行いながら退院や転院について多角的に患者を理解できるよう情報共有を行っています。「指導」では、スタッフへ合併症や廃用症候群、生活の再構築の視点等の患者ケアのポイントを日々の業務を通して伝えたり、学習会などで説明を行っています。「相談」では患者状況の変化が見られた際にスタッフより質問を受けたり、療法士と患者の生活リズムを考慮したリハビリについて相談・検討を行っています。

現在はCOVID-19の影響により面会ができない状況にあります。そのため患者さんの状態と家族の理解に乖離が生じ、今後の方向性を考慮する際に影響がでる場面もあります。患者さんご家族が少しでも安心して、今後の療養へと移行できるよう、細やかな連携を図り、スタッフ一丸となって解決していきたいと考えています。

これから脳卒中に携わる看護師の育成に関する企画・運営など、院外に向けて活動したいと考えていますので、施設の中での学習会や研修など、企画がありましたら気軽にお声掛けください。



## 最後に

脳卒中は突然に襲いかかってくる病です。そのため患者さんやご家族はショックや混乱、不安や絶望など抱えきれない程のストレスを背負うこととなります。私たちは患者さんに寄り添い、その人らしく生活できるよう多職種と協働し、他施設と連携しながら安心・安全・安楽な援助を行ってまいります。疾患の回復過程における疑問や不安、退院後の生活や様々な悩みなど、何事でも御気軽にご相談ください。



### 脳卒中を予防するために

脳卒中は、①生活習慣②外部環境③遺伝の3つの要因により発症します。多くの脳卒中は遺伝要因に生活習慣要因が重なってきて発症します。そのため当院では脳卒中の予防についての知識や、必要となった場合に利用できるサービスなどの情報が記載された脳卒中ノートを作成し患者指導に活用しています。院内にも設置しているほか、病院ホームページにも掲載していますのでダウンロードが可能です。

また日本脳卒中協会では、脳卒中を予防するための注意点を川柳調にまとめた「十か条」を作成しています。この十か条をもとに自分の体調や生活習慣を見直してみてもいかがでしょうか。そして薬を飲んでいる人は、自分の判断で勝手にやめず必ず医師に相談しましょう。

### 日本脳卒中協会が提唱する「脳卒中を予防するための十か条」

- 一 手始めに 高血圧から 治しましょう
  - 二 糖尿病 放っておいたら 悔い残る
  - 三 不整脈 見つかれば 次第 すぐ受診
  - 四 予防には たばこを止める 意志を持って
  - 五 アルコール 控えめは薬 過ぎれば毒
  - 六 高すぎる コレステロールも 見逃すな
  - 七 お食事の 塩分・脂肪 控えめに
  - 八 体力に あった運動 続けよう
  - 九 万病の 引き金になる 太りすぎ
  - 十 脳卒中 起きたらすぐに 病院へ
- 番外 お薬は 勝手にやめずに 相談を

## 連携医療機関・事業所のご紹介

これからの医療は役割分担と連携が大切！  
いつもご協力いただいている地域の  
医療機関・事業所をご紹介します。

### 医療法人 宮崎医院

院長 宮崎 伸一郎 先生  
島原市上の町869番地 ☎0957-62-2258

#### 常に患者さんの立場に立ち 寄り添いながら

当医院は、昭和 55 年 11 月、先代から宮崎病院を医業継承し、昭和 60 年 7 月に人工透析センターを開設しました。平成 15 年 4 月 1 日より宮崎医院としてスタートし、この診療所をさらに充実させ、持続性を図るために、平成 15 年 11 月に医療法人宮崎医院を設立し、現在に至っています。

現在、泌尿器科・皮膚科・人工透析を診療科として島原駅に近い環境でもあり、島原市内及び近郊から来院して頂いております。

今年に入り、新型コロナウイルスの感染拡大により、医療機関を取り巻く環境が大変厳しい状況下にありますので、今後は島原病院を中心とした地域医療機関との連携がより一層重要となります。

今後も当面は新型コロナウイルスの感染拡大の影響で厳しい状況が懸念されますが、どのような状況であっても、常に患者さんの立場に立ち、寄り添いながら、安心して受診してもらえるよう、地域医療機関との連携強化を図り、スタッフ一丸となって、地域の皆様への医療提供に努めて参りますので、これからもご支援賜りますようお願い申し上げます。



＜専門医＞ 泌尿器科・皮膚科・人工透析  
医療法人 宮崎医院  
診療時間 午前9:00～午後5:00 院長 宮崎 伸一郎  
水・土曜日は午後休診  
日・祝日は休診  
島原市上の町 869(島原駅上がる) ☎62-2258

### 医療法人栄和会 泉川病院関連施設 訪問看護ステーションあい

管理者 相良 直美 様  
南島原市深江町丁2663番地2 ☎0957-72-6688

#### 「ご利用の皆さまに愛(こころ)をこめて」

訪問看護ステーションあいは「悩める人を癒し、苦痛を和らげ、心を慰め、そして病気の予防を」を理念に掲げる医療法人栄和会の一事業所として、平成 9 年 2 月に開設しました。

訪問看護では、病気や怪我で身体が不自由になった方が、住み慣れたご自宅でも安心して療養生活を送られるよう、またご家族の負担を少しでも軽減できるよう医師や介護支援専門員などの多職種と連携し必要な看護サービスを検討した上で、看護師やリハビリスタッフがご家庭へ訪問いたします。

全国の 65 歳以上の高齢者率は 26.6% に対し、島原市は 32.6% (いずれも 2015 年統計) と高く、今後も割合の上昇が予測されています。私たちは、ご利用者の健康寿命を延ばすことができるよう尽力するとともに、「人生会議」も取り入れながら、これからの人生をより良いものにしていくお手伝いをさせていただきたいと考えております。

ご利用に関するご相談等ありましたら、お気軽にご連絡ください。  
夜間・土日祝日も、看護師が 24 時間 365 日対応しております。  
当院以外にかかりつけ医がある方も、ぜひご相談下さい。



# With コロナ時代の島原病院での取り組みについて

医療安全管理室 感染管理対策班 ICD 中島 章太  
(インフェクションコントロールドクター)  
感染管理認定看護師 坂本 美咲子

2019年12月、中華人民共和国の湖北省武漢市で肺炎患者の集団発生が報告されました。その後、武漢市の強力な都市封鎖対策にもかかわらず、この新型コロナウイルス（SARS-CoV-2）の感染は世界に拡大し、世界保健機構（WHO）は3月11日にパンデミック（世界的流行）を表明しました。

島原病院では、院内での感染防止対策として、病院に入館するすべての人に「マスク着用」「手指消毒」を実施してもらっています。また、市中での感染状況を判断して、感染の危険性が高い場合は、外部から来られる方（面会者）と、患者さんとの接触を制限するなど、ご協力をお願いしています。

職員の取り組みとしては、手指衛生（手洗い、手指消毒）を強化しています。「いつでもすぐに」アルコール消毒薬で手指の消毒をできるよう、すべての職員にアルコール消毒薬の個人携帯を推進し、職員の個人携帯率と手指消毒遵守率の向上を目指しています。患者さんが、安全に安心して医療を受けていただけるように、すべての職員が協力して対応していきます。

## 感染防止対策はあなたの手指消毒から



**With コロナ時代の感染対策について** 病院でも家庭でも基本は同じです。

★マスクを着用しましょう

※汚染しているマスクを外す時が最も感染しやすいので表面を触らないように注意が必要です。

★適切な手洗いをしましょう

※特に目や鼻、口に触れるまえには手洗いまたは手指消毒をしましょう。

★3密（密閉・密集・密接）を避けるようにしましょう

★熱や体調が悪いときなど症状がある時は自宅で過ごし出歩かないようにしましょう

★新型コロナウイルス感染症を正しく理解して不安を軽減することも大切です

これからの時期は、「季節性インフルエンザ」も流行します。新型コロナウイルス感染症の感染対策は、季節性インフルエンザの予防策にも通じます。感染対策を行い、自分自身や大切な人を守りましょう。

# 呼吸器リハビリテーションって？

リハビリテーション科 主任技師 長田 朋樹

呼吸器リハビリテーションとは、呼吸器（肺や気管支など）に対して、可能な限り機能を回復・維持することで症状を改善し、患者さん自身が自立した日常や社会生活を送れるように継続的に支援する医療です。

当院では、慢性閉塞性肺疾患（COPD）、間質性肺炎、肺炎（誤嚥性肺炎、細菌性肺炎等）、肺がんまたは消化器・乳がんなどの外科手術前後の呼吸器リハビリテーションを行っています。



呼吸器リハビリテーションのパンフレット

呼吸器リハビリテーションには、主に運動療法と教育・指導の2つがあります。運動療法では、息苦しさに合わせて歩行練習や上肢下肢・呼吸筋の筋力訓練、呼吸筋のストレッチなどを行います。教育・指導では、呼吸法・排痰法の指導や生活にあわせた動作方法の練習、息切れを軽減する動作の指導などを行っています。自分自身の病気を良く理解し、病気と共に仲良く暮らす方法を身につけることが目標です。患者さんの理解度が深まり、退院後も継続して行えるようパンフレットを活用しながらリハビリテーションに取り組んでいます。

## 言語聴覚士が呼吸器リハビリテーションを行えるようになりました！

言語聴覚士は主に話す、聞く、読むなどの言語障害と、食べる、飲み込むことに対する障害（摂食・嚥下）障害に対してリハビリテーションを行います。

呼吸器疾患とは関係が薄いように見えますが、実は呼吸器疾患やその治療の影響によって声が出にくくなってしまったり、飲み込みが難しくなってしまうことも多くあるのです。また、飲み込みが難しくなり、食べ物や唾液が食道ではなく、気管の方に入ってしまうことを誤嚥といい、高齢者では肺炎の原因として多くみられます。

このように、特に高齢者の呼吸器疾患において言語聴覚士の役割が高まっており、2020年度の診療報酬改定で言語聴覚士も呼吸器リハビリテーションが行えるようになりました。

当院でも4名の言語聴覚士が呼吸器リハビリテーションを行い、呼吸器疾患の患者さんが、安心して飲んだり食べたり、声が出しやすくなるように支援を行っています。



## いも寄せ

江戸時代の女性が好きなものは、「芋・蛸・南瓜(いもたこなんきん)」でしたが、現代では女性が好きな秋の味覚は「芋・栗・南瓜(いもくりなんきん)」と言われるようになりました。今回はその中でさつまいもを使った、長崎市野母崎地方に伝わる郷土料理を紹介します。

管理栄養士 松尾 奈津子



### 健康のPoint!

さつまいもにはビタミンCが多く含まれており、イモ類のビタミンCはでんぷんに守られることから加熱しても壊れにくいという性質があります。ビタミンCは、免疫力を高め感染症に罹りにくくする、鉄を吸収しやすくする、コラーゲンの生成に関わるなど、様々な生理活性物質として体の中で働きます。さつまいもの切り口からにじみ出る白い液のヤラピンは便を軟らかくする効果があり、食物繊維も多く含まれるので、便通をよくする効果があります。

#### 【材料(8枚分)】

さつまいも	400g
白玉粉	1/2カップ
水	1/2カップ
小麦粉	1/2カップ
しょうが汁	大さじ1杯
砂糖	1/2カップ
卵	1個
いりごま	大さじ2杯
塩	小さじ1/2杯
サラダ油	小さじ1杯

#### 【栄養素】

(1枚当たり)  
 エネルギー：168kcal  
 たんぱく質：2.8g  
 脂質：2g  
 食塩量：1.5g

#### 【Point】

- Point ①**  
生地をまとめて数分おくと、生地が丸めやすくなります。
- Point ②**  
しょうがの量を少なくすると、子どもでも食べやすくなります。
- Point ③**  
一つ一つ丸めずに、大きく焼いて、切って食べるのもいいでしょう。

#### 【作り方】

- ①さつまいもの皮をむき一口大の大きさに切り、しばらく水につける。水を切り耐熱容器にいれラップをし、電子レンジで8分加熱した後、熱いうちにマッシャーでつぶす。
- ②白玉粉に水を混ぜ、だまをなくす。
- ③ボウルにつぶしたさつまいも、だまのない白玉粉、小麦粉、しょうが汁、砂糖、溶いた卵、いりごま、塩を加えて手でよくこねる。
- ④③を8等分にし、厚さを1cm、直径10cmくらいの円形に一つずつ丸くのばす。⑤フライパンやホットプレートに油を薄く引き、④を並べ、弱火で12分、裏返して6分程度こんがり焼く。

# 長崎県島原病院 外来診療一覧表

令和2年8月25日

診療科	月	火	水	木	金	
脳神経外科	林 之茂	林 之茂 佐藤 慧	佐藤 慧 中村 光流	林 之茂	佐藤 慧 中村 光流	
脳神経外科急患対応	佐藤 慧	中村 光流	林 之茂	佐藤 慧	中村 光流	
整形外科	伊藤 茂 山口 圭太	山口 圭太 朝永 育	伊藤 茂 本川 哲比古	伊藤 茂 朝永 育	本川 哲比古 山口 圭太	
整形外科急患対応	山口 圭太	朝永 育(第1・3・5週) 山口 圭太(第2・4週)	本川 哲比古	朝永 育	本川 哲比古	
外科	消化器 一般 乳腺	蒲原 行雄 哲翁 華子	蒲原 行雄 円城寺 貴浩	木下 綾華 哲翁 華子	円城寺 貴浩 黒島 直樹 ★松尾 繁年※	木下 綾華 黒島 直樹
	小児外科専門外来			小坂 太郎※ (第1・3週 14時~)		
外科急患対応	哲翁 華子	円城寺 貴浩	哲翁 華子	黒島 直樹	木下 綾華	
心臓血管外科			長崎医療センター※ (第4週)			
内科	新患	田中 康大	宮副 誠司	山西 幹夫	芦澤 博貴	寺澤 佳洋
	総合内科		宮副 誠司			宮副 誠司
	血液内科	堀尾 謙介			堀尾 謙介	
	消化器内科			山西 幹夫	山西 幹夫	
	呼吸器内科	木下 明敏 田中 康大	中島 章太 芦澤 博貴	木下 明敏	木下 明敏 芦澤 博貴	中島 章太 田中 康大
	循環器内科	山方 勇樹	松島 吉宏※	★松島 吉宏※	山方 勇樹	山方 勇樹
	神経内科		森 正孝※ (第4週 13時30分~16時)	貴田 秀樹※ (第2週 13時30分~16時)		
	肝臓内科			柴田英貴※		
内科急患 対応	8:45~13:00	中島 章太	山西 幹夫	山方 勇樹	中島 章太	芦澤 博貴
	13:00~17:30	芦澤 博貴	田中 康大	堀尾 謙介	宮副 誠司	寺澤 佳洋
泌尿器科	平島 定	平島 定	奥村 幸司 ★大学医※ (10時~12時)	平島 定	奥村 幸司 ★大学医※ (10時~12時)	
小児科	桐野 泰造	内田 信宏	桐野 泰造	内田 信宏	内田 信宏	
小児神経専門外来 (再診患者のみ)		★原口 康平※ (第1週 10時30分~)				
麻酔科		柴田 茂樹		★柴田 茂樹		
緩和ケア (予約制)	堀尾 謙介 木下 明敏		山西 幹夫 ★酒井 武仁※(AM)	蒲原 行雄 ★高城 昭紀※(PM)		
放射線科 (予約制)	石丸 豊	小幡 史郎 石丸 豊	小幡 史郎 石丸 豊	小幡 史郎 石丸 豊	★小幡 史郎 石丸 豊	
リハビリテーション科			伊藤 茂(運動器)			
耳鼻いんこう科●	大学医※ (9時30分~13時30分)			大学医☆※ (9時30分~13時30分)		
外来化学療法室	菅崎 七枝	菅崎 七枝	菅崎 七枝	菅崎 七枝	菅崎 七枝	
ストーマ外来		外科医師				
検診		徳永 能治(脳ドック) 宮副 誠司				

- 受付時間は8時45分から11時までです。(なお、診療科によっては異なる場合があります。)
- 受付時間外に受診される場合は、急患対応となります。
- 円滑な診療と患者さんの待ち時間短縮のため、緊急性がない場合は連携予約をお願い致します。
- 耳鼻科受付時間は、9時から11時までです。
- 小児外科専門外来は、学会出張等で休診となることもありますので、地域医療連携室にお問い合わせください。
- 緩和ケア外来は、予約のみとなっております。事前に診療情報提供書をいただき、後日予約日時をお知らせ致します。
- 皮膚科、眼科は休診中です。

※ 招へい医師  
★ 再診のみ

長崎県島原病院  
代表 0957-63-1145  
地域医療連携室(地域連携の予約担当)  
内線 106、116(8:45-17:00)  
FAX 0957-63-6544



## 外来受診時間

午前8:45~午前11:00

受付時間外に受診される場合は、救急対応となります。  
※詳しくはホームページをご覧ください。

## 休診日

土・日・祝日

発行/長崎県島原病院

(広報委員会事務局: 地域医療支援センター)

〒855-0861 長崎県島原市下川尻町7895番地  
TEL 0957-63-1145(代表) 内線116 FAX 0957-63-6544  
URL <http://www.shimabarabyoin.jp/>