

心と心、笑顔のリレー

たすき

TASUKI

TAKE FREE
VOL.
04
2010年
2月発行
ご自由にお持ちください

特別寄稿

心疾患治療法の新たなる可能性への先進的な取り組み

心疾患治療の進歩

富山大学大学院医学薬学研究部 内科学第二教授 井上 博氏

特集

大切な足を守るために
フットケア
外来

がん性疼痛看護認定看護師
患者さんの痛みと向き合い…
治療の最前線
心臓リハビリテーション



今号の表紙

紅梅とジョウビタキ

梅は桜とちがいで、咲くのも散るのものんびり。春の訪れをゆっくりと感じさせてくれます。



社会福祉法人済生会支部
富山県済生会

富山県済生会富山病院
<http://www.saiseikai-toyama.jp/>

〒901-8533 富山市橋本33番1
TEL 076(437)1111 FAX 076(437)1122
地域医療連携室
TEL 076(437)1120 FAX 076(437)1131



心疾患治療の進歩



富山大学大学院医学薬学研究部
内科学第二教授 井上 博

循環器疾患を多面的に予防・治療する

心疾患の治療は飛躍的に進歩した。生活習慣病の概念も定着し、高血圧、高脂血症、糖尿病の診断・治療（生活習慣の改善、各種治療薬）により、動脈硬化性疾患の発生予防（一次予防）、再発予防（二次予防）が積極的に実施され、成果を挙げてきている。

レニン・アンジオテンシン系阻害薬（アンジオテンシン変換酵素阻害薬、アンジオテンシンⅡ受容体拮抗薬）の導入により、高血圧の治療ばかりではなく心不全の治療成績も向上しつつある。狭心症や心筋梗塞といった冠動脈疾患には、薬剤溶出性ステントが冠動脈再狭窄予防に一定の効果を挙げ、再血行再建を施す頻度が減少した。左脚ブロックを合併した難治性心不全には、ペースメーカーを利用した心臓同期療法が、低下した心機能の改善に効果を挙げている。上記のような様々な治療に抵抗する難治性心不全には、わが国では実施件数は少ないとはいえ、心臓移植という手段も残っている。県内のM青年が米国での心臓移植が成功して帰郷したことはまだ記憶に新しい。

以上の様な様々な薬剤や機器による治療にもかかわらず心不全が改善しない場合もまだまだ多い。かといって、これらの患者さんに心臓移植



Special Contribution

日々進化し続ける医療。その中でも注目されている新たな心疾患治療法について、その道の第一人者である井上教授に寄稿していただきました。

を行うことも現実的には困難である。そこで、最近脚光を浴びているのが、薬物でもない、また手術でもない治療法である。例えば、酸素療法、心臓リハビリテーションなどがある。特殊なものとして和温療法もある。心不全ではしばしば呼吸様式に変化が見られる。その代表が中枢性無呼吸で、低酸素血症などのため交感神経が緊張し、基礎にある心疾患に悪影響を及ぼす。この様な例に酸素療法や特殊な機器を用いた補助呼吸療法を行うと、低酸素血症や交感神経緊張が抑制され、心不全の改善が得られる。

地域医療の中で先進的な取り組みに期待する

済生会富山病院は、心臓リハビリテーションの施設認定を受け、これを積極的に実施している。(4~5ページに詳しく説明) 心筋梗塞後の心臓リハビリテーションで、運動耐容能、QOLが向上するばかりでなく生存率が改善する。薬剤を毎日定期的に服用しなくてはならないのと同様に、心臓リハビリも定期的の実施しないと効果が消えてしまう。特殊な治療である和温療法は、温熱効果により末梢血管を拡張させ、心臓に対する負荷を軽減するものである。その効果は、血管拡張ばかりではなく、様々な生理活性物質の産生を介することも分かってきた。現在、富山大学附属病院第二内科ではこの和温療法を積極的に行い、難治性心不全の患者さんに一定の効果を挙げている。

以上のように、各種心疾患に対して薬物、カテーテル治療、手術以外の新しい治療法を積極的に組み合わせることにより、QOLや生存率を改善できる ようになってきたことは喜ばしいことである。これらの新しい治療法には医師、看護師ばかりでなく、多くの職種が参加が必要である。それぞれの病院が特徴を持った診療を展開することにより、地域の診療成績が向上することを願っている。

「和温療法」



心臓リハビリテーション

心臓リハビリテーションとはなんですか？

近年、健康志向が高まり運動を行う方が増えていますが、心臓病は年々増加しています。以前は、心臓の病気を持つ方は安静が第一と考えられ、運動を控える傾向にありました。しかし、医師の指導のもと適切な運動が病状の改善・再発予防に効果があることがわかり、積極的に取り入れられるようになりました。適切な運動により心筋梗塞の再発率が28%低下するという報告もあります。運動による治療(運動療法)は、心臓リハビリテーションと呼ばれ、心臓の病気に限らず、足の病気に対しても行われています。しかし心臓病を持つ人が過剰な運動を行うとかえって健康を損なうことにもなるため、まだ実施施設は多くはありませんが、病院で運動療法を行うようになりました。当院では、2007年より準備を始め、2009年5月より行っています。ここでは心臓リハビリテーションについてご紹介します。

どんな病気に効果がありますか？

様々な心臓病のほか、歩行時に足がつりやすいなど足の病気にも効果があります。

- (1)心臓の動脈の病気…急性心筋梗塞、狭心症
- (2)心臓の機能が低下する病気…心不全
- (3)大動脈の病気…解離性大動脈瘤など
- (4)足の動脈が細くなり流れが悪くなる病気…閉塞性動脈硬化症など

実際にどんなことをするのですか？

心臓リハビリテーションは入院もしくは外来通院で行いますが、以下の順序で行います。

- ①血圧測定などの状態のチェックを行います。
 - ②運動中の心拍を観察する心電図モニターをつけます。
 - ③準備体操を行います。
 - ④歩行や自転車こぎなどの運動を約20～40分行います。また、道具を使った筋力を増強させる運動もおこないます。
 - ⑤最後に整理体操を行い終了です。
- ご苦労様でした、水分補給を行い終了です。おおむね、1時間で終了です。このような運動を週に2～3回行います。

具体的な心臓リハビリテーションの効果は？

- 心筋梗塞の再発や突然死が減り、死亡率が減少します(3年間で約25%の死亡率低下)。
- 狭心症や心不全の症状が軽減します。
- 体力の回復を促し、歩ける距離が延長したり自宅での生活が快適になります。
- 筋肉や骨が鍛えられ、疲れにくくなるとともに心臓の働きを助けます。
- 不安が改善し快適な生活を送る事が出来ます。



他院からの紹介

現在、他院で心臓手術などの治療を受けられた方や心臓疾患を持った方にもリハビリテーションを行っております。外来受診をしていただき、外来で必要な検査を行います。その後通院でリハビリテーションを行っておりますので、心臓、血管の病気をお持ちの方は当院循環器科にご相談ください(おもに毎週木曜、金曜日)。



入院から外来へ

当院に入院された方は、入院中より心臓リハビリテーションを行い、退院後は外来でリハビリテーションを行っています。病状、身体機能さらに家庭環境などをカンファレンスで検討して、適切な運動プログラムを作成しています。なおカンファレンスは毎週行い常に最適のプログラムを検討しています。



心臓リハビリテーション終了

病院での心臓リハビリテーションは、5カ月間で終了となります。また、仕事の都合等で早期に終了される方もおられます。先ほど述べた効果は、運動を継続すると得られますので病院でのリハビリが終了しても運動は継続することが望ましいと思われまます。そのため病院でのリハビリが終了した方には自宅での運動法を指導しています。また、今後は近隣のスポーツ施設との連携も行う予定です。



認定看護師

患者さんの痛みと向き合い...

がん性疼痛看護認定看護師 柳原照代

がんに罹患する数は年々増加傾向にあり、そして、死因の第1位となっています。がんによる痛みは、必ずしも身体的なものばかりでなく「がん」と診断を受けた時点から、精神的な痛みを含め複雑に絡み合っていることが考えられます。そのような、複雑な痛みを抱えて生活を送らなければならない患者さんにとってこれほどの苦痛はありません。がんを診断を受けた患者さんが「がんとともに生きる」ためには、疼痛緩和がとても重要です。私の当院での活動は、医師、薬剤師とのチーム医療の中で、入院患者さんの痛みと向き合い、患者さんの満足度が高まる疼痛緩和が中心です。今後の活動の一つに、痛みを抱えながら在宅で生活している人へのサポートも出来ればと思います。そのために、地域で活動されている医療関係者の方々と連携を持ちながら情報共有を行うこと。そして、がん患者さんとその家族が不安なく生活が送られるよう、疼痛緩和ケアを通して関わってゆきたいと考えています。





フットケア外来では どんなことをしていますか？

フットケア専属医師により診察をします。足の診断および治療方針が決定後に、専任のフットケア看護師により、患者さんの足の状態に合わせたフットケアを行います。

具体的には以下のようなことをしています。

- ①患者さんと一緒に足の状態を観察し、医師の指示のもと患者さんの足のケアを行います。
- ②洗面器にお湯をいれて、足浴を行い、丁寧に足を洗います。



- ③爪を切ります。ウオノメやタコ、水虫がありそうであれば、皮膚科の医師に相談します。



- ④医師の指示のもと、適切な軟膏を塗り自宅での手入れの方法を説明します。
- ⑤必要があれば、靴や靴下の選び方をアドバイスします。

月に1回、定期的なカンファレンスを行い、専門の違う医師(整形外科、皮膚科、循環器内科、糖尿病内科)および他職種(専任看護師、リハビリ療法士、生理検査技師など)とが連携して、患者さんの足に対する治療法を検討します。いわゆるチーム医療を患者さんの足に対して実践していきます。



フットケア外来はいつ、 どこでやっていますか？

- 【日 時】 毎週月曜日・金曜日 午後1時から5時
- 【場 所】 内科外来
- 【担当医師】 茶谷健一、伊藤みか、井内和幸



内科外来のナース

茶谷内科副院長(前列左) 井内副院長(前列中央)

フットケア 外来

大切な足を守るために

日常生活を送るにあたって、足とは非常に重要な働きがあります。糖尿病や閉塞性動脈硬化症の患者さんは、水虫などのちょっとした傷から足の重篤な感染症に発展してしまい、下肢を切断しなければいけない場合もあります。このように足の状態を悪化させないため、医師および看護師が患者さんの足を診察およびケアしていくのがフットケア外来です。

患者さんの足の状態を知るために、足の痛みや知覚・感覚、反射をみる検査や、血流をみる検査をいたします。患者さんの足の状態に合わせて、足を洗い、爪切りやタコ・ウオノメの処置を医師と連携して行っています。そして、家でも手入れできるように足の観察方法や爪の切り方などをお伝えしています。

あなたの足を守るお手伝いをさせていただきます。足でお困りのことがあれば、何でもご相談ください。



『済生会富山病院への想い』

清風台クリニック
院長 松永康弘



済生会富山病院（以下、貴院）に最も近いところで、開業している開業医の一人として、まず、日頃より病診連携を初めとして、ご支援・ご協力をいただいていることに、心よりの感謝を申し上げます。貴院とのご縁は、高校時代にさかのぼります、私の通学路であった安住町にまだ病院があったころです、古い病院でしたが、親しみのある病院でした。今では、ガラス張りの「サンシップ」が立っていますが、あの頃の風景が懐かしく目に浮かんできます。大学に進んで以来離れていた故郷に戻り現在の地で開業した頃には、貴院は今の楠木に移転されており、不思議なご縁を感じたものです。当方が開業して8年余りとなりましたが、その間の印象深いものを述べさせていただきます。ひとつは、地域医療連携室の充実です。それまで、忙しい個々の医師を電話口呼び出して、患者様の紹介などをお願いすることは心苦しく、当方にも大きな負担でしたが、地域医療連携室のおかげで、気軽にかつ迅速にお願いできるようになったことは、感謝に絶えないと

もに、患者様の利便にも大きく寄与していると思います。隔月の「連携の会」では、医師だけでなく連携室のスタッフも参加され、「顔の見える」お付き合いと親しみを感じられる機会でもあります。もうひとつは、脳卒中センターの開設です。24時間専門医が直接、患者様を診られることはもちろん、我々医療者からの問い合わせにも懇切丁寧な助言をいただき、更には、講習会をも開かれ、おかげで特に時間を争う急性期の患者様のお役に立てたと喜んでいきます。センターの開設に伴い、スタッフの皆様は熱意を特に強く感じました。県外からの患者様も来られる話を伺いますし、医師としてだけではなく、地域の住民の一人としても心強い限りです。地域医療の崩壊が叫ばれている中、このようなすばらしい医療を提供していただいている、貴院関係者の皆様は心よりの感謝を重ねて申しあげるとともに、自分自身の研鑽の必要性も厳しく感じています。

CLINIC DATA



外科・内科・循環器科・整形外科
清風台クリニック

〒931-8409 富山市清風町103
TEL 076-426-0011 FAX 076-426-0080
(診療受付時間)9:00~12:30/14:30~18:30
(休診日)日曜・祝日・木曜午後



RENEWAL

地域医療連携室がリニューアルしました。

広く、新しくなって、ますます利用しやすくなりました。みなさんのご利用をお待ちしています。



入口です



面談室です



オープンカウンターです



理念 患者さん本位の心温まるすぐれた医療の提供

基本方針

1. 地域中核病院として、地域に密着した信頼される患者さん本位の医療の提供に努めます。
2. 済生会精神に基づく保健・医療・福祉の総合的なサービスを目指します。
3. 医療水準の向上に努め、良質で安全な医療を提供します。
4. 患者さんの権利を尊重し、心温まる医療の提供に努めます。
5. 効率的で安定した経営基盤の確立に努めます。

患者さんの権利宣言

本院では「患者さん本位の心温まるすぐれた医療の提供」を基本理念に、患者の皆さまと協同して最良の医療を提供できるよう以下の権利を尊重します。

1. 個人としてその人格を尊重される権利
2. 質の高い医療を公平に受ける権利
3. 十分な情報を知り、説明を受ける権利
4. 選択の自由と自己決定する権利
5. プライバシーが守られる権利