

ワンランク上の病院をめざして

私たちは、患者さんの意思を尊重し、高度で良質な医療を提供することによって、地域社会に貢献します。



nishihosp.nishinomiya.hyogo.jp

Message メッセージ

リウマチ科の紹介

■概要、Q&A、スタッフ紹介 etc.

Information お知らせ

■にしびようTopics

既卒新人看護師 BLS研修・リフレッシュ研修

■特集

認知症ケアへのとりくみ

－ 認知症ケア委員会の設置 －

■院長エッセイ「四季雑感」

ストレスと病気

■医療技術NOW!

脳血流シンチグラフィ ～ 脳血流SPECT(スペクト)検査 ～

■絵の中の風景を旅するvol.20

にしびよう美術館館蔵品を毎回紹介



リウマチ科の紹介

内科医長兼リウマチ科医長: 関口 昌弘



2 017年4月、県立西宮病院にリウマチ科が新設されました。リウマチ科と標榜していますが、対象疾患としては関節リウマチのみならず、全身性エリテマトーデスなどの膠原病・自己免疫疾患を中心に診療に当たらせていただいております。

ないと難しい点があります。もちろん生物学的製剤やJAK阻害剤の導入においては、安全に投与ができることを担保しなければいけません。

し かしやはり、関節リウマチの患者さんが最も多く(関節リウマチの有病率は0.5~1%と決して稀ではありません)、通院中の患者さんの半数以上を占めています。医学の進歩は日進月歩で治療法や新規薬剤の開発により、今まで有益な治療法がなかった疾患も、今や治る時代に来ています。関節リウマチもこの例に洩れず、過去は主に症状緩和が主たる対処法でしたが、この10~15年でバイオテクノロジーを駆使した様々な新規薬剤が登場し、治癒(寛解)を目指せる疾患になりました。特に生物学的製剤は、リウマチ治療にブレイクスルーをもたらしました。また近年では細胞内シグナル伝達を標的とするJAK阻害剤もリウマチ治療薬として使用されるようになりました。関節リウマチの病態に関与するサイトカインを生物学的製剤は主に細胞外で選択的にブロックすることにより、またJAK阻害剤は細胞内でサイトカインのシグナル伝達を阻害することにより、リウマチの関節炎抑制に作用します。現在は7種類の生物学的製剤が使用できますが(JAK阻害剤は2種類)、どのような患者さんに生物学的製剤が必要なのか、また必要であれば、どの製剤が適しているのか、この判断はある程度、生物学的製剤を使い慣れたリウマチ科医で

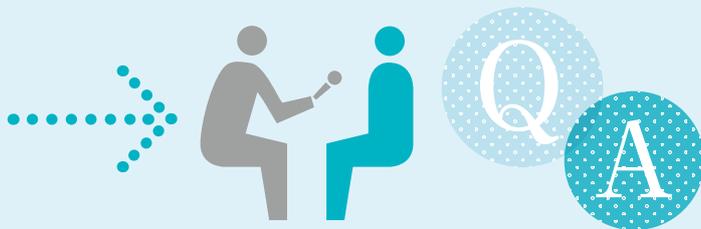
当 科のスタッフは、まだ私一人であり、甚だ微力ではありますが、今までの大学病院における診療経験を活かし、地域の患者さん、先生方のお役に立てるように努めて参ります。どうぞご指導ご鞭撻を宜しくお願い申し上げます。

スタッフ紹介



- 関口 昌弘 内科医長兼リウマチ科医長(左3番目)
- 山下 雅代 外来看護師長(左4番目)
- 磯沖 文誉 師長補佐(左1番目)
- 井関 千裕 がん看護専門看護師・乳がん看護認定看護師(左2番目)
- 横田 和子 看護師(左5番目)

関節リウマチについて質問! INTERVIEW



Q 関節リウマチはどのような病気ですか？

A 関節リウマチは、関節に痛みや腫れを起こす病気で、手足のみならず全身のどの関節も侵す可能性があります。自己免疫疾患の1つで、本来身を守るべき免疫が、何らかのきっかけから自分の体を攻撃してしまいます。適切な治療を受けないと、侵された関節は破壊され、関節としての機能が低下し、日常生活に支障をきたします。また、関節以外の内臓などにも障害が起きることがあり、時には生命にもかかわる場合があります。

Q 関節リウマチを疑う関節症状とはどのようなものですか？

A 主に関節のこわばり、痛み、腫れが見られます。症状も1ヶ所の関節だけではなく、複数(左右対称性)の関節に出現することが一般的です。手首や足首、手指、足趾など比較的小さい関節から症状が出やすいですが、手指の第1関節(最も先端の関節)は障害がおきません。高齢の患者さんでは肩や膝などの大きな関節から症状がみられることもあります。

Q 関節リウマチはどのように治療するのですか？

A 関節が破壊される前に薬物治療で痛みと腫れを取り除くことが大切です。治療開始が早ければ早いほど薬の効きは良好です。最初に内服の抗リウマチ剤(副腎皮質ステロイドと一緒に投与することもあります)を開始し、効果をみながら量を調整、あるいは違う種類の抗リウマチ剤を追加することもあります。内服の抗リウマチ剤で症状が取れなければ、生物学的製剤を使います。生物学的製剤は最も有効性の高い薬ですが、高価であること、感染症などの副作用への注意が必要です。

(11階病棟看護師長:松下 由美子)

EBISU[♥]キッチン

減塩編 BY.栄養管理部

高血圧・心臓病・腎臓病などの治療では、「減塩」が重要なポイントです。当院では、管理栄養士による栄養食事相談の他、定期的開催する腎臓病教室等において、無理なくおいしくできる減塩の工夫や簡単料理の紹介・試食なども行っています。今回は教室でご好評頂いた料理のレシピを紹介します。

塩分
0.5g



簡単! 春雨のごま酢和え

だしや酢、ごまのコクを利用することで、少ない塩分でも美味しく食べることができます。ぜひご家庭で作ってみてください。

●材料(3人分)

| | | | |
|--------|-----|------|--------|
| 春雨(乾燥) | 45g | すりごま | 大さじ1 |
| 人参 | 45g | 砂糖 | 大さじ1 |
| みつば | 30g | しょうゆ | 大さじ1/2 |
| | | 酢 | 大さじ1 |
| | | だし汁 | 大さじ1 |

●一人当たり栄養価

エネルギー 91kcal / たんぱく質 1.3g / 脂質 2.2g

ちょっとアレンジ

酢とだし汁の代わりにマヨネーズを、大さじ2~3程度加えてマヨネーズ和えにしても美味しいです。



八木調理師からのアドバイス

水っぽくならないように、和える前に野菜の水気をしっかり切ることがコツです。すりごまに調味料を吸わせることで味の絡みが良くなります。



- 作り方
 - ①春雨はお好みの固さにゆで、水気をよく切って食べやすい長さに切る。
 - ②人参はせん切りにしてゆでる。みつばはゆでて長さ3cmに切る。
 - ③すりごまに砂糖・しょうゆ・酢・だし汁を加えて混ぜ、①・②を和えたら出来上がり。

腎臓病教室の開催予定など、詳細はホームページで!

県立西宮病院



(栄養管理課課長:菅澤 紀子)

既卒新人看護師 BLS研修・リフレッシュ研修

9/6(水)に既卒看護師(看護師経験を持ち県立西宮病院に今年度就職した看護師)のBLS研修・リフレッシュ研修がありました。まず、研修室で蘇生部会のメンバーからBLSの演習を受け、その後、外来の処置室前に場所を移して、外来患者が倒れた設定で緊急時の対応を訓練しました。初めての場所なので戸惑っていましたが、講師から助言をもらい採血室に救急カートを取りに行ったり、全館放送の救急コールをしたり、胸骨圧迫を交代しながら実施していきました。その後の振り返りでは、「久しぶりのBLS研修で、ガイドラインも変わっており、自分の手技も再確認できた」という意見がありました。

第2部のリフレッシュ研修では、違う病院から転職してきた者同士、半年間の戸惑いや困っていること、がんばっていることを話し合いました。時間が短かったのですが、「同期と話してリフレッシュでき、明日からまた頑張ろうと思う」と笑顔で語っていました。

(教育担当看護師長：網本 久代)



認知症ケアへのとりくみ ＝ 認知症ケア委員会の設置 ＝

急性期病院では、入院患者さんの高齢化が進み、認知症の人が入院する機会も増えてきました。認知症の人は多くの疾患を合併し、合併症を持つことが認知症を重篤にして、本人や家族の生活に支障を来すこととなります。認知症ケアの充実は、社会的な要請でもあるといえます。

当院では、認知症の理解を深め、実践へと結びつけられるよう、昨年5月に、認知症ケア委員会を設置しました。認知症対応力向上研修に33名の看護師が受講し、院内の認知症研修会には327名もの職員の参加がありました。12月からは、認知症の専門チームを組んでラウンドを実施し、現場からのケアの相談に応えています。このような委員会の活動を通して、認知症への対応が意識できるようになっています。今後、認知症患者さんにとって最善の治療を提供できるようになると期待しています。

(認知症ケア委員会副委員長：熊谷はじめ(看護部参事))

四季雑感



秋には空が高くより広く感じられます。青空には確かに濃淡があって、北米や欧州の青空と比較すると、わが国のそれはずっと淡い色合いのような気がします。秋空を見上げると、「空より広大な光景がある、それは心だ」という有名な言葉が思い浮かびます。

心は脳に在ると誰でも知っています。しかし認知など脳の高次な機能については、その解明が飛躍的に進んでいるにもかかわらず、その全貌の解明はまだまだ先のようです。一方では、心(脳)と身体は互いに影響を与えあっていることも医学的な事実でしょう。近年、病気における心と身体のかかわりについては少しずつ理解されてきています。

ストレスから様々な疾患が発症することはよく知られています。例えば、精神的なストレスで「胃が痛くなる」とよく言いますが、脳の中でどのような変化が起きて、「胃が痛くなる」のか、はっきりとは分かっていませんでした。ところが、強い

ストレスが加わると、大脳内のストレスを感知する部位に、小さな炎症が起こることが最近になって明らかにされました。さらにこのような炎症が起きると、自律神経系の働きに異常が生じて、結果的に胃粘膜が傷害され、胃が痛くなる、ひどい場合には胃潰瘍すらできるというわけです。

なぜこのことが注目されるかというと、ストレスが脳内に病理学的な変化を起こすらしいということが分かったからです。単純に考えると、この脳内の小さな炎症を抑えることができれば、ストレスが引き起こす疾患に対処できるかもしれない、言い換えると、「胃が痛い」から胃を治療するだけではなく、「脳」を治療しようということでしょうか。

秋空の下、病気における心と身体のかかわりが次第に明らかになっていけば、その予防や治療に繋がるのではないかと想っています。でもその前に清新な秋の外気を思い切り吸って、ストレスの解消を図ることにしましょう。



兵庫県立西宮病院 院長
河田 純男

医療技術 NOW!

西宮病院の「NOW」がわかる。

【脳血流シンチグラフィ】～脳血流SPECT(スペクト)検査～

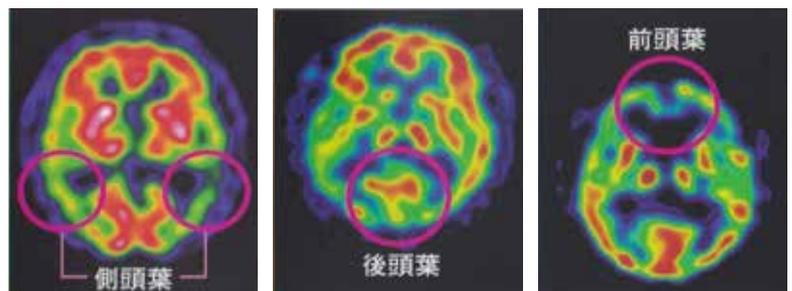
脳血流SPECT検査とは、放射性医薬品を用いて脳の各部における血流状態をみる画像検査です。

放射性医薬品を腕の静脈に注射した後、ガンマカメラという装置のベッドにじっと仰向けに寝ているだけの検査で、1回の撮影時間は30～40分です。

形態の変化をみるX線CTやMRIの画像ではとらえることができない、早期の脳血流障害などの検出に優れており、脳梗塞やクモ膜下出血などの脳血管障害だけでなく、アルツハイマー病など認知症の診断において、大変重要な役割を担っています。

(放射線技師長 伊関恵美子)

認知症タイプ別SPECT画像



アルツハイマー型

レビー小体型

前頭側頭型

絵の中の風景を / 旅する vol.20

<http://www.nishihosp.nishinomiya.hyogo.jp/>

当院外来ロビーや各病棟には、地域の方々や入院患者さん、そのご家族などからのご寄付による200点以上にのぼる絵画が飾られています。“にしびょう美術館”の貴重な“館贈品”は、当院ホームページ内の「にしびょうWebミュージアム」でも常設展示していますが、これらの作品の中から、毎回、ちょっと気になる1作品をとり上げてご紹介いたします。一緒に、絵の中の風景を旅してみませんか。



展示場所

本館1階
総合案内壁面



大阪府箕面市にある勝尾寺の秋の風景です。

勝尾寺は西国三十三カ所の第二十三番札所で、勝運祈願のお寺としても有名です。境内には桜や楓などの木々も多く、春は桜、秋は紅葉の名所として知られています。

特に秋には紅葉で有名な箕面の山々を背景に、敷地内に配された山門、多宝塔、薬師堂、本堂などの伽藍が美しい風景を作り出しています。

この絵も、本堂付近の築地塀に映える紅葉と色づく箕面の山々が日本画のような優しいタッチで描かれており、まさに今の季節にふさわしい一枚だと思います。

箕面と言えば、阪神間のハイキングコースとしても人気があります。特に11月には紅葉のシーズンを迎えますので、色づく木々や滝を見ながら健脚の方は勝尾寺まで足を伸ばしてみたいはいかがでしょうか。

(総務部:伏見 達)

編集後記

編集室



カレンダーも残り1枚となり、寒さを間近に迎える季節となりました。皆様はいかがお過ごしでしょうか。今回は、今年度より新設されました「リウマチ科」についての紹介と、「認知症ケアラウンド」に関する特集を掲載させて頂きました。新しい診療科をむかえ、地域中核病院として安心して医療や看護を受けることができるよう、今後も様々なチーム医療の推進と充実を図っていきたく思っております。今後とも、進化する県立西宮病院を宜しくお願い致します。

(9階病棟看護師長:西岡 節子)

H A M A K A Z E

2017
Vol.20

兵庫県立西宮病院

〒662-0918 兵庫県西宮市六湛寺町13番9号
TEL:0798-34-5151(代表) FAX:0798-23-4594

地域医療連携センター FAX:0798-34-4436

E-mail:chiiki-kn@hp.pref.hyogo.jp

nishihosp.nishinomiya.hyogo.jp

2017.11 発行