

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

変わりつつある糖尿病網膜症治療

■概要、Q&A etc.

Information お知らせ

■EBISU♥キッチン

手軽に食物繊維編 ～きのこのレンジ蒸し～

■にしびょうTopics

眼科よりちょっと一言 ～緑内障について～

■特集

入退院支援センター設置しました

■院長エッセイ「四季雑感」

老いを観る

■医療技術NOW!

【薬業連携って何?】

一病院と調剤薬局の薬剤師がタッグを組んで切れ目のない医療を支えますー

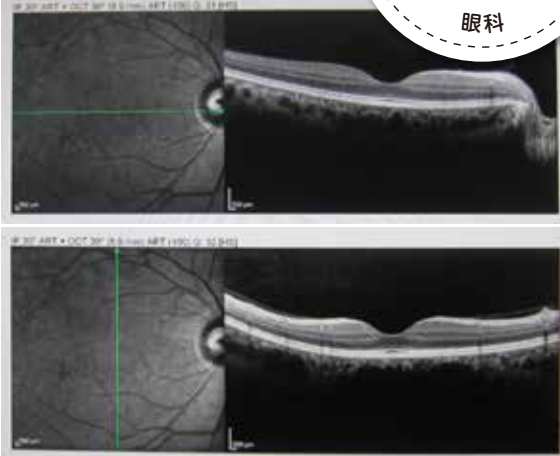
■絵の中の風景を旅するvol.24

にしびょう美術館館蔵品を毎回紹介



変わりつつある糖尿病網膜症治療

眼科部長:岩橋 佳子



正常所見

糖 尿病患者は年々増加の一途をたどっています。平成28年の国民健康・栄養調査結果では糖尿病有病者が約1千万人、予備軍をあわせ約2千万人に上ることが明らかとなっており、その20%前後に糖尿病網膜症があるといわれています。網膜症は糖尿病歴が長くなるほど、また血糖コントロールが不良なほど進行しやすく最悪の場合失明に至る疾患ですが、進行はゆっくりであるため治療時期を逃さなければ視力を保つことが可能です。

網 膜症が進行すると網膜に栄養を届ける毛細血管が詰まり、必要とする栄養が充分いきわたらなくなる「虚血」という状態になります。虚血範囲が広がると需要と供給のバランスが崩れ、網膜から「血管内皮増殖因子(VEGF)」など様々な物質が出て「新生血管」という異常な血管が生じ急に大出血を起こしたり、血管壁がもろくなり血液成分が血管外に漏れ出て網膜がむくむ「黄斑浮腫」を起こしたりして視力低下をきたします。

従 来から網膜症の治療は網膜光凝固(レーザー治療)が行われてきました。

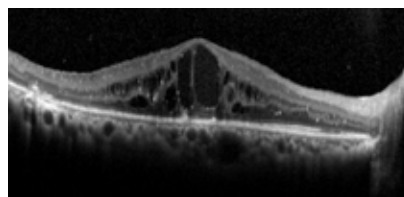
これは虚血網膜をレーザーで「焼きつぶす」ことで需要を減らし、供給とのバランスを保つことで網膜症の進行を抑える治療です。治療が効いて一旦網膜症が落ち着くと長期にわたり安定した状態を保つことが多く、今でもレーザーは重要な治療です。しかし黄斑浮腫にはレーザーが効きにくいことも多く、これをどのように治療するかが糖尿病網膜症治療において残された課題でした。しかも黄斑浮腫は網膜症がまだ軽い人でも発症することがあるのです。

こ れまで黄斑浮腫の治療にはレーザー、硝子体手術、ステロイドの局所投与が行われてきました。どれも一長一短があり決め手となる治療法はありませんでしたが、最近抗VEGF薬の硝子体内注射という新たな治療が登場しました。

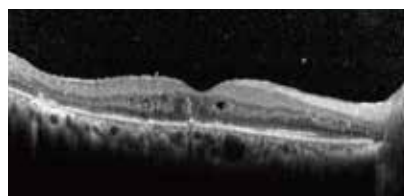
抗 VEGF製剤はまず加齢黄斑変性の治療薬として発売されましたが、糖尿病網膜症患者の目の中には上述の「血管内皮増殖因子(VEGF)」が多いことが分かり、VEGFを抑えれば黄斑浮腫が軽快することが証明されました。2014年から糖尿病黄斑浮腫の治療薬として保険治療が可能となり、従来の治療に比べ速効性があり有効率も高いことから、今では糖尿病黄斑浮腫治療の第一選択となっています。当科でも年々治療件数が増加し、昨年は609件でした。

ま た最近、抗VEGF薬で糖尿病網膜症自体が軽快するというデータも出てきており、将来的にはレーザー治療を行わず薬剤のみで網膜症治療が行われる時代がやってくるかもしれません。

し かしどんなに良い治療が出てきても治療を受けるのに最適な時期というものがあり、手遅れになってしまうと元通りにはなりません。糖尿病網膜症はかなり病状が進行するまで自覚症状がないことも多いので、糖尿病がある方は「自分はまだ見えているから大丈夫」と思わずに、必ず年1度は眼科で眼底チェックを受けることをお勧めします。

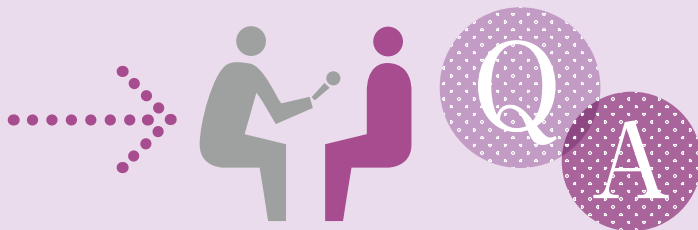


①初診時。視力(0.5)、メガネを掛けても新聞の細かい文字が見えない。光干渉断層計(OCT)による網膜の断層図で、中央に水ぶくれ(黄斑浮腫)ができて網膜が腫れている。



②1年2ヶ月後。視力(0.8)、新聞の文字も見えるようになった。OCTで中央の水ぶくれがほぼ消失している。この間、抗VEGF製剤を7回注射した。

眼科について質問! INTERVIEW



Q 抗VEGF薬の注射は1回すれば良いのでしょうか?

A 糖尿病黄斑浮腫の根本的な原因は血管壁がもろくなることにありますので、注射をして一時的に浮腫が軽快しても血管壁が正常に戻るわけではありません。ですから1回の治療では十分な効果が出ないことや、一旦改善しても再発することも多いです。このため複数回の治療が必要で、治療には根気が必要です。

Q 治療費は高いのですか?

A 抗VEGF製剤は高価で、薬価は約15-16万円です。その1-3割が自己負担ですので、両眼治療や毎月の注射が必要な場合大きな負担となります。1か月の医療費が一定限度額を超える場合には負担軽減のため高額療養費制度がありますので、医事課にご相談ください。

(眼科部長:岩橋 佳子)

EBISU♥キッチン

手軽に食物繊維編 BY.栄養管理部

今回は、当院の糖尿病セミナーでも紹介している低カロリーで食物繊維たっぷりの「きのこ料理」をご紹介します。蒸しきのこは、他にもいろいろな料理にアレンジできます。



きのこのレンジ蒸し

どんなきのこでもOKですよ!

- 材料 (5人分)
- しめじ 100g (1パック)
 - しいたけ 100g (4~5枚)
 - えのき 100g (1パック)
 - 練り梅 大さじ1弱
 - めんつゆ 大さじ1/2
 - かつお節 小袋1パック

| | |
|-------|--------|
| エネルギー | 19kcal |
| たんぱく質 | 2.0g |
| 食物繊維 | 1.9g |
| 塩分 | 0.3g |

●作り方

- ① しめじ、えのきは石づきを切り落としてほぐし、しいたけは薄切りにする。
- ② ①を耐熱皿に入れ、ふんわりとラップをかける。
- ③ 電子レンジ500Wで3分加熱する。
- ④ 取り出して全体を混ぜ、さらに1分半加熱する。
- ⑤ 汁気を切り、練り梅・めんつゆ・かつお節を入れ和えたらできあがり。



ワンポイントアドバイス

- ◇梅とかつお節を入れることで風味がアップ!
- ◇エリンギやマイタケなど他のきのこ類の組み合わせでも美味しく作れます。

他の料理にも!

作り方④のできる蒸しきのこは、その他の料理にも使えます。サラダのトッピングやオムレツの具、マリネ風にするなど、いろいろアレンジしてみてください。

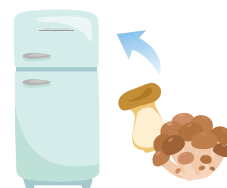


～冷凍保存していろいろな料理に～

色んな種類のきのこをカットして、袋に入れてきのこミックスとして冷凍保存しておくといつでも料理に使えて便利です。きのこ類は冷凍保存すると旨味が増します。

使用する時は解凍せず、凍ったまま加熱調理して下さい。冷凍保存したものは1ヶ月を目処に使い切るようにしましょう。

(調理師:松下 忍)



眼科よりちょっと一言

緑内障ってどんな病気？

眼圧の影響で視神経に異常が起こり、視力や視野の障害が引き起こされる病気です。適切な眼圧は人によって異なるため、眼圧が正常であっても緑内障になる方もいます。緑内障の進行はゆっくりのため、自覚症状に乏しいことがほとんどです。早期に発見し治療を開始することで進行を抑えることができます。自覚症状がなくても、定期的に眼科で検査を受けることをおすすめします。

治療方法は？

緑内障の治療は、症状を悪化させないことが基本です。一度障害されてしまった視神経が回復することはありません。眼圧を下げることで緑内障の進行を防ぐことができます。

眼圧を下げるための治療方法は、薬物療法、レーザー療法、手術の3種類があります。

(看護師長：山下 雅代)

入退院支援センター 設置しました

2013年に患者さんが安心して、安全に手術を受けることができるよう、術前センターが設置されました。専門の看護師やスタッフが手術や入院、術前検査についてなどの説明を行い、薬剤師が患者さんの常用薬や病歴、不安や疑問などをお聞きしています。センターでは患者さんの情報を整理して外来や病棟と共有し、手術を受けていただけるよう準備を行っていきます。

今年7月より、1階に移設し術前センターを、手術の患者さんだけでなく、手術以外の予定入院患者さんに対応する、入退院支援センターとしました。こちらでは、入院前から退院後を見据え、住み慣れた地域で生活できる体制の整備を行っています。患者さんの情報を整理し、病棟の看護師と連携して、より安心して治療に専念できる環境づくりのお手伝いをさせていただきます。

(看護師長：山下 雅代)



四季雑感



そよ風で稲穂の群れが黄金色の波となり、山々が紅葉に映えるこの季節、収穫を歡ぶ人々もいれば、老いの影を感じる方々もおられることでしょう。

自分自身で少し歳を取ったなといった程度の顔の微妙な変化は、どのようにして感知できるのでしょうか。目尻のしわとか、額が少し広くなるとか、わずかな変化が顔全体の印象を変えてしまい、いつの間にか老人の顔になってしまうのかもしれませんが。

ところが一度自分の顔にそれを見つけたなら、鏡を見るたびに自身の老化を確認し、それが固定化した認識になっていくのかもしれませんが。意識の上では否定しながらも、その思いは心の奥深くに浸み込み、そこで堆積するとしたら、自分の顔が老いていくのを観察し続けたいと思う人は、おそらくほとんどいないでしょう。

驚くべきことに、現実には生涯にわたり自身の変貌を観察し続けた人がいました。オランダの画家、レンブラントは自己の顔が年とともに移り変わるのを描き続けました。

絶頂期の肖像はいわゆるどや顔をしており、分かりやすく微苦笑を禁じ得ないものです。しかし本人の意思に反して、良いことはいつまでも続きませんでした。彼に不朽の名声を与えた「夜警」は、制作された当時はまったくの不評で、彼の人生の暗転の契機となってしまいました。中年以降の、まさに苦渋の最中にあるレンブラントの顔は、脱力と悲哀に充ちています。まさに落魄の芸術家の内面が迫ってきます。

ところが、スラム街に暮らす最晩年の自画像は、なぜか微笑みを浮かべているのです。人生の終焉を迎えたレンブラントは、一瞬でも彼の心を輝かせる何かを感じていたのかもしれませんが。見方を変えれば、老いることは成熟することでもあるわけですから、そこにある種の達成感と幸せを感じられる人々がいてもおかしくはないわけです。もしそうであれば、レンブラントの最晩年の微笑みの意味が理解できるような気がします。



兵庫県立西宮病院 院長
河田 純男

医療技術 NOW!

西宮病院の「今」がわかる。

【薬薬連携って何?】

—病院と調剤薬局の薬剤師がタッグを組んで切れ目のない医療を支えます—

薬薬連携とは、病院と調剤薬局の薬剤師が、患者さんにより安心して継続した薬物療法を提供できるよう連携することです。「お薬手帳」の他にも「トレーシングレポート」(双方向の薬剤情報提供書)を用いて、入院中も退院後も、薬剤師が服薬のサポートや副作用の早期発見などを行っています。また、慢性腎臓病(CKD)の患者さんを地域で守るために、CKDシールの取組も開始しました。地域医療の枠組みの中で薬剤師同士が連携することで、医師や看護師などの多職種とも協力し、より安全な薬物療法を推進しています。

(薬剤部課長補佐 河原 香織)



絵の中の風景を / 旅する vol.24

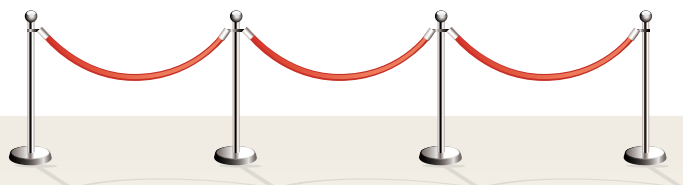
<http://www.nishihosp.nishinomiya.hyogo.jp/>

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



京都、大原の杉林へと続く林道の風景です。

大原は京都市左京区の北東部に位置した比叡山麓の山里で、古来より京都と若狭湾とを結ぶ若狭街道の中継地や京都への木材等の供給地としての役割を担ってきた地域です。

京都市北部は北山杉の産地として有名ですが、大原も周囲を山に囲まれ、杉林が多く見られる地域です。この絵もこうした大原の鬱蒼とした杉林の静寂感を感じることのできる作品です。

大原といえば「京都、大原、三千院」の歌詞でも有名な天台宗三門跡寺院のひとつ「三千院」をはじめ、平清盛の娘、建礼門院が余生を過ごした寂光院など、人気の観光スポットも多く、特に秋の紅葉シーズンにはぜひ訪れたい所です。

(総務部:伏見 達)

編集後記

編集室



木々も色づく季節となり夏の猛暑が嘘のような過ごしやすい時期となりました。いつも「はまかぜ」をご覧いただきありがとうございます。はまかぜでは、西宮病院での最新情報、院内の紹介等、地域の住民の方々にお役に立てるような記事を掲載出来るよう取り組んでまいりますので今後とも宜しくお願いいたします。

(医事企画課:長田 拓也)

H A M A K A Z E

2018
Vol.24

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

2018.11 発行