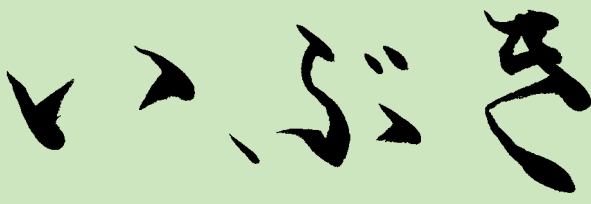




KAGAWA
ROSAI
HOSPITAL



いぶき 第37号
 発行者 多田 慎也
 編集 患者サービス向上委員会
 香川県丸亀市城東町3丁目3番1号
 TEL (0877)23-3111
 FAX (0877)24-1147
 季刊誌 年4回発行
<http://www.kagawah.rofuku.go.jp>

腰痛疾患について(下肢のしびれを中心に)
 第二リハビリテーション科部長 生熊 久敬



ぎっくり腰(急性腰痛)は、人口の6-8割が一生に一度は経験する主訴とされており、厚生労働省平成19年国民生活基礎調査においても自覚症状の内訳で男性1位、女性2位になっています。そのほとんどが1-3週程度で自然軽快することが特徴で、原因の多くは筋膜や筋肉によるものと考えられています。ほとんどの急性腰痛は画像検査には明らかな問題を認めません。逆に言うと、強い腰痛はあっても画像検査で問題が無ければ、ひとまず安心ということですが、また、強いストレスと急性腰痛には関連性があるとされており、ストレスの多い日常生活を過ごされている方では、適度なストレスの発散を行うことで急性腰痛の発生頻度が減少するとされています。

下肢のしびれを引き起こす腰椎の疾患も近年増加傾向に

あります。"足のしびれ"から連想する有名な疾患と言えは、糖尿病、閉塞性動脈硬化症などですが、腰椎からも生ずることがあるのです。腰椎には馬尾神経という脳脊髄神経につながる大切な神経が走っており、腰椎の年齢的な変形により、神経の通り道(脊柱管)が狭くなり馬尾神経が強い圧迫を受ける状態になると下肢にしびれを生じます。これを腰部脊柱管狭窄症といいます。特徴的な症状は、数十分歩くと両足がしびれて来て座り込むときれいに治り、また歩くことが出来るというものです。これは先にも述べた様に、年齢的な腰椎の変化であることが原因であるため、手術以外では根治的な治療は困難ですが、その程度によれば、プロスタグランジンの内服を行うことで手術を回避できる場合があります。注目されています。高度な馬尾神経の圧迫を生じている場合は手術となりますが、

近年では小切開での手術や内視鏡による患者様に優しい低侵襲な手術方法が発展してきており当院でも積極的に取り組んでいます。術後の痛みが軽く早期に歩行が可能で入院期間も1週間程度と短縮傾向にあります。

また、日常によく耳にする腰椎の疾患として、腰椎椎間板ヘルニアが挙げられます。これは、腰椎の椎間板に何らかの負担がかかり亀裂が入ることにより椎間板の内容組織である髄核が椎間板外に脱出し馬尾神経を直接圧迫する病態です。強い腰痛や下肢のしびれや神経痛を引き起こします。しかしながら、腰椎椎間板ヘルニアの多くは自然軽快する



讃岐草原 (讃岐七富士のひとつ) 観音寺市有明浜 (標高153m)

ことが一般的に知られています。MRI画像により得られたヘルニアの形態から自然軽快が得られるか否かを判断することが出来るようになってきており近年注目されています。手術を行う場合は、出来る限り内視鏡による低侵襲手術を行っています。

近年の高齢化に伴い、骨粗鬆症という疾患が増加して来ており社会的にも問題になっています。骨粗鬆症とは、年齢的な骨の変化により骨の中心が"スカスカ"になることで骨の強度が低下し、普通に生活しているだけで骨折を生じてしまうという困った病気です(特に脊椎骨折が多い)。特に女性は、閉経を迎えると女性ホルモン(エストロゲン)の低下に伴い骨密度が低下することが知られており注意を要します。閉経後に頑固な腰痛を生じ長引いている場合などでは、一度、レ

香川労災病院の理念

働く人々や地域の人々に
安全で安心のより良い
医療と看護を提供します

レントゲン検査と骨密度検査をお勧めします。検査結果によっては、骨折予防や腰痛の改善を目的とした内服治療を要する場合があります。骨粗鬆症により脊椎骨折を生じると、

骨質が悪いことから骨癒合が得られないことがあります。時には脊椎の強い変形を生じ下肢のしびれを生じることもあるため、骨粗鬆症は早期診断と早期治療が大切です。

する恐れがあります。くすりの量や飲み方に不安がある場合もくすりを出した医師に相談してください。

また、くすりは飲む時間によって効果が変わる場合があります。くすりによっては、飲むべき時間が決まっています。間違った時間に飲むと、効果が出なかつたり、場合によっては体に悪影響を与えることもあります。必ず医師の指示通りに飲むようにしましょう。

くすりの飲み方について

薬剤部副部長 富岡 謙二

くすりは安全に、かつ有効に使われなければなりません。病院では、医師が診察を受けた患者様の状態を考えたうえで、最も合った内容のくすりを選んで、量や飲み方まで指示します。時々家族や知り合いからもらったくすりを飲んでいるという方がいらっしゃいますが、非常に危ないことです。自分のくすりを他の人にあげたり、他の人に出されたくすりを飲んだりすることは絶対にやめましょう。

また、患者様同士で、このくすりはよく効く、このくすりは危ない、などと話題にされていることもあります。分かっていないことは、くすりを出した医師や薬剤師に相談しましょう。医師は必要のないくすりを出すことはまずありませんし、

出されたくすりは、医師の指示通りに飲まなければ、病気がよくなるばかりか、症状が悪化してしまうこともあります。また、医師は、出したくすりを患者様が指示通り飲んで、自己判断でくすりを調整したり、やめたりすると、必要なくすりが増えたり、治療の誤りが起きたり

者様の安全管理、各種の専門的視点を活用したチーム医療の実践、呼吸ケアに関する技術・知識の標準化を目指しています。

4職種、それぞれの立場から役割についての説明します。

まず、医師は患者様の全身状態や呼吸の音、胸のレントゲン写真、血液検査などから患者の状態を把握し、適切な呼吸器の条件を設定し、呼吸管理に対する指示を出します。

看護師は、呼吸ケアに係る専門の教育を受けており、患者様の呼吸状態を観察しながら、安楽な体位がとれているか、合併症などを予防するためのケアができていますか確認します。また、呼吸ケアに関する研修会も始めています。

臨床工学技士は、人工呼吸器が正確に作動しているか、呼吸器の条件、異常を知らせる警報、呼吸器の回路の状態などを確認し、使用前後で人工呼吸器の整備・点検を行っています。また、看護師が正しく人工呼吸器を使用できるように研修会を開いています。

呼吸ケアチームを紹介します

救急看護認定看護師 高木 康美

今年5月、当院に呼吸ケアチーム(RST)が設置されました。

RSTとは、Respiration

Support Teamの略で、呼吸をサポートするチームという意味です。呼吸をサポートするた

めの方法は、酸素吸入・人工呼吸器・吸引リハビリテーションなど様々ながあります。

そのため、このチームは医師、看護師、臨床工学技士、理学療法士の4職種から構成され、人工呼吸器を装着している患



理学療法士は、呼吸療法認定士の資格を持っており、呼吸訓練、痰の排出の援助など実施しています。また、日常生活活動の向上を目標として起き上がり・立ち上がり・歩行などの動作に対する指導・助言も行っています。

見慣れない人工呼吸器を使用し、患者様とご家族の不安も大きいと思います。呼吸ケアチームがお部屋を訪問した際には、相談していただければと思います。

チーム一丸となり、安全な呼吸療法の実現に向けて活動していますので、宜しくお願

名護のモニュメント

彫刻家 速水 史郎

エメラルドグリーン^①の海が目の前に広がっている。そしてその向こうに白い建物が並んで私たちを迎えてくれる。

空から見る那覇の街が美しい。空港出口辺りから沖繩へ来たんだという感覚が体全体に感じるのも、ここ南国の特徴なのだろうか。娘がレンタカーを調達してくれたから私たち夫婦はとも楽な旅が出来そうである。

首里城へ行く。巨大な石壁が見事である。かつては外敵からこの国を守ったはずのこの壁が、今ではここを訪れる人々に親しみさえ覚えさせるのだから、時の流れは不思議なものである。奉神門を入ると広い御庭がある。その正面に正殿がある。この建物を守るように、その屋根には大きな龍頭が乗っている。

そして木造の柱や壁はベンガラが塗られて、青い青い南国の空と美しいコントラストを私たちに見せてくれる。この青い空や、エメラルドの海の色がここに沖繩の建物や人々の衣服(紅型)の赤い色を産み出したのだらうか。

正殿前には、一対になった大龍柱が立っている。青色の砂岩で出来たこの龍柱は、右側が

「阿形」、左側が「呷形」となっている。この正殿の守り神となっている。高さ4・1mで正殿と高いバランスで立っている。

私はこの大龍柱のフォルムと精神をいただくことにした。と言うのは那覇市から少し北寄りに名護市という所があつて、この街の新しい街づくりに参加して、これから造ろうとしている公園の記念モニュメントを頼まれていたからである。

名護市の宇茂佐ニュータウン計画の中の仕事である。首里城の大龍柱を基本にしたフォルムを考えれば、とてもいいモニュメントになるだろうという確信が出来た。

この日は娘の運転で海岸通りを北上して、恩納村にあるルネッサンスリゾートオキナワで泊まることになった。白いリゾートホテルとエメラルド

の海、白い浜、トリゾート気分満点である。夜は女房どのの少し早めの誕生パーティーをする事になった。ごく自然に他の宿泊客まで巻き込んで賑やかだった。

次の日はレンタカーで本島を北へ、海洋博公園、沖繩美ら海水族館まで行く全長14mもあるジンベエザメを見た。

一寸した驚きである。帰路、焼物の里を見てまわる。日本民芸の発展の原点となった琉球焼物の見事な造形と骨太な美意識に感動を覚えた。あと沖繩硝子の工房も見えた。色々な要素をしっかりとからだに

詰め込んでから仕事に向かうことになる。

原石は瀬戸内の小豆島近くの犬島の白花崗岩が見つかった。長さ7m余、断面が1m角、重さ20トンの巨石である。この石を縦に2分割することで、大龍柱二基よりひとまわり大きい石が出来た。

その原石から「阿」、「呷」二つの造形を引き出すのはあまり苦勞をしなかった。この石の彫刻仕上がりは6m余、10トずつ、計20トンの石彫となって、晩秋の名護市に建つ。



モニュメント「阿・呷」 速水史郎

外 来 診 療 予 定 表

診 療 科	時 間 ・ 診 察 室	月	火	水	木	金	
内 科	午 前	一 診	荒木	永田	滝本	荒木	滝本
		二 診	北村	大澤	北村	大澤	永田
		三 診	小原	西	出口	小原	吉武
		四 診	小路	河野	東	小路	東
		五 診	後藤	岩田	吉武	岩田	吉野
		六 診	神野	菅間	平生	後藤	西
循 環 器 科	午 前	一 診	松浦(予約)	渡邊(初診)	宮本(予約)	水尾(初診)	水尾(初診/予約)
		二 診	宮本(初診)	水尾(予約)	松浦(初診)	渡邊(予約)	
	午 後		ペースメーカー(第2,第4)				
外 科	午 前	一 診	村岡	津村	立本	村岡	津村
		二 診	小林	立本	國土	渡辺	木村
	午 後		呼吸器 津村	肝・胆・膵 國土	※乳腺 村岡・小林・渡辺		
整 形 外 科	午 前	一 診	横山	高田(真)	廣瀬	前原	山下
		二 診	生熊	森谷	山下	森谷	横山
		三 診	前原	高田(敏)	生熊	浅野	高田(真)
	午 後	リウマチ外来		リウマチ外来			
リハビリテーション科	午 前	高田(敏)	田村	高田(敏)	生熊	高田(敏)	
形 成 外 科	午 前	田中	田中	田中	田中(午後)	田中	
脳 神 經 外 科	午 前	一 診	藤本	吉野	柚木	藤本	吉野
		二 診	柚木	西田		平下	
		三 診	河内	平松			
泌 尿 器 科	午 前	一 診	西	西		西	西
		二 診	水野	水野	水野	水野	水野
産 婦 人 科	午 前	一 診	川田	大倉	川田	木下	大倉
		二 診	木下		木下		
		癌 検 診	大河原	大河原	大倉	大倉	大河原
		産科予約検診	大倉		木下		川田
		産後検診				大河原	
眼 科	午 前	一 診	小見山	小見山	小見山	小見山	小見山
		二 診		國土	國土	國土	
耳 鼻 咽 喉 科 頭 頸 部 外 科	午 前	一 診	森下	荻田	森下	荻田	森下
		二 診	荻田	平田	平田	津村	平田
		三 診	津村	津村	津村		津村
	午 後			腫瘍外来			
放射線科(放射線治療)	午 前(予約)	三谷		三谷			
	午 後(予約)	三谷		三谷		三谷	
歯 科 口 腔 外 科	午 前	一 診	森川	森川	森川	森川	森川
		二 診					松村
麻酔科(ペインクリニック)		一 診	北浦	鈴木	北浦	戸田	北浦
ス ト マ 外 来				看護師		看護師	
緩 和 ケ ア 外 来	9時~10時		当番制				

※栄養相談…月曜日から金曜日まで随時予約制にて、栄養相談を行っております。ご希望の方は、主治医にご相談下さい。

健 康 診 断 セ ン タ ー

日帰りドック……………	1日20名	火、水、金曜日	海外派遣労働者の健康診断……………	随時
一般健診……………	1日20名	月、木曜日	特殊健康診断……………	随時
脳ドック……………	1日1名	月、火、木曜日	振動障害健康診断……………	1名 月曜日
雇入時の健康診断 定期健康診断	1日20名	月2回	健診車による出張健診……………	月~金曜日
			特定健診……………	随時
※全ての健診は予約が必要です。 ※健診の曜日は変更になることがあります。				
●当院は、協会けんぽ生活習慣病予防健診事業の指定病院となっており、該当する方は補助を受ける事が出来ます。				
●健診の結果、二次検査が必要となった場合、乳腺外来のみ当院で予約を行っております。				

入院費の窓口負担軽減

「限度額認定証の申請」について

医事課 小森 茂樹

入院窓口で、患者様から「今回の入院費はだいたい幾らくらい掛かりますか」という質問をよく受けます。確かにスパーで買い物するのは違い、医療費の支払いに必要な金額はなかなか見当がつかず、不安になってしまふことと思います。そこで、当院では入院される70歳未満の患者様に限度額適用認定証の申請をお願いしています。

別表に従い、具体例を挙げて窓口負担を比較してみます。請求書をご覧いただくと、

総点数と記載されている欄があると思います。これは治療に係る入院費は点数により計算しているためで、1点につき10円と定められています。

例えば、入院した際にかかった医療費の総点数が10万点だった場合、この際の医療費は100万円となります。患者様が70歳未満で3割負担だった場合、患者様への請求額は30万円となります。

しかし、一般に当たる限度額認定証を提示いただいた患者様の場合『80100円+(1000000円【医療費】-267000円)×0.0187430』と計算され、

およそ9万円程度のご負担となります。

注意していただきたい点としては、自己負担限度額として計算されるのは入院費に関するのみであり、食事代、病衣代、個室に係る室料差額代等は別途負担をしていただきます。

また、この限度額の計算は1ヶ月ごとの医療費負担に関して計算されます。例えば、9月から10月の間入院されていた場合、9月と10月は別途請求を行うこととなります。詳しくは各保険の窓口、もしくは当院医事課までお問い合わせ下さい。

をした時に、結核菌が空気中に飛び散り、これが吸い込まれることによって感染します(飛沫感染)。しかし、感染することと、発病することは全く別で、感染すると免疫能が働き、結核菌は肺の中で冬眠状態に入り、ほとんどの人は発病しません。感染したときに、免疫機能の低下や、栄養状態、健康状態の悪い人に発病します。

〈検査〉

- ・胸部X線検査(結核の発症を調べる検査)
- ・クオンティフェロンTB検査(結核の感染を調べる検査)
- ・喀痰検査(結核菌の有無や性質を調べる検査)

〈こんな時はすぐ病院へ〉

長引く咳(2週間以上)、長引く倦怠感(体がだるい)、痰が出る(痰に血が混じる)、長引く微熱。

自分自身の健康を守ることよりもちろん、家族や友人などの感染を防ぐ為にも早期発見、早期治療が重要です。カゼかなと思う症状が長引くようなら、受診しましょう。

この限度額適用認定証の手続及び提示は必ず入院した月の月末までにお願いたします。もし間に合わなかった場合、本来の患者様の負担額をお支払いいただいてから、高額療養費の申請をしていただくこととなります。

70歳未満の方の自己負担限度額(別表)

対象者	自己負担限度額(月額)
上位所得者	150,000円+(医療費-500,000円)×1%
一般	80,100円+(医療費-267,000円)×1%
低所得者	35,400円

*患者様の所得により、限度額は上記のように決定されます。

「結核は昔の病気」と思っていますか？

細菌検査室 藤川 栄史

〈結核とは?〉

結核は、大正から昭和初期にかけて、死因のトップを占めていました。しかし、生活の向上や、医学の進歩により急激に患者を減らすことができました。もはや、結核は『過去の病気』になったかのように思われています。

〈感染経路〉

しかし今でも1日に68人の新しい患者が発生し、6人が命を落としている日本の重大な感染症です。

結核患者が、咳やくしゃみや

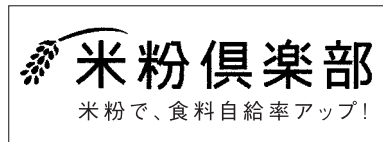


「米粉」を活用してみませんか

栄養管理室長 平田 邦江

「米粉」って一体何？字のごとく和菓子などの原材料に広く使われているお米を粉にしたものです。米粉はパンやパスタ・麺をはじめ、スイーツなど幅広くさまざまなメニューに活用されています。

ところで図にあるマークを
目にしたことがありますか？



図「米粉倶楽部」オリジナルマーク
米粉を使用した製品に付けられています。

6月頃田植えが終わり、蛙の大合唱がにぎやかだなあと
思っていると、猛暑の夏には青々と
とした稲がさわやかに風にゆ
れて稲穂がチラホラ。秋の黄
金色に輝く収穫の時期を思わ
せる。早い品種では八月には
新米も出回る。このような光
景が毎年自然に繰り返されて
いる。ところで一人一年当た
りのお米の消費量は1965
年には110kgでしたが、2
008年には59kgと大きく減
少してきました。また、消費
の減少にもなっており、お米を
作る生産者の方がたも減少し
ています。日本の食糧自給率
はカロリーベースで41%と先
進国の中で最低水準となっ
ています。6割は輸入に頼って
いる事になります。

毎年自然と繰り返し返される田
園の風景も見られなくなる日
が来るのでしょうか？

米粉を選ぶ・使う・食べる
ことで、お米の消費を拡大し
て日本の食料自給率の向上に
つなげることを目的として作
られた組織のマークです。
次に米粉の特徴をご紹介します。

★もっちりとした新しい食感
米粉で作られたパンや麺は、
独特の食感を味わえる。パ
ンは、表面はカリッとして
いるけど中はもっちり。時
間がたつてもパサつかない。

★低吸油でさっぱりヘルシー
小麦粉と米粉の油の吸収率
を比較すると小麦粉は50%弱
米粉は30%弱と、米粉の方

がヘルシーです。天ぶらの
衣に米粉を使うといつもよ
りさっぱりした味になり、
冷めてからもサクサク感が
長く続きます。

★優れたアミノ酸バランス
筋肉や内臓など、体の重要
な組織を作るたんぱく質、
そのたんぱく質を構成して
いるのが、アミノ酸です。
米粉は人に必要なアミノ酸
のバランスが優れています。

★小麦粉アレルギーの代替に
小麦粉の替わりとして米粉
を100%使用したパンや
麺などの商品は、小麦アレ
ルギーでお困りの方がたに
も安心してお召し上がりい
ただけます。

※食物アレルギーについて
はアレルギー表示の義務
が食品衛生法に基づいて
あります。表示義務のあ
る特定原材料は次の七品
目です。『卵・乳・小麦・
えび・かに・そば・落花生』

★米粉は「だま」にならない
という特徴がある
ホワイトソース、お好み焼
きなどの料理も美味しく仕
上がりやすい。いろいろなお
料理に試してみたいかが
でしょうか。



● 労災病院周辺で見られる鳥 ●

エナガ

主任薬剤師・吉村正則

大きさはスズメ位だが、尾が体長の半分位あり、体だけだと日本で最も小さな鳥の一つ。大きな移動をせずに留まっている。あまり人を恐れず、間近で見られる。樹液を吸ったり、小動物等を食べている。

お知らせ

● 公開健康講座

日 時 平成22年9月15日 (水)

13時30分～15時

場 所 香川労災病院管理棟会議室

内 容 糖尿病を治すためにしていただきたいこと

講 師 第三内科部長 岩田康義

参 加 無料

世界中で食糧問題がますます深刻化するなか、国産農作物を見直し、食糧自給率の向上のため、また、安心して、美味しく食べていくためには、どのようにしたらよいか、少し考えてみませんか。
収穫の秋、味覚の秋、スポーツの秋。元気に秋を迎えましょう。

編集だより

患者サービスマン委員会 横山 良樹

今年は7月中旬の梅雨明けまでは、全国に大雨にて土砂被害がおこり多くの犠牲者がでました。幸いにも香川では大きな災害はなく、毎年泣かされている水不足も今年はないようです。

しかしながら、梅雨明け後は猛暑が続いてます。熱中症にて多くの患者様がかかり、当院でもかなりの患者様が入院しているようです。今年の残暑は厳しいようですが、身体に気をつけて乗り切ってください。

皆様のおかげで「いぶき」37号が完成しましたが今後とも積極的な投稿お願いいたします。