

毎月 回

vol. 98

平成31年1月1日

医療法人
長谷川会

湘南ホスピタル

藤沢市辻堂3-10-2

TEL. 0466-33-5111

発行責任者：有泉 義一



志津川湾の朝日(宮城県南三陸町) 撮影:一之瀬 隆哉

理念

人を暖かく迎える医療

地域の健康の守り手 高齢者をささえる医療 心を大切にする医療

基本方針

地域包括ケアシステムの一員として
役割を果たす。

- 1 良質な地域包括ケア病床と医療療養病床の提供
- 2 外来機能の充実
- 3 居宅介護支援事業所・訪問看護ステーションの強化
- 4 地域とのつながりの強化

98号内容

新年のご挨拶

- 湘ホス部署紹介「薬剤科」
- 特集「インスリン抵抗性は諸悪の根源」
- 「辻堂公民館まつりに出展しました!」など

新年のご挨拶



理事長・院長

木原 明子

新春のお慶びを申し上げます

昭和4年に開設された当院は、ことし創立90周年を迎えます。結核が国民病と言われていた時代に結核療養所(麗日荘長谷川病院)として始まり、医学の進歩、社会情勢、人口構成の変化などに伴う国の方針の変化に沿いながら、昭和55年からは湘南ホスピタルとなり、地域医療に取り組んでまいりました。現在は地域包括ケア病床・医療療養病床の2種類の病床をもち、理念「人を暖かく迎える医療」のもと、外来診療・入院診療・在宅医療に取り組んでおります。90年間あゆみ続けることができたのは、ひとえに地域の皆さまのご支援のお陰と感謝しております。医療の質・介護の質を高め、常に皆さまの必要にお応えすることができ、ご信頼いただける医療機関であり続けられるように、思いを新たにしております。

本年もどうぞよろしくお願ひいたします。



ケアポート湘南 管理者

廣瀬 ひろみ

新年あけましておめでとうございます

ケアポート湘南は介護保険がスタートした平成11年に開所になり、今年で20年の節目を迎えることとなりました。これも行政や地域の皆様方のご支援の賜物と感謝を致しております。

また、この間ケアマネージャーとして大変多くのご利用者様やご家族様と係わりをさせて頂き貴重な経験を積ませて頂きました。

そして、現在、6名のケアマネージャーと1名の事務員が、介護認定をもたれている約190名の方の、ご自宅生活を支援させて頂いております。

これからもお一人、お一人の利用者様の「ご意向」に添いながら、「その方らしく自立した生活」を「住み慣れたご自宅」で送られるために、介護の専門職としてご支援をさせていただきたいと考えています。

今年もどうぞ宜しくお願ひいたします。



コスマス訪問看護ステーション管理者

守田 加奈子

新年あけましておめでとうございます

コスマス訪問看護ステーションは今年19年目に入りました。現在は、看護師6名と理学療法士1名、事務員1名が毎日元気に働いております。在宅療養されている0才の赤ちゃんから100才の高齢者まで、様々な年齢や病状の方、約80名の方にご利用頂いています。

訪問看護では、健康状態の管理(体温、脈拍、血圧測定、病気や障がいの状態観察)、療養上のお世話(入浴、食事・排泄の援助や床ずれ予防等)、医療処置、リハビリテーション、介護相談、ご自宅での看取りの援助、医療・福祉との連携などを行っています。

皆様のご希望をお聞きしながら、安心してご自宅で過ごせるようお手伝いさせて頂きます。

今年もどうぞよろしくお願ひ致します。

部
署
紹
介

薬剤科

入院時から退院まで



高齢者の安全で適正な薬剤使用には、
患者さんを取り巻く多職種間での情報共有が重要

現在、湘南ホスピタルの薬剤科は薬剤師4名、事務職員1名で入院中の患者さんをきめ細かくサポートしています。

入院時には直ちに、担当薬剤師が持参薬、お薬手帳などを直接お預かりし、入院前の実際の薬剤使用状況やアレルギー歴・副作用歴などを患者さまご自身やご家族から詳しく伺っています。確認した内容は、主治医・病棟スタッフと情報共有しています。

入院中は加齢に伴う生理機能の変化を考慮し、副作用の検討、腎機能に合わせた投与量の確認、嚥下機能などに合った薬剤の選択にも努めています。

退院後もお薬を安全に使用していただける様に、退院後の生活環境などを考慮し、病棟スタッフと協力して、薬の管理方法を検討しています。退院薬の処方内容のほか、入院中に使用した薬剤の内容及び変更点、中止薬、退院時にお返しする持参薬などもお薬手帳や退院時情報提供書に記載し情報共有に努めています。

薬剤科長の

高齢者をささえるもう一手

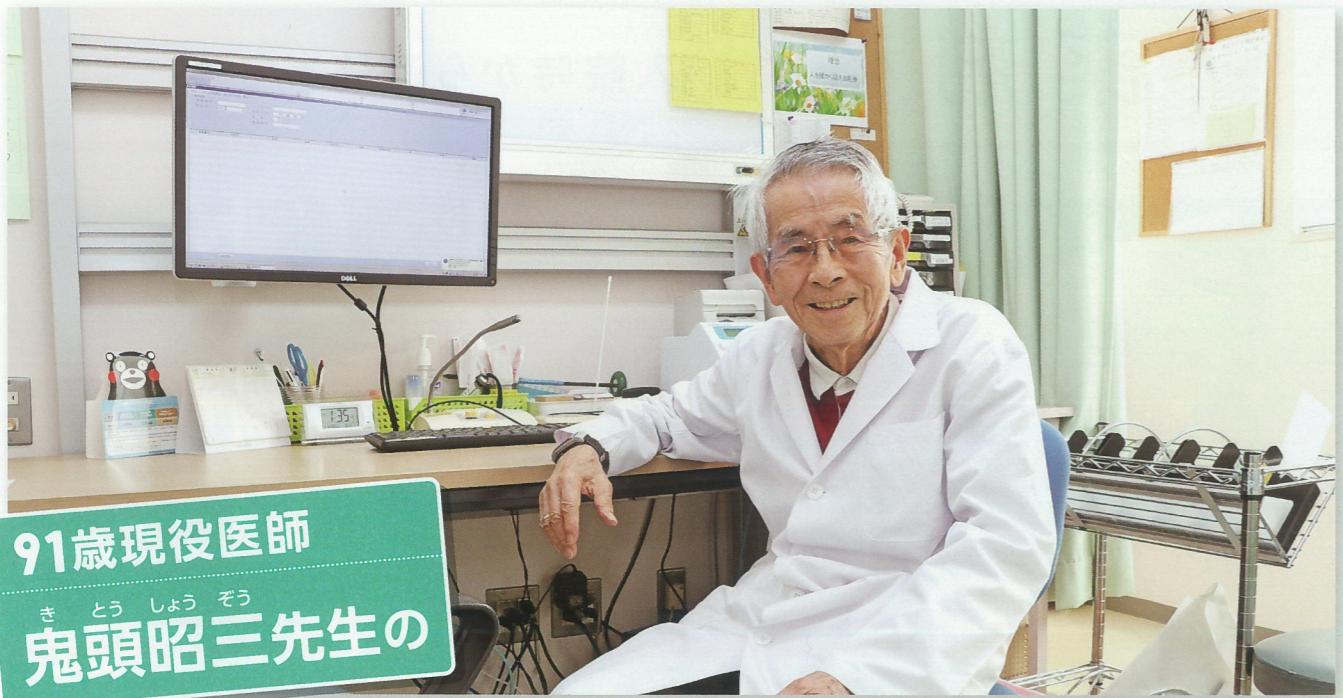
薬剤科長
佐藤 玲子

薬剤師によるホスピタルアロマセラピーの活用

病棟薬剤師としてスタッフや患者さま・ご家族と関わるなか、現在の医療・治療では対応が難しい事例について相談を受ける機会があります。不眠、口腔ケア、皮膚の乾燥・痒み対策、環境改善、デオドラント、緩和ケアなどに対応する選択肢のひとつとして、当院では約15年前から医師の確認のもと患者さまの状態に合わせたアロマセラピー(精油)の活用に取り組んでいます。

今後も少しでも良いコンディションで患者さまのケアができるよう薬剤師としてサポートしていく考えています。





「インスリン抵抗性は諸悪の根源」

インスリンは膵臓のランゲルハンス島の β 細胞から分泌され、糖質の代謝に重要な役割をするホルモンです。血中や脳内で、存在するインスリンの量に見合ったインスリンの作用を発揮できない状態のことをインスリン抵抗性といいます。インスリンが受容体に結合しても、その後の細胞内での情報伝達がうまくいかない状態です。

糖尿病とアルツハイマー病は増え続けている国民病です。この2つの病気の根本的原因は共にインスリン抵抗性の上昇にあるのです。100歳長寿の人をおしなべて血液中のインスリン抵抗性が基準値の中

でも低値で、少ないインスリンで血糖値をしっかりと正常域に保っている方々です。

ところが、健康診断などでこのインスリン抵抗性が検査されることは殆どありません。40歳以上の方は、インスリン抵抗性を測定してもらうようにしましょう。インスリン抵抗性は、空腹時の血糖値と空腹時の血中インスリン値を掛け合わせたものを、405で割った値です。基準値は1.6以下、2.5以上ではインスリン抵抗値の上昇です。

それではインスリン抵抗性が高いと何故糖尿病になるのでしょうか?そこでは膵臓の β 細胞は、過食や運動不足によって過剰となったグルコースを処理するために頑張ってインスリンを多く出して、血糖値を正常に保とうとします。その結果、血中のインスリン濃度が高くなっている一方で、血糖値は全く正常です。これが糖尿病の予備軍の予備軍です。次の段階では、 β 細胞の頑張りも限界となり、インスリン濃度が高いまま、血糖値は正常よりもやや高くなります。これが予備軍、境界型糖尿病といわれる状態です。更に進むと一層、高インスリン血症の状態となり血糖値は糖尿病域になります。糖尿病は生活習慣病の王様です。



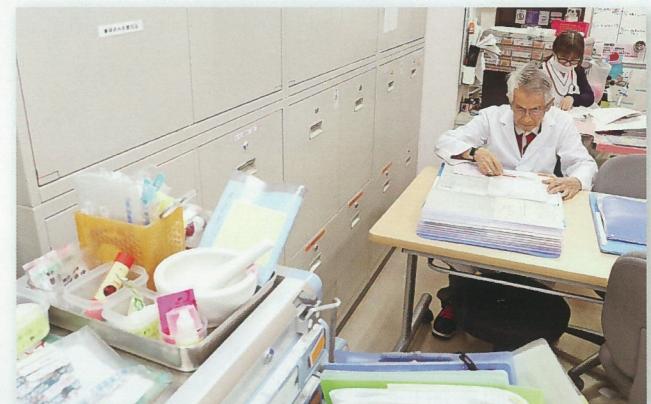
糖尿病者では殆どすべての生活習慣病に対するリスクが高いのです。インスリン抵抗性の結果の高インスリン血症は、まさに諸悪の根源です。

インスリンには細胞増殖作用があるため、高インスリン血症の状態では、がんに罹りやすくなります。膵臓がん、肝臓がん、大腸がん、卵巣がん、胃がんなどです。糖尿病の人の中でがんのリスクが高いのは、初期から中期の糖尿病のために、血中のインスリン濃度が異常に高い人と、糖尿病がさらに進行して、インスリンの自己注射をしなければならなくなったりです。糖尿病者の7割は高血圧症です。それはインスリン抵抗性のためです。

インスリンは記憶物質としても知られています。インスリンを鼻から吸入すると、正常人の記憶が15分後によくなります。高インスリン血症の状態では、

血中のインスリンは血液脳関門を通過して記憶の場である海馬に届きにくくなります。その結果はアルツハイマー病です。最近は海馬でも膵臓と同様に、インスリンが作られていることが分かっています。海馬でのインスリン抵抗性が高まることが、アルツハイマー病の根本的原因であることが、私と、虎の門病院付属、沖中成人病研究所の新郷明子博士との共同研究によって臨床と動物実験の両面から明らかにされています。ラットの脳内にストレプトゾトシンを注入して作った“脳だけが糖尿病”のラットは、人のアルツハイマー病そのものです。このラットの空間認知機能の障害は脳室内に特効性インスリンを1回注入しただけで、よくなります。海馬でのインスリン抵抗性は、うつ病や不安感とも深い関係があります。

医者も患者もインスリン抵抗性に目を向けることが緊急の課題です。インスリン抵抗性が高ければ、リラグルチド、ビオグリタゾン塩酸塩、メトホルミン塩酸塩などの、それを下げる薬剤を使用します。



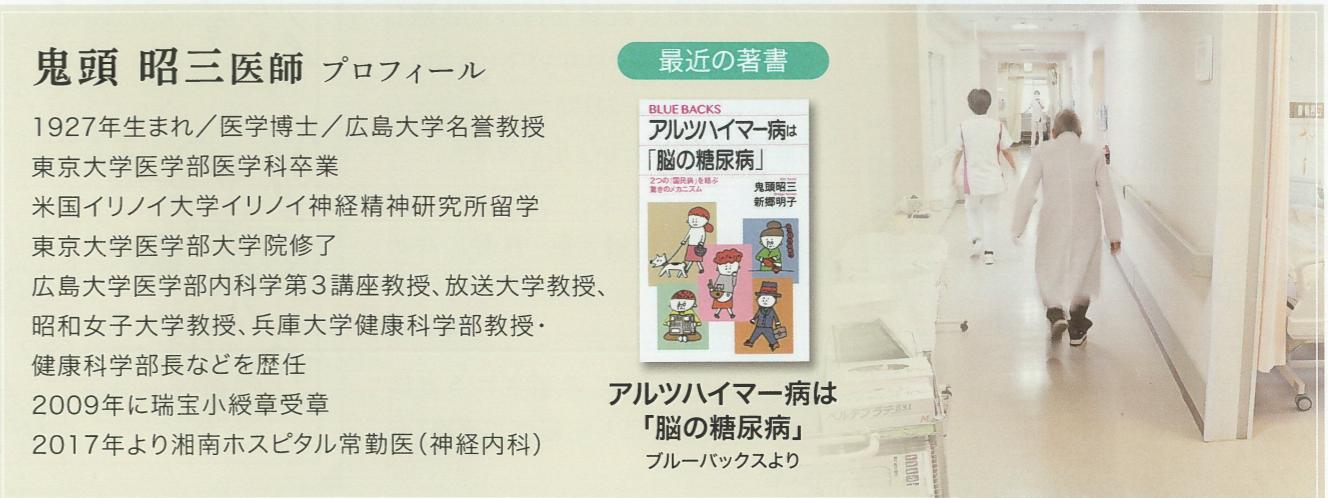
鬼頭 昭三医師 プロフィール

1927年生まれ／医学博士／広島大学名誉教授
東京大学医学部医学科卒業
米国イリノイ大学イリノイ神経精神研究所留学
東京大学医学部大学院修了
広島大学医学部内科学第3講座教授、放送大学教授、昭和女子大学教授、兵庫大学健康科学部教授・健康科学部長などを歴任
2009年に瑞宝小綬章受章
2017年より湘南ホスピタル常勤医(神経内科)

最近の著書



アルツハイマー病は
「脳の糖尿病」
ブルーパックスより



地域活動報告

辻堂公民館 まつりに 出展しました!

辻堂公民館まつりは、辻堂公民館で地域の様々なサークルや団体が日頃の成果を披露する場として、今年で41回目を迎えました。

キャッチフレーズは「出会い ふれあい 潮風のまち」



とても辻堂地区らしいですよね。

そんな辻堂で、地域の皆様に支えられてきた当院が参加しないわけにはいかない!というわけで遅ればせながら、今年から初参加!子供から高齢者までが体験できるようにと「こども白衣体験」「たばこの害／一酸化炭素濃度測定」「血管が透けて見える体験」

「アロマハンドト

リートメント体

験」「健康・栄養

相談」といった内

容で出展させ

ていただきました。

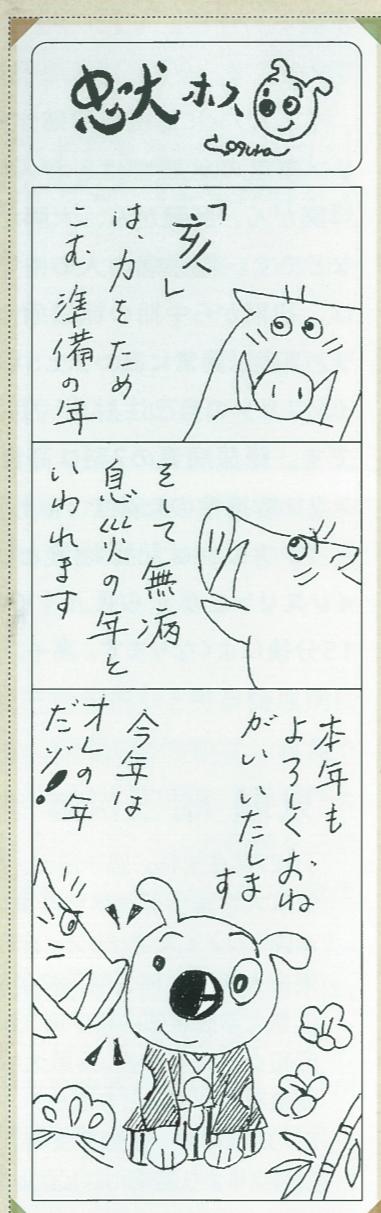
当日はお天

気にも恵まれ、当

院のブースにも

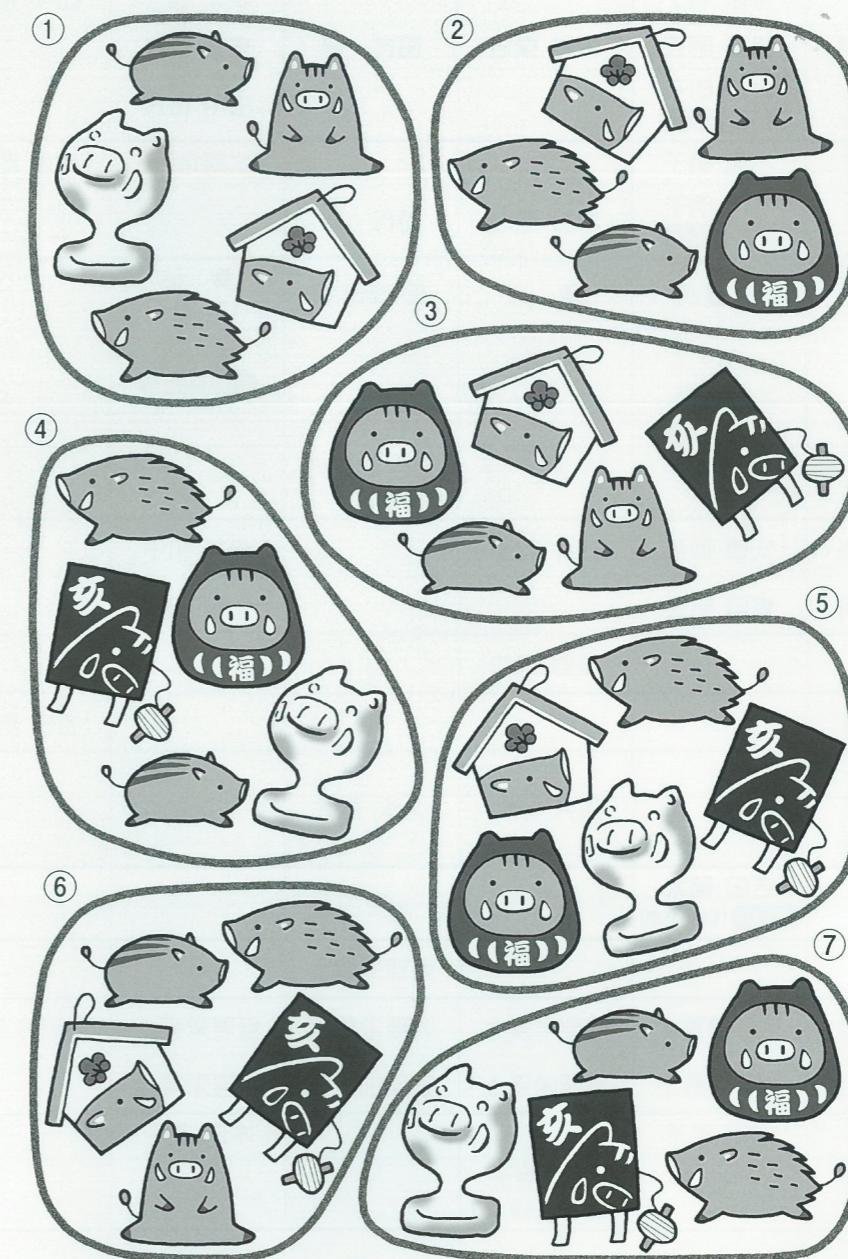


スモーカーライザーで測定



セイム・セット

あけましておめでとうございます。
今年の初パズルをお楽しみください。



問題

7種類の絵が5つずつセットになっていますが、同じ5種類のセットは、1組（2セット）しかありません。何番と何番でしょう？

応募方法

答え、住所、郵便番号、氏名、フリガナ、年齢、電話番号をはっきり書いて、待合室横の投書箱に入れるか、ハガキで送って下さい。

ハガキの場合の宛先は当院「麗日編集部」まで。1人1枚に限ります。

※なお、読者の皆様からお預かりした個人情報は、当院が責任を持って管理いたします。

●賞金

正解者の中から1人に1万円、2人に5千円、20人に図書カードを抽選で。

●締め切り

5月末日

●発表

賞品の発送をもってかえさせていただきます。

10月号の答え 「15」

外来診療担当表

赤字は原則として予約制です。
曜日により専門科の医師が一般内科の診療も行います。

2019.1.1現在

診療科		月	火	水	木	金	土
一般内科	午前	堤 菜津子	黄 麗明	松井 和子	堤 菜津子	松井 和子	木原 明子
			木原 明子			木原 明子	田中 裕規
	午後	田中 裕規	鬼頭 昭三	木村 泰浩	田代 研	鬼頭 昭三	
呼吸器内科	午前		木原 明子			木原 明子	木原 明子
	午後		木原 明子 第3週休み	木村 泰浩	田代 研		
消化器内科	午前	堤 菜津子	黄 麗明	黄 沾	堤 菜津子	黄 沾 10:00~	
	午後			黄 沾		黄 沾 第1・3週	
循環器内科	午前				菊地 進之介		
	午後				菊地 進之介 14:30~		
神経内科	午前	安德 恒演	安德 恒演	松井 和子		松井 和子	
	午後	安德 恒演	鬼頭 昭三			鬼頭 昭三	
精神科	午後			星野 靖二			
整形外来	午前						吉田 勇治
糖尿病内科 内分泌内科	午前			廣井 直樹	久永 香織		
泌尿器外来	午後		吉田 健太 第1・3週 14:00~16:00				
栄養相談	午後				管理栄養士		
特定保健指導	午前	管理栄養士	管理栄養士	管理栄養士	管理栄養士	管理栄養士	管理栄養士
	午後	管理栄養士	管理栄養士	管理栄養士	管理栄養士	管理栄養士	
禁煙外来	午前		木原 明子			木原 明子	
	午後			木原 明子 18:00~19:00			

湘南ホスピタルからの
おしらせ

内視鏡検査のご案内

検査実施日

- 胃カメラ(口・鼻) 火・木曜日 午前中
- 大腸カメラ 火・木曜日 11時・午後

お申込み
お問合せ先

「外来」もしくはお電話にてお申込みください。

「胃カメラ、大腸カメラを同じ日にやりたい」「鎮静剤を使いたい」「ポリープ切除して欲しい」などご希望があれば、柔軟に対応させていただきます。お気軽にご相談ください。

HOSPITAL 医療法人 長谷川会

湘南ホスピタル

〒251-0047 藤沢市辻堂3-10-2

TEL.0466-33-5111

午前受付時間 8:00~11:30 (診療開始 9:00)

午後受付時間 11:30~16:30 (診療開始 13:30)

電話問合せ 8:45~11:30/13:15~16:30

休診日 土曜午後・日曜・祝日

ホームページ <http://www.shohos.org>