

かしま通信

ほつと HOT ほつと hot 通信

ホームページ <http://www.kashima.jp>

かしま病院

検索

携帯サイト <http://www.kashima.jp/m/>

インターネット閲覧機能搭載の携帯電話から、

クリニックかしまの診療科情報をご覧いただけます。

4月号

Vol.303

平成30年(2018年)4月1日発行

■編集/かしま病院広報委員会

■発行/社団医療法人養生会

〒971-8143

福島県いわき市鹿島町下藏持字中沢22-1
tel.0246-58-8010(代) fax.0246-58-8088

ご意見・ご感想は...

上記住所へ郵便、またはE-mailでお送り下さい。

かしま病院広報委員会(井沢 宛)まで

k-iwaza@kashima.jp

1
2 卷頭特集

「春の献血に行きませんか」
あなたの献血が、多くの人の命を救います。

3

お宅訪問隊 新連載

～住み慣れた私たちの街で…～

4

コラム ひんがら目(130)

「呼吸器診療の危機」

呼吸器科 部長 山根 喜男

5

ようこそ家庭医療へ!

リハビリPOST

イベント開催予定のお知らせ

かしま荘通信

**平成30年度
かしま病院「看護の日イベント」開催のお知らせ**

**ナイチンゲールの誕生日を記念したイベント
「看護の日」を今年も開催します！**

内 容

- ・健康相談・各種計測(血圧、身長、体重、体脂肪率)
- ・乳がん触診体験・栄養相談
- ・介護相談(在宅介護、食事、嚥下障害、排泄など)

開催日 平成30年5月10日(木)

時間 9時30分～12時00分

場所 かしま病院外来受付 授乳室前

看護師、管理栄養士、摂食・嚥下障害看護認定看護師、ソーシャルワーカーなどが対応致します。
どうぞお気軽にご利用ください。

卷頭特集

春の献血に行きませんか

あなたの献血が、多くの人の命を救います。

**全血献血**

400ml 献血

200ml 献血

**成分献血**

血小板成分献血

血漿成分献血

**献**

血液は、栄養や酸素を運搬する他、身体を守る免疫など、人間の生命を維持するために欠くことのできない機能をたくさん担っています。病気や事故などにより、血液の機能が一部でも失われると、生命的の維持に重大な影響を与えます。しかし、血液の機能を完全に代替する人工血液は、供することです。

患者さんのために、健康な方が自分の血液を無償で提供するためには、多くの献血を絶えます。また、血液は、生きた細胞のために長期間保存することができません。最も使用期限が短い血小板製剤は、採血後4日間しか使用出来ません。必要とされる血液量を十分に確保するためには、多くの献血を絶えず必要としています。

まだ作れません。このため、輸血は、現代の医療において欠かすことがない重要な治療法の一つとなっています。

また、血液は、生きた細胞のため、献血には、大きく分けて、血液の全ての成分を献血する全血献血と、血漿や血小板だけを献血する成分献血の2種類あります。

献血には、大きく分けて、血液の全ての成分を献血する全血献血と、血漿や血小板だけを献血する成分献血の2種類あります。

成分献血は、成分採血装置を使って、血漿や血小板などの特定の成分だけを採血して、体内で再生に時間がかかる赤血球を体内に戻します。多くの血漿や血小板を献血出来ます。人間の血液は、ABOなどの血液型が同じでもそれぞれ微妙な違いがあります。これが輸血時の副作用の原因になります。副作用のリスクは、輸血時に複数の献血者の血液を合わせるほど高くなります。400ml献血は、200ml献血に比べて少ない献血機関の需要の95%以上が400ml献血由来の血液製剤です。このため、日本赤十字社では、基準を満たしている方には、できるだけ400mlの全血献血をお願いしています。

福島県の場合、皆さんからの献血は、図のような流れを経て、輸血を必要とする患者さんの元に届けられます。この他に、一部の献血は、血漿中に含まれる特定のタンパク質を抽出、精製して、血漿分画製剤の原料としても使われています。

献血ルーム、献血バス

皆さんのが献血をするところ。
各種問診や簡単な検査をして、
献血をしていただきます。



福島県赤十字血液センター

福島県全体の献血を集めて、東北ブロック血液センターに送る。



東北ブロック血液センター

集めた献血の血液型や各種感染症検査をして、安全性を確認したものを作成して販売する。

東北ブロックの血液製剤の需給管理を行い、必要な量を各県の赤十字血液センターに送る。



医療機関
(患者さん)



献血が患者さんに届くまで

健康な方は、献血による身体への影響は殆どありません。ただし、健康状態の良くない方の場合、献血により健康を損ねることがあります。日本赤十字社では、献血してくださる方の安全に配慮して、年齢、体重、血圧、ヘモグロビン濃度などの他、年間献血回数など献血基準を設けています。

輸血を受ける患者さんの安全を最大限に確保するために、下記に該当する方は、献血していただけない場合があります。基本的には、血液を介した感染症を防止することが目的です。詳細は、日本赤十字社のホームページまたは献血ルームなどで確認いただけます。

- 当日の体調不良、服薬中、発熱等の方
 - 出血を伴う歯科治療（歯石除去を含む）をした方
 - 一定期間内に予防接種を受けた方
 - 6か月以内にピアスの穴をあけた方
 - 6か月以内にいれすみを入れた方
 - 外傷のある方
 - 動物または人に咬まれた方
 - 特定の病気に罹ったことのある方
 - 海外旅行及び海外で生活したことがある方
 - 輸血歴・臓器移植歴のある方
 - エイズ、肝炎などのウイルス保有者、またはそれと疑われる方
 - クロイツフェルト・ヤコブ病（CJD）の方、またはそれと疑われる方
 - 妊娠中、授乳中等の方



日本赤十字社のホームページ
<http://www.jrc.or.jp/>

福島県には、常設の献血ルームが4箇所あります。この他に、県内各所を献血バスが回っています。いわき市内でも、4月には9箇所に献血バスが来ることになりますので、見かけたらお気軽に覗いてみてください。

血液の約55%は血漿で、残りの45%が血球で構成されています。血漿は、栄養の運搬、二酸化炭素や老廃物の排出、血圧の保持などの役割を担っています。血球には、酸素を運ぶ役割を担う赤血球、免疫の役割を担う白血球、止血作用を担う血小板があります。

人間の血液の量は、体重の約8%で、医学的には、血液の12%を献血しても問題が無いとされます。つまり、体重の0.9%の献血をしても医学的には問題があります。400ml全血献血の最低基準としている体重50kgの人の場合、医学的には450mlの献血が可能ですが、献血される方の安全と健康を十分に配慮して基準が決められています。

献血して失われた血液の「量」は、水分摂取することで、短時間で回復します。血液の「成分」が回復する速さは、その成分によつて異なります。多少の個人差はあります
ですが、血漿成分は約2日、血小板成分が約4～5日、赤血球は約2～3週間で回復します。

多くの皆さんに献血の重要性を理解して頂き、ご協力頂けると幸いです。

かしま病院は、日本赤十字社の献血サポートとして活動、協力しています。



献血サポーターのロゴです

献血できる人できない人

どこで献血できるの

血液の基礎知識

お宅訪問隊

～住み慣れた私たちの街で…～

4 月から2カ月に1回のペースで、お宅訪問隊と題して、かしま病院の「お宅サービス」を紹介します。

かしま病院は、医師の診察・入院での治療・入院中のリハビリ・健康診断・人間ドック・透析治療を行う、患者さんに近い地域のための病院です。そのほかに、患者さんの生活の場へ訪問し、退院後の支援や自宅療養の支援、リハビリ、日常生活の支援などを行う、通称かしま「お宅サービス」があります。

▶ 6つのかしま「お宅サービス」

訪問サービス	<p>お宅や入居している施設へ訪問し、必要な医療や介護サービスを行う</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 在宅訪問診療 ● 訪問看護ステーション ● 訪問リハビリ ● 訪問介護
通所サービス	<p>お宅から定期的に病院に通い、必要なリハビリサービスを行う</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 通所リハビリ
ケアマネジャー	<p>介護を必要とする方に、医療介護などのサービス調整を行う</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 居宅介護支援

この「お宅サービス」は、自分や家族が、医療や介護が必要になった際に関わるサービスです。日本は、少子高齢化が進み、働く世代が減少しています。今後、国の制度が変わると共に、「お宅サービス」の必要性は年々増して来ることが予想されます。

私たちは「お宅サービス」の広報を通して、医師・看護師・リハビリ専門職・介護士・ケアマネジャーなどから受けられる支援を分かり易く伝えていきたいと思っています。

まずは、かしま病院が提供している「お宅サービス」を、少しでも知つてもらえると嬉しいです。

次回から、下記スケジュールで掲載を予定しています。ぜひ読んでみてください。気になることや質問・相談などがありましたら、お気軽にお問い合わせください。どんなことでも構いませんので、お待ちしています。

かしま病院 事務部 大平佳央

掲載予定

- 6月：居宅介護支援
 - 8月：訪問看護
 - 10月：訪問介護
 - 12月：訪問診療
 - 2月：通所リハビリ



呼吸器診療の危機
肺がんに関する、2つの市民公開講座

浜通りの医療の中核、いわき市立総合磐城共立病院は、今年の12月25日に生まれ変わって、「いわき市医療センター」になるそうです。今までではベールに包まれていた新病棟の外観が、道路から眺められるようになりました。

地域がん拠点病院として、がん診療に関する市民公開講座を定期的に開催されています。第8回目の講座が「肺がんの危険因子、COPDって知っていますか?」というテーマで3月18日に行催されました。昨年の12月に県立医科大学の呼吸器内科学講座の主任教授に就任されました柴田陽光先生が日曜日の午後に保健福祉センターで1時間半にわたり講演されました。いわき市で呼吸器科診療の末席を汚している者として新任教授のお話を伺いに参上しました。

講演内容は、柴田教授の専門分野であるCOPD(慢性閉塞性肺疾患)についてでした。前任の山形大学で高畠町民30000人を長期間間に亘って追跡し、1日20本以上の喫煙者を30年以上続けている重喫煙者の方の半数はCOPDを発症することを確認されました。COPDは知らず知らずのうちに罹患していることがあるので、質問要でチェックしてCOPDが疑われる人は呼吸機能検査を受けること。禁煙をし、ワクチンを積極的に受けること、などが大切のことでした。

専門分野であるCOPD（慢性閉塞性肺疾患）についてでした。前任の山形大学で高畠町民3000人を長期間に亘って追跡し、1日20本以上の喫煙者を30年以上続けていた重喫煙者の方の半数はCOPDを発症することを確認されました。COPDは知らず知らずのうちに罹患していることがあるので、質問票でチェックしてCOPDが疑われる人は呼吸機能検査を受けること。禁煙をし、軽症の段階から運動をし、吸入療法を行い、ワクチンを積極的に受けること、などが大切とのことでした。

座が開催されます。自覚しく進歩している肺がん診療の現状、肺がん検診の現状と勧め、いわき市が抱える呼吸器診療の危機について考えてみたいと思います。

A portrait of Dr. Hidetoshi Kojima, a middle-aged man with glasses and a white lab coat, framed by a white border. The title "ひんがら目(130)" is written in large orange letters above his head.

講演後の質疑応答の中で、いわき市の呼吸器科医不足に关心が集まりました。今回の講演会を企画された関係者の狙いも、それを解決させるために大学からの支援を仰ぐことになりました。共立病院では、1年前から常勤の呼吸器科医が欠員となり、結核菌排菌患者さんはいわき市外の施設への入院を余儀なくされています。高齢者はいくつかの病気を抱えていることが多く、高度先進医療を担うべき公立病院では一診療科の欠陥は全科に影響を及ぼします。新病院に衣替えするときには欠損科の無いことが最低限の願いです。今回の講演は直接には肺がんの話ではありませんでしたが、主催者によりますと、例年のがんの市民公開講座よりは参加者が多く、市民の关心の高さを感じたそうです。

ようこそ 家庭医療へ!

～いわきに生きる家庭医療への挑戦～



福島県立医科大学 医学部 地域・家庭医療学講座では、福島県内の医療機関と協力して、すでに地域で医療を実践されている先生方を対象にセミナー形式の家庭医療生涯教育プログラムを開講しています。かしま病院も協力医療機関の一つとして、2007年度から家庭医療セミナー in いわき「実践家庭医療」を、コミュニケーションホールを主な会場として月1回程度継続開催しています。開講初期の実践家庭医療は、家庭医を特徴づける能力（患者中心の医療、家族志向ケア、地域包括プライマリ・ケア、健康問題の心理・社会的アプローチ、共感できる人間関係の維持・強化）に関する基礎知識と基本スキルを身に着けるための講義が主でしたが、最近では、一方向性の講義だけではなく、発表者が実際に経験した患者さんのケアの実例を通して、より良いケアを提供するための、より実践的な方法の紹介や双方向性の議論が展開されています。

2018年3月の家庭医塾の演題は、当塾に10年間通い続けてくださっている生え抜きの塾生である小坂博美先生（おざかクリニック）による特別講演「家庭医塾10年生の想い」でした。外科医としてがん告知や終末期ケアなどの臨床現場での苦悩を経て、開業された後もプライマリ・ケアの現場での暗中模索の日々…。そんな中、出逢った家庭医療の実践を試みる過程でのご自身の診療の質の変化・行動変容について、客観的に分析された結果を提示してくださいま

第98回 家庭医塾10年生の想い

診療部 石井 敦



した。家庭医塾入塾直後の戸惑い→視野の拡大→系統化による実践→ケアの分析と普遍化作業の重要性の理解→ひとりの開業医から“かかりつけ医”へのステップアップ…。患者中心の医療の方法を深く学び実践されてきた10年間の軌跡と熟成された想いを熱く語っていただきました。家庭医塾の準備段階から関わらせていただいている身としては、家庭医塾の成果を塾生側からお示しいただけたことが何より嬉しいひと時となりました。

過去の実践家庭医塾受講者のうち開業医師22名を対象としたアンケートでは、家庭医塾で取り上げて欲しい内容（複数回答可）として、日常診療のノウハウ 77.3%、スキルアップを図れるもの 63.6%、これから家庭医療について 59.1%、患者中心の医療について 50.0%、すぐに使える診断ツール 45.5%、良くある症例・見落としがちな症例などの診断及び読影法 31.8%、家族志向ケアについて 31.8%、効率的なケアについて 27.3%、コミュニケーション技法 27.3%、最新の医療情報 27.3%、不得意な診療科目的各論 27.3%、持ち寄りによる症例検討 18.2%、臨床教育について 18.2% など、家庭医療実践のために重要なスキルの修得へのニーズの高さがうかがわれました。セミナーの継続的開催が、地域住民と地域で働く医師との強固な信頼関係の構築につながり、いわき地域の医療の質の向上に寄与することを目指して活動を続けてまいりたいと思います。

かしま病院では、2008年度から家庭医を志す研修医や地域医療実習を行う医学生を受け入れています。このコラムを担当する医師の石井敦は日本プライマリ・ケア連合学会認定指導医として、研修医・医学生の指導を行っています。

リハビリ POST 第85回

リハビリテーションとは

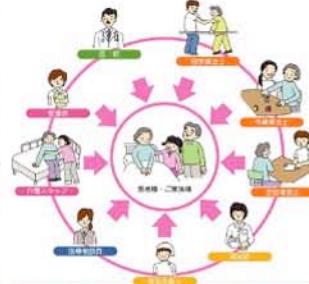
という2つの言葉から成り立っており、直訳すると「再び適した状態に戻す」という意味になります。つまり、身体的な機能を回復する訓練ばかり行うのではなく、その方が歩んできた人生を理解し、「人間らしく生きる」「自分らしく生きる」ための訓練を提供するということが本来の目的であるということになります。そのため、着替えやトイレ、食事など日常生活を送る上で行っているすべての活動がリハビリテーションの対象となっています。リハビリテーションを提供するのは医療機関だけではなく、退院し

今 月号ではリハビリテーションとは何かということについて総論的な観点から説明していきたいと思います。

「リハビリテーション（Rehabilitation）」とはラテン語で re(再び、戻す) と habilis (適した、ふさわしい)

た後の生活を支えるために通所リハビリ、訪問リハビリなど病院外の福祉施設などにおいても提供され、自立支援を後押ししています。また、リハビリテーションの職種には理学療法士、作業療法士、言語聴覚士の3つの職種があり、お互いに連携を取りながら元の生活を取り戻すということを目標にリハビリテーションを行っています。生活上の活動すべてがリハビリテーションの対象となると述べたように、患者様の入院生活においてはリハビリテーション職種だけがリハビリに関わるのではなく医師や看護師、薬剤師、栄養士、医療ソーシャルワーカーなど様々な職種が関わって、リハビリの効果があがるようにチームで支えています。その中で次号ではリハビリテーション職種についてより詳しく説明していきたいと思います。

作業療法士 遠藤 蒼



かしま荘通信

誕生日会

3/14(水)



3月は、2名の利用者様が誕生日を迎えられ、施設長よりお祝いの言葉と花束が贈られました。

今回は、如水会様に慰問いただき、相馬、いわき、会津など県内の民謡を聴かせていただきました。三味線や尺八、篠笛などの伴奏と門馬妙子先生はじめ会員の方々の歌声に会場の皆様も聴き入っていました。

イベント開催予定のお知らせ

糖尿病教室

時間 10:00~10:30

会場 かしま病院外来棟会議室

・4月休み
・5月2日(水)
・6月6日(水)

家庭医療セミナー ～実践家庭医療～

時間 19:00~20:00

会場 かしま病院コミュニティホール

・4月19日(木)
・5月17日(木)

ゆる体操教室

時間 1回目 13:30 ~ 14:30

2回目 15:00 ~ 16:00

会場 かしま病院コミュニティホール

・4月21日(土)
・5月12日(土)

乳がん患者のつどい アイリスの会

時間 14:00~15:30

会場 かしま病院コミュニティホール

・4月18日(水)
・5月16日(水)
・6月20日(水)

認定看護師による 勉強会

時間 14:00~15:30

会場 かしま病院コミュニティホール

・5月16日(水)

興味のある方は、お問い合わせください。