

かしま

ほっと HOT ほっと hot 通信

ホームページ <http://www.kashima.jp>

かしま病院

検索

スマートフォンをご利用の方は、



QRコードを読み取り、アクセスしてください。

PCサイトと同じ内容がご覧頂けます。

9月号

Vol.308

平成30年(2018年)9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目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-izawa@kashima.jp

1 卷頭特集

「首都圏で風疹患者急増中！」

妊娠出産年齢の女性や妊婦周囲の人は、積極的なワクチン接種が望まれます。

糖尿病のおはなし

『糖尿病合併症のお話』

かしま糖尿病サポートチーム

コラム ひんがら目(135)

『福祉のばら撒き』

呼吸器科 部長 山根 喜男

ようこそ家庭医療へ！

リハビUPOST

イベント開催予定のお知らせ

かしま荘通信

2 平成30年度 リハビリファミリー教室

開催のお知らせ

今年もファミリー教室を開催することとなりました。ファミリー教室とはリハビリテーションの知識や技術を講義と実技をふまえながら皆さんと一緒に楽しく学んでいく場です。興味をもっていただけましたらぜひお参加ください。

『楽しく始める運動習慣～退院後を元気に過ごす秘訣』

日時 2018年9月30日(日) 9:00～11:30
(8:30 受付開始)

会場 かしま病院内 理学療法室

対象 当院にてリハビリを行っている患者様とご家族様
※上記対象外の方はリハビリテーション科までご相談ください。

参加費 無料 (予約が必要です。参加希望の方は指定の申し込み用紙に必要事項を記入し、リハビリテーション科または通所リハビリテーションのいずれかの窓口へお申し込み下さい。)



スケジュール

9:00～「リハビリテーションにおける豆知識」 講師:安斎 勝行(かしま病院副院長)

9:30～「楽しみながら認知症予防！～コグニサイズって知っていますか？～」 講師:高橋 文佳(作業療法士)

10:20～「無理なく始める！イキイキ運動習慣！」 講師:遠藤 宏貴(理学療法士) 11:00～質疑・応答

3 卷頭特集

首都圏で風疹患者急増中！

妊娠出産年齢の女性や妊婦周囲の人は、積極的なワクチン接種が望まれます。

20代後半から30代の男女は、接種率があまり高くなく、1回接種だけの人たちもあり、十分な免疫を持っていません。近年後半以上の男性は、4～5人に1人が十分な抗体を持つといっています。また、50代以上の女性は、5人に1人が十分な抗体を持つといっています。さらに1人が十分な抗体を持つといつても、十分な免疫を持っています。更に、成29年の調査結果によると、30代後半以上の男性は、4～5人に1人が終生免疫を持つとされています。しかし、一度感染して治癒すると、多くの人は終生免疫を持つとされています。

予防接種法に基づいて行われた平成7年からは男子も対象に加わりました。平成18年からはMR(麻疹・風疹)混合ワクチンが定期接種にかかり、接種率が大きく上がりました。そうして、風疹に対して免疫を持つ人が増えた結果、集団免疫の効果になりました。しかし、風疹は、ちなんに風疹は、一度感染して治癒すると、多くの人は終生免疫を持つとされています。

その後、予防接種法が改正され、成7年からは男子も対象に加わりました。平成18年からはMR(麻疹・風疹)混合ワクチンが定期接種にかかり、接種率が大きく上がりました。防接種は、昭和52年から、中学生の女子だけを対象として始まりました。成7年からは男子も対象に加わりました。風疹は、風疹ウイルスの感染によって引き起こされる、急性の発疹性感染症です。

風疹とは

行を危惧した国立感染症研究所感染症疫学センターは、8月21日に緊急情報を発表しました。



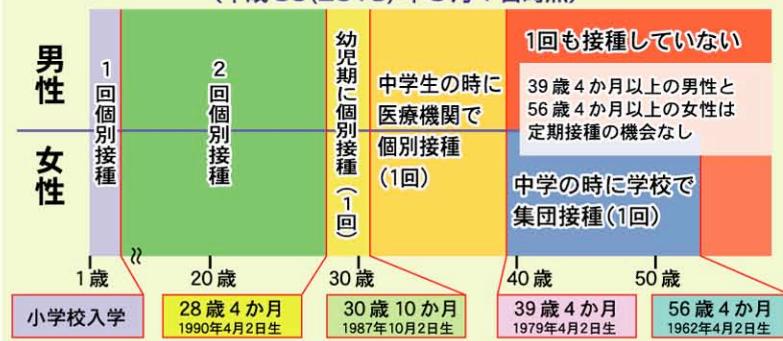
この夏、首都圏を中心に風疹の感染者が増えています。風疹の大規模な流行している風疹は、海外で感染した人が感染に気づかず日本国内に持ち込み、このような免疫を持たない人たちに広がったと考えられています。

風疹は、感染症法における5類感染症であり、診断した医師は直ちに最寄りの保健所に届け出なければならぬとされています。



4 風疹含有ワクチンの定期予防接種制度と年齢の関係

(平成30(2018)年8月1日時点)



▼風疹の感染経路

風疹の主な感染経路は、飛沫感染です。感染者の咳やくしゃみなどの飛沫に含まれる風疹ウイルスを吸い込むことで感染します。また、飛沫が付着したものに触れた手で口や鼻に触れることで接触感染する場合もあります。

風疹の感染力は、麻疹や水痘よりも弱いですが、インフルエンザより強いとされています。患者が他の人に感染させる感染力を持つのは、発疹の出る前の1週間から発疹が出た後の1週間位までとされています。学校保健安全法では、風疹は第2種の学校感染症に定められており、発疹が消失するまで出席停止とされています。風疹に感染したら、他の人に感染させないために医師の指示に従って、不要不急の外出は控えてください。

▼風疹の症状

風疹は第2種の学校感染症に定められており、発疹が消失するまで出席停止とされています。風疹に感染したら、他の人に感染させないために医師の指示に従って、不要不急の外出は控えてください。

▼風疹の治療

風疹に特別な治療法はありません。風疹は重症化することは稀で、基本的に自然治癒します。そのため、一般的には患者さんの症状に応じ

言われています。風疹が流行している時には、症状はないけれど人間に感染させることが出来る風疹感染者が、多数存在すると考える必要があります。

風疹は、重症化することは稀ですが、二千人から五千人に一人くらいの割合で関節炎や血小板減少性紫斑病・急性脳炎などの合併症を起こすことがあります。軽視は出来ません。また、成人が発症すると、発熱や発疹の期間が長く、手指のこわばりや痛みなど関節炎症状を伴うなど、子供に比べて症状が重いことが多いとされています。

▼風疹の診断

風疹と似た症状を示す発熱発疹性疾患には、溶血性連鎖球菌による発疹・伝染性紅斑・修飾麻疹・エンテロウイルス感染症・伝染性単核球症など、数多くあります。また、薬によっても発疹（薬疹）が出ることがあるため、これらとの違いを見極めなければなりません。診察のみで風疹と診断することは、とても困難です。風疹と確定診断するためには、PCR法などの遺伝子検査を用いる必要があります。

風疹の免疫を十分に持たない母体が風疹ウイルスに感染すると、胎児も風疹ウイルスに感染してしまいます。妊娠20週頃までに風疹ウイルスに感染した胎児は、先天性風疹症候群を発症する可能性が高いとされています。国立感染症研究所によると、先天性風疹症候群の発生頻度は、妊娠1ヶ月で50%以上、2ヶ月で35%、3ヶ月で18%、4ヶ月で8%程度となっています。

先天性風疹症候群の特徴的な疾患は、先天性心疾患（心臓）、難聴（耳）、白内障（目）の3つです。このうち、先天性心疾患と白内障は、妊娠3ヶ月以内の感染で発生するといっています。先天性風疹症候群には、この他に網膜症、肝脾腫、血小板

で対症療法が行われます。発熱や関節炎に対しては解熱鎮痛剤が用いられます。治療をしなくても自然に治癒します。

▼先天性風疹症候群を防ごう！

妊娠初期の母体が風疹に感染すると、先天性風疹症候群（CRS）という、風疹ウイルスを原因とする重篤な疾患を持つ赤ちゃんが生まれることがあります。国を挙げて風疹予防を推進する最大の目的は、先天性風疹症候群を生じさせないことです。

▼風疹の予防

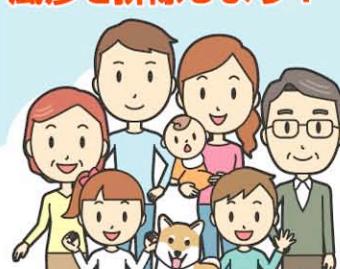
風疹を予防する唯一の方法、それは予防接種です。現在の定期接種では、1歳から7歳までに2回予防接種されています。1回の予防接種によって、95%以上の人人が免疫を得ることができます。免疫の獲得率を上げるために、2回の予防接種が推奨されます。

風疹の予防接種は、弱毒化した種ウイルスを注射して行います。毒性を弱めてあるため、通常の風疹に感染した場合と違って、強い症状が出ることはありません。風疹の予防接種による副反応は、発熱が最も多く7～8人に1人、次いで発疹や尋麻疹が数%ずつとなっています。先天性風疹症候群には、この他に網膜症、肝脾腫、血小板

減少、糖尿病、発育遅滞、精神発達遅滞、小眼球など多様な症状があります。嘗ては、風疹が大流行する度に、たくさん出生していました。平成24～25年の大流行では、少なくとも45人の先天性風疹症候群の赤ちゃんが確認されています。また、先天性風疹症候群の子供が生まれることを嫌ってか、風疹が流行した年は人工妊娠中絶が多くなると言えます。統計結果もあります。

嘗ては、風疹が大流行する度に、先天性風疹症候群の赤ちゃんがたくさん出生していました。平成24～25年の大流行では、少なくとも45人の先天性風疹症候群（CRS）といふ、風疹ウイルスを原因とする重篤な疾患を持つ赤ちゃんが生まれることがあります。国を挙げて風疹予防を推進する最大の目的は、先天性風疹症候群を生じさせないことです。

みんなで予防接種して風疹を排除しよう！



厚生労働省は、「平成32年度までに風疹の排除を達成すること」を目標として、様々な啓蒙活動を行っています。出来るだけたくさん的人が、風疹の予防接種をして免疫力を持つことで、産まれてくる子供たちを先天性風疹症候群から守ることができます。

風疹は、予防接種で防ぐことが出来る感染症（VPD）です。みんなで予防接種をして風疹を日本から排除しましょう。

ただし、脳炎・脳症と予防接種との因果関係は、必ずしも明確ではありません。風疹の予防接種の最も重要な目標は、先天性風疹症候群を防ぐことです。地域のほぼ全ての人人が予防接種をして免疫を獲得すると、地域全体で集団免疫を持つことが出来ます。集団免疫によって風疹ウイルスを封じ込め地域に寄せ付けないようになります。予防接種が出来ない妊婦などの弱者を守り、産まれてくる子どもたちを先天性風疹症候群から守ることが出来るのです。

○糖尿病のおはなし

かしま糖尿病サポートチーム

糖尿病合併症のお話 ~慢性合併症編~ 「なぜ糖尿病は怖いの?」

糖尿病は血糖値が高くなる(高血糖)病気です。でも、高血糖だからといって特別な自覚症状が現れることはほとんどありません。しかし血糖が高い状態が長期間続くと自覚症状がないまま全身に様々な病気＜合併症＞が起きてきます。自覚症状がないまま進むのが糖尿病の怖いところです。

糖尿病の合併症には大きく分けると、細い血管が障害されて起こる「細小血管障害」と太い血管が障害されて起こる「大血管障害」があります。

■ 細小血管障害

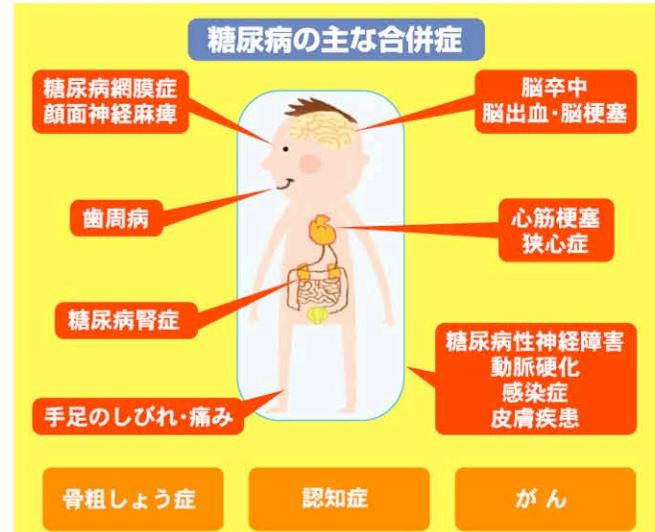
- 糖尿病神経障害 (し)
- 糖尿病網膜症 (め)
- 糖尿病腎症 (じ)

糖尿病の人に特徴的な症状で三大合併症といわれています。頭文字をとって、**し・め・じ**と覚えましょう。

■ 大血管障害

- 心筋梗塞
- 脳卒中（脳梗塞・脳出血など）

手当が遅れると死にもつながる危険な合併症です。



* 感染症にかかりやすくなり、高血圧や脂質異常症を合併しているひとも多いことがわかっています。癌や認知症へのリスクも注目されています。禁煙も大切です。

* 合併症をおこさないように血糖コントロールに気をつけて治療を続けることが大切です。『継続は力なり』です。

かしま糖尿病サポートチーム 糖尿病療養指導士 看護師 高木 麻紀

福祉のばら撒き

身体障害のうち、呼吸機能障害は、1級、2級はありません。3級、4級の3等級があります。なぜか呼吸引導が決まりますので、等級の決め方は非常に重要です。

呼吸機能障害1級は、自分の身辺の日常生活活動が著しく制限されるもの、とされています。だいたいの感じはわかりますが、区別はされるもの。4級は、社会での日常生活活動が著しく制限されるものです。呼吸機能障害1級は、安静時の動脈血の酸素分压です。70 Torr未満の人は4級相当、60未満の人は3級相当、50未満の人は1級相当です。ただし、風邪をひいたら、肺炎になつたり、手術を受けた直後などでは通常よりは悪化しますので、体調が回復して、安定状態になつてからの測定値で判断します。

一つは、安静時の動脈血の酸素分压です。70 Torr未満の人は4級相当、60未満の人は3級相当、50未満の人は1級相当です。ただし、風邪をひいたら、肺炎になつたり、手術を受けた直後などでは通常よりは悪化しますので、体調が回復して、安定状態になつてからの測定値で判断します。

基準の二つ目は、身長と年齢から推定される肺活量の何%を1秒間に呼きだせるかという指数です。これを呼吸指数と呼びます。40%以下の人には4級、30%以下は3級、20%以下は1級と見なされます。この2つの基準が合致すればよいのですが、合致しないことも珍しくありません。Aさんは、動脈血では4級相当、呼吸指数では1級相当でした。呼吸指数を調べる検査では、わざと手抜きをして呼けば

3級相当になります。呼吸指数よりは動脈血のほうが客観性が高くなります。Aさんのようなケースでは、以前は4級までしか認められませんでした。しかし、先日は、Aさんは1級ではないか、と認定を決定する市役所から照会がありました。

3級、4級の3等級があります。なぜか呼吸引導が決まりますので、等級の決め方は非常に重要です。

呼吸機能障害1級は、安静時の動脈血の酸素分压です。70 Torr未満の人は4級相当、60未満の人は3級相当、50未満の人は1級相当です。ただし、風邪をひいたら、肺炎になつたり、手術を受けた直後などでは通常よりは悪化しますので、体調が回復して、安定状態になつてからの測定値で判断します。

一つは、安静時の動脈血の酸素分压です。70 Torr未満の人は4級相当、60未満の人は3級相当、50未満の人は1級相当です。ただし、風邪をひいたら、肺炎になつたり、手術を受けた直後などでは通常よりは悪化しますので、体調が回復して、安定状態になつてからの測定値で判断します。

基準の二つ目は、身長と年齢から推定される肺活量の何%を1秒間に呼きだせるかという指数です。これを呼吸指数と呼びます。40%以下の人には4級、30%以下は3級、20%以下は1級と見なされます。この2つの基準が合致すればよいのですが、合致しないことも珍しくありません。Aさんは、動脈血では4級相当、呼吸指数では1級相当でした。呼吸指数を調べる検査では、わざと手抜きをして呼けば



以前は片肺を全摘出して呼吸機能が低下しても、半年経て機能の回復が終了した後でないと認定されませんでしたが、近年は手術直度から認められるようになります。COPDや間質性肺炎が急性増悪し入院したときに呼吸機能障害認定を申請しようとしました。これでは、入院患者さんの多くが呼吸障害1級になります。福祉のばら撒きになります。身体障害とは、日常生活を送る際に生ずるハンドicapであって、一時的に悪化したときの異常ではありません。福祉は、分取りではなく、節度を持って享受しましょう。

(呼吸器科 部長 山根 嘉男)

ようこそ 家庭医療へ!

～いわきに生きる家庭医療への挑戦～

「あなたはどこで最期を迎えるですか？」

内閣府の世論調査では、年齢を問わず「治る見込みがない病気になった場合、どこで最期を迎えるですか」という問いに、半数以上が「自宅」と答えています。多くの人が最期まで住み慣れた自宅で過ごしたいと考えているのです。しかし、独居高齢者や老々介護世帯が増加するにつれて、介護力不足の問題から、実際は介護施設での療養生活を選択するケースも増えています。内閣府の年次死亡推移によると、2040年には年間167万人が亡くなると推定されています。現状のままでは看取り期に対応できる人材・場所が不足することは明らかです。超高齢社会となり、すでに多死社会に突入している現在、施設は訪問診療のフィールドとして、時に看取りの場として大変重要な位置を占めていますし、施設への訪問診療のニーズは今後ますます高まっていくでしょう。

かしま病院では、こういった地域における社会的ニーズを認識し、施設への訪問診療を積極的に行ってています。この仕事への強い使命感を共有する関係スタッフの間では、やりがいの輪が日ごとに拡がっています。そして、その理由は2つあります。

1つは、医師らが多忙な中でも疲弊せずに効率よく診療できるよう配慮しているということです。施設では多くの高齢者が集団生活しているため、居宅に比べて時間あたりより多くの高齢者を診察することができます。利用者が多い分、複数の医師や

第103回 超高齢社会における施設への 訪問診療の役割と使命

診療部 石井 敦



看護師らが協力してグループ診療制を敷き、和気あいあいとした雰囲気の楽しいミーティングを定期開催するなどして、あらかじめ互いに情報共有しているため、休日や夜間は交代で休みを確保しつつ担当医としての責任を全うすることができます。



もう1つは、多職種連携の効果が確認しやすいということです。一軒ごとに違うメンバーで在宅療養支援をおこなう居宅とは異なり、施設では、看護師・介護士をはじめとする多職種のメンバーが施設ごとに固定されています。その施設スタッフからの報告・連絡・相談に対して責任をもって適切に対応し、医学的なアドバイスやスタッフ教育を地道に繰り返すうちに互いの想いが徐々に理解し合えるようになります。ひとたび強固な信頼関係を築くことができれば、適切な役割分担に基づく協働体制を確立し、質の高いケアが提供できます。また、入院率や日数の減少・不要不急の救急搬送の減少・減薬・施設看取り率の向上など、まとめたデータも確認しやすく、関係スタッフの次のモチベーションにつながっていきます。

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。



就労支援について

齢である ②身体的に上下肢や体幹筋の麻痺があり移動動作や物を持つ動作などがうまく出来ない ③高次脳機能障害を合併し作業効率や判断能力が落ちてしまう等が挙げられます。このような状況においてリハビリとしては患者様が希望とする仕事内容を把握し、就労するのに必要な能力の獲得を目指します。その上で、患者様の現状能力と今後の見通しを検討しつつ、以前の仕事への復帰はどうか、仕事内容を変更した方が良いのか、あるいは新たな職種を探す方が良いのかを念頭に入れながら

今月号では就労支援について紹介します。年齢の若い方や退院後に働くかなくてはならないという場合、就労を目的としてリハビリを行っていきます。脳血管障害患者において就労を困難にしている理由は ①発症が中・高年

リハビリを進めていきます。

元の仕事に戻る場合には仕事先においてはどの程度、患者様の障害を理解してくれているのか、また仕事内容などで患者様に合わせた協力体制が取れるのか等を確認します。その上で患者様が仕事をする際の注意点等をリハビリ的側面から支援します。また、新たに就職する場合は、地域のハローワークに相談し職業紹介をしてもらうのが一般的でハローワークでは就職・復職に対して関係機関と連携を取る等して支援してもらいます。

今回紹介したのは一部分の情報です。就職・復職の希望があれば早期にリハビリに相談して頂ければと思います。また、仕事をするに当たり、自動車運転が必要になる場合もありますので次回は自動車運転再開について説明していきます。



作業療法士 遠藤 蒼

かしま荘通信

誕生会

8/21(火)



8月は14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、鹿島町久保の金光寺ご住職様の法話を頂きました。紙芝居「四つの門」では、お釈迦様が修行に出るまでのお話を。その後、「お盆」は何故「お盆」というのか、その由来をお話下さいました。

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
・9月 5日(水)
・11月 7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
・9月 20日(木)
・11月 1日(木)
・11月 29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
・9月 8日(土)
・10月 6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
・9月 19日(水)
・10月 17日(水)
・11月 21日(水)

認定看護師による 勉強会

時間 18:00~19:00
会場 かしま病院コミュニティホール
・9月 19日(水)
・11月 21日(水)

興味のある方は、お問い合わせください。