

秋

第69号

つゆくさ

TSUYUKUSA



『和痛分娩』について

産婦人科部長 黒田 敬史

2024年1月をもって、これまで多くの小樽、後志のお産のニーズに叶えてこられた「おたるレディースクリニック」が分娩業務を終了されます。今後はそのニーズに当院が応え、小樽、後志の妊婦さんが引き続きこの小樽でお産ができるよう、多方面で準備を進めております。

現在全国的に無痛分娩（硬膜外麻酔下経膈分娩）が幅広く導入されており、2022年の調べでは全分娩取扱施設における無痛分娩実施施設の割合は26.0%に上ります。全分娩件数に占める無痛分娩の割合は2017年の6.1%から、2022年には8.6%と増加傾向にあります。

無痛分娩の魅力は何と言っても、人生最大の痛みと言われる陣痛を、硬膜外麻酔で和らげながら（当院では「和痛」との表現を使用しています）お産に向き合えることです。分娩中のバイタル管理を入念に行うため、ハイリスク妊婦の分娩では自然分娩よりも安心を得られたり、分娩で体力を消耗しないので産後の体が楽なのも利点としてあげられます。

当院では令和5年度から、経産婦さんに限定して和痛分娩を開始し、9月までに3例の分娩に実施しました。実施後のアンケートでは皆さんから満足度の高い回答をいただきました。

ご希望いただいた妊婦さんへは、妊娠20週台に麻酔科医から、そして妊娠30週台に産科医から和痛分娩の詳細について説明させていただいております。ご興味のある方は、産婦人科外来へお問い合わせください。



撮影協力：坂野旬さん
患者さま、ご家族さまからご許可をいただき掲載いたしております。

「骨粗鬆症の治療～当院の FLS チーム立ち上げの現状」

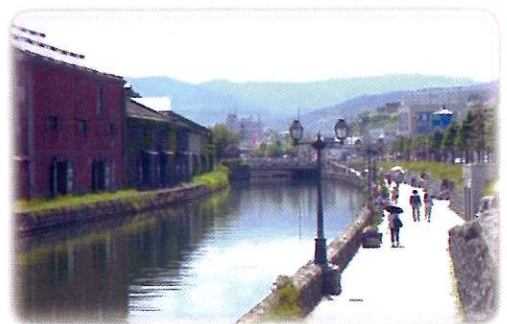
整形外科 後藤 龍治

人生 100 年時代という超高齢化社会を迎えて、今年度(敬老の日現在)、小樽市内には 100 才以上の方は 110 人以上いるといわれ、小樽市は特に、道内 10 万人以上の人口を有する都市の中では高齢化率が 40%以上と群を抜いて高く、良く言われる健康寿命と平均寿命の差が著しく大きいのが特徴です。寝たきりの原因となる疾患群は、以前は高率で脳血管障害、心疾患、認知症でしたが、この 10 年間の分布をみると運動器疾患、骨粗鬆症による二次性骨折を占める割合が増加しています。高齢になると骨密度の低下、筋量の低下、続発するロコモティブシンドローム、フレイルに陥る例が非常に増えて来ます。小樽市内においては小樽市立病院が本システムを昨年 5 月から立ち上げ、治療成績の経過観察率、骨粗鬆症薬の継続率が飛躍的に向上したと報告をされています。当院でも小樽市立病院 FLS チームチーフの佃医師、畑看護師様を中心に FLS 導入の丁寧な指導を頂き、今年の 5 月からスタッフの選定からスタートし、多職種連携を目指し、各部署から現在 15 名近くの人数が集い、FLS チームの活動がこの 9 月から開始されました。最初は、入院～手術～リハビリの流れのなかで今までは主に主治医、病棟看護師で集約していた事が、FLS チームメンバーの皆さんの熱意で治療成績、経過観察率の向上をチェックすることで二次性骨折の予防につながると考えています。高齢化社会を迎えるにあたり、特に大腿骨近位部骨折、脊椎椎体骨折に対する近年の骨粗鬆症治療薬の進歩(特に注射製剤)、脊椎分野での脊椎再建術の飛躍的進歩が治療成績向上に有用と思われ、遠隔地、あるいは施設入所の方はかかりつけ医、嘱託医との強い連携も重要となります。

総じて二次性骨折を起こされる患者様は、高齢なりの筋力低下による易骨折性、種々の循環器、呼吸器、脳血管障害、糖尿病、尿路感染等の合併率が高いです。認知機能低下、嚥下機能低下、歩容の問題等の解決を入院後早期に確立できる方法を取る必要性が望まれます。

小樽市内の最大の問題は独居の高齢者が多く、介護施設も慢性的人手不足の状態、骨粗鬆症治療が十分に浸透していない傾向があることです。

先日、市内 FLS セミナーで市役所関係の方が行政の関与の必要性を進んで述べられていたことは心強い事です。医療機関だけでは手の回らない分野も



多数あります。本州ではとても強い連携が進んでいる街の報告も増えています。そのようなモデル市町村との連携も今後、必要性が増すことでしょう。

当院でも多職種が介在し、他院 FLS チームとの情報共有をすすめ、医療施設間で綿密に相談し合って小樽市民の骨粗鬆症の二次性骨折予防の役割を担っていきたいと考えています。

次回は FLS リーダー薬剤部、中辻薬剤師より今後の FLS の方向性を中心に報告させていただきます。

着任医師紹介

産婦人科医師 堀 清貴

初めまして、10 月より小樽協会病院の産婦人科に赴任しました堀清貴と申します。以前に小樽協会病院で研修を修了した後、札幌医科大学の産婦人科学講座に入局し、これまで北見や室蘭などで産婦人科医として勤務してきました。それぞれの病院にその地域での役割があると思いますが、産科に関して言えば小樽協会病院は「地域周産期母子医療センター」でもあり、後志地方の周産期医療を支える重要な役割を担っていると考えています。またこれまで多くの妊婦さんを支えてこられたおたるレディースクリニックが 2024 年 1 月をもって分娩取り扱いを終了することから、今後当院に求められることが、さらに多くなってくると考えます。そのような中で、今回勤務させていただけることに大きなやりがいと責任を感じており、妊婦さん達が安心してお産を迎えられる一助となるべく精一杯頑張りますのでどうぞよろしくお願いいたします。

また当院では産科だけではなく婦人科に関しても、月経に関する悩みや更年期症状に対してのご相談、がん検診などの外来診療や子宮筋腫などの良性疾患の手術などを行っておりますのでお気軽にご相談いただければと思います。

小樽協会病院は私自身、医師としての第一歩を踏み出した病院でもあり、小樽という街を含めて大変思い入れのある場所でもあります。そのような場所で働けることに喜びを感じつつも、後志地域の医療へ貢献できるよう気を引き締めて精進してまいります。至らない点も多々あるかと思いますがよろしくお願いいたします。また産科・婦人科ともに普段の診療の際から小樽市立病院の産婦人科をはじめ多くの医療施設の方にご協力いただいております、この場をお借りしてお礼申し上げます。今後とも何卒よろしくお願いいたします。

「訪問薬剤指導」・「訪問栄養指導」

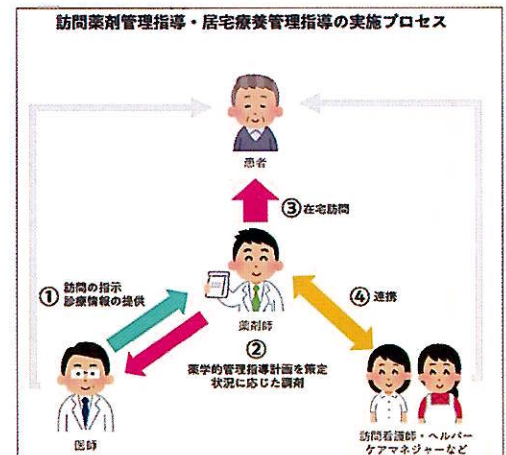
『薬剤師の在宅訪問』

当院では令和4年4月より、「訪問薬剤管理指導（訪問薬剤）」を行っています。

「訪問薬剤」とは、薬剤師が患者様の住居を訪れ、服薬状況を把握し、正しく服用できるよう薬の管理を行うサービスです。薬の効果を最大限に発揮させるために、服薬指導や副作用の有無、他院処方薬との飲み合わせの確認など薬学的管理を行います。

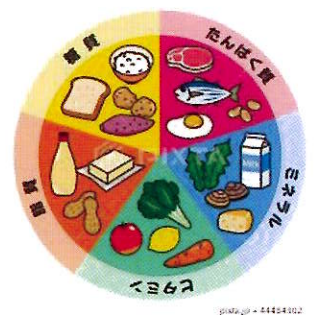
ある日、患者さんのご自宅を訪問した時のことです。薬を見せて頂くと、夕食後に服用する薬だけ余っていました。患者さんご本人にその事を確認すると「次は必ずのみます」と話されるのですが、やはり服用できずに夕食後薬が残ってしまいます。ご家族は遠方に住んでいて見守ることができない状況です。日中は医療介護スタッフが関わり、朝の薬の飲み忘れは防げるのですが、夜間の対応は難しいです。そこで担当の医師に夕食後薬の服用が難しいことを報告し1日1回、朝服用のみで済む薬への変更となり、服用忘れを防ぐことができました。

薬剤師の患者さんのご自宅での薬に関わる事例の一部をご紹介します。在宅訪問での薬剤師は、健康状態を確認する在宅医療スタッフの一員であり、その中で重点的に薬に関わる役割と言えます。自宅療養中、薬でお困りの事はありませんか？あれば担当の先生にご相談ください。薬剤師がご自宅を訪問しスタッフと連携して改善いたします。是非、薬剤師の在宅訪問をご活用ください。



『管理栄養士の訪問栄養指導』

超高齢化社会を迎え、高齢者が“可能な限り住み慣れた地域で、自分らしい暮らしを人生の最期まで続ける”ためには、介護や支援が必要な状態や病気になる前に栄養面からの予防的対応も大切になります。地域の中で栄養面をサポートする仕組みが「在宅患者訪問栄養指導」です。また管理栄養士が在籍していない診療所等での「診療所における外来栄養食事指導」という仕組みもあります。



「在宅患者訪問栄養指導」では、在宅で生活する患者さんが、がんや摂食機能障害、低

栄養状態などの指導条件に該当した場合、担当医師の訪問指示書記載や担当ケアマネジャーのケアプラン作成が必要になりますが、患者さんご本人やそのご家族に対して月2回まで管理栄養士が患者さん宅を訪問して栄養指導を行うことが出来ます。

当院の患者さんでは、糖尿病のある方、高血圧や脂質異常症等の方、その他、低栄養となっている退院患者さんなどが対象となり、またこの制度では他院にかかっている患者さんへの訪問栄養指導も可能となります。

「診療所における外来栄養食事指導」は、管理栄養士が在籍していない医療機関を当院の管理栄養士が訪問して行う栄養指導です。

地域の診療所等においては管理栄養士が在籍していないこともありますが、そこに通っている患者さんにも栄養管理をすることで、多くの方がより長く住み慣れた地域で自分らしい暮らしを続けることができるようになると思われます。

いずれも担当の医師にご相談いただき、必要であると考えられる場合に栄養指導をさせていただきます。もちろん通院された際、病院内での栄養指導も可能です。



栄養ニュース 市販品をとりいれて、らくらく献立！

特に高齢者の栄養不足は、健康状態の悪化だけでなく気力の低下につながる恐れがあるため、少しずつでも多様な食品を食べることが大切です。市販品や冷凍野菜をとりいれて、手間なく作れる献立を提案します。調理に不慣れな方は、チャレンジのきっかけにぜひ！

便利な市販品にどんどん頼ろう

朝はパンだけ、昼は麺だけなど簡単に済ませてばかりでは糖質に偏ってしまいます。主菜が不足すると筋肉量が減ってしまいます。たんぱく質が摂れる冷凍食品や総菜、加工食品をひと工夫して活用しましょう。冷凍野菜は手軽で便利です。また1日1回は乳製品を摂りカルシウムやたんぱく質を補いましょう。

野菜たっぷりミネストローネ

1. 冷凍ブロッコリーは小さめに、ウィンナーは1cmの厚さに切ります
2. 鍋に油を熱し、ブロッコリー、ウィンナー、冷凍ミックスベジタブルを炒め、トマトジュースと適量の水、砂糖少々を加え煮て、味を整えます



ブロッコリーのパン粉焼き

1. 冷凍のブロッコリーはレンジで加熱します
2. ブロッコリーを耐熱容器に入れ、オリーブ油、チーズ、塩コショウ、パン粉をふりかけ、オーブントースターで焼きます

職場紹介

『5病棟』

看護師長 小林 由紀

5病棟は循環器内科の病棟です。当科は虚血性心疾患、心不全、急性心筋梗塞の治療後、不整脈、カテーテル検査や治療前後の患者様が入院されていて、24時間365日、かかりつけの患者様や、一時救急施設からの受け入れも行っています。小樽は高齢化率が40%を超えていることから、当科にも慢性疾患を抱えている高齢の患者様が多く入院されていますが、その中には、多様な生活背景、社会背景をもつ方も多くおられますので私たちは看護職として、専門的なことはもちろん、幅広い知識、倫理観をもって患者様やご家族様へケアを提供しています。



5病棟看護スタッフの目標は、患者様が「心身を回復でき、地域での望む生活へ繋げること」です。入院を契機として、今まで生活されてきた環境を見直し、自宅への退院ができるように、急性期から早期に退院に向けた支援を行っています。私たちは医師のほかに、ソーシャルワーカーや退院調整看護師、摂食・嚥下障害看護認定看護師、理学療法士、言語聴覚士、薬剤師、栄養士など、当院のコメディカルスタッフとともに一丸となって、日々検討を重ね、患者様の食生活やお薬の管理、リハビリテーションなど、健康を維持していけるような生活について提案させていただいています。

5病棟からは天狗山、住吉神社、海などを眺望できます。リハビリを行う際や療養中の気分転換に、ぜひこれらの景色をご覧になっていただきたいと思います。患者様にとって、病院の中での生活は、家に比べたら味気のないものになりがちですが、そのような中でも私たち5病棟スタッフは、人間味を感じて、ホッとできる存在としてそばにいて、安心して過ごせるかわりと環境づくりを心がけ、地域の皆さまのニーズに寄り添い、応えていくことを目指しています。



職場紹介

『栄養管理室』

栄養管理室係長（管理栄養士） 室田 里恵

当院の栄養管理室には管理栄養士が3名と業務委託先の管理栄養士、調理師が在籍しています。当院は小児から高齢者までいろいろな年代の患者様が入院しているため、食事の好み、形態も多様になりますが、スタッフ全員で協力し安心安全な、おいしい食事を提供するように努力しています。最近アレルギーを持つ患者様も多く、病棟からの情報を基に病院管理栄養士と委託先の管理栄養士が協力し、一人一人に対応した献立を立て食事を提供しています。例えば青魚アレルギーであれば、鯖節を使用した麺つゆも除去しなくてはならない可能性もあるため、施設からいらした患者様であれば施設に確認することもあります。

食事は入院中の楽しみの一つです。当院では月に1回の行事食の提供や、食事制限のない患者様には選択メニューから食事を選んでいただくこともできます。

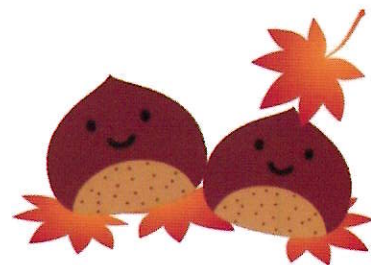
健康的な生活を送るために食事はとても大切なものです。そのため栄養指導では、食事や栄養に不安や疑問を抱えている方や、病気で食事に制限がある方に、生活環境や生活リズムに応じた実行しやすく継続できる食事改善の方法についてアドバイスを行います。最近では管理栄養士が在籍していないの小規模の医療機関を訪問し栄養指導を行っています。



栄養指導の様子



バランスのとれた食事は健康の保持・増進や生活習慣病の発症予防・重症化予防に役立ちますのでちょっとした質問でもお気軽に管理栄養士にご相談ください。



オンライン面会もご利用いただけます。



非公認マスコット

『たるピヨ』

新型コロナウイルス、インフルエンザウイルスの感染拡大を受け、当院では入院患者様との面会に、時間や人数等の制限を設けております。なかなか面会できない場合は「オンラインでの面会」もご利用いただけます。詳しくは病院スタッフにおたずねいただくか、当院ホームページをご覧ください。

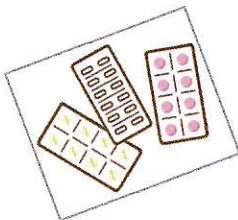


ホームページ URL：

https://www.otarukyokai.or.jp/hotnews/detail/00001976.html#a2_0

『いろいろな場面で“お名前”や“生年月日”をお訊きしています』

当院では患者様に正しく医療行為を行うために“受付のとき”、“注射や処置を行うとき”“診察のとき”、“薬をお渡しするとき”、“検査やリハビリを行うとき”などの場面で名前と生年月日をお訊きしています。何度もお訊きすることもあります。ご協力をお願いいたします。



編集後記：今年の夏も暑かったですね。しかし気が付くと初雪の便りが聞こえてきて、秋も足早に過ぎ去ってしまいそうです。今シーズンは早くからインフルエンザが流行しはじめ、冬に向けてさらに感染が拡大する可能性もあります。インフルエンザも油断できない感染症です。必要な感染対策を行い、寒い時期を乗り切りましょう。（大塚）



小樽協会病院広報誌“つゆくさ” NO.69

発行：小樽協会病院編集委員会

発行日：令和5年10月

発行人：宮本 憲行

編集人：大塚 裕仁

