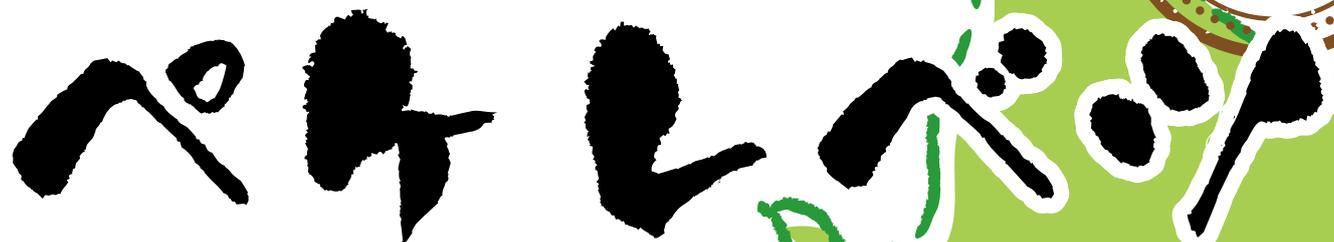


広報誌

ペケレベツとは

アイヌ語で「明るく清らかな川」を意味しており、清水町の由来となっています。



新年ご挨拶

「100年に一度の災いを
いかに乗り越えるか」

藤城院長

「新年を迎えて」

大沼看護部長

トピックス

高齢者施設等とのビデオ通信を用いた診察の実施について
地域医療連携課 石井 康浩

漢方シリーズ

めまいと漢方 宮本 光明 先生

2020年度これまでの実習・研修受け入れ状況 Part.3

人事消息

理念・基本方針

編集後記



血管外科診療開始！ 菊地先生へのインタビュー！

皆さん、新年あけましておめでとうございます。

昨年は人類が経験する100年ぶり2度目のパンデミック、“COVID-19”による肺炎が、医療をはじめ、近現代の人々が連綿と築いてきた常識や理念を大きく変化させました。そして今もなお世界的感染の流行は続き、われわれ人間同士のつながりは物理的、精神的に絶たれ、支え合う者が次々と倒れ、支える力を持つ者もその力を次第に失いつつあります。

医療、特に地域医療は、地域を支えそして地域に支えられながらその存在価値を示していくものです、ゆえに継続性が最も重要であり、たゆまぬ医療の提供は絶対的な価値を持ちます。昨年は訪問看護ステーションの設立、新型コロナウイルス肺炎患者の入院病床新設、また患者クラスターが発生した近隣福祉施設の支援など、刻々と変化する地域の医療ニーズに応える施設運営を全職員挙げて取り組んでまいりましたが、この災害ともいえる非常時は当初の予想よりも長期化する可能性が高く、医療の提供体制もめまぐるしいばかりの変化を余儀なくされております。

しかし目先を変えてみるとどうでしょう。当院が失った機能はひとつとしてなく、逆にオンライン診療、web会議といった新しい情報共有体制が整い、電子カルテも今まさに導入されんとしております。感染管理チームはその機能を一層高め地域の感染管理に大きく貢献しているところです。尊い人命をはじめCOVID-19により失ったものは多いのですが、逆に得るものの方がはるかに多いと思います。

今年、われわれが取り組むべきことのひとつは働き方改革や機械化・デジタル化による緊急対応能力の向上です。人口が減り、機械化や自動化が進んで行くのは先進工業国における世界的な潮流であり、高齢者が増え、労働人口が減少しても医療や社会・経済活動が停滞しないような地域や人の輪を作るために働き方改革は欠かせないものです。今年はやり直しのオリンピックイヤーでもありますが、このコロナの“禍”を“輪”に変えて新しい地域づくりに取り組んでいきましょう。



“コロナ禍”に見ておくべき映画と読むべき本

- 1 映画「アウトブレイク」 1995年主演：ダスティン・ホフマン
- 2 小説「破船」 1982年 著者：吉村 昭

この二つは必見そして必読です。あえて内容の説明はいたしません、必ず引きこまれます。





新年を迎えて

看護部長
大沼 まゆみ

新年あけましておめでとうございます。

昨年も多くのご支援、ご協力を賜りありがとうございました。

本年もよろしくお願いいたします。

2020年は、COVID-19に始まりCOVID-19に終わりました。ワクチンや治療薬のない病気に立ち向かうことは看護師人生で初めてのことです。ナイチンゲールの看護覚書を何度も何度も読み返し、このパンデミック対策のヒントを求めた1年でした。

この1年は職員の皆さまの協力があってこそ乗り越えられたと思っています。

感染制御チームが中心になり感染対策の徹底や入院病床の立ち上げと運営、発熱外来・体温測定と徹底した清掃、クラスター発生時の依頼検査や医療・看護支援など専門以外の業務を行っていただいたことに感謝しています。

いつになったら普通の業務が静かにできるようになるのか。COVID-19対策はまだまだ先が見えませんが、全職員の力を結集することで必ず乗り越えることができる、また一人一人が組織貢献、地域貢献できると確信した1年でした。

2021年は電子カルテ元年！

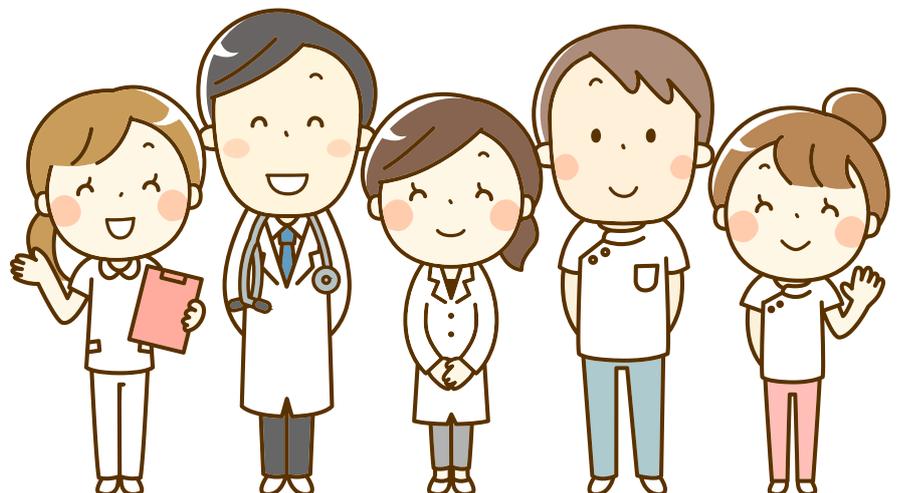
私たちには変えていいこと、変えてはならないこと、変えなくてはならないことがあると思っています。

電子カルテ導入を機に変えてはならないことを明確にして、変化することを恐れず進みたいと思っています。

時代に即した病院であるために電子カルテというツールを使って情報を共有することで、チーム医療・地域医療をさらに推進できるとしています。

清水赤十字病院の2025プランは皆様の協力で着実に進んでいます。今年もこの歩みを止めることなく2025プランの実現に協力したいと思います。

皆さまが健康で笑顔のあふれる
1年でありますように！



血管外科診療開始！旭川医大循環・呼吸・腫瘍病態外科学講座 菊地信介助教へのインタビュー！

1 血管外科とはどのような疾患を対象にしているか具体的に教えてください

血管外科とは聞きなれない科かもしれませんが、欧米では心臓外科とは完全に独立した科と位置付けられます。日本では心臓血管外科で括られることがほとんどで、心臓血管外科の先生は心臓や大血管疾患を主に治療し、四肢をはじめその他の血管疾患を二の次に扱うことが通例です。今問題となっている糖尿病をはじめとする生活習慣病の疾患ターゲットはまさにこの「四肢」であり、心臓などの体幹に多かった病域は全身型へと移行しており、血管外科の意義が大きくなっています。この四肢の病気の増加率は大きく、臨床でも無視出来なくなっています。

今回我々が清水赤十字病院に血管外科外来開設した経緯の一つには透析患者のバスキュラーアクセスの管理が挙げられます。これも上肢、つまり四肢の血管の領域に入ります。

内シャント閉塞率を下げるのが目標で、日々透析患者さんに向き合う臨床工学技士さん、看護師さんたちが内シャント穿刺時に思う、「あれ血管、変かも？」という疑問に答えるだけでも内シャント開存率は大きく変わると思います。また、他の病気としては、最も頻度が多い下肢静脈瘤をはじめ、高齢者に多い下肢浮腫（深部静脈血栓症など）、我々が特に力を入れている下肢閉塞性動脈硬化症、腹部大動脈瘤などが挙げられます。疾患名を書き始めればきりがありませんが、心臓も含め四肢の様々な血管疾患を診させていただきます。

2 どのような症状があるとその疾患が疑われるか

① 下肢静脈瘤

下肢にぼこぼことした血管が触れたり、くも状の血管の出現、下肢のむくみ、シミがついたり（色素沈着）しますので、見た目に変だなと思った場合は相談して下さい。

② 静脈血栓症（エコノミークラス症候群で知られています）

高齢者で多い病気です。下肢のむくみをきたすことが多い。知らぬ間に気づいたらこうなっていたということが多いです。むくみの原因は様々で、心臓の病気、腎臓の病気、血管の病気、甲状腺の病気や糖尿病などでも生じます。従って、様々な病気が隠れていることがあります。経過をみても良いむくみ、きちんと調べなければならぬむくみの判断が重要です。

③ 下肢閉塞性動脈硬化症

歩くとふくらはぎがだるくなり、休むと改善する状態を間歇性跛行（かんけつせいはこう）といいます。歩き続けることで下肢の血流が不十分になった時点で筋肉痛が生じ、休むと筋肉血流が改善することで生じる症状です。下肢の動脈硬化によることが多いです。さらに症状が進むと足趾に潰瘍（ただれ）、壊死（黒くなる）が生じ重症な状態に移行します。例えば皮膚科で数カ月全く治癒しない足部のきずの原因が動脈硬化症であったりすることが多いので相談してください。

3 当院でできる手術はありますか

四肢の血管の手術は局所麻酔で出来ることが多いので、大方可能と思います。また、カテーテルを用いた血管拡張術も可能です。現在では、透析患者さんのバスキュラーアクセスに対する修復術、新規造設術を中心に行っています。今後は下肢静脈瘤の手術、動脈硬化症に対するカテーテル手術についても考慮していきたいと思えます。

4 血管健康に保つにはどうしたらよいですか

よくいう禁煙するとか（これは重要です）、脂っこいものを控えるなどの日常生活に対する心がけも重要ですが、やはり健康診断などの通じて自分の状態をよく把握する事と思います。自分の血液検査に素直になることは重要です。さらに病気の知識を深めることはさらに重要です。家族歴に血管の病気がある方は、それらを継代することも多く、自分がそうなるかもと思いながら、自分に客観的になる必要があります。今は4人に1人が糖尿病を患う時代になりました。





5 私の高校進学、部活、医学部を目指した動機

私は新得出身でしたので、帯広の高校に通う可能性も中学3年のころは考えていました。

部活はバスケットボールを行っていましたが、友人と一緒に過ごす時間でした。自分の精神的支柱となる時間でしたので、部活を行う時間を確保するために函館ラサールでの寮生活を選択しました。新得から帯広ですと、すべてを含めれば1時間半の通学時間が掛かります。寮生活であれば、その時間を他のことに使えますし、3年間の寮生活は自分の人生の良い糧となる上、親からしてみれば「子離れ」、子供からしてみれば「親離れ」が出来る良い(つらい)タイミングです。「離」れた後は、友人と相談しながら自分の意思で決定していくので、友人選びも重要です。部活は3年間継続しました。医学部ははじめから目指しておらず、というのもその実力とは程遠かったのです。まわりに引っ張られながら、出来ないながらも自分なりに努力していくうちに高校3年のときに医学部を受けることに決めました(「離」れた家族に胸を張れるように生活できていたかと思っていた)十勝からなら必ずしも帯広の進学校ではなく、函館や札幌などの寮生活が可能な学校への進学も良い選択技だと思えます。

旭川を選択した理由は受験要綱が自分に合っていたのと、実家が近かったからです。

私が受験した時と異なり、地域枠などの制度が確立したことで道内出身者の医学部進学の可能性が高まっています。様々な高校からきていることを考えると、もはや高校ブランドだけではなく、高校時代に自分が何をしていたかというアピールポイントのある学生にもその可能性が広がられています。「本人の自主的な力」が評価ポイントですので、これを鍛えるという点では親離れすることも良いのかもしれませんが。

6 血管診療をはじめめるあたりの抱負

地域こそ血管疾患診療が生きます。血管疾患の経過はゆっくりで、故にないがしろにされ易いのです。派手さがないために扱う医療スタッフも油断します。気づけば(重症化)大きな代償を負うこととなります。血管疾患の発症は高齢化した地域住民に多く、しかし適切な診察を受けられません。外来を通じて診察し、早期発見と重症化予防を目標にしたいです。さらに高度な外科治療が必要な場合は大学とも密な連携をとることができます。勝毎記事以降、帯広から受診した患者さんもいらっしゃいます。「安心した」と言ってもらえるだけでも開設した甲斐がありますね。地域医療の醍醐味だと思います。調整して下さった院長先生、看護部長さん、医療スタッフ皆さんに感謝しております。

高齢者施設等とのビデオ通信を用いた診察の実施について

地域医療連携課

石井 康浩



新型コロナウイルス感染症の対応については、病院のみならず施設等においても慎重な対応を要するものとなっています。感染予防、クラスター予防に重要な対策の1つに、利用者の回診に伴う施設への出入りが課題として挙げられていました。

感染対策の手段として、当院では配置医師契約を締結している新得やすらぎ荘および屈足わかふじ園に対し、オンライン診察を実施しています。

これまで、両施設とは十勝医師会が導入を推奨しているICTツール「バイタルリンク®」の利用を通じて、利用者のバイタルサインや健康状態の把握を行ってきました。そしてこの度、本ツール内に「Zoom連携機能」が追加導入されたことに伴い、簡易に病院-施設間でのビデオ通信が可能となりました。

ビデオ通信では、利用者や施設職員から状況をリアルタイムで聴き取ることができるほか、利用者の表情や血色等を診ながら浮腫や炎症の状況まで把握することができるようになりました。

1月からはZoomのライセンス契約を行い、時間無制限・多機能なビデオ通信が可能となります。当院では通院が困難な患者さんに対して訪問診療の提供も相談に応じ行っておりますので、そういった患者さんに対しても拡大して適用できるよう検討をすすめていきます。コロナ禍という言葉を多く耳にする昨今ではありますが、現在置かれている環境にあわせた診療の在り方を今後も模索していく予定です。



めまいと言うものは嫌なものである。

めまいは一度でも経験すると、もうかかりたくないと思うものである。奈落の底へ引き込まれる様な意識が無くなるような嫌なものである。

漢方ではまず、ツムラ苓桂朮甘湯(リョウケイジュツカントウ)39番を処方する事が多く、これで効果のあることが多い。しかしこの治療の仕方は正しくない。

何故ならば例えば、小脳を中心とする脳の病気をこのやり方では一般的に見逃されることがある。また、耳鼻科的アプローチも必須である。

脳外科的に、耳鼻科的に大きな異常がない。ところが症状的に再発、再燃したときにこそ漢方の出番であると考える。

日本漢方では、傷寒論を第一に読むべき事としているが、苓桂朮甘湯(リョウケイジュツカントウ)はその中にある。めまいに対しこの方(方材：薬剤を調合する事)は2000年の歴史があるのである。

めまい(眩暈)は「眩」(眼前暗黒感)と「暈」(身体浮遊感)を厳密に区別するが、そうなる人はいずれにしても「虚証」(簡単に言うと“なよなよした感じ”)の人が多い。

ところがものごとには必ず例外があって、プロレスラーの様な筋肉ムキムキのタイプの人が男女問わずめまいを訴え、脳外科・耳鼻科・内科・婦人科的には問題が無いということもあるにはある。

漢方において「めまい」は**水の偏在**と考える。よって、治療するには水を調整すると考えるので、茯苓・白朮 or 蒼朮 の入ったものを使う。

茯苓(ブクリョウ サルノコシカケ科 マツホドというきのこの菌核(きんかく)を乾燥させたもの 食欲不振、消化不良、むくみなどを改善 精神を安定させる作用もある。中国では美白の妙薬として使われている。)





さて、私の前に眩暈の患者が参られたとする。他科の検査では異常がないとすればまず私は、以下を処方する。

ツムラ五苓散(ゴレイサン)17番 + ツムラ苓桂朮甘湯(リョウケイジュツカントウ)39番



泽瀉(タクシャ 利水剤)



泽瀉の花

(日本の漢方製剤にはおおむね、承認申請順に番号がついている)

この二方とも茯苓・蒼朮が入っていて五苓散には水の回りをよくする泽瀉が入っている。

この処方ではめまいの患者の7割には効果がある様に思える。きちんとした統計はとっていないので完全にそうかと言われると困るがめまいの人にはまずのんでもらうのが良い。

効果が無ければ

あるいは更年期の人ならば

ツムラ真武湯(シンブトウ)30番 (+ツムラ苓桂朮甘湯
リョウケイジュツ
カントウ)39番



ツムラ真武湯(シン
ブトウ)30番

+ツムラ当帰芍薬
散(トウキシヤク
ヤクサン)23番

+ツムラ八味地黄
丸(ハチミジオウ
ガン)7番



等色々考えられるには考えられる。

めまいはとても嫌なものなので症状を取り除いて、あるいは再発を抑えつつ他科の詳しい検査に行く、
と言う手もあると思われる。

最後に水との関係はと言うと、耳鼻科的なめまいは三半規管のリンパの流れと関係がある。また、良性
発作性頭位性めまい症(患者の意思と関係なく眼球が動く眼振という現象を伴う)と言われるのも三半規管
の耳石と関係するとすれば(耳石が剥がれ落ち、三半規管の中に入り込むことでめまいを生じる病気とされ
ている。)これもリンパ(=水=液体)と考えると、

ツムラ五苓散(ゴレイサン)17番 +

ツムラ苓桂朮甘湯(リョウケイジュツカントウ)39番

の処方で効果が出るには理由があると思われる。

2020年度これまでの実習・研修受け入れ状況 Part. 3

専攻医

名古屋第二赤十字病院（総合診療）磯田 翔医師
(10/1～3/31)

地域医療研修(研修医)

姫路赤十字病院 大森 凜 医師(11/2～30)
篠崎真理奈 医師(12/1～26)

人事消息

【退職】お疲れ様でした。

令和2年12月31日 看護師 定岡 潤子
令和2年12月31日 主事 鹿野 千臣
令和2年12月31日 主事(嘱託) 宮崎友里圭

【出産】おめでとうございます。

令和2年12月30日 理学療法士 新田 篤



■ 理 念

赤十字の理想とする人道・博愛の精神にもとづき、よりよい医療を提供し、地域の利用者に信頼される病院をめざしています。

■ 基 本 方 針

1. 地域医療の推進と救急医療の充実に努めます。
2. 患者・利用者の権利を守り、その意思を尊重した医療を行います。
3. 地域住民の健康増進と疾病予防に努めます。
4. 清潔、快適で、やすらぎのある環境づくりに努めます。
5. 常に研鑽を重ね、資質・技術の向上に努めます。

編集後記

2021年最初のペケレベツ誌を手にとって頂いた皆様、ありがとうございます。昨年は新型コロナウイルス感染症の流行により様々な苦労や課題があったと思います。人類が力を合わせ少しずつ新型コロナウイルスについての新たな発見があり、今年はずいに新型コロナウイルスに対するワクチンの接種が可能となります。すぐに接種したい・まだ少し様子を見たい等様々な考えがあるかと思いますが、まずはやはり今まで皆さんが実施している手洗い・うがい・マスクの着用等の基本的な対策は気を抜かずに、変わらず継続して頂きたいです。人類は必ずこのコロナ禍を乗り越えられると信じています。

2階看護師 中尾夏子

❖ 編集・発行責任者：藤城 貴教 ❖ 編集委員長：首藤 竹司 ❖ 発行元：清水赤十字病院
❖ 印刷：東洋株式会社

〒089-0195 北海道上川郡清水町南2条2丁目1番地 TEL 0156-62-2513 FAX 0156-62-4460
URL <https://www.shimizu.jrc.or.jp/> MAIL contact@shimizu.jrc.or.jp