

いち・にの・さんしん

18 No. 22



日本医療機能評価機構
認定病院

病人のための病院

病院理念



病院基本方針

- 一、質の高い医療の追求
- 一、居心地の良い環境の提供
- 一、心のこもったサービスの実践

作品:「春の訪れ」 撮影者 佐藤 秀次 撮影地 大牟田市普光寺

目次

- 病院にゆ〜す「物忘れ外来」…………… 2
- 医学雑学講座「生活習慣病外来」…………… 3
- 香椎原病院だより・職場紹介コーナー…………… 4
- 検査紹介コーナー「血液検査」…………… 5
- 薬の豆知識・食のヒミツ…………… 6
- わが町のホームドクター…………… 7
- 病院及び関連施設のご案内…………… 8





病 院 に ゆ ～ す

最近の
原三信病院の
動き

物忘れ外来

認 知症とは「記憶と判断の障害のために生活に支障がでる状態」のことです。70種以上の多彩な疾患が認知症を起こします。もっとも多いのがアルツハイマー型(老年)認知症(ATD)です。(表1)

正 常	境界型	認知症
生理的物忘れ	軽度認知障害	治療困難な認知症
		アルツハイマー型老年認知症
		脳血管性認知症
		レビー小体型認知症
		前頭側頭型認知症(ピック病)
		進行性核上性麻痺
		皮質基底核変性症
		クロイツフェルトヤコブ病 ： 進行性皮質下グリオーシス
		治る認知症
		正常圧水頭症 甲狀腺機能低下症 B1やB12欠乏性認知症 ： 慢性硬膜下血腫

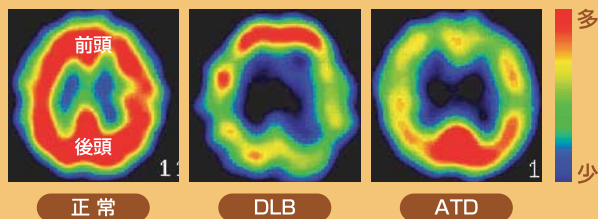
(表1)

ATDの初期によく見られる症状は、「同じことを何度も言う」「物探しが増えた」「以前ほど外出しなくなった」などです。「年だから…」と放置しておかず、原三信病院「物忘れ外来」をお気軽に受診してください。「物忘れ外来」では以下のような手順にて診断し加療いたします。(表2)

物忘れ外来の流れ (表2)



③ 脳血流SPECT



④ 脳波など

言語療法士による神経心理検査
(ADAS-J:アルツハイマー病評価検査)

神経内科専門医による診断

薬物治療(治験薬や漢方治療なども使用)
生活指導・介護支援・非薬物療法

●「軽度認知障害」(mild cognitive impairment:MCI) MCIは認知症の前駆状態の概念です。記憶力以外の脳の働きは正常であり、日常生活は同年代の高齢者と同様に自立している状態です。MCIの状態にある人達の中から年間約10%程度が認知症を発症し、5年後には約半数の人達が認知症になると言われます。この段階での予防が大切です。

●「レビー小体型認知症」(dementia with Lewy bodies:DLB) DLBは1995年にその呼び名が付けました。50歳~70歳の男性に多く、その頻度は認知症患者の10~20数%とされています。パーキンソン病の仲間、動作が遅くなり、胡坐(あぐら)をかくと後ろにひっくり返るなど、パーキンソン病の症状をみることがあります。特徴は生々しい幻視(カーテンが蛇に見えるなど)と、ボンヤリしたりハッキリしたりなどの注意覚醒の変動です。



脳神経内科医長 藤木 富士夫



医学雑学講座

1に食事、2に運動、3、4がなくて、5に薬

✕ タボリックシンドロームの治療は「1に食事、2に運動、3、4がなくて、5に薬」と言われます。3、4は禁煙や節酒になります。

食事療法、運動療法はメタボリックシンドロームの治療の根幹。食事は健康な体をつくる源です。内臓脂肪の蓄積を予防し、効率よく減量するためには、運動でエネルギー消費を増やすとともに、体のエネルギー代謝を円滑にすればよいわけです。



食習慣と運動習慣の改善はまさに車の両輪、どちらが欠けても内臓脂肪の蓄積は進んでいきます。

体の中でもっとも多くのエネ

ルギーを消費するのは、運動や姿勢を保つ「骨格筋」です。運動不足でこの筋肉をあまり使わないでいると、エネルギー消費が少なくなり、腸間膜の間や内臓のまわりに余ったエネルギーが脂肪として蓄えられてしまいます。この脂肪が内臓脂肪といわれるものです。

内臓脂肪は皮下脂肪に比べると、比較的落としやすい脂肪だといわれています。腸間膜には多くの血管がはりめぐらされていて、中性脂肪を分解する酵素やホルモンが脂肪細胞内に容易に取り込まれ脂肪が分解されやすくなっています。また、運動を行うと、分解された内臓脂肪は遊離脂肪酸となって血液中に流入し、再びエネルギーとして消費されます。これに対して、皮下脂肪が蓄えられる皮下には毛細血管が少なく、運動による脂肪の減量効果は内臓脂肪ほどには現れません。運動は内臓脂肪を減少させるだけでなく、インスリン抵抗性や高血圧の改善効果が認められています。

インスリン抵抗性が改善すると、中性脂肪を分解する酵素の合成が活発になり、中性脂肪を減少させます。そうなれば血液中のブドウ糖がエネルギーとして消費されるようになり、糖尿病が改善します。

また、インスリン抵抗性の改善は交感神経の緊張を緩和するとともに、腎臓のナトリウムの過剰な吸収を抑制することから、高血圧の改善効果もあります。

ウォーキングなどの適度な運動は、内臓脂肪を減らすのに有効です。運動する時間をつくるのが難しい場合は、日常生活で体を動かすことを心がけましょう。たとえば通勤時に1駅歩いたり、エレベーターを利用せず階段を歩いたりするなど、ちょっとした運動でも効果があります。大切なのは毎日歩くことです。

できれば1日に1万歩を目標に歩く時間を多く作るようにしましょう。特に、食事後30分～1時間の血糖値が高くなる頃に歩くと血糖値の上昇が緩やかになるので効果的です。



最後に、生活習慣病が治るということは現在の医療レベルでは不可能です。だからこそ、末永く気軽に治療ができ、かつ身近でアットホームなクリニックが必要なのです。「かかりつけ医」という主治医と一緒に治療をしていきましょう。

総合診療科部長 林 真





かしの杜「だいち」

今回は香椎原病院の在宅部門である、かしの杜の中の「だいち」についてご紹介します。

Q:「だいち」って何の名称?

A: 居宅介護支援事業所の愛称のことです。香椎原病院の在宅部門で自宅療養のお手伝いをいたします。

Q:居宅介護支援事業所とは?

A: 介護支援専門員(ケアマネジャー)を配置し、自宅での介護の計画の相談に乗るところです。
(看護師さんやヘルパーさん等、「週に何回」「いつ頃来て」「何をするか」など)

Q:介護支援専門員(ケアマネジャー)とは?

A: 介護に関わる知識を幅広くもった専門家で、「だいち」には看護師の資格を持った介護支援専門員(ケアマネジャー)が3名在籍しています。

Q:どういった人が「だいち」を利用できるのですか?

A: 介護保険で要介護と認定された方で、自宅で介護保険を利用しようと考えている方などです。

Q:問い合わせは?

A: 香椎原病院の2階に地域ケアセンター東福岡「かしの杜」があります。

まずは下記の電話番号にお気軽にお電話下さい。

フリーダイヤル

0120-141-306 一般電話 ☎092-662-1349

詳細はホームページをご参照下さい。

URL http://www.kashiihara.or.jp/mori_index.html

地域ケアセンター 東福岡
かしの杜 副センター長

長谷川 都紀代



職場紹介コーナー

外来看護部について

外 来は病院の「窓口」であり、毎日大勢の患者様が来られます。急性期から慢性期にわたり幅広い疾患に加え、あらゆる世代の方が来院されます。そして、最初に患者様を温かく迎え接するのが私たち外来看護師の役目です。

当院での外来看護師は54名、クラーク13名、看護助手1名のスタッフ構成。各外来にベテラン看護師がおり、患者様からいつでも相談を受けやすい環境をご提供し、先生と患者様の橋渡しができる手助け、来院から帰宅されるまでの時間に必要な心のこもった気配りなどの対応を心がけています。

しかし、待ち時間が長く、不安になること、気分が悪くなる方も中にはいらっしゃると思います。そのためにも、声掛けと気配りを実践していき

たいと思っています。

病院の理念である「病人のための病院」を念頭におき、患者様が「ここにきてよかった、安心した」と言っていたりするように外来看護師一同、目指しております。相談したいこと、聞いてみたいこと等ありましたら、遠慮せずに声をかけてください。

また、外来には御意見箱を設置しておりますので、お気づきの点などありましたらご利用ください。



外来看護部科長 林 笑子



検査紹介コーナー

血液(CBC)検査

血液(血球算定;CBC)検査は、どんな検査?

検査目的

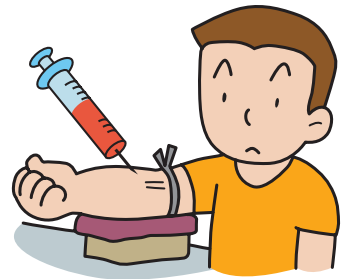
血液中には様々な成分が存在しており、体の状態の変化(病気や服薬など)によって血液中の量が増えたり減ったりします。それぞれの項目の値を測定することで体の状態を把握することが可能です。

検査時間

約10分

検査方法・手順

血液が固まらないように、抗凝固剤入り(EDTA)の血液を用い、多項目全自動血球計数器で測定します。



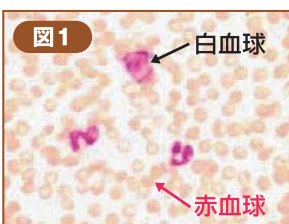
血液検査について

項目	基準値	解説	
WBC (白血球)	4000~9000/ μ l	白血球は、体内に侵入した異物や病原菌を食べて体を守る働きをしています。したがって、体内に細菌や異物が侵入して炎症を起こすと血液中の白血球が増加します。また白血球が減ると免疫機能が低下します。	
RBC (赤血球)	男性:410万~530万/ μ l 女性:380万~480万/ μ l	赤血球数の増加の場合には多血症と診断されます。減った状態は貧血といい、酸素の運搬量が低下して体内が酸素欠乏状態になります。	
Hb (ヘモグロビン)	男性:14~18g/dl 女性:12~16g/dl	ヘモグロビンは、赤血球に含まれている色素(血液が赤く見える色の色素)で、赤血球の酸素運搬の中心的役割をしています。	
Ht (ヘマトクリット)	男性:39~52% 女性:35~48%	一定の血液中にどれ位の割合で赤血球が含まれているかを調べる検査です。赤血球が減るとこの値も下がります。	
MCV MCH MCHC	89~99fl 27~32pg 32~36%	赤血球数、ヘモグロビン、ヘマトクリットの数値を一定の式にあてはめて算出された数字を赤血球恒数といいます。これらの数字から、貧血の原因・種類・性質を区別する手がかりが得られます。	
PLT (血小板)	14~34万/ μ l	血小板には、血管が傷ついたときその部分にくっついて血栓を作り血を止める作用があります。血小板が減ると出血しやすく、血も止まりにくくなります。	
白血球像	Seg	30~70%	白血球には、体内に侵入した異物や病原菌を食べて体を守る好中球(Seg)、免疫に関するリンパ球(Ly)、アレルギーに関する好酸球(Eo)、その他好塩基球(Ba)、単球(Mono)などの種類があり、これらの成分の増減をみていろいろな疾患を判断する検査です。
	Ly	男性:19.8~58.7% 女性:20.5~59.9%	
	Mono	男性:0.1~12.4% 女性:0.1~12.0%	
	Eo	男性:0~9.9% 女性:0~8.1%	
	Ba	0~2.9%	

血液像(顕微鏡法)

検査時間 40分

白血球、赤血球、血小板の形態、幼若細胞や異常細胞の出現の有無などを顕微鏡で観察する検査です。



- 図1 正常な血液の画像です。
- 図2 貧血の場合の血液の画像です。1に比べて赤血球の色も薄く、数も減少しております。
- 図3 白血病の血液の画像です。

※検査に際してご不明な点がございましたら、御気軽に医療スタッフにお尋ね下さい。

臨床検査科科长 尾田 敏恵



薬の豆知識

くすりの副作用

薬 を飲むときに副作用が心配…という方も多いのではないのでしょうか。薬は様々な作用を併せ持っており、目的とする作用以外のものを副作用と呼びます。また、食物アレルギーのように、その薬自体に過敏反応・アレルギー反応を起こす(薬が合わない)可能性もあります。

副作用が出る可能性が高いと予想される薬にはあらかじめ予防のための別の薬を併用する場合がありますが、副作用の程度は個人差も大きいので、実際に使用してみないと分からないことがほとんどです。

薬は有効かつ安全に使用するために、長い年月と費用をかけて開発されています。その結果、決定された用法・用量は、薬の効果を最大限に発揮

- し、さらに副作用を
- 最小限に抑えるよう
- に設定されています。
- 副作用を恐れるあまり必要な薬を飲まないのではなく、起こるかもしれない副作用について理解し、
- もし起こった場合には、早期に発見することが重要です。
- 薬を飲んでいて体調の変化などがありましたら、医師・薬剤師にご相談下さい。



薬剤科 西田 信之



食のヒミツ!

「肥満」について

食 べ物・飲み物が美味しく、職場や友人との集いも多い時期です。ついつい気がついたら『太ってしまった!!』という方も多いのではないのでしょうか。加齢と共に基礎代謝量は低下し、運動習慣も変わらず、いままでと同じような食生活では、エネルギー摂取オーバー、つまり肥満を招くことになります。

肥満は、糖尿病や高血圧症などの生活習慣病の原因にもなります。肥満の指標項目でもある、体重や体脂肪測定をしてみませんか? 体重や体脂肪もチェック項目の一つです。食事や運動での変動があるため、決まった時間や同じ条件下で測定するようにしましょう。

① 肥満の判定 BMI (体格指数) より

$$BMI = \text{現体重 (kg)} \div [\text{身長 (m)} \times \text{身長 (m)}]$$

18.5未満	痩せている
18.5~25未満	普通
25~30未満	肥満度1
30~35未満	肥満度2
35~40未満	肥満度3
40~	肥満度4

体脂肪率より

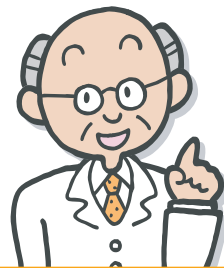
	軽度肥満	中等度肥満	重度肥満
男性 (全年齢)	20%以上 25%未満	25%以上 30%未満	30%以上
女性 (15歳以上)	30%以上 35%未満	35%以上 40%未満	40%以上

② 標準(理想)体重の求め方 標準体重 (Kg) = 身長 (m) × 身長 (m) × 22

栄養科 石崎 律子



わが町のホームドクター



ホームドクターのご紹介をさせていただきます。私たちは、地域の先生方と協力して皆様のお役に立つよう努めています。どんなことでもホームドクターにご相談ください。

※ 診療時間は各施設にお問い合わせくださいますようお願いいたします。

施設名
東島医院

登録医 **東島 英孝**

住所 長崎県対馬市厳原町今屋敷697

電話番号 **0920 (52) 7783**

診療科 内科、外科、皮膚科、肛門科

施設名
青洲会クリニック

登録医 **前川 直文**

住所 糟屋郡志免町志免4-1-7

電話番号 **092 (937) 0422**

診療科 内科、外科、整形外科、泌尿器科、血液透析、リハビリ科、通所リハビリ

施設名
ちよまち内科

登録医 **角田 恭治**

住所 福岡市博多区千代1-20-18

電話番号 **092 (651) 8561**

診療科 内科

施設名
陣内整形外科内科医院

登録医 **陣内 祐一**

住所 福岡市東区箱崎6-12-50

電話番号 **092 (651) 0747**

診療科 整形外科、内科、皮膚科、小児科

施設名
松崎クリニック

登録医 **松原 俊幸**

住所 福岡市東区松崎2-22-6

電話番号 **092 (672) 1700**

診療科 内科、脳神経外科、リハビリテーション科、神経内科、リウマチ科

施設名
二田哲博クリニック

登録医 **二田 哲博**

住所 福岡市西区姪浜駅南1-2-17

電話番号 **092 (883) 1188**

診療科 甲状腺・糖尿病科

※ここでご紹介する先生方は、当院の開放型病院制度（医院・クリニックの医師が当院において共同で診療ができる）の登録医になって頂いている先生です。



駐車場に関するご案内

平成20年1月7日(月)～5月20日(火)まで、第一駐車場の奥に位置しています立体駐車場のリニューアル工事を行います。工事期間中は立体駐車場の利用はできません。皆様には大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解ご協力のほどよろしくお願いいたします。なお、この期間中は駐車場の混雑が予想されますので、できるだけ公共の交通機関(バス・地下鉄等)をご利用いただきますようお願いいたします。

営業時間 第1駐車場 平日・土曜日 8:00～19:00迄 第2駐車場 平日・土曜日 8:00～18:00迄
日曜・祝日 10:00～19:00迄 日曜・祝日 休み

利用料金 4時間まで250円、その後1時間ごとに100円
お見舞い・付き添いは、最初の1時間が250円、以降30分ごとに100円



病院及び関連施設のご案内



原三信病院

〒812-0033 福岡市博多区大博町1-8
 ☎ 092-291-3434 FAX 092-291-3424
 URL <http://www.harasanshin.or.jp>
 ✉ info@harasanshin.or.jp



● 診療時間

月～金曜日 9:00～13:00・14:00～17:00 土曜日 9:00～13:00

※日・祝祭日および8月15日・12月31日～1月3日はお休みです。但し、急患の患者様は、救急外来にて診察いたします。

● 診療科目

総合診療科・循環器科・消化器科・呼吸器科・糖尿病科・リウマチ科・外科・血液内科・腎臓内科・脳神経内科・整形外科・脳神経外科・泌尿器科・産婦人科・放射線科・麻酔科・臨床病理科・歯科・人間ドック・睡眠呼吸障害センター



シャトルバス運行しています

	香椎原病院発	千早駅発	原三信病院着	原三信病院発	千早駅発	香椎原病院着
午前	9:30	-	10:00	10:10	10:35	10:40
	11:40	11:50	12:10	12:20	12:45	12:50
午後	13:40	13:50	14:10	14:20	14:45	15:00
	15:50	16:00	16:20	16:30	-	17:00

運休日：日曜・祝日・年末年始 ※時刻・路線は変更することがございます。詳しくは受付にてお尋ね下さい。

原三信病院附属 呉服町腎クリニック



〒813-0011 福岡市博多区中呉服町1-25
 ☎ 092-262-2828 FAX 092-262-2853
 ✉ gofukumachi@harasanshin.or.jp

● 診療時間

水曜日 14:00～17:00

● 診療科目

内科・人工透析

原三信泌尿器クリニック



〒812-0034 福岡市博多区下呉服町2-13
 双和ビル2F(双和薬局上)
 ☎ 092-283-5121 FAX 092-283-5131

● 診療時間

月～金曜日 9:00～13:00
 14:00～17:00

● 診療科目

泌尿器科



香椎原病院



〒813-0011 福岡市東区香椎3-3-1
 ☎ 092-662-1333 FAX 092-662-1330
 URL <http://www.kashiihara.or.jp/>
 ● 診療時間 月～金曜日 9:00～13:00 14:00～17:00
 ● 診療科目 内科・リハビリテーション科

病院理念 **手の暖かさの伝わる病院**