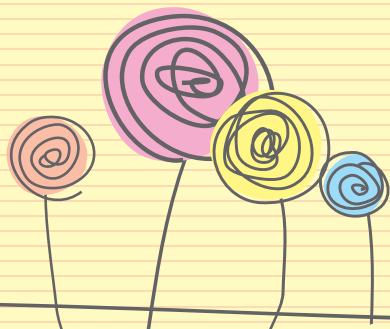




ほほえみ

Vol.2

2014年11月

独立行政法人 地域医療機能推進機構 諫早総合病院 〒854-8501 長崎県諫早市永昌東町24番1号 TEL(0957)22-1380 FAX(0957)22-1184 <http://isahaya.jcho.go.jp>



カエデ

も く じ CONTENTS

〈メディカルシリーズ〉貧血について② … 2

認知症疾患医療センター(地域型) …… 3
開設について

諫早総合病院 外来担当一覧表 …… 4

理念・基本方針・患者さんの権利と義務

■ 理念 仁 愛 ～思いやりいつくしむ心を大切に～

■ 基本方針

- 地域に密着した安らぎのある病院づくりを進めます。
- 患者さんと共に、安全・安心な医療・看護の提供を目指します。
- 患者さんやご家族に、解り易く説明するよう努めます。
- 医療水準の向上に努め、質の高いチーム医療を提供します。

■ 患者さんの権利

- 診断・治療について知り、自分の意志で決定する権利
- 良質な医療を平等に受ける権利
- 個人の尊厳が守られる権利
- 個人情報を守られる権利

■ 患者さんの義務

- より良い医療を受けられるよう、医療に参加し、協力する義務
- 病院の規則を守り、迷惑行為をしない義務



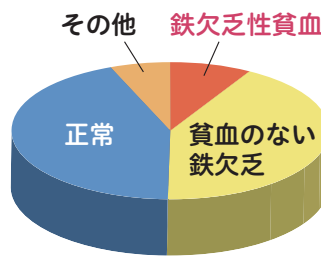
独立行政法人 地域医療機能推進機構

諫 早 総 合 病 院

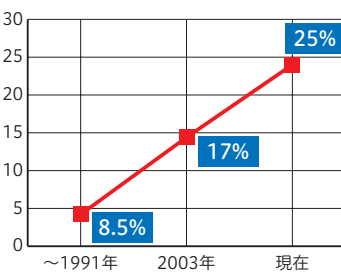
貧血について②

内科 早田 央

女性の貧血の頻度



鉄欠乏性貧血の女性の割合



日本人女性3,015名の鉄欠乏の頻度を調査・分類(1981～1991)

⇒鉄欠乏性貧血8.5%、貧血のない鉄欠乏41.8%、健常女性43.6%、その他6.5%。女性の半数になんらかの鉄欠乏があった。

鉄欠乏と食事の関係

～女性の鉄欠乏がなぜこんなに多い？

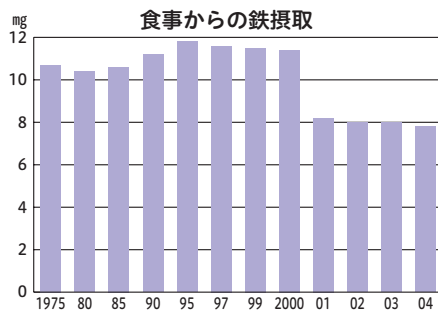
成人男性では、1日あたり10mgの鉄を摂る必要がある。

女性では、生理、妊娠、分娩、育児があるので、男性より多く12～15mgくらいとる必要がある。

ところが、厚生省の調査(平成16年)では、男性で1日あたり8.1mg、女性で7.7mgの鉄しか摂っておらず、とくに鉄を必要とする20歳台で6.9mg、30歳台で7.0mgと、必要量の半分にしか達していない。しかも、

食事からの鉄の摂取は年々減り続けている。飽食の時代といわれているが、鉄だけは例外。

美容のためのダイエットや偏食が貧血に拍車をかけている。



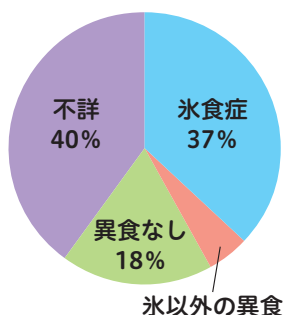
鉄欠乏性貧血に特有の症状



異食症と鉄欠乏性貧血

土・石・毛・紙・氷などの栄養のない物を常習的に食べると『異食症』と言う。

鉄欠乏性貧血が原因で異食症になることがある。やたら氷を食べる中学生の女子、土や石を食べる幼児は、鉄欠乏性貧血の可能性があるので、貧血の検査が必要。



鉄欠乏性貧血の治療薬

食事療法で改善されない場合や、重度の貧血の場合、飲み薬を飲みます。



成人 鉄として1日50～200mgを1～2回食後に服用

注射剤の適応

- ・副作用が強く鉄剤が飲めない
- ・出血などの鉄の損失が多く飲み薬で間に合わない
- ・消化器疾患で内服が不適切
- ・鉄吸収が極めて悪い
- ・透析や自己血輸血の際の鉄補給

鉄が胃腸の粘膜を刺激するため、鉄剤を服用する患者の約10%に、**吐き気やむかつき、下痢**などの副作用が出るケースがある。本来、空腹時に飲む鉄剤を、胃の刺激を和らげるため食後や就寝前の服用に変えたり、鉄剤の服用量を減らしてみよう。

鉄剤と一緒に**お茶**を飲むと、鉄分が体内に吸収されない。

ホントなの？ ウソなの？

お茶やコーヒーに含まれる**タンニン**は、鉄分と結合して体内に吸収されにくい鉄塩という化合物になる。これが強調されて、かつては**鉄剤とタンニンを含む飲料をいっしょに摂取してはいけないとされてきた**。しかし、このごろの鉄剤は徐々に効果を発揮するタイプのものが多いうえに、服用する際の鉄剤の量が多く、タンニンの吸収抑制効果は、**實際上問題にならない**というのが、医学界の常識。

ポイント1 鉄をとりましょう

食品に含まれる鉄は、ヘム鉄と非ヘム鉄に分けられます。ヘム鉄は溶けやすく吸収に適した形(二価鉄)ですが、非ヘム鉄は消化吸収が難しい(三価鉄)なので、ヘム鉄をとるほうが効果的です。

ヘム鉄

獣肉類：豚肉・牛肉 など
内臓およびレバー製品
魚類(血合い部分は特に)
：かつお・いわし など

吸収率 15～25%

非ヘム鉄

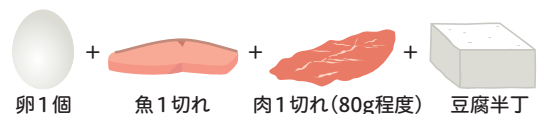
卵類
貝類：しじみ・あさり など
豆類：大豆・あずき など
緑黄色野菜：ほうれん草 など
海藻類：ひじき・のり など

吸収率 2～5%

ポイント2 たんぱく質もじゅうぶんとりましょう

たんぱく質は、赤血球やヘモグロビンの材料となる栄養素ですので鉄と同様に大切です。いろいろな種類を取り混ぜて食べるようにしましょう。また、肉や魚のたんぱく質は、非ヘム鉄が消化管内で溶かすのを助け、非ヘム鉄の吸収を高めます。

1日の目安



鉄サプリメント

食べ物から摂取する鉄には、主に穀物や野菜に含まれる「非ヘム鉄」と、肉・レバーなどの動物性食品に含まれる「ヘム鉄」がある。医薬品としての鉄剤は、「非ヘム鉄」であり、吸収が**良くない**。「ヘム鉄」は「非ヘム鉄」と比べ、鉄がむき出しではなく、鉄ポルフィリン複合体に囲まれているため、胃粘膜などを荒らす副作用がなく、また、そのままの形で吸収され、吸収率が5～10倍も高い。

ところが、困ったことに世の中には**虚偽の「ヘム鉄」サプリ**が溢れている。「ヘム鉄」サプリの原料はブタの赤血球由来のものが主体だが、鉄の含有率が1～2%と低い。十分量の「ヘム鉄」サプリを作るには大量の原料が必要であり、どうしても粒が大きくなるか数が増え、価格も高くなる。「ヘム鉄」を標榜しながら、小さく少ない粒で価格も安いサプリは、**虚偽の表示をしている疑いが濃い**。鉄の含有量が少なかったり、「ヘム鉄」ではなく「非ヘム鉄」を主原料にしていることが多いので注意。

認知症疾患医療センター(地域型)開設について

認知症疾患医療センター所長(副院長) 長郷 国彦

平成26年10月1日長崎県から指定を受けて当院に上記センターを開設することとなりました。高齢化と高血圧・糖尿病・高脂血症など成人病の増加に伴い、県央地区でも認知症の方は急速に増加しています。これに対応するため、以前から、医師会や精神科病院の先生方と一緒に認知症に関する研究会を立ち上げ、諫早地区で認知症かかりつけ医の育成と公表、連携体制作りに関わってまいりました。本センター開設により、さらに地域の認知症の方々に広く門戸を開いて、早期に初期診断を行い、早期に適切な治療とケアの導入を図ることができることとなります。また、介護者の負担軽減、精神面支援を行いつつ、認知症の方の急病時やご家族の疲弊時に適切な受け入れを行い、介護支援施設への連携、短期の入院治療や施設入所の支援を行うことで認知症を取り巻く方々に頼っていただけるようなセンターを目指していきます。

しかし、当院単独でこのようなことができるわけではありません。これまで以上に、県央地区の医師会や精神科病院の先生方、行政機関、地域包括支援センター、介護関連施設の方々、サポーターとなってくださる住民の方々とも手を取り合って、話題のオレンジ手帳やオレンジ連携シートを活用しながら、地域の認知症の方々が安心して暮らせるような体制作りを担っていきたいと思っております。また行動神経心理症状に対しても相談を受けて、対応する体制を構築することも考えております。皆様、ご支援をよろしくお願いします。

受付時間／8:30～17:00
専用ダイヤル／TEL 0957-22-1333

認知症疾患医療センター(地域型)とは

高齢化の進展に伴い、認知症高齢者の数も増加が見込まれています。「認知症疾患医療センター」とは、厚生労働省の保健政策医療の一つとして、認知症の方とその家族が住み慣れた地域で安心して生活ができるための支援の一つとして、都道府県や政令指定都市が指定する病院に設置するもので、認知症疾患における鑑別診断、地域における医療機関等の紹介、BPSD(行動・心理症状)への対応についての相談を受け付けることなどを行う専門機関です。

認知症疾患医療センターの業務内容

- ・ 認知症の方とご家族の相談受付
- ・ 医療機関等の紹介
- ・ 鑑別疾患とそれに基づく初期対応
- ・ 身体合併症、周辺症状の急性期対応
- ・ かかりつけ医等への研修の実施
- ・ 地域包括支援センターなど介護サービス提供者との連携
- ・ 認知症医療に関する情報発信
- ・ 認知症に関する最新の論文や研究の紹介(発症や進行の予防を中心に)

今後の展開

まずは県央地区(諫早・大村市だけでなく、東彼杵地区まで広範囲を担当することになります)の方々に当院に認知症についてどんなことでも相談していただける直通電話があることを認知していただくことが必要です。そのためには行政や医療・福祉機関への周知徹底を行うと共に、一般の方々へ各種集会への参加やマスコミを通じてアピールしていく必要があります。また色々なところに出向いて、出前講座を開くことも必要と考えています。一つの施設で全てを解決することはできませんし、距離の問題もありますので、各地域で機関別に迅速かつ細やかに相談に乗っていただける方々の参加を促し、連携によって、初期・中期・後期のどの段階でも適切な医療・介護・福祉を受けられる体制作りを目指します。幸い、この地域には認知症に関して多くの専門家や病態についてご理解の深い医療・介護・行政機関に携わっている方が大勢いらっしゃいますので、早期の体制作りができと思っています。県央地区が地図上だけでなく、認知症の方々にとっての暮らしやすさが長崎県の中心となれるよう目指していきます。

最近、感じていることですが、認知症になっても住み慣れた町で生活できるということだけでは物足りないと思います。これに加えて、毎日楽しく笑って過ごせるような地域となることを目指す必要があるのではないのでしょうか？具体的には話題の認知症カフェや認知症の方やご家族の意見を取り入れた介護プランの提案、医療・介護・行政の方だけでなく、一般の方と一緒に認知症の方々も楽しめる行事の立案など、夢がふくらみます。当院ではスタッフの数に限りがありますので、外部の方々にもぜひ協力いただき、地域の方々と手を取り合って、当地区のオレンジプランを実りあるものにしていききたいと思います。そういえば、多良見には伊木力地区というみかんで有名なところもあります。脳のトレーニングや手の作業訓練を兼ねて、皆さんと一緒にみかん狩りをするというのも楽しそうですね。



諫早総合病院外来担当医一覧表

平成26年11月1日現在

診療科	曜日診察	月	火	水	木	金
内科	神 経	上野 末貴	長郷 国彦	西浦 義博	長郷 国彦	西浦 義博
	呼吸器	新患 泊 慎也	新患・旧患 近藤 晃	新患 泊 慎也	新患 井上 祐一	新患 近藤 晃
		旧患 井上 祐一	PM～HOT 旧患 井上 祐一		旧患 近藤 晃	旧患 泊 慎也
	消化器	新患・旧患 村岡 徹	新患・旧患 大場 一生	新患・旧患 橋口 慶一	新患・旧患 大場 一生	新患・旧患 高橋 孝輔
		二次検診 橋本さつき	旧患 村岡 徹		新患・旧患 東郷 政明	旧患 橋口 慶一
	循環器	新患・旧患 山口 研児	新患・旧患 吉田 尚広	新患 児島 正純	新患・旧患 山口 研児	新患 吉田 尚広
		新患 吉田 尚広	旧患 児島 正純	旧患 山口 研児	旧患 児島 正純	
	リウマチ・膠原病	藤川 敬太	溝上 明成	溝上 明成	藤川 敬太	溝上 明成
	腎 臓	村谷 良昭	徳山 鮎子	新井 英之	新井 英之	村谷 良昭
	糖尿病	厨 源平	AM 永延 佳子 PM 有森 春香	厨 源平	厨 源平	AM 有森 春香 PM 永延 佳子
※新患外来は原則午前中となります	総合診療	—	鳥居 和広	龍田 洋一	鳥居 和広	龍田 洋一
	血 液	早田 央	—	早田 央	—	—
	内分泌	—	—	午後～診療 安藤 隆雄	—	—
	神経救急対応	西浦 義博	上野 末貴	長郷 国彦	西浦 義博	上野 末貴
	救急部	救急部医師（龍田医師他）				
外科	消化器	濱崎 景子	山口 広之	旧患 渋谷垂矢子	濱崎 景子	旧患 小畑 智裕
		小畑 智裕	小松 英明		石井 光寿	
	呼吸器	(旧患・呼吸器のみ)	—	君野 孝二	—	君野 孝二
	乳腺内分泌	小畑 智裕	—	村岡 昌司		村岡 昌司
整形外科	ストーマ外来	ストーマ外来(要予約) 第2・第4 14時～	—	—	—	—
	新 患	渡邊精一郎	石井 孝子	石井 孝子	土井口祐一	土居 満
	旧 患	土井口祐一	渡邊精一郎	土居 満	石井 孝子	渡邊精一郎
	新・旧患	今村 善彦	山崎 兼吾	田代 香澄	今村 善彦	中山 裕介
小児科	※要相談 専門外来 その他 14時00分～	乳児健診(要予約) 14時～	第4 (アレルギー) 田代 香澄	第2 (アレルギー) 田代 香澄	第1・第3 (心臓) 本村 秀樹 中垣 麻里	(発育) 山下 未央
		予防接種(要予約) 15時～15時30分	—	第1・3・5 (神経) 松尾 光弘	—	第2・4 (神経) 今村 善彦
		—	—	慢性疾患外来	—	—
	新患(連携・院内)	—	松尾 陽子	横山 洋子	松尾 陽子	横山 洋子
皮膚科	旧 患	横山 洋子 松尾 陽子	横山 洋子	松尾 陽子	横山 洋子	松尾 陽子
	新 患	青木 大勇	西村 直樹	渡辺 淳一	西村 直樹	渡辺 淳一
	旧 患	西村 直樹	渡辺 淳一	西村 直樹	青木 大勇	青木 大勇
	ストーマ外来	ストーマ外来(要予約) 第1・第3 13時30分～	—	—	—	—
泌尿器科	新・旧患	草野 真央	草野 真央	草野 真央	草野 真央	草野 真央
	新 患	塚崎 尚紀	久永 将史	久永 将史	塚崎 尚紀	久永 将史
	旧 患	久永 将史	塚崎 尚紀	塚崎 尚紀	久永 将史	塚崎 尚紀
	専門外来	—	—	14時30分～16時	—	—
耳鼻咽喉科	術前外来・いたみの外来	酒井 一介	—	—	新谷 貞代	—
	緩和ケア外来	—	—	—	—	新谷 貞代
麻酔科	新 患	立石 聖子	福島 愛	吉田 至幸	松脇 隆博	第1・3・5 立石 聖子 第2・4 吉田 至幸
	旧 患	松脇 隆博 福島 愛	立石 聖子	—	吉田 至幸	松脇 隆博
	妊婦健診	—	吉田 至幸	立石 聖子	福島 愛	助産師
	母乳外来	☆ご希望の方は要予約(内線2610)				
放射線科	新・旧患	検査依頼は、二川 栄 ・ 筒井 伸まで				
歯科口腔外科	新・旧患	吉富 泉	吉富 泉	吉富 泉	吉富 泉	吉富 泉

※ は新患（紹介患者）担当医師

*各科受付時間は、8時30分から11時まで

〈急を要する紹介は、医療連携室を介さず直接担当医に御連絡ください。〉

予約受付時間 月～金 8:30～17:00

(17:00以降については、翌日の取扱となります)

休診日 土曜日・日曜日・祝日

年末年始(12月29日～1月3日)



独立行政法人 地域医療機能推進機構

諫早総合病院 医療連携室

〒854-8501 長崎県諫早市永昌東町24-1
TEL 0957-22-1380 FAX 0120-1388-35