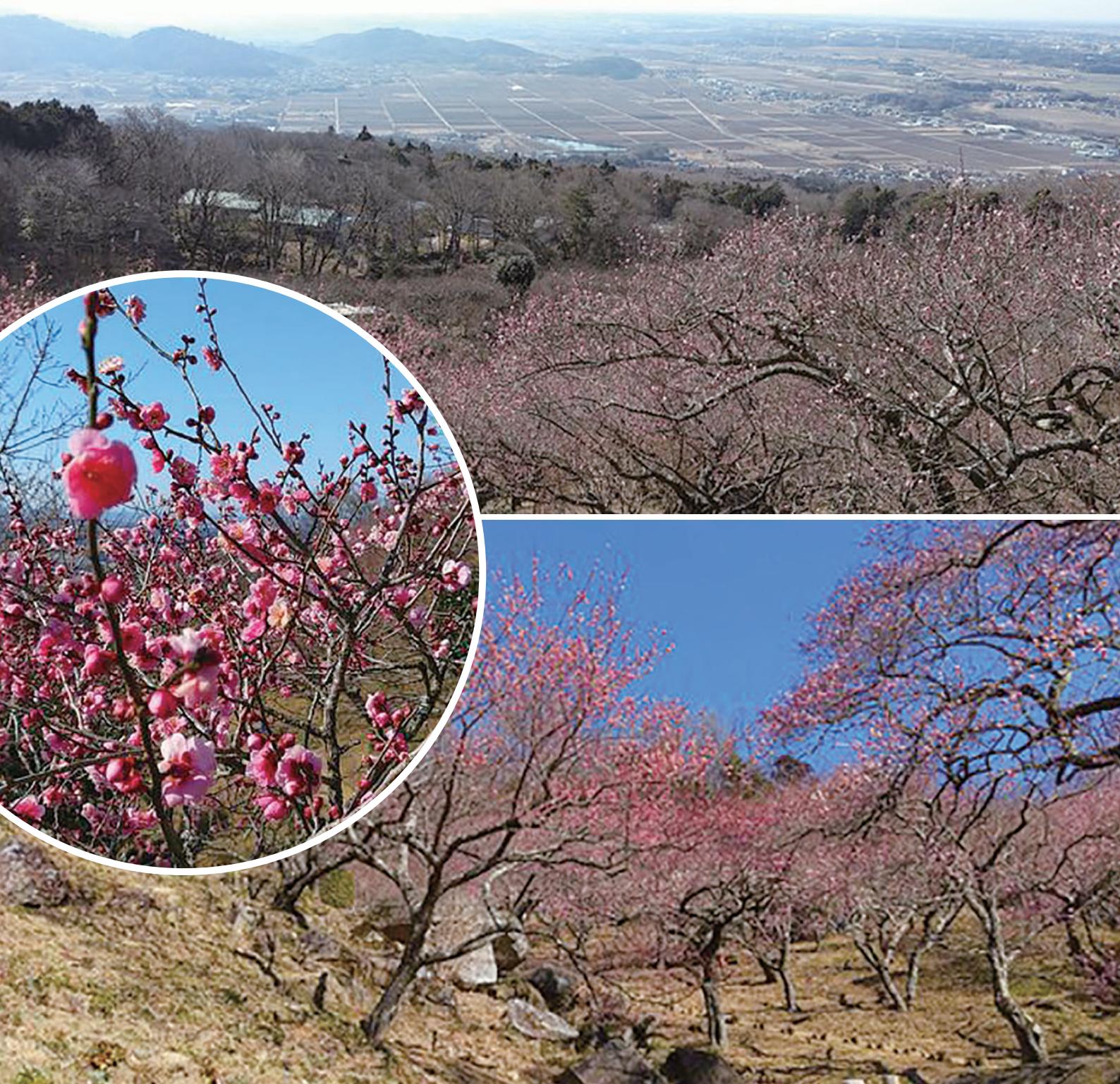


ゆりの花たより

2022
vol.56

年頭のご挨拶	2	～光保育園(院内保育所)のご紹介～	3
急性心筋梗塞を発症した患者さんに対する当院での診療	2	第28回 栄養管理室のフレッシュコラム	4
小児科予防接種WEB予約	3	第42回 リハビリ元気通信	4





年頭のご挨拶

病院長 遠藤 優枝

令和4年(2022年)が始まって、はや1ヶ月が過ぎようとしています。

2020年から続く新型コロナウィルス感染症への対応は、オミクロン株という感染力の強い変異株の出現とともに、新しい局面を迎えています。医療が発達し、感染対策に協力的な国民性を持つ日本にあって、これほど新規の感染症に苦しむ日がくるとは誰も想像していなかったことでしょう。

この2年 当院は新型コロナウィルス感染症の迅速な検査体制を整え、ワクチン接種による予防対策にも注力して参りました。患者さん受け入れにあたっては、院内感染対策に万全を期して運営して参りました。この間、当院のもう一つの役割である、救急医療を守ることにも取り組んで参りました。

コロナ下であっても、持病の悪化や脳卒中、心筋梗塞といった突然の疾患は待ってはくれません。いざというときに安心して受診できる病院であり続けるために、引き続き設備の充実や、医療レベルの向上に努めていきたいと思います。

一方、医療従事者の働き方改革も安全安心な医療を提供する上で大事な要件になってきています。地域の医療機関、クリニック、福祉機関のみなさんと協力し、必要なときに必要な医療や支援が速やかに受けられる連携体制を強化していくことを考えております。地域の皆さんには、病院の上手なかかり方とともに考えながら、引き続き当院を見守り、ご支援を頂きますよう心よりお願い申し上げます。

急性心筋梗塞を発症した患者さんに 対する当院での診療

循環器内科 科長 安達 亨

急性心筋梗塞は、心臓の筋肉に酸素を含んだ動脈血を供給するための血管である「冠動脈」が“閉塞”して血流が“途絶”することで発症する病気で、21世紀になって20年経過した現在もなお、致命的になりうる病気です。当院では、4人の循環器専門医により、急性心筋梗塞を発症した患者さんに対して、365日24時間体制でカテーテルを用いた血行再建術(カテーテルを用いて冠動脈の閉塞部位を拡張して、血流が再開する治療:図参照)を提供しています。

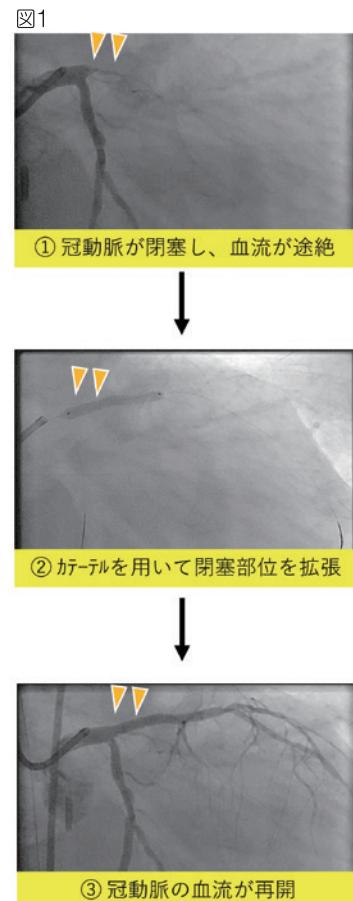
当院では、2021年1月～12月の1年間で、冠動脈の病気(心筋梗塞および狭心症¹)が疑われた285名の患者さんに対してカテーテルを用いた冠動脈の造影検査を施行し、174名の患者さんに対して冠動脈の血行再建術を施行しました。そのうち53名の患者さんが急性心筋梗塞の診断で、緊急の血行再建術を施行しました。急性心筋梗塞は、心電図の所見から「ST上昇型」と「非ST上昇型」に分別され、前者が42人、後者が11人でした。

急性心筋梗塞は、来院～再灌流までの時間(Door-to-Device time)が大切で、特に「ST上昇型」では来院後90分以内の再灌流を目標としています。当院では上述42人中28人が目標を達成し、多くの患者さんに対して、回復して退院できるまでサポートをすることができました。

心筋梗塞を発症した患者さんに対する迅速かつ確実な治療を提供するとともにその質の向上を目指して、多職種スタッフが連携して、病院全体で日々研鑽を積んでいます。

守谷市内および近隣で当院との連携のご協力をいただいている総合病院／クリニックの医師はじめスタッフの方々へ、この場を借りてお礼を申し上げます。今後とも、よろしくお願いいたします。

¹狭心症は“心筋梗塞の一歩手前の状態”で、冠動脈が“狭窄”して血流が“低下”することで発症する病気です。



小児科予防接種WEB予約



2022年1月17日(月)より、小児科予防接種の受付をすべてWEBにて行っております。

WEBでは、24時間予約可能となっており、ご自宅にて、スマートフォンで予約・管理ができます。

ご家族の過去の接種履歴は、母子手帳該当ページの写真を撮り登録すると、数日でデータ化されます。

登録されたデータとお誕生日から、標準的な接種目安が確認できます。

実際の母子手帳では、接種履歴が多くなると大変見づらくなりますが、接種履歴や次回の予約日程をWeb上できれいに整理して、スマートに管理できます。

保護者の皆さまの負担を減らす一助として、お役立ていただけますと幸いです。

当院で小児予防接種をご予約の際は、ご利用をお願いいたします。

[予防接種WEB予約システム登録QRコード](#)



～光保育園(院内保育所)のご紹介～

光保育園主任 廣田 曜子

1990年(平成2年)4月に開院した当時から、職員(医師・看護師・一部の技術医療職)のお子様をお預かりし、天使のようなかわいい存在と32年楽しい毎日を過ごさせていただいております。2021年(令和3年)4月からはお預かりの対象を全職員に広げ、より安心して働いていただけるよう努めて参りました。

ここ数年の環境の変化の為、保護者の方々にイベントへの参観をしていただけない現状ではあります、お子様たちには思いっきり行事を楽しんでもらいたいと思い、保育士一同はりきって計画・準備をして行っています。

大人は身体の接触がなくともお互いに敬意を払い、人との交際をすることは可能ですが、乳・幼児期は愛情豊かな関わりの下、身体的にも精神的にも満たされることが必要不可欠です。日々の感染対策を心掛けながら、いつの日か心あきなく抱きしめることができることを切に願っております。



今回は、腎臓病と関連するカリウム(K)について御紹介したいと思います。

K カリウム

基準値

3.5~5.0mEq/l

健常者は、血清カリウム値はほぼ一定に保たれています。

摂取したカリウムの約90%が尿中に排泄されますが、腎機能低下がすんでくると腎臓からのカリウムの排泄が不十分となり、血清カリウム値が上昇します。

* 5.5mEq/l以上を高カリウム血症といいます。

特に7.0mEq/l以上の値になると不整脈などの症状が出てきます。

〈高カリウム血症の主な症状〉

筋肉・神経系の症状: 脱力感・四肢の麻痺・しびれ感・味覚障害・不整脈

〈カリウムを多く含む食品〉

肉、魚、卵、乳製品などの動物性食品に比較的多く含まれていますが、芋類・緑黄色野菜・海藻類・果物・種実類・豆・豆製品にも多く含まれています。



カリウム制限の指示がある場合は、1度にたくさん食べないように気をつけましょう。

〈カリウムを減らす方法〉

カリウムは水に溶ける性質がありますので、調理法により減らすことができます。

- ①ゆでこぼす
- ②水にさらす
- ③水をきる、しぼる



※電子レンジ加熱や蒸し料理では減りませんので、注意して下さい。



第42回 オーラルフレイルを予防・改善して人生100年時代を健やかに

理学療法士 深谷 大輔

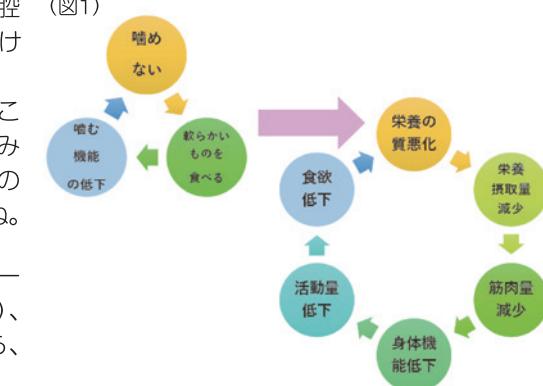
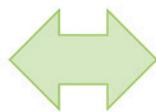
「100年mouth 100年health 口は、生きるの1丁目。」これは、とある口腔ケア製品を取り扱う企業のCMのキャッチコピーです。人生100年時代における口腔機能の重要性がギュッと詰まったフレーズだと思います。

オーラルフレイルとは、「噛む機能・飲み込む機能」が低下した状態です。そこから食事量の減少・栄養障害となり、全身の機能低下、さらなる噛む機能・飲み込む機能の低下…という悪循環へと陥ります(図1)。食べることは、私たちの生命を維持する基本中の基本ですので、まさに「口は、生きるの1丁目。」なんですね。

そこで今回は、オーラルフレイルの予防・改善に効果的な首の筋力トレーニングをご紹介します。仰向けになり(膝は曲げても伸ばしても構いません)、アゴを胸に近づけるように頭を持ち上げます。その状態を3~5秒保つたら、ゆっくり頭を下ろします。これを5~10回行います(図2)。



(図2)



実際にやってみると、意外と頭が持ち上がらない感じる方も多いと思います。そのような方は、手で頭を持ち上げても構いません。首を痛めないように注意して行ってください。



茨城県では、コロナ禍で県民のからだや心の機能が低下することを予防するために、フレイル予防に関する動画とリーフレットを作成し、ホームページ(<https://www.pref.ibaraki.jp/hokenfukushi/chiiki/zaitaku/fureiru.html>)で公開しています。こちらもぜひ参考にしてください。

第43回もお楽しみに!