総合守谷第一病院

ゆりの花たより

2024
vol.64

冠血流予備能検査(FFR)について …… 2
より負担のすくないお産を体験してみませんか? …… 3
世界糖尿病デーのイベントを終えて …… 3
第50回 リハビリ元気通信 …… 4
第36回 栄養管理室のフレッシュコラム …… 4

第40回守谷ハーフマラソン救護班メンバー集合写真

冠血流予備能検査(FFR)について

循環器内科部長　大橋 潤一

患者様の中には心筋梗塞や狭心症といった冠動脈の病気で、心臓カテーテル検査・手術を受けられた方も多いのではないでしょうか?

以前から冠動脈(心臓を栄養している動脈)の病気に対する治療は、大きく分けて3つあります。薬を飲む治療、心臓カテーテル手術、冠動脈バイパス手術です。

近年、特に心臓カテーテル手術に関しては使用する道具は著しい進歩を遂げています。従来はカテーテルでは治療困難であった高度石灰化病変や複雑病変に対しても、治療できる可能性が高まっています。その反面、どの程度の狭窄まで治療すべきかはなかなか判断が難しいところでした。狭心症では、"「冠動脈の虚血が証明された病変のみカテーテル手術を行う」"というのが現在の主流です。いくつか虚血を評価するための検査はありますが、この度当院では新たな検査方法としてFFRアンギオという装置を導入し、心臓カテーテル検査を行った後、15-20分程度で虚血があるかどうかを判定することが可能となりました。

FFRアンギオは**撮影される冠動脈造影から画像を解析して、FFR値(虚血があるか数字で明確に算出)を算出することができます。**冠動脈圧ワイヤーや充血剤が必要ないため、従来よりも低侵襲でFFR値を導き出すことが可能なシステムです。

「血管が狭くなっているから治療する」というのではなく、本当にそれが悪さをしているのかを証明することで、適切な治療を提供することが可能となります。

現段階ではこの装置が導入されている病院は、日本でも多くはありません。病気の状況に応じた最善で最適な治療方針を、今後も提示できればと考えています。

医療について知りたいことや疑問に思っていること、ありませんか?

医師・看護師・検査技師・リハビリ
ます。患者さんやご利用者の方が
ご投函下さい。ご質問等の内容に

より負担のすくないお産を体験してみませんか？

産婦人科 科長　髙橋 賢司

妊娠生活を送る中、赤ちゃんへの愛情が膨らんでいく一方で、『お産』に対する不安が大きくなる方も多いかと思います。そんな母さんたちの不安を和らげる選択肢のひとつとして『**無痛分娩**』があります。日本ではまだ主流とは言えないのが現状ですが、世界保健機関(WHO)でも無痛分娩を推奨しており、欧米では約7割の出産が無痛分娩です。

出産はご家族にとっても一大イベントであり、一人の女性が出産を経験する回数の少ない現代では、一回の出産の持つ意義はますます大きくなっています。お産の痛みに対する考え方も人それぞれで、痛みは我慢してでも自然に出産したいと考える方もいれば、なるべく痛みを少なく出産し、苦痛の軽減や体力温存をしたいと考える方もおられます。以前は出産に伴う痛みも我慢するしかありませんでしたが、現代医療の進歩によって、いまでは安全に分娩中の痛みを和らげることも可能となりました。

「無痛分娩」とは、お産の痛みや精神的な苦痛を“緩和”するための手段のことです。当院では妊産婦さん一人一人の出産に対する考え方を尊重し、希望される方には「無痛分娩」を選んでいただける体制を整えております。最も効果的で安全な方法は「硬膜外麻酔」であり、当院でも硬膜外麻酔による無痛分娩を行っています。ご希望の方は、当院の産婦人科外来にて説明資料をお渡ししていますので、お気軽にお声掛けください。

世界糖尿病デーのイベントを終えて

ブルードーナツの会

急激に広がり続ける糖尿病の脅威を踏まえ、国際連合は、2006年から毎年11月14日を「世界糖尿病デー」と認定し、世界各地で糖尿病の予防、治療、療養について啓発活動を推進しています。(11月14日は、「インスリン」を発見したカナダ人医師フレデリック・バンティングの誕生日です。)当院でも昨年度からイベントを行っており、今年度は2023年11月13日～11月18日の期間に、『シックデイ』『糖尿病性腎症』『糖尿病性網膜症』『たんぱく質クイズ』をテーマに開催しました。また、糖尿病予防運動のシンボルカラーであるブルーにライトアップも行いました。足を運んでくださった患者様・ご家族様に、糖尿病のDVDを見ていただいたり、シックデイや合併症のご説明をさせていただきました。外来受診の忙しいさなかではありますが、ご参加いただきました患者様・ご家族様、ありがとうございました。このようなイベントを通して、糖尿病について考えるきっかけとなっていただけると幸いです。

リスタッフ・事務員からなる広報委員会では、病院広報誌『ゆりの花たより』を発刊し、病院からのお知らせや医療に関する情報をご来院の皆様に提供してい
日々医療に関して知りたいことや疑問に思っていることについて、出来る限りお答えします。各階に設置してあるご意見箱に記入用紙がありますので、ご記入の上、
によっては、お答え出来ないこともございますので、予めご了承下さい。

第36回 栄養管理室のフレッシュコラム　冬こそしっかり水分補給

管理栄養士　久松 友佳里

冬の寒い季節となりましたが、皆さんは積極的に水分を摂っていますか?

夏の時期に比べ汗をかくことが少なくなり、のどの乾きを感じにくい季節ですが、水分不足は夏だけではなく、冬も引き起こすことがあります。

人の体の約60%は水分から成り、普通に生活をしていても、1日に約2～2.5Lもの水分を失っています。汗をかかなくても、気温が低く乾燥した環境では、皮膚などからも水分が失われ、気が付かないうちに水分不足となります。

では、冬に水分不足になるとどのような影響があるのか。

☑ 脱水になりやすい

喉が渇き、肌や口の中が乾燥します。さらに脱水が進むと頭痛やめまい、吐き気などの症状が出ます。

☑ 風邪をひきやすい

水分不足になると、喉や鼻の粘膜が乾燥しウイルスなどが体の中に侵入しやすくなり、風邪などをひきやすくなってしまいます。

☑ 脳梗塞、心筋梗塞のリスクが上がる

体内の水分が少ないと血液の粘度が上がり、いわゆる血液ドロドロの状態になります。ドロドロの血液は血管が詰まりやすく、脳梗塞や心筋梗塞のリスクが上がります。

1日の必要水分量

私たちは、食事から**約800ml～1000mL**、代謝水（体内で作られる水分）で**約300ml**の水分を得ていますので、飲み水として必要な水分量は**1,200ml～1,500ml**となります。

一度に飲むのは難しいので、普段からこまめに水分補給をし、からだの渇きを予防しましょう。

※アルコールやカフェインは利尿作用があり、通常よりもたくさん水分を排出してしまうため注意が必要です。アルコールを摂取する時は、こまめに水を飲み、カフェインのある飲み物は少しにするなど工夫をしましょう。

リハビリ元気通信　第50回 ホントは怖い深部静脈血栓症（しんぶじょうみゃくけっせんしょう）

作業療法士　服部 公二

深部静脈血栓症という言葉を聞いたことはありますか?これは下腹部や大腿、下腿の静脈に血液の塊(血栓)ができてしまう病気です。症状としては足が赤黒く晴れてしまい、痛みを生じます。深部静脈血栓症は無症状の事もあり、気付かないうちに血栓ができてしまっていることも多いです。

しかしこの病気の怖いところは、血栓が血液に乗って肺の血管に詰まり肺塞栓を起こすことです。肺塞栓は「エコノミークラス症候群」とも言われ、テレビなどで聞いたことがあるのではないでしょうか。肺塞栓は胸の痛みや不快感、また呼吸困難になることもあり、最悪の場合命に関わることもある重篤な疾患です。

重要なのは予防することで、「長時間同じ姿勢でいない」「こまめに足の体操を行う」この2つがポイントです。

長時間の乗り物移動や災害時の車中泊(横にならずに座席に座ったままの状態)で発症しやすいため、可能であれば定期的に体を動かすことが有効です。状況により難しい時には足の体操をしてみましょう。

令和6年能登半島地震発生後にも首相官邸よりエコノミー症候群の注意喚起とともに予防策として足の体操が紹介されていますので、それを参考にしてみてはいかがでしょうか。

❶ 足の指でグーをつくる

❷ 足の指をひらく

❸ 足を上下につま先立ち

❹ つま先を引き上げる

❺ ひざを両手で抱え足の力を抜いて足首を回す

❻ ふくらはぎを軽くもむ

第51回もお楽しみに!

発　行　社会医療法人社団　光仁会　総合守谷第一病院
編　集　広報委員会
発行日　令和6年2月29日
〒302−0102　茨城県守谷市松前台1−17
TEL 0297−45−5111（代）
FAX 0297−45−5050
印　刷　前田印刷株式会社　筑波支店

関連施設
ひかり訪問看護ステーション・ひかり居宅介護支援事業所
TEL0297−48−0972
すこやかルーム（守谷市病児病後児保育室 運営委託）
TEL0297−45−2194
こども発達支援カミーノ
TEL0297-47-8108

https://www.moriya.daiichi.or.jp