

あおぞら



医療理念

1. 医療の原点に立った心温まる医療
【Humanism】
2. 高度医療の提供
【High Level】
3. 職員一同連携し仕事を通じての
人間的成長 【High Growth】

目次

高齢者の肺炎対策 フレイルを予防しましょう…	2
部署紹介 南3階	3
「医療費あと払い」サービス導入のお知らせ	4
前期医療安全院内研修会 / 前期院内発表会	5
行楽弁当レシピ	6
釣り同好会 / パン屋さん	7
外来週間診療予定表	8

特定医療法人

高齢者の肺炎対策

フレイルを予防しましょう

呼吸器内科部長
永吉 洋介



肺炎は高齢者の主要な死亡原因の一つであり、長生きのためには注意しなければいけない疾患です。肺炎と一口に言っても、患者さんの背景により死亡率は大きく異なり、図のように通常の市中肺炎に比較して、普段から医療・介護を要す高齢者の肺炎（医療・介護関連肺炎）や、入院患者さんに起きた肺炎（院内肺炎）では死亡率が著しく高くなります。この差はどこからくるのでしょうか？これまでの研究で肺炎の死亡率に関わる様々な要因が見出されていますが、多くのものは大雑把に言うと患者さんの生理的予備能の低下に関わるものと言い換えることができそうです。当科では肺炎の診療に力を入れており、クリニックの先生方より多数の肺炎患者さんをご紹介いただいておりますが治療薬が効かない肺炎に遭遇することは少なく、重症の方でも肺炎自体は一旦沈静化することが多いです。元々お元気な方はその後速やかに回復されますが、予備能が低く普段より活動性が低く介護を要す方は肺炎の鎮静化後の回復が遅れやすく、食欲・活動性の低下や合併症の併発などによりさらに衰弱が進み元の生活に戻れなくなったり、命が危なくなることもあります。

近年、健康者と要介護者の中間に位置する状態として「フレイル」という概念が提唱されています。フレイルとは加齢に伴う体力と心身の活力の低下による老衰の入り口のような状態のことで、介護を要す程ではないが疲れやすく、握力や歩行速度、体重の低下やひきこもりがちになるなどの症状をきたし

たもので、この段階ではまだ努力により改善することが可能です。フレイルは現在話題のCOVID-19を始め、季節性インフルエンザ、細菌性肺炎の予後を悪化することが海外の研究者により指摘されていましたが¹⁻³⁾、最近国内の研究でもフレイル高齢者は約2倍肺炎にかかりやすく重症化しやすいことが報告されました⁴⁾。これらの報告からは、感染症に負けず長生きするためには高齢者のフレイルを早く認識し改善することが如何に大事であるかがわかります。当院では肺炎患者さんの目先の治療のみでなく、多職種のスタッフと連携し身体的、精神的、社会的観点からのフレイルの適切な評価と対応、および患者さんへの指導を心がけて診療にあたっています。

日本老年医学会は高齢者自身がフレイルの進行を予防するために重要なこととして、①動かない時間を減らし、自宅でもできる軽い運動を日常的に行うこと、②バランスの良い食事をしっかり食べて栄養をつけること、③口腔内を清潔に保ち、口周りの筋力を保つこと、④家族や友人との支え合いを大事にし交流を絶やさないと、などを挙げています。老年医学会のホームページにわかりやすく詳細が記載されていますのでご参照ください。

人生100年時代となった今、長く充実した老後を過ごすためにフレイルのことをよく知り、予防と改善を心がけましょう。

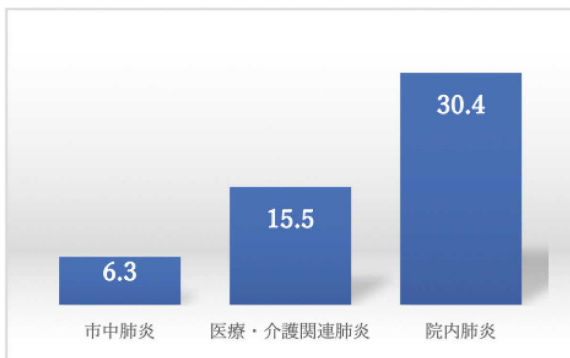
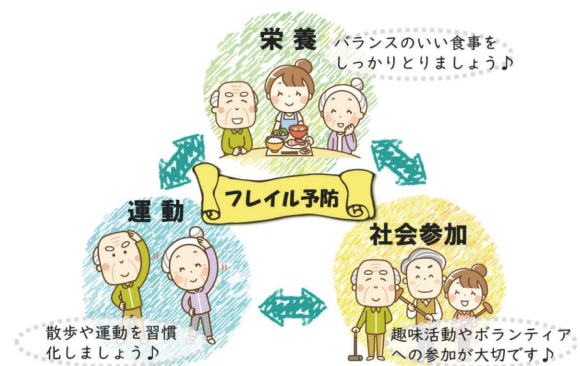


図)肺炎の分類と死亡率 (%)
日本呼吸器学会成人肺炎診療ガイドライン2017より改変



引用文献

- 1) Hewitt J, et al. Lancet Public Health. 2020
- 2) Lees C, et al. J. infect. Dis. 2020
- 3) Luo J, et al. BMJ Open. 2020
- 4) Iwai-Saito K, et al. Sci Rep. 2021

部署紹介

南3階病棟

南3階病棟と言えば…とスタッフに聞いたところ、特に多かった答えは、入退院が多く患者さんの入れ替わりが激しい。の音がほとんどでした。

当病棟は、49床と院内で一番多くのベッド数を有しており、毎月100人以上(月平均115人)の入退院があります。外科の入院では主に、手術前後の患者さんや化学療法、緩和医療の患者さん、他にも内科の患者さんなどが同じ病棟に混在されており、スタッフも幅広い知識で対応しなければなりません。また、ストーマ外来も南3階で行っており、入院から外来までを通してフォロー出来るところも南3階の特徴です。

2020年度の外科の手術件数は809件でうち最も多い手術は、腹腔鏡下鼠径ヘルニア修復術、次に多い手術は、痔核切除術などを含む肛門疾患に関する手術です。

腹腔鏡下での手術は他にも胆嚢摘出術や、結腸切除術、虫垂切除術なども行っており、開腹手術に比べ、傷も小さく入院期間も短くなっています。また、肛門関連の手術後は退院時の排便指導や食事指導なども行っています。

排便コントロール不良による便秘や下痢による入院も少なくなく、排便で困っている患者さんも多いため、今後新たに当院でも長崎で初めてとなる排便外来を立ち上げる予定となっています。

日々複雑な業務に追われ、患者さんとゆっくりお話しする時間も確保できないことにジレンマを抱える毎日ですが、患者さんのことを一番に考え、スタッフも一生懸命走り回っています。

チームワークのよさと、ベテランNsが多いことの強みを活かして、これからもポジティブ思考で頑張っていきたいです。

(M・U 記)

カンファレンス



毎日外科の廻診を行っています



「医療費あと払い」サービス導入のお知らせ

「医療費あと払い」サービスはお支払を後日引き落としにできる新しいサービスです。会計の際の待ち時間が軽減され、現金の持ち合わせを気にする必要もありません。

「医療費後払い」サービスの特徴

- ・会計を待つことなくすぐに帰宅できます。※処方箋がある場合は時間を要する場合があります。
- ・現金の持ち合わせを気にすることなく受診ができます。
- ・家族の分をまとめてお支払いできます。
- ・サービス登録・利用は無料です。

お支払方法:口座振替

申込書にご記入の金融機関口座からお引き落とし。
振替日は**通院の翌月27日**です。

ご利用方法

①まずは事前登録をお願いします

受付へお申し出ください。申込書をお渡しします。

もしくは「医療費あと払い」Webページの新規会員登録画面より申し込みください。



②窓口であと払いの利用をお申し出

手続き完了のお知らせがご自宅に届いたら(2週間前後かかります)、次回来院時に**必ず**受付までお申し出ください。

※Web登録時は登録したその日から利用可能です。その際も**必ず**受付へお申し出ください。



③会計で待たずにすぐ帰宅

※処方箋がある場合、時間を要する場合があります。

よくある質問 Q&A

Q どの支払いにも利用できますか?

A 外来診療のみ利用できます。入院費は対象外です。
休日・時間外の診療費についてはお問い合わせください。

Q 利用代金の確認はどうすればわかりますか?

A ご利用の翌日以降に、下記の2つの方法で確認ができます。

■インターネット上で確認

「医療費あと払い」Webサイト内のマイページよりご確認ください。

■電話での確認

下記に記載の「医療費あと払い」お客様窓口へお問い合わせください。

お問い合わせ先

株式会社エムイーエックステクノロジーズ

「医療費あと払い」お客様窓口

電話:0120-515-851

(月～金 9:00～17:00 土日祝日、年末年始除く)

Q 領収書・診療報酬明細書はもらえますか?

A ご希望の時は受付へお申し出ください。次回診療時にお渡しします。

Q 利用者(受診者)と支払者は同一でなければならないですか?

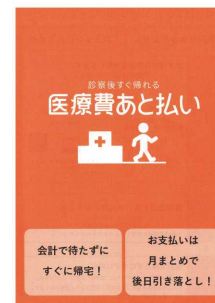
A 同一でなくても大丈夫です。
利用者は口座名義人以外でもご登録いただけます。

Q 残高が足りなかった場合はどうなりますか?

A 引き落としができない場合は運営会社(株)エムイーエックステクノロジーズよりお振込依頼のご案内をお送り致しますので、利用翌々月の15日までにお振込ください。

申込書の設置場所:受付窓口のみ

パンフレット設置場所:受付会計前、外科外来前



前期医療安全院内研修会に参加して

当院で年2回実施される医療安全研修は、コロナ禍に伴いポスター掲示での研修となりました。主な内容としましては院内全部署からの「2020年度医療安全目標：取り組みと評価」、「医療安全5S活動：ビフォー・アフター」が写真で紹介され、他にも医療安全に関するクイズ等が掲載されました。中でもどの部署においても年々成果を高めている**医療安全5S活動**についてその一部を紹介します。5Sとは言うまでもなく『整理・整頓・清潔・清掃・しつけ』を意味します。

院内の医療安全管理委員会が中心となり、光晴会病院独自の5S基準も作成しています。



項目は掲示物、棚の上の使用、OA機器などのコード類、PC近くの飲食物、掃除、書棚の整理・整頓についてです。どの部所も取り組み前後を比較すると本棚やデスク周り、作業スペースが整理・整頓され見栄えだけでなく、業務や作業効率のアップにつながられたと実感しています。

今後も5S活動を日々継続することで安全な職場環境を構築し、病院を利用される方々が安心できる医療・看護の提供に努めていきたいと思えます。

前期院内発表会が開催されました

7月に前期院内発表会が初めてポスター形式で開催されました。

今回は検診センター、リハビリテーション科、南5階病棟、栄養科、薬剤科の5部署による発表でした。

～発表題目紹介～

健診センター：職員健診を円滑に実施するための取り組み

リハビリテーション科：コロナ禍におけるリハビリテーション科での感染対策

南5階病棟：A病棟における新型コロナ病棟立ち上げの実際

—スタッフの行動・意識について—

栄養科：当院での化学療法食（ひかり食）導入への取り組み

薬剤科：ポリファーマシー解消と薬薬連携への取り組み

最優秀賞は**栄養科**で、当院「光晴会病院」の“ひかり”から「**ひかり食**」と命名された**化学療法食**導入の取り組みが選ばれました。内容は化学療法の副作用によって食欲不振を認める患者さんに寄り添い、他職種との情報共有や「食事調整シート」を使用した詳細な患者さんからの聞き取りをもとにタイムリーに対応し、ひかり食に反映させたものでした。結果、通常の病院食がほとんど入らなかった患者さんから「これなら食べれた」「入院したらまたこの食事が食べたい」などの声を頂いたそうです。化学療法食の提供は食事満足度・喫食率・喫食意欲向上に繋がると考察されており、化学療法中の患者さんの食事への不安を和らげ、前向きに治療と向き合うための支援が評価されました。



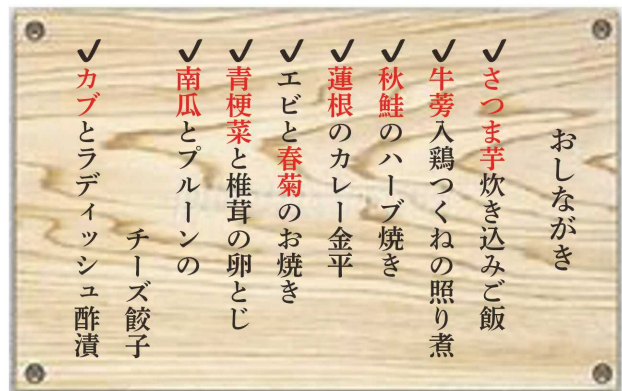


秋の味覚 満載の【行楽弁当レシピ】

爽りの秋が到来～。サンマや松茸、栗に柿、この季節を楽しみにしている方も多いと思います。

そこで、今回は旬の食材を使った『行楽弁当レシピ』をご紹介します。ステイホームでも秋を満喫できること間違いなしです!!

糖尿病センター 若杉礼子(記)



おしながき

- ✓ さつま芋炊き込みご飯
- ✓ 牛蒡入鶏つくねの照り煮
- ✓ 秋鮭のハーブ焼き
- ✓ 蓮根のカレー金平
- ✓ エビと春菊のお焼き
- ✓ 青梗菜と椎茸の卵とじ
- ✓ 南瓜とプルーンのチーズ餃子
- ✓ カブとラディッシュ酢漬



さつま芋炊き込みご飯(3人分)

1人分 266kcal

ご飯1合、さつま芋90g、銀杏水煮20g、薄揚げ1枚、料理酒小1、薄口醤油小2、だしの素2g、三つ葉

- ①ご飯を研ぎ、定量の水に浸ける
- ②芋は皮付のまま1cm角切、銀杏は半分切、薄揚げは2cm細切にする
- ③炊飯器に①、②、調味料を入れて炊く
- ④刻んだ三つ葉を混ぜる

牛蒡入鶏つくねの照り煮(2人分)

1人分 97kcal

ささがきごぼう20g、鶏挽60g、塩0.5g、卵15g、パン粉2g、片栗粉、油、濃口醤油小2、料理酒小1、砂糖3g、だしの素0.5g、水100cc、

- ①ささがきごぼう、鶏挽、塩、卵、パン粉を合わせてよく混ぜ、2当分にして俵型にし、片栗粉をまぶす
- ②鍋に油を熱して①を入れ、表面に焦げ目がついたら調味料を加えて、水気がなくなるまで煮詰める

鮭のハーブ焼き(2人分)

1人分 144kcal

鮭切り身1枚(70g)、塩こしょう、オリーブ油大2、白ワイン大1、乾燥バジル

- ①鮭は半分に切って塩こしょうをふる
- ②ビニール袋に調味料を入れ、①を加えて一晩おく
- ③フライパンを熱して②を入れ、両面に焼き目をつけ、中まで火を通す

蓮根のカレー金平(2人分)

1人分 57kcal

レンコン60g、人参20g、ベーコン1枚、油、料理酒5g、コンソメ0.5g、水50cc、カレー粉、塩こしょう、濃口醤油小1/3

- ①レンコンと人参は5mm厚のイチヨウ切、ベーコンはスライスに切る
- ②鍋に油を熱して①を炒め、料理酒、コンソメ、水を加えて火を通す
- ③カレー粉、塩こしょう、濃口醤油を絡める

エビと春菊のお焼き(2人分)

1人分 80kcal

むきエビ100g、春菊10g、塩こしょう、ごま1.5g、小麦粉大1/2、卵1/2個、ごま油

- ①むきエビは軽くたたいて塩こしょうを加え、粘りが出るまで混ぜる
- ②みじん切の春菊、ごま、卵、小麦粉を加えて混ぜ、ごま油を熱したフライパンに1/4ずつスプーンで落とし入れて焼く

青梗菜と椎茸の卵とじ(2人分)

1人分 113kcal

青梗菜50g、椎茸20g、バター5g、卵2個、マヨネーズ5g、塩こしょう

- ①青梗菜は1cm幅に、椎茸はスライスに切る
- ②フライパンを熱してバターを溶かし、①を炒めてしんなりしたら、マヨネーズ、塩こしょうを溶いた卵を加えて全体をまとめる

南瓜とプルーンのチーズ餃子(2人分)

1人分 116kcal

南瓜60g、干プルーン2個、とろけるチーズ10g、餃子の皮6枚、塩こしょう、油

- ①南瓜は皮をむいてイチヨウ切にし、電子レンジ600Wで4～5分加熱してつぶす
- ②①の粗熱がとれたら刻んだ干プルーン、チーズ、塩こしょうを加えて6当分にし、餃子の皮で包む
- ③フライパンに油を熱して②を焼く

カブとラディッシュの酢漬(2人分)

1人分 49kcal

カブ1/4個、ラディッシュ4個、塩、酢大2、水大2、蜂蜜小2

- ①カブは皮をむき、ラディッシュと共に亀甲模様に切込みを入れ、塩水につけてしんなりさせる
- ②ビニール袋に調味料を入れ、水気を絞った①を加えて一晩漬け込む

心身のリフレッシュと素敵な料理を -新人 釣り同好会だより-

皆さんこんにちは、新人釣り同好会です。部員は医師・管理栄養士・看護師の4人で職種や年齢の垣根を超え年の離れた兄弟のような素敵なチームワークで今年の夏から活動を始めました。

他職種の交流はとても新鮮で、釣りのお話はもちろん医療の話や栄養学・料理の事など夜通し時間を忘れて熱く熱く語りあっております。

いつもなら考えなかったユニークな観点や思考が飛び出し毎回ワクワクしながら活動しております。

釣りの腕前はかなり差がありますが、この同好会で日々の疲れをリセットしながら英気を養っております！



カツオの韓国風丼



カツオの塩レモンマリネ



ブル・Beurre道ノ尾駅店

「小麦工房ブル・Beurre道ノ尾駅店」がJR道ノ尾駅舎内に6月にオープンしました。ブルは時津店が人気のパン屋さんで、待望の長崎市内初出店です。病院のすぐ裏で駅舎内なので、とても利用しやすいです。10月の中旬からは、カレーのテイクアウトも始まりました。ブルのカレーはとても評判がいいです。店頭には、ブル発高級食パンが並び、イートインスペースもできていました。



時津店を開業されて10年、カレーパン、食パンが人気だそうです！その人気のカレー、高級食パンも販売されていますよ。他にもおいしいパンがたくさんあります。元シェフが作る焼き立て食パン、ぜひご賞味ください。おすすめです！！



外来週間診療予定表

2021年10月現在

	月	火	水	木	金	土
内科	ふくだ やすひろ 福田 康弘 (消化器)	みやぞえ ゆり 宮副 由梨 (消化器)	よしおか まさと 吉岡 正人 (一般)	みやぞえ ゆり 宮副 由梨 (消化器)	しばた ゆういち 柴田 雄一 (一般)	
	みやざき けんいち 宮崎 健一 (腎臓)	ひらい たつひろ 平井 達大 (腎・一般)	ふくだ やすひろ 福田 康弘 (消化器)	みやざき けんいち 宮崎 健一 (腎臓)	しばた りゅうじろう 柴田 龍二郎 (一般)	
	たうら なおた 田浦 直太 (一般)	まつたけ とよし 松竹 豊司 (呼吸器)	ながよし ようすけ 永吉 洋介 (呼吸器)	まつたけ とよし 松竹 豊司 (呼吸器)	ながよし ようすけ 永吉 洋介 (呼吸器)	
	いずみ もともり 和泉 元衛 (甲状腺・肥満)	むらた ともや 村田 朋哉 (消化器)	しばた ゆういち 柴田 雄一 (一般)	むらた ともや 村田 朋哉 (消化器)	いずみ もともり 和泉 元衛 (甲状腺・肥満)	
			よしだ ゆうき 吉田 有希 (腎・一般)			
循環器内科	こうの まさき 河野 政紀	いしざき まさひこ 石崎 正彦		こうの まさき 河野 政紀	いしざき まさひこ 石崎 正彦	
心臓血管外科	ふるたち あきら 古舘 晃	こが きよかず 古賀 清和		ふるたち あきら 古舘 晃	こが きよかず 古賀 清和	
泌尿器科	こんどう つばさ 近藤 翼	やまさき やすと 山崎 安人	こんどう つばさ 近藤 翼	大学医	やまさき やすと 山崎 安人	
外科	おかだ かずや 岡田 和也	おかだ かずや 岡田 和也	たなか しろう 田中 史朗	すすむ せいや 進 誠也	すすむ せいや 進 誠也	
	すすむ せいや 進 誠也	やまくち いずみ 山口 泉	えんじょうじ たかひろ 円城寺 貴浩	やまくち いずみ 山口 泉	たなか しろう 田中 史朗	
	きしかわ ひろき 岸川 博紀	えんじょうじ たかひろ 円城寺 貴浩	きしかわ ひろき 岸川 博紀	きしかわ ひろき 岸川 博紀	もりうち ゆき 森内 由季 (形成外科)	
【午後】 14:00 ～ 16:00		ひらい たつひろ 平井 達大 (腎臓病疾患専門)	みやざき けんいち 宮崎 健一 (腎臓病疾患専門)	よしおか まさと 吉岡 正人 (一般)	よしだ ゆうき 吉田 有希 (腎・一般)	
				(非常勤) しみず としまさ 清水 俊匡 (リウマチ専門)		
【午後】 13:00 ～ 15:00		第1・3・5週 こが きよかず 古賀 清和 (下肢静脈瘤専門)				
		ふるたち あきら 古舘 晃 (大動脈専門)				
糖尿病センター 9:00 ～ 12:00	あかざわ しょういち 赤澤 昭一	あかざわ しょういち 赤澤 昭一	あかざわ しょういち 赤澤 昭一	あかざわ しょういち 赤澤 昭一	あかざわ しょういち 赤澤 昭一	
	かわはら ひろみ 川原 仁美	せら やすのり 世羅 康徳	せら やすのり 世羅 康徳	せら やすのり 世羅 康徳 フットケアー	せら やすのり 世羅 康徳	

※ 診療科目：内科・外科・泌尿器科・循環器内科・心臓血管外科・消化器科・リウマチ科・リハビリテーション科・呼吸器科・腎臓内科・形成外科・肛門外科・糖尿病内科・麻酔科

※ 診療受付時間：午前8：30より 午前11：30まで **予約制ですので、できるだけ予約をお願い致します。**

光晴会病院 地域医療連携室 TEL 095-857-3563 (直通) FAX 0120-573-632 (直通)

(コミュニケーションマガジン) 編集委員

編集・発行責任者：岡田 和也

編集スタッフ：金子(顧問) 磯・境(南3階) 浜口・成富(北4階)
門田・岩崎(外来) 藤江(血液透析室) 山本(中材)
坂本(臨床工学科) 下田(総務課)

特定医療法人 光晴会病院

〒852-8053 長崎市葉山1丁目3番12号

TEL095-857-3533 FAX095-857-2572

http://www.kouseikai.org/