

広
報
T E N S H I - H O S P I T A L

天使びょういん

夏号
2015
JUL
vol.37



タイトル：「夢」 撮影：中神 由美子さん、三笠市にて (P8に紹介記事)



INDEX

- p2-3 Scope「医療ソーシャルワーカー」
- p4-5 特集「院内&地域のアレコレ取材!」
- p6 シリーズ「天使病院の天使たち」(第6回)
- p7 健康レシピ
「血管の若さを保つ(夏の脳卒中予防)500kcalレシピ」
- p8 お知らせ



「医療ソーシャルワーカー」

～ Medical Social Worker ～

医療ソーシャルワーカーは、患者さんやその家族の方々の抱える悩みや不安などに寄り添い、サポートしていく専門職です。入院中の心配ごとや退院後の生活、社会復帰、医療費などの経済的な悩みなど、幅広い相談支援を行っています。当院、医療社会事業課の医療ソーシャルワーカーに、仕事の内容や、役割などについて話してもらいました。

S:はじめに、医療ソーシャルワーカーの仕事について教えてください。

M:病院によって担っている役割は少しずつ違いますが、一般的には「医療機関に勤めている社会福祉士^{*1}で、病院に入院や通院をしている人たちが、病気により阻害されている生活上の課題に対して、社会福祉の専門的な技術を使って介入する人」のことを医療ソーシャルワーカー（※以下MSW）といいます。天使病院では2名のMSWが、「ゆりかごから墓場まで」様々なライフステージにいる方の相談援助を行っています。

E:どのような方が相談に来られますか？また、実際にその内容について可能な範囲で教えてください。

M:相談に来られる方は入院患者さんの割合が多いですね。他にも外来に通院している方、天使病院を受診されたことがない方など、どなたでも相談を受けています。相談内容は幅広く様々なものがありますが、その中でも退院支援が多いです。



E:退院支援とは具体的にどのようなことですか？

M:「病気によって今までできていたことができなくなってしまった」「日常でも医療処置などが必要になってしまった」ことに対して、その方が安心して暮らせるようなサービスについての情報を提供し、サービス利用までを支援したりしています。

O:「医療費や生活費が払えないけどどうしたらいいだろう・・・」など、お金の事に関する相談もありますね。お金がなくて病院にかかれないと、さらに病気が悪化して働けなくなるという悪循環に陥ってしまいます。そのようなことにならないようにできるだけのお手伝いをしています。

S:「相談」までの手順について教えてください

O:特に決められた手順はありません。直接医療社会事業課の窓口にお越しただいても、お電話でも構いません。入院中の患者さんやそのご家族が、医師や看護師など病棟のスタッフへ心配ごとをお話しされたことがきっかけで、私たちMSWとの「相談」に繋がるというケースもたくさんありますよ。



インタビュアー
小児病棟 東海林(S)



インタビュアー
臨床工学室 越前谷(E)



医療社会事業課
医療ソーシャルワーカー
榎野 裕也係長(M)



医療社会事業課
医療ソーシャルワーカー
奥村 奈緒子さん(O)



E:年間でのどのくらいの「相談」を受けているのですか？

O:月に350人くらいで、年間にすると4000人くらいの方からの相談を受けています。

S:最近MSWは増えてきていると聞きますが、天使病院でのMSWの活動はいつ頃から始まったのでしょうか？

M:実は当院の社会医療事業課の歴史は古く、昭和39年に開設されました。つまり50年前前から活動していたことになりですね。道内では早い方だと思います。

S:そんなに前からですか！？当時まだMSWが整備されていない中、患者さんにとって心強いものだったでしょうね。

E:最後に、この広報誌をお読みのみなさんにメッセージをお願いします。

M:私たちMSWは「権利擁護^{*2}」に基づいて相談援助をしており、患者さんだけでなく、患者さんに関わるすべての方が、相談者の視点に立って支援出来るようにしていくことをいつも考えています。また現在の病院は、「医療を提供する」という単体の役割だけでなく、病院を取り巻く地域や社会環境などにも注目して総合的にケアする「地域包括ケア」が大切になっています。地域の方が「自分たちの住む地域の中で、自分らしい生活を送ることがで

きる」ように地域の声を聞いて支援していくことはもちろんですが、その声を病院内に伝え、病院として何が出来るかを地域へ伝えていくという「発信して繋ぐ」役割が私たちには求められています。その役割をしっかりと果たしていきたいと考えています。

天使病院の医療社会事業課では相談内容は限定しておらず、「相談」という名の付くものは何でも受けています。誰に相談したらよいか分からないときは窓口に来てください。今まで天使病院を利用したことがない方、どなたでも気軽にご相談にお越しただいただければと思います。

O:皆さんが安心して地域で暮らせるようお手伝いしたいと思っているので、構えずに何でも相談してください。天使病院をご存知なかった方たちにも、「いい病院だね！頼りになる病院だね！」と言ってもらえるように頑張ります！

^{*1} 社会福祉士…ソーシャルワーカーの国家資格で、専門的知識や技術をもって、身体上もしくは精神上の障害があること、または環境上の理由により日常生活を営むのに支障がある者の福祉に関する相談に応じ、助言、指導、福祉サービスを提供したり、医師その他の保健医療サービスを提供する者、その他の関係者との連携及び調整・援助を行う専門職。

^{*2} 権利擁護…自己の権利を表明することが困難な寝たきりの高齢者や認知症(痴呆)の方など、障害者の権利擁護やニーズ表明を支援し代弁すること。



『ファイブロスキャン』

顧問・消化器内科 辻崎 正幸 先生



Profile

1981年に札幌医科大学医学部を卒業し、同第1内科入局。New York Medical College留学などを経て1992年より天使病院在職。2007年から天使病院院長、2013年より顧問就任。

認定医・専門医

- 日本内科学会 認定内科医
- 日本消化器病学会 専門医
- 日本血液学会 認定医・指導医
- 日本消化器内視鏡学会 認定医
- 日本医師会 認定産業医

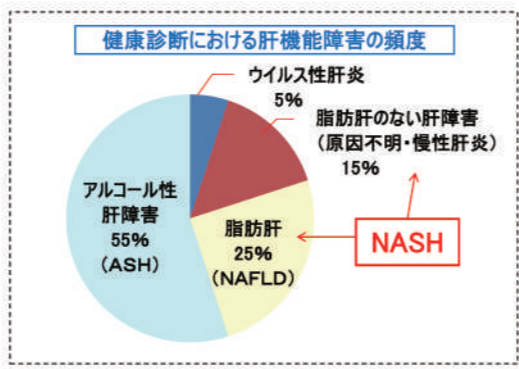
健康診断・人間ドックにおいて異常頻度が高いのは糖尿病、高脂血症、高血圧症、肥満、貧血より肝機能障害であることが統計上、明らかになっています。これは現代が肥満や生活習慣病に代表される「飽食の時代」にあることの表われであろうと予想されます。肝機能障害の疾患内容は、図にあるようにB型肝炎、C型肝炎などのウイルス性はわずかであり、アルコール性肝障害が約半分、残りは肥満に関連した脂肪肝、原因不明の肝障害に分類されます。B型肝炎に関して、ここ30年間で、ワクチン、中和抗体が治療に使われ始めてから、母子感染が完全に予防可能となり新患を認めなくなりました。さらに核酸アナログ製剤によりウイルスコントロールが可能となり治療が確立いたしました。またC型肝炎もウイルスが同定できなかった時代に輸血などで本邦では200万人位まで感染者が増加いたしました。しかし、献血時のウイルススクリーニング、抗ウイルス剤の開発により新たな感染者は極端に減少しています。治療法の進歩によりインターフェロン療法、3剤療法を経て、現在は経口2剤療法が開始され、副作用がほとんどなく90%以上にウイルスの陰性化を達成することが可能となりました。したがってウイルス性肝炎患者は今後確実に減少していくことが予想されます。

一方で、我が国での飲酒量、肥満の増加に伴って、アルコール性肝障害、脂肪性肝障害は増加傾向にあ

ります。今回、当院に入ったファイブロスキャンは、肝臓の硬さ(炎症・線維化の程度)と脂肪率を非侵襲的に評価できる装置です。今までのエコー(超音波装置)、CTでは脂肪肝、慢性肝炎、肝硬変、肝がんを画像として「ある・ない」を判断してきました。しかし、ファイブロスキャンは肝臓の硬さ、脂肪化程度を数字で表わすので、治療効果と経過を数字の変化としてみる事ができるようになりました。

健康診断・人間ドックをした場合の異常頻度

1. 貧血 5%
2. 糖尿病・耐糖能異常 5%
3. 高血圧 10%
4. 肥満 10~15%
5. 高脂血症 20~25%
6. 肝機能障害 25% ...肥満の増加



さらに最近、肥満・糖尿病に関連した脂肪肝の中にNASH(非アルコール性脂肪肝炎)といって脂肪肝から肝炎、肝硬変、肝がんへと進行する疾患が判明し、国内に100万~200万の症例が存在すると言われています。この疾患のスクリーニングにも活用できそうです。以上、示したように増加してきている肝疾患を正しく評価するファイブロスキャンを治療、病態の評価に役立てたいと考えています。



(ファイブロスキャンについては天使病院ホームページ「超音波検査」のページもご参照ください)

写真提供:株式会社エムエムアンドニーク

みきファミリークリニック



院長 三木 としつぐ 敏嗣 医学博士

副院長 三木 みき 純子 医学博士

Profile

大学の同級生で、平成20年12月に開院。野球部の息子2人分の洗濯物とお弁当づくりに追われながら2男1女の子育てで真っ最中。

Q. クリニックの沿革を教えてください。

平成20年12月に開業して、現在満6歳です。両親の健康状態も気になっていたこともあり、開業することを視野に東京から札幌に戻ってきたのが開業の約4年前です。当初は院長は札幌厚生病院、東栄病院に、副院長は札幌市保健所に非常勤をしていました。その間に札幌の生活にも慣れ、良いご縁にも恵まれて順調に開業することができました。

Q. 診療上のポリシーをうかがえますか。

“できることをできるだけ”そして“地域医療連携の重視”です。私達は常に“患者さんの生活を支える”ということを念頭に診療を行っています。そのためには患者さんの病気だけではなく、患者さんの家族や生活環境などを広くみることが大切になっています。「地域の中で暮らす家族の一員である一人の人間をみている」という感覚です。こうして、患者さんにとって最適、最善の方法を提供するために“できることをできるだけ”を実践しています。ただ、当然私達にはできないこともあり、その場合は地域の病院との連携や社会資源の活用などあらゆる方法で実現できるように力を尽くします。そのために私達は医師であるとともに、よき相談者、よきコーディネーターでもありたいと思っています。医師としての専門性を持ちながらもストライクゾーンは広くありたい。患者さんの生活を支えるためにどう病気と向き合うかを、生活環境に配慮するソーシャルワーカー的視点や公衆衛生を意識した保健師的視点を持ったオールラウンドな医師でありたいと思っています。

Q. 開業前から、そういう「オールラウンドな医師」を目指していらっしゃったのですか。

そうですね。大学時代、たまたま2人とも専門以外にも広

く目を向ける教授の下にいたということも影響していると思います。患者さんの生活環境や治療環境に配慮すること、公衆衛生、患者会活動、院内の委員会活動などあらゆる経験をしたことが基礎になっています。院長の専門は外科でしたが、大きな手術をして地域に戻ってどうサポートが必要なのかという視点から、今度は受け皿の方の役割で患者さんを診ていきたいと思っていました。また、副院長は公衆衛生の現場で働いていたので、病気の治療だけでなく、子育て支援という視点からも地域の小児科医の果たす役割や意義は大きいと、以前から感じていました。そこで、開業したらその一端を少しでも担うことができたらと思っていました。札幌の病院勤務では地域医療連携の礎を築かせていただきましたし、保健所では今まで知らなかった公的資源がたくさんあることや、保健師さんの公衆衛生に関する啓発活動の実際を目の当たりにすることができました。今までのいろいろな経験が今、私たちに活かされていることは間違いありません。

Q. 今後目指していることがあれば教えてください。

体型は太目ですが(!)細く長く、今のままクリニックを続けていきたいと思っています。そのためには、私たち自身も健康でいることが一番ですね。

Q. 天使病院との連携について、望むことはありますか？

いつもバックアップしていただきありがとうございます。小児科では、天使病院での受入れが難しい場合にも、できる限りのご配慮とご親切な対応をしていただき大変感謝しております。今後も良い連携を続けさせていただきたいと思っています。

地域のきずな vol.2 みきファミリークリニック

所在地:〒007-0841 札幌市東区北41条東7丁目3-12
電話:011-299-6555
ホームページ: <http://www.mikifamilyclinic.com/>
診療科目:内科、小児科
休診日:日・祝日

| 科目 | 時間 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|-------------|---|---|---|---|---|---|
| 内 | 9:00~12:00 | ● | ● | ● | ● | ● | ● |
| 科 | 14:00~17:00 | ● | ● | ● | ● | ● | ● |
| 小 | 9:00~12:00 | ● | ● | ● | ● | ● | ● |
| 児 | 14:00~17:00 | ● | ● | ● | ● | ● | ● |

※小児科は第4土曜日休診。

天使病院の天使たち!

認定看護師のお仕事 vol.2 ～新生児集中ケア・皮膚・排泄ケア～

認定看護師のお仕事、今年度第2回は「新生児集中ケア」と、「皮膚・排泄ケア」の2分野の専門性、取組みや活動についてご紹介します。



新生児集中ケア 認定看護師 NICU 樽見 あずさ さん

『新生児集中ケア』認定看護師は、早産で生まれた新生児や疾患を持って生まれた新生児の、特に急性期におけるケアが専門分野で、NICU(新生児集中治療室)で活動しています。また、新生児はNICUに入院すると家族と離れた生活になりますが、そのような中でも、親子の絆が深められるように家族を支援することも役割の一つです。またNICU病棟の看護師全員で、入院しているお父さんたちにより良い看護ができるように勉強会を開催したり、看護師からの個別の相談に対応するなど、知識やスキルを共有するための活動もしています。新生児は自分の辛さや希望を訴えることができません。そのような子どもたちの声にできない訴えをできるだけ読み取って、子どもたちの立場に立って看護ができるよう心がけています。

皮膚・排泄ケア 認定看護師 スキンケアセンター 和角 彰子 さん

『皮膚・排泄ケア』認定看護師は、褥瘡や足潰瘍、ストーマ(人工肛門)を造設した方のケアや失禁対策のケアなどを行います。いずれも健康的な皮膚を維持するためには、スキンケアが大切です。特に私は入院患者さんの褥瘡対策に力を入れて活動しています。褥瘡はより早くきれいに治るように、またマットレスやクッションの整備、体位の整え、スキンケアなどを行い、褥瘡予防のケアも心がけています。『褥瘡リンクナース』という褥瘡チームと病棟看護師をつなぐ(リンクさせる)担当看護師の熱心な活動にも支えられ、私一人ではなく病院全体として取り組んでいます。外来患者さんからの相談は『スキンケア外来』でお受けしていますので、自宅でのお困りごとなど、お気軽にご相談ください。



褥瘡対策チーム回診風景
スキンケア外来 毎週水曜日 9:00～15:00

皮膚・排泄ケア 認定看護師 産科病棟 高橋 千景 さん

私は、当院2人目の皮膚・排泄ケア認定看護師で、産科病棟に所属しています。来院される妊産婦や新生児のスキンケア、骨盤底筋の緩みからくる尿、便トラブルの予防、帝王切開後の傷のケアを中心に活動しています。お困りごとなどありましたら、東棟2階『産科病棟』の高橋にご相談ください。



高橋看護師相談風景

5月12日「看護の日」ふれあい看護体験

看護の日は、近代看護を築いた「フローレンス・ナイチンゲール」の誕生日にちなんで制定されました。当院では毎年この日、市内の高校生を対象に「ふれあい看護体験」を開催しています。



プレイルーム 子どもが泣いているところに、看護師さんが一言一言、優しく声をかけて安心できるようにケアしていることに、非常に勉強になりました。

血圧測定 仕事の大変さだけでなく、患者さんとのふれあい方、仕事のやりがいを感じることができました。

集合写真 ふれあい体験を通して看護師になりたいという想いが強くなりました!

糖尿病予防料理教室で提供した
血管の若さを保つ(夏の脳卒中予防)

500kcal レシピ

| | | | |
|--|---------|---------|-----------|
| たんぱく質 20.4g | 脂質 8.7g | 塩分 2.8g | 食物繊維 7.6g |
| 豆乳ソーメン / 枝豆とゴーヤの子チミ / にんじんサラダオレンジ風味 / フルーツ | | | |
| 1食あたり | | | 534kcal |



Comment

発汗の多い夏は、脳卒中で倒れる方が増えてきます。突然の事故を防ぐために、強くしなやかな若い血管を保つことが重要です。夏の脳卒中予防には、①減塩、②肉の脂は少なく、魚油・オリーブオイルを多く、③緑黄色野菜・夏野菜の摂取、④脂肪の少ないたんぱく質(ヒレ肉、魚、豆腐、枝豆)の摂取の4つを心がけます。

減塩でもおいしい豆乳ソーメン、緑黄色野菜のにんじん、夏野菜のゴーヤ、脂肪の少ないたんぱく質源の枝豆を使った料理を紹介します。これらは、6月16日(火)に行われた「糖尿病予防教室」(バイキング形式料理教室)で提供しました。

*熱中症に伴い塩分を多めにとった方がよいと聞かれるようになりましたが、日本人の1日の塩分摂取量は平均10g以上と、必要量よりはるかに多く摂取しています。激しい運動や肉体労働、食欲不振時以外は、通年、減塩を心がけた方がよいでしょう。(管理栄養士 佐々木正子)

豆乳ソーメン

| | | | | |
|--------------------|------------------------------|---------|-----------|-------------|
| たんぱく質 12.4g | 脂質 3.1g | 塩分 2.0g | 食物繊維 2.6g | 1人分 314kcal |
| 【材料(1人分)】 | | | | |
| ゆでソーメン 180g(乾麺60g) | 【作り方】 | | | |
| もやし 30g | ①もやしをゆで、きゅうりは千切り、プチマトは半分に切る。 | | | |
| きゅうり 15g | ②ソーメンをゆで、流水で洗い、氷水でしめて水気をきる。 | | | |
| ③無調整豆乳 120g | ③②を合わせて器に注ぎ、②を盛って①をのせる。 | | | |
| ④めんつゆ(3倍希釈) 20g | *食欲がない時には、練りわさびを加えると良いでしょう。 | | | |
| ⑤水 40g | | | | |
| プチマト 15g | | | | |



枝豆とゴーヤの子チミ

| | | | | |
|-----------------|--------------------------------|---------|-----------|-------------|
| たんぱく質 7.1g | 脂質 4.5g | 塩分 0.6g | 食物繊維 2.3g | 1人分 149kcal |
| 【材料(1人分)】 | | | | |
| ①むき枝豆 20g | 【作り方】 | | | |
| ②干しエビ 3g | ①枝豆をゆで、ゴーヤはスライスしてさっとゆでる。 | | | |
| ③ゴーヤ 30g | ②卵は溶いて、長いものはすりおろす。 | | | |
| ④卵 15g | ③④を合わせた生地、⑤を混ぜる。 | | | |
| ⑤薄力粉 6g | ④フライパンに油をひき、③を流し入れる。 | | | |
| ⑥でん粉 9g | ⑤焦げ目がついたらできあがり。 | | | |
| ⑦水 90g | *お好みの生地のかたさに合わせて、水の量を加減してください。 | | | |
| ⑧長いも 30g | | | | |
| ⑨かつおだし(顆粒) 0.4g | | | | |
| ⑩がらスープ(顆粒) 0.4g | | | | |
| ⑪コチジャン 2g | | | | |
| ・サラダ油 1.5g | | | | |

にんじんサラダオレンジ風味

| | | | | |
|---------------|-----------------------|---------|-----------|------------|
| たんぱく質 0.2g | 脂質 1.0g | 塩分 0.2g | 食物繊維 1.1g | 1人分 31kcal |
| 【材料(1人分)】 | | | | |
| ・にんじん 40g | 【作り方】 | | | |
| ②塩 0.2g | ①にんじんを千切りする。 | | | |
| ③オレンジジュース 10g | ②③を合わせて、①に加えてもみ混ぜる。 | | | |
| ④酢 3g | ③②に④を順に加えて和え、パセリ粉をふる。 | | | |
| ⑤オリーブ油 1g | | | | |
| ⑥黒こしょう 0.1g | | | | |
| ・パセリ粉 0.1g | | | | |

フルーツ

| | | | | |
|--------------|---------|-------|-----------|------------|
| たんぱく質 0.7g | 脂質 0.1g | 塩分 0g | 食物繊維 1.6g | 1人分 40kcal |
| 【材料(1人分)】 | | | | |
| ・さくらんぼ 20g | | | | |
| ・キウイフルーツ 50g | | | | |



*メニュー & 調理協力: エームサービス(株) 支配人 八子和史、管理栄養士 梶原春奈

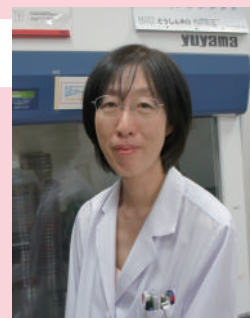
表紙写真のご紹介

表紙写真を提供いただいたのは、当院検体検査室・臨床検査技師の中神由美子さんです。

中神さんが写真を始めたのは約15年前。仕事柄、プライベートでは人と予定を合わせるのが難しく、『一人で予定を立てられる趣味』はないかと考えていたこと、そして臨床検査技師勤続10年表彰の記念品『デジタルカメラ』を手にしたことがきっかけだそうです。

ただ始めはしたものの、操作方法の知識もなかったため、当時道新ビルで月2回行われていた、道新文化センターの『写真教室』へ参加。これがキャリアのスタートのようです。中神さんは、「写真展などに出品するつもりはまったくなくて、今も自己満足の世界です」とおっしゃっていますが、教室仲間から勧められ出品を続けた結果、2010年に写真道展で大賞受賞、そして今年、見事2回目の大賞を受賞をされたのですから、もはや自己満足の世界とは思えませんね。

写真(右)は、十勝の上士幌町糠平湖の旧国鉄士幌線タウシュベツ川橋梁で撮影されたもので、今回の受賞作品「光の刻(とき)」です。今後もご活躍を期待しています!



受賞作「光の刻」^{とき}



✿ 糖尿病予防教室 (毎月第3水曜日 14:00~15:00開催)

<天使ホールC>



本教室は、糖尿病の患者さんとそのご家族だけではなく、糖尿病に関心のある全ての方を対象とした教室です。予約は必要ありません。どうぞお気軽にご参加下さい。

※(料理教室)事前の申し込みが必要です

| 日程 | 時間 | テーマ | 担当者 |
|----------|-------------|-----------------------------------|----------------|
| 7月15日(水) | 14:00~14:15 | 運動するなら『今でしょ。』 | 理学療法士 吉田 雅美 |
| | 14:15~14:30 | 糖尿病患者さんの夏の過ごし方 | 西7病棟 看護師 松田沙央理 |
| | 14:30~15:00 | 糖尿病とがん | 消化器内科医師 吉本 満 |
| 8月19日(水) | 14:00~14:30 | (仮)動脈硬化の検査について1 | 生理検査室 |
| | 14:30~15:00 | カンパセーションマップをしましょう | 糖尿病内科医師 吉田 和博 |
| 9月16日(水) | 14:00~14:30 | 血糖値と悪玉コレステロールを低下させる食事~コンビニや外食の利用~ | 管理栄養士 佐々木正子 |
| | 14:30~15:00 | 血糖値を下げる注射薬には何がある?~インスリンとGLP-1製剤~ | 薬剤師 伊藤 拓 |

広報誌 「天使びょういん」第37号
 発行日 平成27年7月15日
 発行人 院長 藤井ひとみ
 編集 「天使びょういん」編集委員会

編集後記

前号に続き、今回も素敵な写真を表紙に提供していただき、とてもうれしいです。私たちは一方的な情報発信ではなく、より身近に感じていただける広報誌作りに日々取り組んでいます。ぜひともご意見、ご感想などお聞かせください。札幌もいよいよ夏本番。外出時はもちろん室内でも熱中症対策をお忘れなく!

