

広
報

天使びょういん



T E N S H I - H O S P I T A L



写真：「北の桜」小西真生くん(P8を参照)



INDEX

p2-3 Scope「訪問看護師」

p4-5 特集「院内&地域のアレコレ取材!」

p6 大好評につき継続
シリーズ「天使病院の天使たち」(第5回)

p7 健康レシピ
「花粉症の炎症を抑える500kcalレシピ」

p8 お知らせ



「訪問看護師」 ～ Home-visiting Nurse ～

訪問看護ステーションでは、病気や障害をもった方がご自宅で安心して「自分らしく」暮らせるよう、専門の看護師（訪問看護師）がご自宅に伺って看護を提供しています。「来てもらうにはどこに相談したらいいの?」、「具体的にどんなことをしてくれるの?」など、いざとなるとわからないことも多いと思います。また、訪問看護師というお仕事に興味を持っている方もいらっしゃるかもしれません。そこで今回は、訪問看護ステーションと訪問看護師について丸ごと疑問に答えてもらいました。

Q: まずは天使訪問看護ステーションをご紹介します。

A: 現在看護師4人で訪問を行っており、約40人の患者さんにご利用いただいています。1事業所の看護師の数は全国平均で4.8人と言われていますので、うちは訪問看護ステーションとしては小規模な方ですね。

Q: 利用者の方は皆さん天使病院の患者さんですか?

A: いいえ、今は天使病院の患者さんと他院の患者さんが半々くらいです。ちなみに年齢層は幅広く、今は4歳～94歳の方がいらっしゃいます。

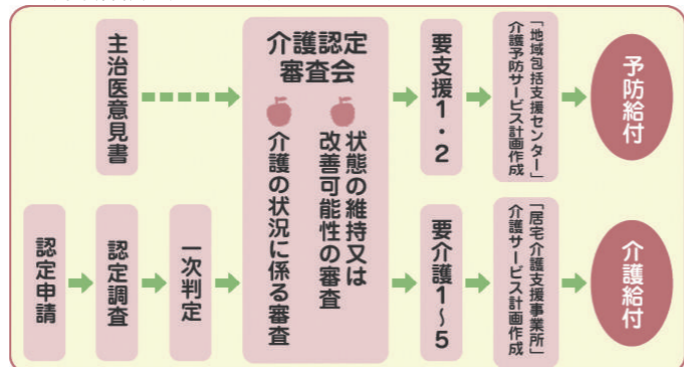


Q: 訪問看護を利用するまでの手順を教えてください。

A: 訪問看護は65歳以上が介護保険、65歳未満の方は医療保険が適用されます。

初めて患者さんが訪問看護を利用する時、医療保険の場合は特に準備は必要ありませんが、介護保険の場合はまず認定申請※1などの手続きが必要です。準備が整ったら「訪問看護指示書」をかかりつけの医師に書いてもらいます。その指示書に基づいて私たち訪問看護師が患者さんの訪問看護を開始します。

※1 介護保険認定までの流れ



札幌市ホームページより引用



Q: インタビュアー
(生理検査科 小林)



Q: インタビュアー
(薬剤師 遠藤)



A: 関 近子 所長
(天使訪問看護ステーション看護師)



Q: 実際に訪問看護とはどのようなことをするのですか?

A: 患者さんの状態に合わせた看護を行っていきます。例えば、体調を確認する、薬の管理を行う。また、医師の指示があれば、点滴や採血を行います。その他、患者さんによっては管(くだ)の管理や傷の手当てなども行います。患者さんを看ているご家族の健康管理や介護相談にもものっています。

患者さんが病気を抱えながらも毎日安全で楽しく、潤いのあるその人らしい生活ができるように、病状だけでなく、全身状態、生活環境、習慣、家族のサポートなど、様々な情報を整理し、患者さんやご家族とともに目標を決めます。あとは実行していくのみです。

Q: 訪問看護師のやりがいについて教えてください。

A: 訪問看護の場合は、患者さん・家族の方々に寄り添い、患者さんの人生そのものに関わっていく感じでしょうか。病棟から訪問看護ステーションに異動になった当初は、そのことを背負いきれず大変だと感じたこともありましたが、今はそれが「使命感」になり、やりがいになっています。また患者さんやそのご家族との信頼関係を作り上げる難しさはありますが、心が通いあった時は、「この仕事をやってよかった!」と心から思える瞬間ですね。

Q: 今後の訪問看護の展望は?

A: 国の方針として重度の要介護状態となっても住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで続けることができるよう、住まい・医療・介護・予防・生活支援が一体的に提供される地域包括ケアシステムの構築を進めています。その中で訪問看護はこれからますます必要性が高まっていくと思います。患者さんが安心して退院後のご自宅での生活を始められるように、なるべく早い段階から病棟スタッフと連携をはかっていくことが大事だと思います。

Q: 最後に訪問看護師になりたい!と考えている方に伝えたいメッセージをお願いします。

A: 患者さんだけではなく、患者さんを取り巻く環境や背景に目を向けることが訪問看護師にとって重要な視点です。「どんな暮らしをしているのだろうか」、「ご家族が退院したら面倒をみるのかしら」、「寝る前のお薬はいつも何時くらいに飲んでいるのかな」など患者さんの自宅での療養している状況を思い浮かべてみましょう。病棟や外来での看護とはまた違った魅力ややりがいのあるお仕事ですよ!



症例紹介

No. 1

腹腔鏡を用いたオペ

腹腔鏡(補助)下大腸切除術

外科・乳腺外科 科長 中山 雅人 先生

Profile

1989年に弘前大学医学部を卒業し、北海道大学医学部第1外科入局。北海道大学医学部付属病院、旭川厚生病院、国立札幌病院などを経て、2003年より天使病院在職。

専門医・認定医

日本外科学会 専門医
日本消化器外科学会 認定医

ら従来の開腹手術に切り替えることもあります。腹腔内の視野を確保するために二酸化炭素を腹腔内に注入します。これにより心臓病を持った患者さんには心臓に負担がかかることがあります。また高炭酸ガス血症などの合併症も報告されています。視野が狭いため、カメラに映らない部分で臓器損傷をおこす可能性があり十分注意する必要があります。後述する機械吻合の合併症も問題点です。

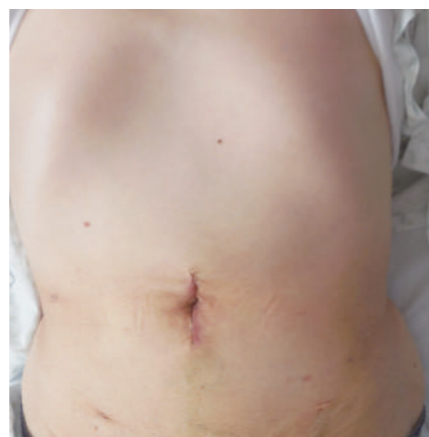
■当科の特徴

一般的に、多くの鏡視下手術では機械吻合が行われます。しかしこの非生理的な吻合には、縫合不全、腫瘍移植 - 局所再発、吻合部狭窄などの合併症がつきまといま。当科では、低い位置の直腸癌以外の大部分の吻合を手縫いで行っています。手間はかかりますが、合併症の減少やテクニックの維持、教育には重要と考えています。

■当科での手術例

最近、当科で大腸癌に対し、結腸右半切除、リンパ節の郭清を行った患者さんの術創を、ご本人の許可が得られましたので提示します。

このように最近多くの症例で腹腔鏡(補助)下大腸切除術がおこなわれるようになりましたが、すべての症例で可能なわけではありません。適応に関しては当科担当医師に遠慮なくご相談ください。



■概要

従来の開腹手術とは異なり、腹壁に約0.5cmから1cmの小さな穴を数箇所開けて、そこから炭酸ガスを注入し腹腔内のスペースを確保し、腹腔鏡や電気メスなどの手術器具を入れて、モニター画像を見ながら行う手術です。消化器外科手術では最初に胆石や胆嚢炎に対する胆嚢摘出手術に導入され、今では全国的に行われる標準手術となりました。この手術方法を大腸手術に応用したものが腹腔鏡(補助)下大腸切除術です。この方法は開腹手術に比べて、傷が小さく出血も少ないうえ、腹腔内臓器が空気に接触しないというメリットがあります。このため患者さんにとっては術後の疼痛が少なく、回復が早いことがわかっています。通常0.5 - 1.2 cmの小さな傷が3 - 4箇所と切り取った腸を取り出すための4 - 10cmの傷を1箇所創ります。この手術の導入当初は大腸内視鏡では切除が難しい良性腫瘍や早期癌を対象としていましたが、最近では技術や器具の向上、進歩に伴って進行癌に対してもこの手術が行われるようになりました。

■欠点

ビデオ映像を見ながらの遠隔操作であるため、視野が平面的で限定され、また手術器具の操作範囲にも限界があることから、その技術の習熟には時間がかかります。また過去に手術歴のある患者さんや肥満の患者さん(癒着、出血、視野不良など)では、腹腔鏡で安全に遂行できないと判断された場合、途中で

地域のきずな

vol. 1

東区 内科、循環器内科

医療法人 社団 鈴木内科循環器クリニック



すずき しんいちろう
院長 鈴木 真一郎 医師

Profile

平成6年10月に開業、年齢56歳。
趣味は釣りや園芸、アウトドア派。
釣りは磯の投げ釣りから溪流釣り、船釣りとおいしく食べられる魚を追い求めています。
自宅のお庭はクリスマスローズからミニトマト、ハスカップ、ブルーベリー、ラズベリー、イチゴと彩り豊か。

Q. クリニックの沿革を教えてください。

平成6年10月に開業して、21年目を迎えています。実は、昭和40年からこの地で父が開業していましたが平成元年に父の死去により閉院。5年後新たに「鈴木内科循環器クリニック」として私が開業しました。開業後しばらくは患者さんが両手で数えられるほどと、とても少ない日が続きました。

この頃、空いた時間とクリニックのロビーを活用して「健康づくり」のための小さな勉強会を開いたり、町内会や行政からの依頼で医療や健康に関するセミナーの講師を務めたりしていました。そして少しずつ地域の方々とのつながりができはじめ、お陰様で今日にまで至っていると思います。

Q. 診療上のポリシーをうかがえますか。

「最期まで診る」ということです。
私は開業まで、大学病院や総合病院で循環器内科医として診療を行っていました。当時、介護保険制度はなく在宅医療も全く確立されておらず、往診医がない、十分なケアや治療を受けられる施設がないことから、自宅に帰ることができない患者さんを何度も担当しました。クリニックを開業するにあたり、「一人一人の患者さんに対して最後まで責任を持ちたい」という思いが原動力となり「最期まで診る」ことを心に決め、開業時「往診をする！」ことを宣言したのです。

Q. 平成6年当時、往診は珍しい取り組みだったのではないですか。

そうですね。少々変わり者に思われていたと思います(笑)。私自身は、夜、患者さんからの電話で目を覚まし往診に出かけていく父の姿をずっと見て育ちましたので、何の違和感もありませんでしたけどね。

Q. 先生が今後目指していることがあれば教えてください。

開業すると、総合病院のような大きな組織と違いたった一人になってしまいます。「最期まで診る」とは言っても一人では限られます。そこで天使病院をはじめ総合病院にバックアップしてもらえ関係づくりに力を入れてきました。その結果、今では患者さんを切れ目なく「最期まで診る」ことを実現できるようになったのです。最近では「先生は最期まで診てくれるのですよね？」と来院される患者さんも少なくありません。当院をバックアップしてくれる総合病院には本当に感謝しています。

現在、国の方針として地域全体で患者さんを診る体制づくりが求められていますが、私は長年独自に医療と介護のネットワークづくりをしてきた者として、内科医に限らず「かかりつけ医」は「最期まで診る」ことが当たり前になることを願っており、今後は札幌市全体にこのような体制づくりを広めていけたらと考えています。

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いて本当にありがとうございます。総合病院なので、先生の入替わりはどうしてもつきものですが、新しく入られた先生ともできるだけ顔を合わせる機会をいただくと嬉しいです。各先生の専門分野や得意手技なども教えていただくと、さらによりよい連携をさせていただけると思います。

地域のきずな vol. 1

医療法人 社団 鈴木内科循環器クリニック

所在地:〒065-0012 札幌市東区北12条東12丁目2-5
電話:011-731-5366
診療科目:内科、循環器内科
休診日:日・祝日

診療時間

	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	●	●	●	●	●	●
9:00~18:30	●	●	●	●	●	●
15:30~16:30	●			●		



※火・金曜18:30まで。水・土曜AMのみ。
月・火・木・金曜日の14:00~15:30の時間帯は訪問診療を実施しており、午後の外来受付は15:00からとなります。

天使病院の天使たち!

認定看護師のお仕事 vol.1 ~化学療法・緩和ケア~

昨年度からスタートした「天使病院の天使たち」。今年度は認定看護師をシリーズ4回にわたってご紹介します。認定看護は21分野あり、当院には6分野7名の認定看護師が在籍しています。今回は、がんに特化した専門の看護師である、「緩和ケア」と「化学療法」の認定看護師の役割や活動についてご紹介します。

認定看護師とは?

認定看護師は、ある特定の看護分野において、熟練した看護技術と知識を有することを認められた看護師のことです。認定看護師になるためには、看護師・保健師及び助産師として5年以上の実務経験(うち3年以上は認定看護分野の経験)が必要です。その後認定看護師教育機関で6か月の教育課程修了後、日本看護協会の「認定看護師認定審査」に合格しなければなりません。

化学療法

認定看護師
沢井 直美さん

『化学療法』認定看護師は、がん化学療法を受ける患者と家族を支え、安全を守っていくことを使命とします。がん治療による副作用症状のマネジメントを行い苦痛を最小限に抑えたり、患者さんがセルフケアを実践し、自分らしい生活を送りながら治療を受けることができるよう援助します。また、患者さんとご家族に対して心理的支援を行います。



化学療法室では、外来でのがん化学療法を受ける患者さん、入院の一部の患者さんの治療を行っています。安全・安楽・確実な投与管理を行い、安心して治療を受けられるよう専門性の高い看護を実践します。

がんが診断され治療を開始する時、治療の経過の中で、様々な心配事や不安があった時に、患者さんや家族の方の相談に応じます。病気や治療について理解を深め、自分で納得し治療を選択できるようサポートしていきます。

インターンシップが 開催されました

インターンシップは、看護・助産師として就職を考えている学生さんに、職場体験を通して、将来の進路や就職する場を考える機会にするため、年数回行っているものです。2月19日に開催したインターンシップに参加してくれた、将来看護師を目指している看護学生さんにお話を聞かせていただきました!

Q:感想を聞かせてください。

天使大学 齋藤さん
病院の看護体制や施設の仕組みを知りたいと思って参加しました。就職後、看護師としてどのように成長していけるかを知るいい機会になりました!

天使大学 小池さん
天使病院はNICUが有名と聞いていたので今回参加させていただきました。赤ちゃんの命を繋げていくための機械や看護技術を見せていただき、新生児看護に興味がありました。

緩和ケア

認定看護師
中俣 幸代さん

『緩和ケア』という、「がんで死が近くなってきたらうけるもの」と思われる方が多いのではないのでしょうか。『緩和ケア』は、臨終が近づいてからの医療ではなく、がんが診断されたその日から、提供されるべき医療です。人が最期の時まで、その人らしく生きることを全力で支えるのが緩和ケアの役割です。

当院には緩和ケア病棟はありませんが、医師や薬剤師、その他のコメディカルスタッフや看護師達と協力しながら、よりよいケアの提供に向けて、取り組んでいます。

痛みなどの苦痛症状を、「がんだから仕方ない」と諦めずに、一度ご相談ください。



多職種からなるチームで一人の患者さんへのケアについてのカンファレンスを行っているところです。

花粉症の炎症を抑える 500kcal レシピ

糖尿病予防教室で提供した



たんぱく質 20.5g 脂質 7.7g
塩分 2.1g 食物繊維 5.7g

1食あたり
520kcal

豆腐の海苔あんかけ/ブロッコリーと桜エビの中華炒め
プチトマトのマリネ/うさぎリンゴ
ヨーグルト/いりこ菜飯



Comment

花粉症の予防や改善には、脂肪や動物性たんぱく質の摂り過ぎに注意して、野菜中心のバランスのとれた食事を心がける必要があります。インスタント食品やファストフードに多く含まれる食品添加物が、アレルギーの原因になっている調査報告もあります。今回は、花粉症の抗炎症作用のある食材を使った料理を紹介します。これらの料理は2月23日(月)に開催した糖尿病予防教室(バイキング形式料理教室)で提供したものです。食材に含まれる成分と効能を表に示します。(栄養科 佐々木正子)

料理	食材	成分	効能
豆腐の海苔あんかけ	豆腐のにがり	マグネシウム	花粉で炎症を起こした鼻や目の粘膜の症状を和らげる。
ブロッコリーと桜エビの中華炒め	にんにく	アリシン	アレルギー反応を引き起こす抗体の産生を抑制する。
	ブロッコリー	α-リノレン酸	アレルギーの発症を抑制する。
プチトマトのマリネ	プチトマト、トマト	リコピン	目のかゆみ、鼻づまりの症状を改善する。
うさぎリンゴ	リンゴ	ペクチン	花粉症の症状を軽減する。
ヨーグルト	ヨーグルト	乳酸菌	腸や鼻粘膜での、免疫細胞の働きを調整する。

豆腐の海苔あんかけ

たんぱく質 5.4g 脂質 3.0g
塩分 0.8g 食物繊維 0.9g

1人分
67kcal

【材料(1人分)】
・絹豆腐 100g
①あおきのり 1g
②うすくち醤油 3g
③みりん 1g
④料理酒 2g
・でん粉 1g
・とろろ昆布 1g

【作り方】
①絹豆腐を食べやすい大きさに切り、電子レンジで加熱する。
②①を火にかけ、水溶きでんぷんでとろみをつける。
③①に②をかけ、とろろ昆布を上に乗せる。

プチトマトのマリネ

たんぱく質 0.5g 脂質 0.5g
塩分 0.2g 食物繊維 0.6g

1人分
23kcal

【材料(1人分)】
・プチトマト 45g
①塩 0.2g
②マービー(*) 2g
③酢 4g
④オリーブ油 0.5g
・パセリ粉 0.1g

【作り方】
①プチトマトを湯むきする。
②①は②に浸して、冷やす。
③器に盛り付けて、パセリ粉をふる。

*マービー：低エネルギー甘味料(エネルギーは砂糖の約半分) 血糖コントロールの必要のない方は、砂糖をお使い下さい。

POINT
かんたん!プチトマトの湯むき:
①ヘタをとり、つまようじを1ヶ所皮に刺し、穴を開けておく。
②マグカップにプチトマトを入れ、熱湯を注ぐ。
③数秒たったら冷水にさらして、穴を開けた方へつまみ出す感じで皮をむく。

ブロッコリーと桜エビの中華炒め

たんぱく質 5.7g 脂質 3.0g
塩分 0.4g 食物繊維 2.6g

1人分
60kcal

【材料(1人分)】
・ブロッコリー 50g
・しめじ 10g
・卵 20g
・干し桜エビ 1.2g
★サラダ油 0.5g
★おろしにんにく 0.5g
①鶏がらスープの素 0.3g
②醤油 1g
③塩 0.1g
④料理酒 0.1g

【作り方】
①ブロッコリーを小房に分けて、電子レンジで1分程度加熱しておく。しめじを小房に切りわけ。
②卵を割り、フライパンであらめに炒め、完全に火が通る前に取り出す。
③フライパンで★を炒め、①のブロッコリーとしめじを炒め、④で味付けをする。
④②の卵と桜エビを③に加え、炒めたらできあがり。



うさぎリンゴ

たんぱく質 0.2g 脂質 0.1g
塩分 0g 食物繊維 1.1g

1人分
41kcal

【材料(1人分)】
・リンゴ 75g

【作り方】
うさぎの型に皮をむく

ヨーグルト

たんぱく質 3.8g 脂質 0.3g
塩分 0g 食物繊維 0g

1人分
57kcal

【材料(1人分)】
・ヨーグルト 80g

いりこ菜飯

たんぱく質 4.9g 脂質 0.8g
塩分 0.7g 食物繊維 0.5g

1人分
272kcal

【材料(1人分)】
・米(ご飯150g) 75g
・いりこ菜飯の素 2g

【作り方】
炊いたご飯に、いりこ菜飯の素を加えて和える。

表紙写真のご紹介

今回、表紙写真を提供してくれたのは愛用のipadで写真を撮るのが大好きな小西真生くん(13歳)です。

まおくんは小学3年生から写真を始め、4年生の時に応募した「肢体不自由児・者の美術展／デジタル写真展」でいきなり入選。翌年は銅賞を受賞し、そして昨年は見事特賞に輝いたという華々しい経歴の持ち主です。常陸宮殿下下ご臨席された東京での表彰式はとても良い思い出になったそう。写真はまおくん(右上)と受賞作品「夏休み」です。



受賞作「夏休み」



最高の笑顔と逆光の加減が素晴らしいと審査員が絶賛！

まおくんの写真を表紙に推薦！

まおくんをよく知る小児科スタッフからのメッセージ

まおくんが小児科外来にきたら、すぐにわかります。お話しボードのキーをたたいて、たくさんお話ししながら入ってくるからです。

今日の出来事、最近のおもしろかったこと、これからの予定などなど…お話はつきません。まおくんはいつも笑顔で、ママも笑顔で、わたしたちに笑顔と元気を分けてくれます。そんなまおくんのすばらしい才能を、先日はじめて知りました。まおくんがきるシャッターから、笑い声が聞こえてくるような「写真」、いろあざやかで光を体を感じる「写真」。まおくんのパワーが感じられる作品で、アーティストまおくんの今後が楽しみです。



糖尿病予防教室 (毎月第3水曜日 11:30~14:30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
4月15日(水)	13:30~14:00	血糖値を低下させる食生活のコツ!~皆さんの質問にお答えします~	管理栄養士 佐々木正子
	14:00~14:30	血糖変動を考えてみましょう	糖尿病内科 医師 吉田 和博
5月20日(水)	13:30~14:00	心に問いかけてみよう…今の体重は大丈夫?	内科外来 看護師 森山由希子
	14:00~14:30	春から始める!運動療法	理学療法士 宗廣あゆみ
6月16日(火)	11:30~12:20	バイキング料理でおいしくヘルシー	管理栄養士
6月17日(水)	13:30~14:00	お薬がよく効く飲み方を知りたい!~薬を飲むタイミングについて~	薬剤師 小澤 純
	14:00~14:30	高血糖を放置するとどうなるのかなあ	糖尿病内科 医師 吉田 和博
7月15日(水)	13:30~13:45	運動するなら『今でしょ。』	理学療法士 吉田 雅美
	13:45~14:00	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
	14:00~14:30	糖尿病とがん	消化器内科 医師 吉本 満

広報誌 「天使びょういん」 第36号
 発行日 平成27年4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

今年度も多くの新入職員と共に新年度を迎えました。4月は「出会い」の月。私事ですが、3月第1子が誕生したこともあり、いつにも増して、感慨深い新たな出会いの春になりました。この『天使びょういん』を、これからももっともっと、地域の皆さんと天使病院の「出会い」の窓口にしていきたいです!

