

広
報

天使びょういん



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



タイトル:「メルとリリー」 撮影:患者支援室 森山由希子



INDEX

- p2-3 Scope「NST ～栄養サポートチーム～」
- p4 Inside hospital「外科・乳腺外科／小児外科」
- p5 特集「地域のきずな」
- p6 シリーズ「天使病院の天使たち」
- p7 健康レシピ「認知症予防のレシピ」
- p8 お知らせ



Scope

栄養サポートチーム

～NST (Nutrition Support Team)～

「食事も治療のうち。栄養管理は医療である。」ことは、今では当たり前のことで、その有用性についても広く認識されています。その栄養管理の効果をさらに高める取り組みがNST (Nutrition Support Team) という多職種によるチーム活動です。専門職が患者さんの治療に個別に参画するだけでなく、チームとして取り組むことで、よりよい治療を提案、選択することができるようになります。今日はチームメンバーに集まってもらい、NSTの活動への思いを聞いてみました。

S:活動内容について教えてください

Sa: 当院では2005年7月からST活動を開始しました。医師、看護師、管理栄養士、薬剤師、言語療法士等でチームを組み、毎週火曜日に全病棟をチームでラウンド(回診)しています。具体的には、NSTメンバーとリンクナースでカンファレンスし、今後の栄養管理の方針を検討すること、対象患者さんの病室を訪問して直接状況を確認させていただくことです。実際に食事をされているところを見に行くこともあります。こうして、栄養管理に関する問題点の解析や対策を継続的にを行っています。

S:リンクナースとはなんですか？

W: 患者さんの情報をチームに伝え、検討事項を病棟スタッフに還元する看護師です。実際にケアをする看護師なので、患者さんの事をよく理解し、チームとの橋渡しをしてくれる重要な存在です。

S:対象患者さんとは？

Sa: 栄養管理上、注意を必要とする患者さんのことです。入院の際に記載していただく「栄養・食事に関するアンケート」と検査データ等をもとに患者さんの栄養状態を判断し、その結果をN

STメンバーと各病棟スタッフとで共有しています。そうすることで、対象患者さんの状態をそれぞれの立場で注意深く診ています。

T:NSTの効果とは？

Sa: 栄養状態の改善は疾患や褥瘡の治療効果、合併症の予防に影響を及ぼします。正しい栄養管理をすることで、合併症などのリスクを回避し、安全な治療とQOL向上につながるといわれています。患者さんの栄養状態がよくなれば、入院期間が短くなり、患者さんの身体的、精神的、金銭的な負担を減らすことができます。それが一番の効果だと感じています。それに、栄養治療面について情報共有することで私たち病院スタッフのレベルアップにも繋がっています。

S:それぞれの役割分担はありますか

M: 医師は病状や治療方針の把握はもちろんのこと、チーム全体のまとめ役です。それぞれの専門分野から出た意見を総合的に評価することや、主治医との連携役をします。

Mi: 看護師は病状、治療方針、生活背景、退院後の方針など患者さんの全体像を把握してチームに情報提供することや病棟との連携役が主な役割です。また、新たに栄養状態が気になる患者さんの情報をチームに持ち込むこともあります。

Sa: 管理栄養士は、患者さんの栄養状態の把握や入院前の食生活について、ごはんを食べられる機能についてなど、栄養管理に関わる全般的な情報収集が役割です。その上で現在の食事摂取状況の確認、食事で栄養が足りているか、食事形態は合っているかを判断し、形態変更や付加食のアドバイスをを行います。

I: 薬剤師は、内服薬や点滴が現在の食事や患者さんの状態に合っているかを把握し、医師と





インタビュー
T：飛山(看護師)



インタビュー
S：塩見(看護師)



M：湊
(小児外科医)



Sa：佐伯
(管理栄養士)



I：伊藤
(薬剤師)



Mi：三浦
(看護師)



W：和角
(皮膚・排泄ケア認定看護師)

相談して方針を決定することが役割です。

W：栄養状態の悪い患者さんは褥瘡の治癒にも影響が出るので、蛋白質や亜鉛などの栄養管理は重要です。私は皮膚・排泄ケア認定看護師の視点から、栄養士や薬剤師と相談し褥瘡の治療方針を検討し、傷の状態をアセスメントしています。

T：なぜ“多職種”である必要があるのですか

Sa：それぞれのスタッフの専門分野が違うことで色々な見方をすることができるからです。目的と情報を共有して、お互いに連携、補完し合うことでよりよい治療法を選択することができます。さらに、患者さんと多職種が同じ目標をもって情報を共有することで、無理なく治療を継続し、退院を目指すことができると考えます。

S：天使病院のNSTの特徴はありますか？

Sa：当院にはNST専任管理栄養士が4名、NST専門療法士が3名います。また、院内の褥瘡チームや緩和ケアチームとも情報共有を密にしているので、スタッフ間で相談しやすい環境が整っています。

T：良かったことややりがいを教えてください

Sa：患者さんの状態が目に見えてよくなっていくのを感じられるのが一番のやりがいです。また、自分の専門外の知識をもった専門職との連携は、視野を広げてくれます。今まで見えていなかったことも見えてきて、非常に勉強になりますね。

W：各専門職が集まって検討会をするには、その時間調整が困難で、なかなか実現できませんでした。そこでそれぞれが個別に相談や情報共有をしていましたし、難しい専門領域外のことを全部自分で勉強していました。NSTチームを結成してからは、そういう非効率な



ことはなくなり、その分患者さんの治療やケアについてより広く深く考えられるようになりました。また私自身は、他職種の方に実際に傷が良くなっていくという成果を実際に見てもらう機会を持てるようになったので、今まで言葉では伝えきれなかったことを伝えられ、理解してもらえるようになってきたのが非常に良かったです。

S：読者の方々へメッセージをお願いします

Sa：入院患者さん、外来患者さんを問わず、やせてきた、むせる、体力が落ちてきた、食が細くなってきた等ちょっとでも栄養状態に不安がある方はお気軽にご相談ください。



No. 15

消化器、乳腺、呼吸器、新生児疾患
腹腔鏡手術の積極的導入

外科・乳腺外科／小児外科

当科では消化器疾患・腹部救急をはじめ、呼吸器疾患、乳腺外科、小児外科と幅広く診断治療を行っています。近年、早期退院・早期社会復帰をめざして、キズの小さな低侵襲手術である腹腔鏡手術を各領域で積極的に取り入れています。当院の特徴として高齢の患者さんも多く受診されますが、各診療科と連携をとりながら各個人の病状に応じた最適な医療を提供することを心がけています。乳がん検診においては、平日では検診を受けづらい方にも受診できるように“サタデーマンモ”として土曜日にも受け付けをしています。

小児外科では、小児科・NICU・産科と連携し、全道から母体搬送や新生児小児の症例を随時受け入

れています。遠方の患者さんにおいては丘珠空港を利用した空路での救急搬送になる場合もあります。年間300件超(内、新生児手術20件前後)の小児外科手術を行っており、道内トップレベルの手術件数を有しています。

2014年にヘルニアセンターを立ち上げ、小児では鼠径ヘルニア手術(腹腔鏡)、臍ヘルニア手術を日帰り手術で行っています。成人においても鼠径ヘルニアの手術には腹腔鏡手術を積極的に取り入れ、臍ヘルニア手術も行っております。

緊急疾患など24時間365日いつでも対応しております。天使病院に受診された患者さんに最善の医療を提供できるように外科一同努力いたします。

ナビゲーター

小児外科 科長 **湊 雅嗣**先生 (Masashi Minato)

■**経歴**: 2006年北海道大学卒業。天使病院にて初期研修の後、同外科・小児外科、北海道大学病院消化器外科で後期研修。神奈川県立こども医療センターで小児外科を修練し、北海道大学大学院を経て、2017年6月より天使病院小児外科科長。

■**資格**: 日本外科学会専門医、平成30年度第16回指導医のための教育ワークショップ受講、平成30年度臨床研修プログラム責任者講習会受講

■**専門分野について**

一般外科の修練に加え、サブスペシャリティとして小児外科を重点的に修練してまいりましたが、当科では新生児外科から小児外科、成人一般外科、老年一般外科、終末期と全世代の方を対象に診療しております。お子様、受験生、働いている方、お母さん、合併症をお持ちの方などの様々なニーズに、きめ細やかな対応で最善の医療をお届けいたします。

■**メッセージ**

手術の大きい小さいに関わらず、手術は患者さんやご家族にとって人生の一大イベントであると思います。そのような入院生活から少しでも不安や苦痛を取り除ける様スタッフ一丸となって頑張り、入院生活が良い思い出になればと思います。医療の専門知識と技術を用いて、人と人として患者さんやご家族の力になれるよう心がけていきます。

■**湊先生ってこんな人** (外科外来 河村主任より)

小児外科のお子さんとそのご家族から年配の患者さんまで、幅広く人気があります。いつも笑顔で丁寧な診察をしてくれるため、患者さん方は皆さん安心されています。特に、患者さんの年齢や仕事、抱えている問題などを考えて治療方針を考えてくれるため、私たちスタッフも気軽に相談することができます。



\\ **その他の病棟スタッフより** //





ながわ たかふみ
院長 中川 貴史 先生

Profile

室蘭市出身。北海道大学医学部卒業(2002)。医師4年目にして道立病院から町立の有床診療所への転換期にあった寿都診療所の所長に就任。12年務め、2017年より現職。北海道家庭医療学センターの常務理事。

キャンプやスキーが好きなアウトドア派。みんなでワイワイと楽しむことが大好きで、家族やスタッフ、友人、仲間たちと集まってバーベキューをすることもしばしば。

Q. 栄町ファミリークリニックをご紹介ください。

私は2017年に前任の松田院長に代わって、赴任しました。当院は2010年に開院して以来、幅広い健康問題に対してお子さんからお年寄りまで年齢を問わず、患者さん、患者さんのご家族、そして地域の皆さんにもご利用、ご相談をいただけるようなクリニックを目指して参りました。現在、私を含め4人の家庭医が外来診療と訪問診療を行っています。

実は当院には、北海道家庭医療学センターの本部という一面もあり、私自身も家庭医療学センターの常務理事という顔も持っています。法人の運営に携わる他、専攻医(専門医を目指す3~5年目の医師)の教育機関としての重要な役割も担っています。今年もすでに30人を超える研修医が見学に来ています。家庭医療を肌身で感じてもらい、家庭医の魅力を伝える拠点でもあります。

Q. 家庭医、家庭医療とは。

患者さんご自身(人)を診ることはもちろん、家族やお住まいの地域、コミュニティなど、患者さんを取り巻く環境を包括的に診ることが家庭医の専門性です。バイオ サイコ ソーシャル モデル(BPSモデル)という言葉をご存知ですか?患者さんの状況をバイオ(生物:いわゆる世にいう医学的な視点)、サイコ(心理:患者さんがどう感じているかなどご自身の内面の視点)、ソーシャル(社会:患者さんを取り巻く背景を幅広くとらえる視点)という3つの側面から把握する必要があるという考え方で、家庭医はまさにそれを実践する医師なのです。高齢の患者さんの場合、複数の疾患を抱える方も少なくありませんし、患者さんご自身の捉え方や背景にある状況は

人それぞれですから、個々人にあった医療を提供していきたいと考えています。

Q. 先生が心掛けていらっしゃることは何でしょうか。

それぞれ病状も状況も異なる患者さん一人一人に合った、より良く、私たちにしかできない医療やサービスを提供することです。そして、そのための多職種との連携、良いチーム作り(チームビルディング)を常に心がけています。家庭医にはコミュニケーション力と多職種のチームを束ねて導く力が求められるともいえますね。強固な信頼関係が築けると、少々困難なことでも解決が可能になりますし、そうなれば、多少解決が難しそうなことでも喜んで引き受けられるものです。私たちは、この地域の方々が健康問題で困った時、何でも相談してもらえ「最後の砦」になりたいと思っています。

Q. 家庭医療を展開される中で、寿都診療所と栄町ファミリークリニックの違いはありますか?

2次、3次病院との距離や生活環境の違いはありますが、私たちが実践することに変わりはありません。患者さんを診ること、地域の健康づくり、教育分野への協力、交通安全への呼びかけなどです。地域やコミュニティへのマルチな活動は地方も都市部も同じだと思います。ここでも、徐々に活動範囲を広げていきたいと思っています。

Q. 天使病院へのご要望をお聞かせください。

いつもお世話になっています。先日も(笑)。今後ともよろしく願い致します。



所在地: 〒007-0841
札幌市東区北41条東15丁目1番18号

電話: 011-723-8633

診療科目: 家庭医療・訪問診療

休診日: 水・土曜日午後
日曜日・祝日

診療時間

| 診療時間 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-------------|---|---|---|---|---|---|
| 8:45~12:00 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 14:15~17:00 | ◎ | ○ | - | ◎ | ○ | - |

◎…17:30まで診療/土曜日および午後診療は医師1名体制





天使病院の天使たち!

病棟、外来、訪問看護は看護部門の3つの柱です。



Ⅰ 西6病棟

入院される方の病気は、消化器内科では消化管の炎症やがんなど、血液内科では白血病や悪性リンパ腫などがあります。病気により、一時的に今まで出来ていたことが出来なくなったときには、手を差し伸べ日常動作を助けます。病気の回復とともに、ご自身でできることを行ってもらい退院の準備をします。



「家に帰りたけれど今の状態じゃ不安だよ」と退院を躊躇されることもあります。そんなときには、ご本人とご家族とどのように過ごしたいか、お手伝いできることは何かなど話し合っ、少しでも不安が少ない状態で退院していただいています。

Ⅰ 一般外来

一般外来は内科、外科、整形外科、眼科、精神科、小児科、耳鼻咽喉科などの一般診療科と救急・中央処置室、内視鏡・血管造影室の看護職員で構成されています。様々な機能を持った部署がひとつとなり、毎日平均500人前後の外来患者さんに対応しています。病棟と比べて外来は患者さんと関わる時間が短いため、観察力やアセスメント力など成熟した看護実践能力が求められます。そのため、外来で行なう勉強会にも力が入ります。



診療の後で普段の生活に戻る患者さんが、病気を持っていても安心して、住み慣れた場所で過ごせるよう多職種と連携、協力しながらこれからも取り組んでいきます。

Ⅰ 訪問看護ステーション

訪問看護は、病気や障害をもった人が住み慣れた地域やご家庭でその人らしく療養生活を送れるように看護師が生活の場へ訪問し、看護ケアを提供します。

当訪問看護ステーションは幅広い年齢層の方々に利用していただいております、今は0歳から100歳までの利用者さんがいます。

東区・北区を訪問エリアとし、毎日車に乗り、走り回っています。冬は雪道でつらい時期もありますが、私たち訪問看護師が来るのを待っている利用者さんのために毎日頑張っています。地域の方々に愛され、必要とされる訪問看護ステーションを目指しています。



500kcalをおいしく補給 認知症を予防する食事 レシピ



サバ缶ヘルシー炊き込みご飯
舞茸の豚肉ロール焼き
パリパリ海藻サラダ
豆腐の香り汁
プルーン

1食あたり
447kcal
塩分 3.0g
食物繊維 5.5g

野菜・きのこ・海藻の摂取量 121g
(1日の摂取目標の35.0%)



Comment

脳に良い効果があることでよく知られている栄養素は、「DHA」や「EPA」で魚油の中に多く存在しています。多く含まれている食材としては、マグロ、イワシ、ブリ、サバなどです。「DHA」は脳の神経細胞を保護する働きをしていることでも有名な栄養素です。

その他にも脳神経細胞膜を生成している主成分で、記憶の伝達物質であるアセチルコリンを作る材料となる「レシチン」を多く摂取することも認知症予防効果があると云われています。多く含まれている食材としては、大豆製品、みそ、しょうゆ、豆腐などです。意識的に摂取することで、脳内の情報伝達がスムーズになる効果が期待できます。

また、食事の時は食べ物を意識してよく噛むようにしましょう。噛むことは認知機能にとっても関係があり、思考や創造性の役目を担う前頭前野と、記憶の司令塔と呼ばれる海馬の活性化を促す効果があるとされています。生活習慣を見直して認知症予防をしましょう。

(管理栄養士 梅津千恵子)

サバ缶ヘルシー炊き込みご飯

1人分
211kcal
塩分0.6g
食物繊維1.8g

【材料(1人分)】

| | | | |
|------|--------|----------|--------|
| ・精白米 | 50g | ・酒 | 小さじ1 |
| ・もち麦 | 15g | ・みりん | 小さじ1/2 |
| ・サバ缶 | 30g | ・鰹だし | 1つまみ |
| | | ・すりおろし生姜 | 小さじ1 |
| ・しめじ | 15g | ・針生姜 | 適宜 |
| ・油揚げ | 5g | ・大葉 | 1/3枚 |
| ・醤油 | 小さじ1/2 | | |

【作り方】

- ① 通常のご飯を炊く水加減より多めにセットする。
サバ缶を汁ごと加え、もち麦、しめじ、油揚げを加え調味料を加えひと混ぜし炊飯する。
- ② 茶碗にご飯を盛り、針生姜と大葉を飾る。

パリパリ海藻サラダ

1人分
60kcal
塩分0.9g
食物繊維0.9g

【材料(1人分)】

| | | | |
|---------|-----|--------|------|
| ・海藻ミックス | 10g | ・しらす干し | 5g |
| ・大根 | 30g | ・オリーブ油 | 小さじ1 |
| ・人参 | 10g | ・ポン酢 | 小さじ1 |

【作り方】

- ① たっぷりの水で海藻を戻し、堅く水切りをする。
- ② 大根、人参は千切りにし、海藻と合わせて、ポン酢で和えておく。
- ③ フライパンにオリーブ油を敷き、しらす干しをカリカリになるまで炒める。
- ④ 器に②を盛り付け、③をトッピングする。

豆腐の香り汁

1人分
35kcal
塩分1.0g
食物繊維0.5g

【材料(1人分)】

| | | | |
|-------|-----|------|-----|
| ・豆腐 | 20g | ・ねぎ | 10g |
| ・みょうが | 5g | ・片栗粉 | 2g |
| ・生姜 | 2g | ・めんみ | 8g |

【作り方】

- ① 豆腐はさいの目に、みょうが、生姜は千切り、ねぎは小口切りにする。
- ② 鍋にお湯を沸かし、めんみで味付けをし、①に火を通す。
ひと煮たちさせ、水溶性片栗粉でとろみをつける。

舞茸の豚肉ロール焼き

1人分
141kcal
塩分0.5g
食物繊維1.1g

【材料(1人分)】

| | | | |
|-------|-----|------|-----|
| ・豚ロース | 60g | ・長芋 | 10g |
| ・舞茸 | 15g | ・なめ茸 | 10g |

【作り方】

- ① 豚肉で舞茸を巻く。巻いた終わりの部位をフライパンの面に接するように並べ、アルミホイルを被せ、全体に焼き目が付くようにしっかり焼く。
- ② 長芋はすりおろし、なめ茸と和えておく。
- ③ 焼き上がった肉を皿に並べ、②を上からソースとしてかける。

プルーン

1人分
30kcal
塩分0.0g
食物繊維1.2g

【材料(1人分)】

| | |
|-------|----|
| ・プルーン | 3個 |
|-------|----|





鴛泊中学校 職場体験レポート(9月5日)

今年も利尻富士町立鴛泊中学校から、岸本美桜さん、高橋優羽さんが職場体験に来てくれました。開口一番「利尻の病院と違う…」と驚きながら職場体験がスタート。今回は病棟と栄養科での体験を中心に、院内見学をしながら検査技師、放射線技師、臨床工学技士、作業療法士、薬剤師などと接し、多様な職種があることを実感してもらいました。この体験が、お二人の職業選択や将来の夢へとつながることを心から願っています。



岸本 美桜さん

今回は、お忙しい中、院内の見学などをさせていただき本当にありがとうございました。

この見学で、前以上に栄養士になりたいという気持ちが高くなりました。そして、栄養士でない仕事にも興味を持つことができました。ありがとうございました。



高橋 優羽さん

今回は、お忙しい中、ありがとうございました。担当の林さんや栗原さんにとっても優しく接していただき、緊張がほぐれました。

院内見学では、沢山のお仕事を見学できて嬉しかったです。どの組織の方も患者さんへの配慮や気配り、第一に患者さんの事を考えているのが、とても格好良かったです。

私が将来、看護師さんになったら、皆さんのように患者さんと接したいなと思っています。今回は本当にありがとうございました。

医療機関
向け

「札幌市医師会東区支部 地域医療連携講演会」のお知らせ

- ◆日時 2019年11月8日(金) 18:30~20:00
- ◆場所 社会医療法人 母恋 天使病院東棟5F 天使ホール

- 講演1 「当院における膝関節疾患に対する治療戦略 ~人生を豊かにするオーダーメイド医療~」
(演者)天使病院 整形外科科長 珍部 正嗣
- 講演2 「札幌市東区における救急医療の現状と今後の取り組みについて」
(演者)札幌東徳洲会病院 救急センター副センター長 松田 知倫先生
- 講演3 「救急ホットラインの取り組みについて」
(演者)天使病院 副院長・救急センター長 山本 浩史

糖尿病予防教室 (毎月第3水曜日 14:00~15:00)

<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ください。

| 日程 | 時間 | テーマ | 担当者 |
|-----------|-------------|-----------------|----------|
| 10月16日(水) | 14:00~15:00 | 知っておきたい!! 認知症予防 | 看護師 今 桂子 |
| 11月20日(水) | 14:00~15:00 | 天使病院 糖尿病DAY | |
| 12月18日(水) | 14:00~15:00 | 年末年始 食事大作戦 | 管理栄養士 |

広報誌 「天使びょういん」第54号
発行日 令和元年10月15日
発行人 院長 西村光弘
編集 「天使びょういん」編集委員会

編集後記

オリンピック、サッカーワールドカップに次ぐ、世界三大スポーツ祭典のひとつと言われているラグビーワールドカップ。日本代表の活躍もあり、応援に熱が入りますね。スポーツは応援することも醍醐味ですが、生活に取り入れることも忘れないようにしたいものです。メタボ、ロコモ、認知症の予防と対策に、自分で“運動する”ことにも楽しみを見つけませんか。来年はいよいよオリンピックなのでから!

