

# HOHOEMI

110

ご自由にお持ち  
帰りください

TAKE FREE



特集

内科・感染管理部門

幅広い症例から未知の病まで  
前向きに技術を磨く

- ▶ 内科・感染管理部門特集 幅広い症例から未知の病まで 前向きに技術を磨く
- ▶ 栄養士の健康レシピ 豚肉と野菜のせいろ蒸し
- ▶ 知っておきたいお薬の話 花粉症について
- ▶ ちょっとひといき健康体操 循環器機能の向上



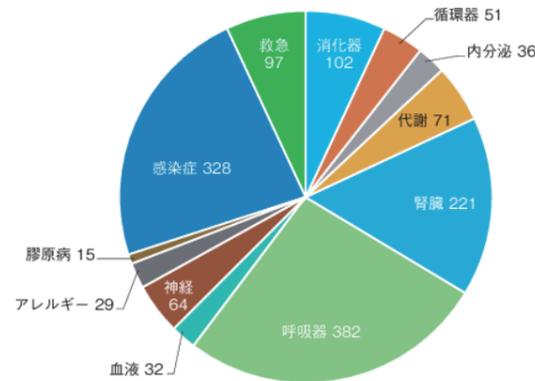
広大な守備範囲だからこそ、症例も数多く。

### ICU から緩和ケアまで総合的にマネジメント

例年、当院の内科入院患者の1～2割がICUに入室しています。重症な場合はICU医と共にマネジメントを行い、集中治療に関連する処置(各種血管内デバイス挿入、各種ドレーン挿入、人工呼吸器管理など)や重症患者のマネジメントも内科の守備範囲となります。

2018年から末期心不全に緩和ケア診療加算が適応されています。当科は、それ以前から非がんの緩和医療、看取り、ACPに取り組んでいます。

内科入院の内訳(2023年度)



### 柔軟性やチーム力で、医療の“スキマ”を埋める

総合病院では、診療科の専門性が高度になるほど、それぞれの専門分野との間に大きな隙間が生じます。内科はアメーバのように柔軟に形を変えながら、この隙間を埋めることで、患者さんの全体的な診療を支える役割を果たしています。内科が果たす役割は以下のようものです。

#### 多領域にわたる診療

内科医は幅広い知識とスキルを持ち、複数の診療科にまたがる問題を総合的に診療

#### 総合診療

専門医が対応しきれない複数の病態を統合的に管理し、全体のバランスをとる

#### 患者中心のケア

患者さんの全体像を把握し、個別の疾患だけでなく、生活全般や社会的背景を考慮した治療を提供

#### 専門医との連携

他の診療科とのコミュニケーションを図り、必要に応じて専門医の協力を得ながら治療を進める

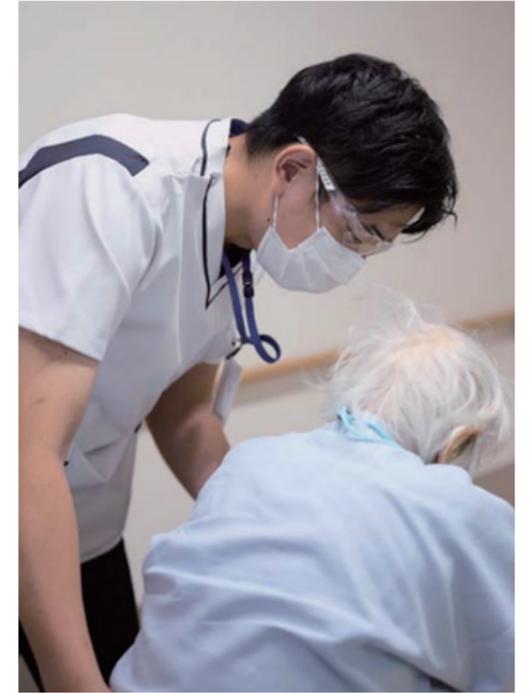
#### フォローアップと調整

患者さんの治療計画や薬物療法を調整し、治療の一貫性を確保する

### リハビリテーション室

#### 健康を取り戻し、生活の質を向上させる

リハビリテーション部門は、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士それぞれの専門職が、患者さんに必要な身体機能向上訓練、生活に必要な動作練習、より生活しやすい環境作りの調整や提案、安全にお食事が出来るよう評価や訓練を365日体制でおこなっています。病気の治療後に環境の変更や社会資源の活用が必要になる患者さん、また、“家で転倒を繰り返していた”“食事が減ってきており、体が虚弱になっていた”など本当は入院する前より生活環境の改善が必要であったであろう患者さんを多く経験しています。「病気が治れば元いた場所に帰ることができる」ではなく、「病気の治療が終わった後も、健康な生活を送ることができる」ようにリハビリテーション部門は、カンファレンスを通して内科チームと入院前の生活環境や現在の身体機能、日常の生活能力を評価し共有して退院までの方向性を検討しています。



### 患者サポート室

#### あらゆる面から患者さんを支援

医療ソーシャルワーカーは、療養する患者さんやそのご家族が安心できるよう、院内外との連携を大切にしています。院内では、連携強化のために内科カンファレンスを週1回開催し情報共有の場を設けています。院外へは切れ目のない支援を意識し丁寧な情報提供を心掛けており、患者さん・ご家族の不安や問題が少しでも軽減できるよう努めています。



### 退院支援看護師

#### 多職種との連携で退院後の安心を整える

退院支援看護師は、退院後の適切な医療ケア体制を整えるために院内外の橋渡しの存在として退院調整などのさまざまな役割を担っています。内科カンファレンスでは、医師、看護師、リハビリスタッフ、社会福祉士など多職種で情報を共有しています。患者さんやご家族の気持ちに寄り添い、治療が終わった後も安心して生活を送るために、どのような支援が必要なのかを考えています。



チームで医療関連感染を予防・対策・支援



感染管理部門は、医療機関において、医療関連感染を防止するための感染対策の整備や実践についてマネジメントをおこなう部門です。医療機関において患者さんが原疾患とは別に罹患した感染症を医療関連感染と表現します。入院患者の5～10%が入院中に感染症に罹患するとされています。これは死亡率、罹患率の増加により、入院期間が延長するほか、医療費負担、治療待機患者の増加といった弊害が懸念されます。そのため医療機関の管理者には、感染管理に係る実施事項が医療法によって定められ、定期的な外部評価を受けることが義務付けられています。このような実施事項を確実にし、医療関連感染を予防・対策・支援する役割として、医師、看護師、臨床検査技師、薬剤師によって構成されるICT(インフェクションコントロールチーム)が組織されており、日本看護協会における認定資格である感染症看護専門看護師や感染管理認定看護師が2名専従として活動しています。

平常時の感染対策実践こそ、感染予防・対策の第一歩

前向きに取り組む中で、私たちが実感したのは、未知の感染症であったとしても、基本に立ち返り、平常時からの適切な感染対策の技術を実践し続けることこそ、感染予防・対策の第一歩なのだということです。日頃の感染対策活動を蔑ろにしない医療者の行動が強みになるのです。当院には感染症内科や感染症科といった専門診療科はなく、内科医が感染症診療の中心を担っています。丁寧な問診と高い専門性によって、時にはあまり耳にすることのない感染症に出会うことも少なくありません。感染症診断は日本における感染症発生動向調査にも反映されるため、感染症法に則って適切な届出を対応・実践しています。



抗菌薬適正使用推進活動に取り組む

当院では各病棟に薬剤師を配置しており、入院患者さんに対して服薬指導をおこなったり医師に対して処方提案をおこなうことにより、安全で効果的な薬物治療を推進しています。また、当院の薬剤師は、抗菌薬適正使用を推進する抗菌薬適正使用チームの一員として活動をおこなっています。現在、国際社会で耐性菌対策が大きな課題になっており、日本でもフルオロキノロン系抗菌薬や第三世代セフェム系抗菌薬に耐性をもった大腸菌の検出率が上昇しています。このような背景から、感染症治療において「適切な薬剤」を「必要な場合に限り」「適切な量と期間」で使用することが求められています。抗菌薬適正使用チームの薬剤師は、主に広域抗菌薬の使用状況をモニターして、より適切な抗菌薬をより適切な量と期間で使用されるように活動しています。活動により、手術時に使用する抗菌薬の使用時刻の改善や、バンコマイシン点滴の副作用である腎機能障害の発現率低下、メロペネム注の処方の適正化による耐性緑膿菌の検出数の減少といった結果が得られています。

早期発見から最善の医療が始まる

当院は、迅速かつ正確な診断を提供するための技術と設備を整備しています。細菌検査室では、経験豊富な臨床検査技師と医師・感染管理室が連携し、患者さんの感染状況を迅速に把握し、適切な治療方針の決定のサポートをおこなっています。特に感染症の早期発見に力を入れており、質量分析装置の導入により従来、菌名の同定に2日程度要していたところが1日で同定が可能になっていることに加え、自動化された薬剤感受性検査装置を使用することで、短時間での結果提供が可能となっています。細菌検査室の強みは、その迅速性、正確性、そして高い専門性にあります。私たちは患者さんの安心と安全を第一に考え、日々進化し続ける医療技術を駆使してより良いサービスを提供しています。



▶ **花粉症とは** 花粉が原因で生じるアレルギー症状(くしゃみ、鼻水、鼻づまり等)のことです。

**花粉症のメカニズム**

体内で「花粉=敵」とみなされると、アレルギー反応に関与する細胞から情報伝達物質(ケミカルメディエーター)が放出されます。ケミカルメディエーターが全身に運ばれ、作用することによりくしゃみ、鼻水、鼻づまりといった症状が引き起こされます。

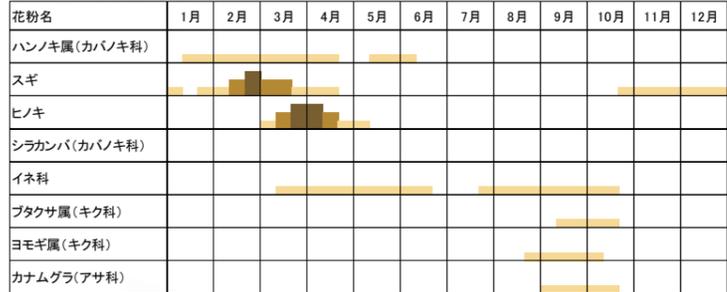
**花粉症の治療**

花粉症の治療法として以下があります。

- ▶ 花粉の回避、薬物療法、アレルギー免疫療法、手術
- ▶ 目のかゆみ、涙目、目やにといった目の症状がある場合には、点眼薬を処方する場合があります。

わからないことがあればぜひ医師・薬剤師にお尋ねください。

福岡の花粉飛散時期



少ない ← → 多い

分類	特徴	医薬品名
抗ヒスタミン薬	・即効性がある ・薬によっては眠気や口の渇きを伴う ・鼻づまりには効きにくい	エビナスチン塩酸塩錠 デザレックス錠 ピラノ錠 フェキソフェナジン塩酸塩錠など
ケミカルメディエーター遊離阻害薬	・効果が出るのに時間がかかる ・鼻づまりにも効果的	トラニラストカプセル
ロイコトリエン拮抗薬	・鼻づまりに効果が高い ・効果が出るのに時間がかかる	モンテルカスト錠など
鼻噴霧用ステロイド	・強力で鼻づまり、くしゃみ、鼻水に有効 ・刺激になることがある	フルチカゾンフランカルボン酸エステル点鼻液 モメタゾン点鼻液など

参考文献 一般社団法人日本アレルギー学会 アレルギー疾患の手引き(2022年改訂版)

**花粉症のに使用されるお薬**

花粉症に使用されるお薬には様々なタイプがあり、症状に応じて組み合わせて使用することもあります。

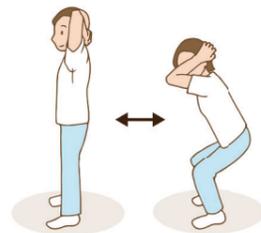
毎年強い症状がある患者さんは、花粉の飛散前や開始とともに、あるいは症状が少しでもあらわれた時点で薬物療法を開始することで、症状を軽くすることが可能です。



ちょっとひといき  
健康体操



**スクワット**



- ・足腰に不安がある場合は手すりなどを持って行いましょう
- ・膝が痛い場合は中腰程度まで腰を落とす「ハーフスクワット」も効果的です

**踵上げ(カーフレイズ)**



- ・ふくらはぎの筋肉も心臓に戻る血液を送り出すポンプの役割を果たしています
- ・立って行うのが難しい場合は座って行いましょう

**循環器機能を向上させましょう**

運動をすると血液が流れやすくなり、血管が広がりやすくなります。(血管内皮機能の向上)  
その結果、収縮期血圧が下がり、心臓の負担が軽くなります。  
※特に、足などの大きな筋肉を使う運動が効果的です。  
ただし、心臓そのものの機能が向上するわけではありません。

体力を向上させることにより同じ負荷での心拍数を減らします(ウォーキングなどの有酸素運動も効果的!)  
※高負荷の運動は心臓の動きを増加させるため注意が必要です※

豚肉と野菜のせいろ蒸し

栄養士の簡単レシピ



1人分の栄養素

エネルギー 382kcal  
たんぱく質 10.9g  
塩分 1.1g



監修 栄養士  
下野 明日香

〈 材料：1人分 〉

- ・豚バラスライス 50g
- ・さつまいも 20g
- ・れんこん 20g
- ・にんじん 15g
- ・ぶなしめじ 15g
- ・ブロッコリー 15g
- 調味料(タレ)
- ・すりごま 大さじ1
- ・マヨネーズ 大さじ1/2
- ・しょうゆ 大さじ1/2
- ・酢 大さじ1/2
- ・砂糖 小さじ1

〈 作り方 〉

- 鍋に水を9分目まで入れ火にかける。せいろは水で濡らしてクッキングシートを敷いておく。
- 具材を切りせいろに並べる。  
※火の通りにムラが出ないように大きさや厚さをそろえましょう。
- お湯が沸騰したら鍋の上にせいろをのせ10～15分蒸す。
- 蒸している間にたれの材料を混ぜておく。

〔 せいろの基本の使い方 〕

- ・せいろを使う前に全体をぬらす。
- ・肉や魚はクッキングシートや葉物野菜を敷いてから蒸す。(器に乗せて蒸す場合は敷かなくてOK)
- ・使用後は洗剤は使わず、たわしやスポンジで軽く水洗いだけでOK
- ・水気を拭き取ったら風通しの良いところで保管する。

〈 蒸し料理のメリット 〉

- ・栄養素を逃さずに調理できる。
- ・油を使わず調理できるため脂質の摂取量を抑えられる。
- ・食材の自然な味と食感が保たれる。
- ・調理技術が不要。

〈 MEMO 〉

- ・せいろがない場合はざるやステンレスの蒸し器で代用できます。
- ・食材やタレを変えることで様々なバリエーションが楽しめます。

## 栄養ニュースのご紹介



当院の栄養管理士の監修のもと毎月「栄養ニュース（栄養広報新聞）」を発行しています。時期に合わせた特集やレシピなど紹介しています。ホームページからも閲覧ができますので是非ご覧ください。

## アンケートご協力をお願い

皆さまにより一層満足していただく広報誌を目指し、広報誌を読んでいた皆さまにご意見をお伺いするアンケート調査を実施しております。下記のQRよりサイトにアクセスしていただき皆さまの率直なご意見ご要望をお聞かせください。ご協力をお願いいたします。



## 公式 Instagram のご紹介



当院の様子や職員のこと、イベント等の情報を発信しています。是非フォローしてご覧ください。



<https://www.instagram.com/fukuokatokushukai/>

最近はこんな投稿をしました！



## 福岡徳洲会病院公式 SNS

〔 YouTube 〕



頸部・上肢・体幹、下肢、口腔体操・発声練習など体操の動画をアップしています。是非ご覧ください。

〔 福岡徳洲会病院 Instagram 〕



病院の様子やイベント等の情報を発信します。

〔 卒後教育センター（研修医） Instagram 〕



当院に在籍する研修医の研修風景など紹介しています。



医療法人 徳洲会 福岡徳洲会病院  
〒816-0864 福岡県春日市須玖北4-5

TEL : 092-573-6622  
FAX : 092-573-1733  
<https://www.f-toku.jp/>

