

えがお 5

EGAO

2013 May
Volume 25



● 顔色だけでなく“足色”もネ！

♪足の血管で「足からず」♪・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・榎本 大次郎

● 「NST」って知っていますか？

NSTで「ええよう」に栄養管理します！・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・河野 早紀

● お知らせ

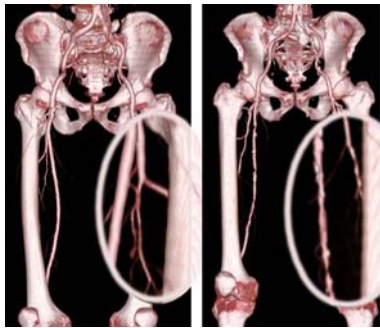
外来診療担当医一覧、新入医師紹介

年齢とともに増加の「動脈硬化」

みなさん、こんにちは。内科(循環器)の榎本です。地域医療支援で赴任し早 4 年目となります。八幡浜は海と山に囲まれた穏やかな土地柄ですが、高齢化率の高い地域ですので、年齢とともに増えてくる「動脈硬化」による病気が多い地域でもあります。今日は、その中でも足の血管のお話をしようと思います。

古くなったホースと一緒にです

血管は血液が流れるパイプですが、加齢により自然に傷んでいきます。ちょうどビニールホースがだんだん硬くなって、中に老廃物が溜まってくるような感じですが、高血圧や糖尿病があると進行しやすくなってきます。これが足の血管に起こると



きれいな血管 ポロボロの血管

起こると下肢閉塞性動脈硬化症「ASO」といわれ、日本では 70 歳以上の約 20%に認められるといわれています(他人ごとではないですね)。

顔色だけでなく、「足色」もネ!

足の血流が低下してくると、しびれ・歩行障害・疼痛の症状が出始めて、最後にはつま先から壊死(えし)を起こして切断しなくてはならないときもあります。糖尿病がある人では症状が分かりにくく、進行に気がつかないときもあるので注意が必要です。高齢の方は顔色だけでなく、「足色」もうかがいましょう。

ASOのシグナル



ABIという検査

足の血管の動脈硬化を手軽に調べることができるのが「ABI: 足関節上腕血圧比」です。上腕と足首の血圧を同時に測定して、足首の血圧が低下していると血管のつまり具合がわかります。マッサージ器の足揉みのような検査ですから、動脈硬化が気になる方にはおス



循環器科 榎本大次郎

三重県出身の榎本です。伊勢神宮にお参りして愛媛にやってきました。八幡浜では心臓の病気をはじめとして高血圧や腎臓病、下肢血管など動脈硬化による病気と闘う日々を送っております。

●趣味: お酒

●好きなタイプ: かわいい人

スメです。当院でも優秀なスタッフが検査いたします。

足の運動はとても大事です

ASO を起こした血管には、血管内治療(カテーテルを使った拡張術)やバイパス手術をすることで血液の流れを取り戻すことができますが、下肢の全体に動脈硬化が起こっているとそれも難しくなります。じゃあ重症の足は切断するしかないかというそんなことはありません。お薬で血流を可能なだけ改善しながら、足の運動をすることで格段に状態が良くなります。血液・酸素を欲しがっている足先に運動をさせてやることで、悪い血管のまわりに迂回路が育ってゆきます。私の外来にも血管が完全に閉塞している患者さんがいますが、「足

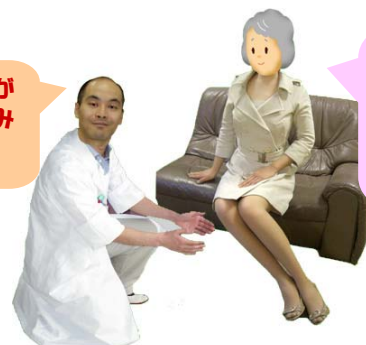


が重い」と言いながら元気に歩いて通院されています。年齢的にも腰・膝関節の痛みが辛いかもしれませんが、がんばって歩くことがとても大事です。

足の血行が悪いとケッコウ全身にも!

「ASO→足を動かさない→筋力低下→貧血や栄養不良→ASO 進行」この悪循環で足の状態が悪くなり、寝たきりになってしまうのが最悪です(高い確率で死亡につながる事が知られています!)。痛いながらも動いてくれる足があるうちは動かしてあげてください。年齢と動脈硬化は同時進行ですから、上手に気長に予防することが必要。なるべく元気なうちから足腰を弱らせないための運動をして、動脈硬化に負けない足を育てましょう。

「アッシ」が足を診てみましょう!



先生、最近ふくらはぎが痛かったり、しびれたりするんです。

「NST」って知っていますか？

NSTは栄養(Nutrition)サポートチームの略称で、それぞれの頭文字をとって「NST」と言います。

入院された患者さんの栄養状態は千差万別で、必要な栄養はどれくらいか、どのようにして栄養をとるのかは、病気や患者さん個々によって違います。栄養の状態が悪いと治療が長引き、また余分な合併症を引き起こすことにもなりかねません。そこで患者さん1人1人に応じて適切な栄養管理を行う栄養サポートが必要となってきます。これを実施するためには関連する多職種の間で共同作業が必要になってくるのです。

どんな職種が関わっていますか？



当院でも医師、看護師、管理栄養士、理学療法士、言語聴覚士、薬剤師、臨床検査技師、事務スタッフなどが関わっています。

当院 NST ではこのように様々な職種が一致団結して栄養サポート(NST)活動をしております。

各専門職の役割を紹介します

医師: 患者さんの病状把握と栄養障害の有無や程度の判定、主治医と連携して治療方針の確認や栄養補給に関する最終的な決定を行います。

看護師: 看護師は入院中の患者さんのもっとも身近に接している職種であり、病状観察及び適切な栄養管理がなされているかの確認をします。また身体計測、口腔ケアや褥瘡(床ずれ)の管理等を行います。

薬剤師: 栄養関連薬剤の情報提供や処方薬剤の把握をし、薬学的知識に基づいた提言や問題点の抽出を行います。

管理栄養士: 必要栄養量の算出や食形態(普通食や流動食、点滴、胃の中に直接栄養を入れる等)の検討など栄養関連の情報提供をします。

理学療法士: リハビリテーショ



ン状況の把握と情報交換を行っています。

言語聴覚士: 摂食嚥下障害(飲み込みが難しくなった方)へのリハビリを行い、その患者さんがどんな状態での栄養摂取が適切であるか情報提供をおこないます。

臨床検査技師: 栄養状態を評価するための指標となる血液検査データに基づく対象患者の抽出や栄養状態のモニタリングをしています。

事務職: 栄養関連の診療報酬等の情報提供をしています。

このように様々な職種が集まって活動を行うことで、それぞれの専門的立場から状況を把握し、効率的に患者さんのサポートを進めていくことができている。



対象者の抽出とモニタリング。

臨床検査技師である私は、NSTの活動において他の職種のスタッフに比べ直接患者さんに関わる機会は少ない職種ですが、検査データを管理する面からNSTの一員として関わっています。

臨床検査技師が関わる栄養指標には古くからALB(アルブミン)というタンパクや、リアルタイムの評価が可能なRTP(タンパクの種類)があります。しかしRTPは診療報酬の制限や、コストの問題があり、当院では低コストかつ簡便で低栄養患者の抽出に有用なCONUT法という栄養評価方法を用いています。

「やりがい」感じています！

普段は検査の数値上で患者さんの状態が改善傾向にあるかどうかをモニタリングしていますが、実際に患者さんに関わっているスタッフのお話を聞いて検査数値と同様に臨床的にも状態が少しずつよくなっていることを知ることでやりがいを感じています。



臨床検査技師 河野早紀

地元八幡浜出身の河野です。臨床検査技師になって3年目です。生化学、免疫、NSTや糖尿病関係の仕事をしています。地元の皆様にも少しでも貢献できればと思います日々精進しております。

- 趣味: 手芸&カラオケ
- 好きなタイプ: 頼れる人

外来診療担当医一覧

診療科	受付時間		月	火	水	木	金		
	午前	午後							
内科	8:30 ～ 11:00	科 に よ っ て 曜 日 、 時 間 が 異 な り ま す	渡部・酒井	上村・仙波	仙波・酒井	酒井・渡部	酒井・仙波		
循環器科			高橋・上村(奇数週)	上村・高橋	高橋	榎本・上村	榎本(奇数週)・大蔵(偶数週)		
総合診療			越智	古川(第1火曜日)	休診	休診	本田・片山(偶数週)		
整形外科			温泉川・岡本・米川	堀田・岡本・林	米川・林・温泉川	林・米川・堀田	岡本・堀田・温泉川		
皮膚科			松田	松田	松田	松田	松田		
泌尿器科			武田	武田	武田	柳原	武田		
耳鼻咽喉科			佐々木	佐々木	佐々木	佐々木	佐々木		
歯科口腔外科			合田(予約制)	休診	中城(予約制)	休診	浜川(予約制)		
小児科			8:30 ～ 11:30	な し	鈴木・青野	青野・慢性(予約制)	河上	河上・健診(予約制)・ 予防(予約制)	河上・鈴木
外科			的場・藤原(奇数週)・ 中島(偶数週)		的場・国吉	友近・中島	的場・藤原	友近・国吉	
脳神経外科	河内	休診	河内		休診	田川/重川			
産婦人科	休診	愛媛大学非常勤医師 (予約制)	愛媛大学非常勤医師 (予約制)		休診	休診			
眼科			依光	依光	依光	休診	休診		

- 担当医は変更になる場合がございます。 ホームページアドレス <http://ycgh.jp/>
- 受付時間は各診療科によって異なりますので、詳細につきましては当院へお問い合わせ下さい。

新入医師紹介

四月から八幡浜へやってきました！宜しくお願い致します。

整形外科 岡本賢和

小児科 河上早苗



松山出身の岡本です。八幡浜は分からない事ばかりですので色々教えてください。海が近いので釣りを覚えようと思っております。頑張りますので宜しくお願いいたします。

- 趣味:スポーツ全般
- 好きなタイプ:明るい人
- 性格:几帳面



松山からやってきました小児科の河上です。初めての八幡浜でとても新鮮な気持ちです。子供と一緒にいる時間が一番幸せです。子供達のために精一杯頑張りたいと思っております。

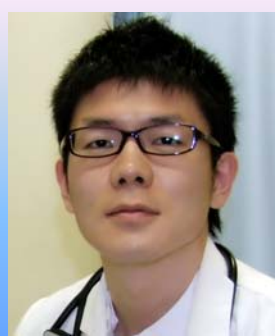
- 得意分野:小児腫瘍
- 性格:おっとり



東京からやって来ました外科の中島です。山と坂に囲まれた八幡浜の景色はとても新鮮です。市民の皆さんの幸せを第一に考え、医療を提供していきたいと思っております。

- 趣味:ランニング、水泳
- 好きなタイプ:さっぱり
- 性格:さっぱり塩味

外科 中島正夫



松山出身の渡部です。八幡浜はとても自然が豊かですね。内科医としてまだまだ未熟者ですが、八幡浜の医療を少しでも支えられるよう一生懸命頑張ります。

- 趣味:スポーツ
- 好きなタイプ:笑顔美人
- 性格:コツコツ派

内科 渡部洋輔