



循環器病センター開設 1周年です。

昨年11月に循環器病センターが開設され1年が経過しましたが、開設以前にも増して、専門性を高めて24時間体制で取り組んでいます。

ご存知ですか？ そもそも循環器病って？？



心臓病・脳卒中・高血圧をはじめ、血液の流れ（循環）の異常が原因で起こる諸臓器の病気です。血液は人が生まれてから死ぬまで1日中休まず循環しているので、年齢とともに不具合が現れたりします。

循環器病センターでは

**発症時から退院後までをカバーする
包括的循環器病ケアを目指しています**

よりスピーディーに、より負担の軽減を

今年の4月からは月～金曜まで連日、循環器の初診外来を行っています。それに合わせて、心臓CTができる機器が昨年4月から2台となり、外来での冠動脈（心臓に血液を供給するための血管）の検査も迅速に行えるようになりました。また、今年の6月からは心臓超音波検査の機器も2台になり、諸検査が今まで以上に迅速に行えるようになっています。

カテーテル検査では、手首の動脈から挿入する検査を積極的に行っており、検査後の患者さんの負担が少なくなったと考えます。



この地域での循環器病センターの在り方は

香川県は人口10万人あたりの糖尿病患者数が全国でもトップレベルであり、その合併症である下肢動脈閉塞など、末梢血管疾患の方も多いです。当院では糖尿病内科とも連携しながら、積極的にカテーテル治療を行っています。



さらに当センターでは、心不全・急性心筋梗塞・狭心症などの主要な循環器疾患で入院された患者さんの退院後の食生活や活動レベルを考慮して、リハビリテーション科・薬剤部・栄養管理科・メディカルソーシャルワーカーなど、多職種と連携しながら入院中の治療活動を行っています。

循環器病疾患の患者さんのサポート体制について [次のページへ》](#)

もし、循環器の病気（心血管病）にかかったら…

発症

心臓病や脳卒中、高血圧など、循環器病で来院された患者さんへ
このようなサポートをしています。

ICU・CCU、地域救命救急センター

手術後の方や厳重な呼吸管理の必要な方、心筋梗塞や心不全などの急性期の重症患者さんが入院されます。患者さんの細かい状態の変化を観察し、緊急の処置に迅速に対応できるよう医療スタッフ間で連携しながら、患者さんが安心して医療を受けられるよう、計39名のスタッフで日々看護を行っています。そして状態が良くなれば、循環器病センターへと繋いでいます。

入院生活のこと



循環器病センター

循環器センターでは、主に心不全や心筋梗塞の患者さんが多く、これらは症状を繰り返すことが多い疾患です。繰り返さないためには、服薬、運動、食事などの日常生活コントロールが大切です。当センター看護師は、退院後の生活を見据えた日常生活援助を中心に、患者指導を行っています。急性心筋梗塞用のハートノートや心不全パンフレットを使用し、患者さんやご家族が理解しやすいように工夫し指導しています。



ハートノート

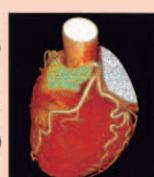
心筋梗塞で入院される患者さん全員にお渡ししています。病気のことやリハビリ、食事、お薬のことなどを記載していて、各担当スタッフがこのノートを基に患者さんやご家族にご説明しています。

検査のこと

放射線検査

心臓 CT 検査

心臓カテーテル検査でしか分からなかった、冠動脈（心臓に血液を供給するための血管）の走行や狭窄を評価することができる検査です。心臓カテーテル検査と比べ身体の負担が少なく、冠動脈の評価以外にも心臓の機能や構造など、多くの情報が分かります。

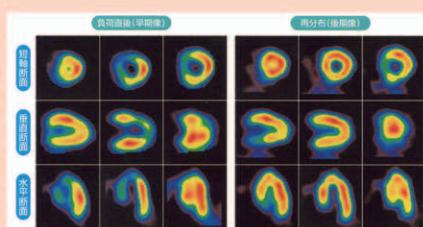


心臓 MRI 検査

放射線被ばくがなく、体への負担の少ない検査です。動画などを用いての左心室壁運動評価や血流評価、造影剤を用いての心筋線維化の評価も行うことができます。また造影剤を使用せず冠動脈を描き出せるので、高度石灰化症例や造影剤アレルギーのある方に有用です。

心臓核医学（心筋シンチ）検査

心臓の動きや心筋への血流状態を見ることで、狭心症や心筋梗塞などを調べることができます。検査方法は、心臓に負荷をかける目的で運動や薬剤を投与したあと、R I（放射性同位元素）を注射します。その後、撮影台に寝ていただき胸の周りを専用カメラで撮像します。比較するため3時間後に再び撮像します。



生理検査

臨床検査技師が心電図・超音波・血圧脈波（血管年齢）などの検査を担当しています。また、他部門と連携して心臓カテテル検査にも従事しています。迅速に精度の高い検査結果を提供することに加え、患者さんと直接接する部門であるため、患者さんの立場に立ってリラックスした気持ちで検査を受けていただけるよう努めています。



お食のこと

入院患者さんに、病院食を理解しおいしく食べていただけるよう、管理栄養士が病室を訪問。日常の食生活の聞き取りや、食事療法の必要性とその方法をご説明しています。また個別指導や月2回（第2・4水曜）の集団指導を通して、患者さんとコミュニケーションを取り、信頼関係をとることを心がけています。



リハビリのこと

心臓の機能に合わせた日常生活動作の練習や、呼吸や心血管系の能力を向上させるような有酸素運動を実施しています。また、心不全が悪化しないように生活指導など幅広く携わり、在宅・職場復帰を行います。入院中にコントロールできていない患者さんの訪問指導も行っています。



お薬のこと



循環器内科は薬の種類が非常に多いのが特徴です。中でも重要なのが、「血液をさらさらにする」薬で、とても役に立ちますが、リスクの高い薬もあります。薬剤師が、危険性と同時に服薬の重要性を理解してもらい、しっかりと服薬を続けてもらえるように手助けをしています。



その後の生活のこと

当院で治療後症状が安定した方に、担当医が検査結果・病状の経過などを記載した紹介状を作成し、地域医療連携室を通してお近くの医療機関（かかりつけ医）に取り次ぎます。病状に変化のあった場合には、いつでも当院の受診ができますのでご安心ください。

訪問看護ステーション

通院困難な循環器疾患の患者さんに、医師がご自宅へ伺い診察しています。コントロールの難しい循環器疾患を専門医が担当し、安心して過ごしていただきたいと考えています。安定した療養生活の構築のために、医師と訪問看護師が三觀地域を疾走しています。



今後も当センターでは各専門スタッフによる24時間体制の救急対応はもちろん、病気の再発、悪化を極力抑えるために、それぞれの患者さんに対する入院中・退院後の長期的かつ包括的対応に努めてまいります。

世界糖尿病デーのブルーライトアップを行いました

世界糖尿病デー（11月14日）のブルーライトアップを毎年行っています。5年間は西讃糖尿病対策推進会議の行事として行い、次第にライトアップの場所を増やしてきました。昨年から香川県糖尿病対策推進会議として活動しています。



ライトアップが終了後も事務作業が残っています。知名度がいまひとつなのが悩みです。

内科：米井 泰治

琴弾公園 錢形砂絵

今年も香川県の5つの医療圏
それぞれでライトアップ！



院内保育施設

わたっ子保育園 日記



10月9日(金) 晴れ

さぬき豊浜ちょうさ祭りの日、お散歩途中に須賀の集会所に立ち寄って、ちょうど見せてもらいました。

太鼓をたたかせてもらったり、ちょうど乗せてもらって写真を撮ったり、乗るのが怖い子たちはロープをひっぱつたり。迫力にビックリしちゃう子もいましたが、子どもたちのさわやかな表情が見られました。

その後も手づくりちょうどでお祭りごっこをしたり、ブロックでちょうどを作ったりと、子どもたちのお祭りブームはしばらく続きました！



今年もこの季節がやってきました☆当院の冬の風物詩

イルミネーションがスタート



レストラン横ウッドデッキテラス



イルミネーション情報

期間：～2016年1月末までの予定

点灯時間：17時30分～21時

場所：くつろぎスペース前中庭

レストラン前ウッドデッキテラス

(点灯時間は中庭と異なります)



12月1日の開院記念日にイルミネーション点灯式を行い、今年も当院のライトアップが始まりました。11年目となる今年は、新たに人気キャラクターやスノーマンなどのライトも増やし、さらに輝きが増しています！

入院中の患者さんやご家族をはじめ、当院を訪れる方に、癒しや冬の楽しみがお届けできますように…。



エキスパートナース

～私たちにご相談ください～

EXPERT NURSE

VOL. 8



緩和ケア認定看護師



和田 阿佑美

私は今年度、緩和ケア認定看護師の資格を取得しました。緩和ケアとは、心身のつらさを和らげ、よりよい生活を送るためのケアです。

私は現在、緩和ケア病棟に所属しています。医師・看護師をはじめ、様々な医療職が患者さん・ご家族にとってよりよい方法を話し合いながら、その人らしく生きるためのケアを行っています。

私は資格を取得したばかりですが、患者さん・ご家族と今後のことと一緒に考えていくたらと思います。当院には、3名の緩和ケア認定看護師がいますので、お困りのことがあれば、ぜひ相談してください。

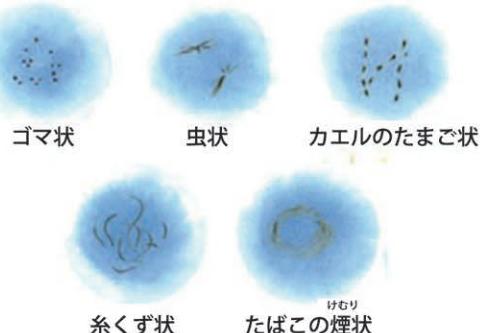
次回は、皮膚・排泄ケア認定看護師 鈴木 紗代子 さんです。

ただの老化？ それとも病気？

ひぶんしょう
飛蚊症について

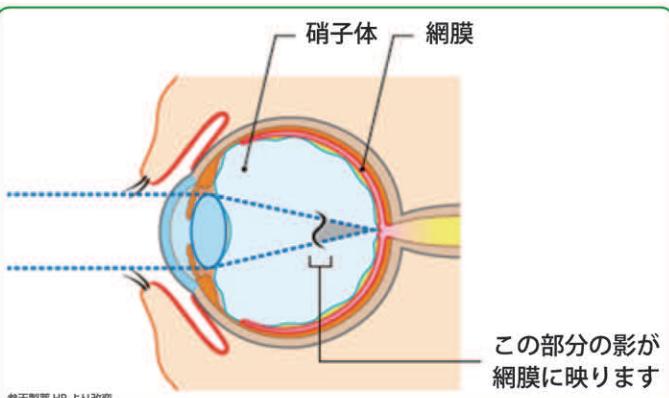
眼科 飛蚊症とは…

白い壁や明るい空を見た時に、視界に糸くずや虫のようなものが飛んでいるように見えることがあります。数も形も人それぞれです。暗いところでは気にならなくなるのが特徴です。この症状を飛蚊症と言います。（病名ではありません）



参天製薬 HP より改変

眼科 飛蚊症の原因や対処は…



参天製薬 HP より改変

眼の中には、硝子体と呼ばれる透明なゼリー状の物質が詰まっています。私たちがものを見るとき、この硝子体を通って光は眼の奥の網膜に届きます。この硝子体の濁りが、眼球の壁に影となって映り、飛蚊症の原因になります。濁りの原因で一番多いのは加齢による硝子体の変化で、ゼリー状から液状に変化します。また、生まれつき硝子体に濁りがある人もいます。どちらも生理的な（=病気ではない）ものです。

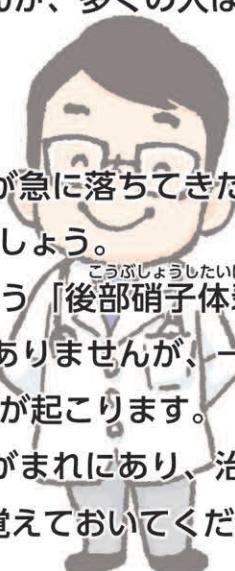
一度眼科で検査をして、生理的な飛蚊症と診断された場合には特に治療の必要性はありません。残念ながら、生理的な飛蚊症に効く薬はありませんが、多くの人は数カ月で慣れて気にならなくなります。

眼科 治療が必要な場合…

ある日突然、飛蚊症を自覚した・急に飛蚊症が増えた・視力が急に落ちてきた・視野が欠けて見えない部分があるという時は早めに眼科を受診しましょう。

歳を取ると硝子体が収縮して、目の内側で隙間を作ってしまう「後部硝子体剥離」という現象がほとんどの人に起ります。基本的に治療は必要ありませんが、一部の人には、この後部硝子体剥離をきっかけに、網膜裂孔や網膜剥離が起ります。

それ以外にも、突然の飛蚊症は眼内の出血や炎症である場合があります。治療が必要になります。「**“急な”変化が起こったら眼科受診**」。これを覚えておいてください。



眼科

「三豊総合病院の歩き方」を掲示しました！

院内各所の特徴やコンビニ・レストランの営業時間、全科診察待ち表示板の場所などを案内図に取り入れた「三豊総合病院の歩き方」を、院内各所に掲示しました。来院された患者さんやご家族の方みなさんに、病院のことをもっと知つていただくきっかけになればと考えています。

また、診察待ち表示板の見方についての説明や、来院時からの診療の流れについても詳しくご紹介しています。掲示しているほか各所にもご用意しておりますので、ぜひ手にとってご覧ください。



福祉ふれあいバザーを開催しました



11月17日(火)、三豊総合病院社会福祉事業として「福祉ふれあいバザー」を行いました。バザーは障害者福祉サービス事業所と共同し、計7事業所が参加。パンやお菓子、お好み焼きや手芸品、お花や鉢植えなどを販売しました。

参加施設

やまもも、丸山作業所、ぶちふらわあ、あゆみ、地域生活支援センターありあけ、たんぽぽハウス、ウィズ



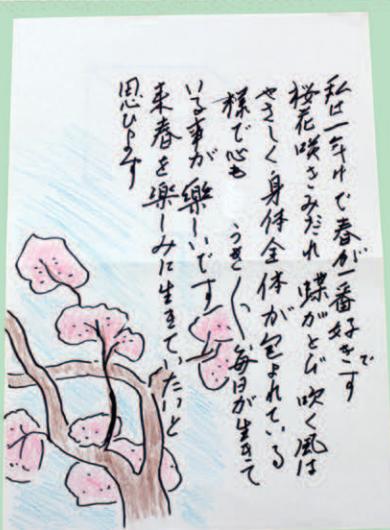
12月と1月の 三豊総合病院 講座・イベント予定表

12月10日(木)	14時～ 肝臓病教室 18時～ 夜間糖尿病教室
12月11日(金)	14時～ 食べて治して、ハッピーライフ
12月16日(水)	13時30分～「お産に関すること」
12月17日(木)	10時30分～ 腎臓病教室 (調理実習)
12月18日(金)	10時～ 食べて治して、ハッピーライフ(調理実習)
12月29日(火)～1月3日(日)	休診
1月14日(木)	18時～ 夜間糖尿病教室
1月21日(木)	15時30分～ 腎臓病教室
1月29日(金)	18時30分～ 平成27年度三豊総合病院緩和ケア市民公開講座

参加ご希望の方はお気軽にお問い合わせください



リハビリテーション科 今月の作品



絵手紙

80代の女性患者さんが、座って作業するリハビリや、脳トレを兼ねて描かれました。もともと文章を書くのがお好きな方で「今の自分の気持ちです」とすらすらと書かれました。とても前向きになる内容ですので皆さんにご紹介します。

栄養管理科がお届け 季節をもっとおいしく！

今月の簡単レシピ

材料（4人分）

ブロッコリー…1株	
ハム…3枚	
マヨネーズ…大さじ3(36g)	④
練りからし…小さじ2(10g)	
薄口しょう油…小さじ1(5ml)	

作り方

- ① ブロッコリーは小房に切り分けて、たっぷりの熱湯でゆでる。
- ② ハムを角切りにする。
- ③ ④を混ぜ合わせておく。
- ④ ブロッコリー、ハムを③で和える。

ポイント

ブロッコリーはゆでた後、水にはとらずに、ザルにあげて冷ますと、水っぽくなりません。

看護師・看護補助者 募集中

まだ実務経験がない…

新卒だから…

出産・育児でリタイアしちゃった…

そんな方も大丈夫です！

当院の看護部は、専任の新人研修スタッフが皆さんをフォローします。各種教育システムや研修なども充実♪自分のペースで歩む“自分らしい看護ライフ”を支えます。

詳しくはホームページをチェック

三豊総合病院

お気軽にお問い合わせください

☎0875-52-3366(担当:人事課)

病院見学も随時受付中♪

旬の冬野菜をシンプルに召し上がってください

ブロッコリーのからし和え



1人分

エネルギー：約110kcal
塩 分：約0.7g

豆知識



ブロッコリーは、βカロテンやビタミンCをはじめとするビタミンなど、抗酸化作用を持つ成分が豊富です。疲労回復や風邪の予防のためにも積極的に取り入れてみましょう。