

長野中央病院

だより

しなのさ

VOL.6
2015.11.1

■発行人／山本 博昭 ■編集／長野中央病院広報委員会

特集

長野中央病院 糖尿病・内分泌・腎臓内科
**患者さん主体の初期教育と
継続治療の支援を**

血液浄化療法センター

患者さんに寄り添う透析治療

NEWS & INFORMATION

わたしのまちのお医者さん

- 医療法人 康成会 太田糖尿病内科クリニック
- 板倉内科・糖尿病クリニック

患者さん主体の初期教育と 継続治療の支援を

増え続ける糖尿病患者さんの救いとなる病院に

当院に糖尿病の専門外来ができたのが昭和40年代。当時、当院はまだ小さな診療所で、県内の他の医療機関を見渡しても糖尿病の専門外来は少なく、いちばん近い場所でも東信地区・佐久市でした。長野市内に専門外来ができたことによって、「これまでの通院の負担が軽減した」と北信地区の患者さんに喜ばれたそうです。現在、糖尿病・内分泌・腎臓内科部長を務める近藤照貴副院長によると、「私が当院に着任した昭和52（1977）年の時点で、県内で他に類を見ないほどの患者数」でした。

近藤副院長が内科医として糖尿病を専門とした理由には、3つのポイントがあったといいます。1. 糖尿病が患者さんの生活に根ざした、奥深くてやっかいな全身疾患であること。2. 患者数が多く、診療・治療の拡充が求められている現状を目の当たりにしたこと。3. 内科全般の領域に関わる医療に携わりたい気持ちが強かったこと。そして、その頃から当院の糖尿病治療も徐々に進化を遂げ始めました。

1泊2日の画期的な短期教育入院を導入

当院で特に重視しているのが患者さんの初期教育です。「糖尿病治療には投薬治療も食事制限も運動指導もあって、患者さんの暮らし方や生活習慣との結び付きが非常に強いのです。治療や薬ではなく、まず必要なのは教育であることを知っていただきたいですね」と、近藤副院長は強調します。

糖尿病は一生の付き合いとなる疾患であり、継続治療により健康寿命を延ばす努力が必要なのです。患者さん自身が病気と正面から向き合い、しっかりと検査を受け、ご自分が主体となって方針を定められなければ、治療を続けることは難しいでしょう。しかし「検査や教育を受けなければならない人ほど、残念ながら、その時間がとれないという現状がありました」。そこで当院では、10年前に1泊2日という短期での教育入院を導入。これまでは2週間で行っていた内容を凝縮させ、働き盛りの患者さんもスムーズに初期治療に入っただけよう配慮したものです。この10年で約400名の患者さんが短期の教育入院を経験されています。

また教育入院は、栄養士、理学療法士等、担当スタッフのスキルアップの場ともなっています。それぞれの専門から患者さんに指導するため、日々、専門知識の勉強に余念がありません。「スタッフも患者さんと共に成長させていただいています」と近藤副院長。

自覚症状が現れにくく、健康診断をきっかけに指摘されることも多い疾患・糖尿病。気付かずに初期治療が遅れてしまうと、腎不全などの深刻な合併症を引き起こす恐れがあります。当院では、昭和40年代の小さな診療所であった頃から糖尿病の専門外来を設けて、治療を行ってきました。現在当院では、3,200名以上の患者さんに血液透析を含む最善の医療提供に努めています。

【糖尿病 三大合併症】

糖尿病患者さんによく見られる三大合併症

① 糖尿病性腎症

腎臓の糸球体（血管の集合体）に障害が生じて腎機能が低下する病気。進行すると透析治療が必要となる

② 糖尿病性神経障害

知覚・運動・自律神経など体中の神経に障害が起こる病気。立ちくらみや手足の痛み・しびれが生じる

③ 糖尿病性網膜症

高血糖による毛細血管の障害が生じて、網膜に障害が出る病気。出血や網膜剥離のほか失明の可能性もある

合併症治療の最善な在り方をめざして

糖尿病の合併症のひとつである腎症は、透析導入疾患の第1位です。それでも近藤副院長は信州大学で内分泌疾患の研修を受けた経験から「合併症にもできるだけ対処したい」と、昭和63（1988）年にたった1台の装置から血液透析をスタートさせます。平成17（2005）年にはリニューアルを実施し、現在の「血液浄化療法センター」となります。平成20（2008）年度にはベッド数50床まで増床しました。透析中のベッドの横で診療できる電子カルテや患者さんが寝たまゝの状態でも退屈しないよう、患者さん本位の様々な努力と工夫を続けています。

治療を必要とする合併症は多岐に渡っており、私たちは、他の診療科との連携を強めるのはもとより、診療科を増やすことも検討してきました。その言葉通り、当院では、平成13（2001）年に眼科を開設し、以降は網膜症の合併症にも対応可能となっています。また、地域の内科医の先生ともしっかりと連携を取っています。

「患者さんの笑顔を守りたい」という願い

「糖尿病は大変奥深くやっかいな病気のひとつで、症状も治療法も千差万別です。だからこそ私たち医療のプロが患者さんの気持ちに寄り添い、一人ひとりとじっくり向き合うこと。そして、時代の変化に遅れをとらぬよう、技術や知識を磨き続けねばならないと思っています」と、近藤副院長。それぞれの患者さんが必要とする医療が何かを見極め、それを確実に提供することが非常に大切です。そして何よりも、当院は「患者さんの笑顔を守りたい」という想いで治療にあたっています。「たとえ病気になっても、できるだけイキイキと毎日を過ごしていただきたい。健康寿命を延ばして差し上げたい。それができる診療科であり続けたいと思っています」。

血液浄化療法センター

患者さんに寄り添う透析治療

患者さんに寄り添う透析治療

糖尿病治療の核のひとつである血液浄化療法センターでは、血液透析と腹膜透析をはじめとする各種の血液浄化治療が行われています。治療にあたるスタッフが心掛けていることを、吉岡智史科長（臨床工学技士）に尋ねました。

吉岡科長によると、治療は患者さんが病院に到着されたその瞬間から始まっているそうです。患者さんの歩き方、表情、声の大きさ、目線など、どんな小さな変化も見逃すことのないよう、しっかり観察することが患者さんの状態を知る大きな手がかりになるのです。

「**大切な治療**を行う際に特に心を配っているのは接遇です。今は電子カルテが採用されているため、患者さんを目の前にしてもパソコン画面に集中してしまうことが少なくありません。当たり前のことですが、患者さんの顔を見て話すよう意識しています。それと医療従事者と患者さんという立場であることを忘れてはいけません。患者さんとは長い付き合いにはなりますが、『馴れ合い』にならないよう、丁寧な言葉使いや対応を心掛けています」

また、当センターで血液透析を受ける患者さんは、週に2～3回各3～4時間拘束された状態で過ごすことになります。「治療を継続してもらうためにも、患者さんに少しでも不快な思いをさせてはならないと考えています。どんな小さなことでもいいので、『来たくない』と思われぬ工夫を凝らすべきです」。

たとえば、開口部を広くして自然光を確保した明るい部屋づくりや、湿度や温度を調節して快適な空間でお迎えすることも工夫のひとつです。また、待ち時間を利用して管理栄養士が食事のアドバイスをしたり、月に一度のフットケアや療養相談の日は人員を増やし、それぞれの患者さんとじっくり向き合えるようにしています。さらに、各分野の専門家たちが治療に参加しあらゆる角度からサポートするチーム医療の確立も、患者さん主体の最適な治療を行うための体制づくりと言えるでしょう。

「**患者さんの負担**を最大限に減らし、前向きな気持ちで治療を受けていただけるよう最善を尽くす。そして、治療を行いながらも、その人らしい生き方ができるよう丁寧に支援する。それが私たちの使命です」と、吉岡科長。血液浄化治療を必要とするすべての患者さんが、病気や治療を人生の一部として受け入れられるように、これからもさまざまな角度からの治療・サポートに努めてまいります。

血液浄化療法センター
吉岡 智史 科長（臨床工学技士）

糖尿病治療を支えるチーム医療

糖尿病の治療では早期発見、早期治療とともに、中断しない援助が大切です。一生の付き合いとなる糖尿病では、食事療法・薬物療法・運動指導と組み合わせることが大変重要となります。そこで活躍してくれるのが、医師や看護師とともにチームの一員として治療にあたる管理栄養士、薬剤師、理学療法士、臨床検査技師、臨床工学技士などの専門家たちです。彼らからのひと言メッセージをご紹介します。



糖尿病療養指導士の役割

糖尿病療養指導士とは…

糖尿病の臨床における生活指導のエキスパート

糖尿病治療にもっとも大切な自己管理を患者さんに指導する医療スタッフです。高度かつ幅広い専門的知識をもち、患者さんが自分の体を気遣ってセルフケアができるようにチームで支援しています。糖尿病の合併症を起こすことなく、より良い生活を継続してほしいという思いで関わっています。当院でも糖尿病療養指導士として看護師、管理栄養士、臨床検査技師、理学療法士の16名が活躍しています。

看護師の役割

糖尿病は自覚症状が乏しいため、治療中断につながることもあります。自己管理が重要なため、入院中に日常生活管理を含め、糖尿病についてわかりやすく教育を行っています。年齢や社会背景をアセスメント（看護に必要な情報の収集）し、退院後の生活を考慮した指導を心がけています。

糖尿病患者さんが糖尿病とうまく付き合いながら生活できるよう、他職種と連携して、治療の継続を支援していくことが重要だと感じています。

管理栄養士の役割

食べることで簡単に楽しいはずなのに、糖尿病では難しい物に変わります。

糖尿病の患者さんは、自分に合う適正量や内容を模索し食欲とも闘い、心身ともに食事に翻弄されます。入院中はカンファレンス等で他職種と情報を共有し、栄養士は患者さんの栄養状態や、退院後の食生活を、糖尿病教室や栄養相談を通じサポートします。“給食”は、退院後の食生活の羅針盤。おいしい治療食作りも医療の一環だと考えます。

臨床検査技師の役割

臨床検査技師は、糖尿病の診断、治療に欠かせない血糖値やヘモグロビンA1cなどの血液検査をはじめ、心電図や超音波検査を用いて動脈硬化などの合併症検査を行っています。また、「糖尿病の検査」についての学習会を開いたり、自己血糖測定を行う患者さんには、測定器の使い方や結果の見方を指導しています。臨床検査科には現在、糖尿病療養指導士が5名在籍しており、採血時には患者さんの不安や悩みを聞くことを大切にしています。

理学療法士の役割

健康寿命を延ばし、できるだけ長く一人で身の回りのことができ、尊厳を保って生活できるように、治療の基本となる運動療法の専門家としてチーム医療に携わっています。合併症の有無や進行状況に応じ、個別性を重視し継続的に支援できるように努めています。また関連学会・研修会等に積極的に参加し、知識・技術の習得に努めています。

外来の役割

患者さんの現在の状況や、心配、不安など一緒に考え、患者さんご自身で問題解決の糸口が見つけられるように療養相談をしています。チームの一員として役割の重さを感じていますが、患者さんと一緒に考え、ともに喜びを感じています。

News

長野中央病院で開催した行事やイベントをご紹介します。

2015
7

7月3日
災害時トリアージ研修会
7月4日
予備校生医師体験
7月7日
市内高校生 コメディカル部門実習・見学
7月9日
市内中学生 職場体験実習
7月12日
りんどう会 日帰り研修旅行
7月14日
市内中学生 職場体験実習
7月24日
循環器症例検討会
7月28・30・31日
高校生1日医師体験
7月28・31日
高校生1日看護体験
7月29日
小児科お楽しみ会

2015
8

8月4・6・11・13・18・20日
高校生1日医師体験
8月4・7日
高校生1日看護体験
8月22・23日
メディカルフェスタ

2015
9

9月5日
信州CRM Device Meeting2015 In Nagano
9月7日
たんぽぽサロン
9月12日
リレーフォーライフ



9月26日
BLS講習会

Pick Up!

7月12日
りんどう会 日帰り研修旅行

りんどう会は1972年に設立された歴史ある患者会であり、現在約100人の会員を擁する長野県でも有数の糖尿病患者会です。毎年2回の温泉旅行や病院主催の糖尿病学習会、腎臓病教室への参加等で会員間の交流と糖尿病について知ること、糖尿病患者のもつ悩みや疑問を共有し改善していくべく活動を行っています。

7月12日には麻績村にある温泉施設で日帰り温泉旅行を行い、病院からは医師、看護師も参加しました。温泉につかり美味しい食事をいただき、医師による学習・相談会を行い、普段病院ではゆっくりと聞けないような糖尿病の悩み事を相談でき大変有意義だったとの感想も聞かれました。

また病院祭では患者会会員と病院職員によるりんどう会コーナーにて活動内容を紹介したり、11月14日の世界糖尿病デーでは病院正面をシンボルカラーであるブルーにライトアップするなど外部にむけても積極的に行動しています。

糖尿病について悩み、疑問をお持ちのみなさま是非りんどう会に参加して交流しましょう。ご参加お待ちしております。



7月28・31日
8月4・7日
高校生1日看護体験 (合計4回)

毎年、高校生1日看護体験を行っています。

夏の体験は県の看護協会を通して募集をしているもので、今年もたくさんの高校生の皆さんが参加してくれました。病院見学や血圧測定の体験をしたり、実際に病棟で患者さんとふれあったり。参加者からは「進路選択の役に立った」「ためになる体験だった」というような感想が聞かれました。今後も長野中央病院では、高校生の皆さんを対象に1日看護体験やボランティアなどを企画していく予定です。



7月3日
第1回災害時トリアージ研修会を開催

トリアージとは、災害時など医療資源が限られた中で、できるだけ効率的に被災者の治療を行うための手法です。当院でも地震発生時、多数の傷病者が病院に集中することを想定した、初のトリアージ研修会を開催しました。講師に日赤のDMATチームをお迎えし、講義の後、若手医師を始め参加した70名の職員が5班に分れてトリアージ(START法)の机上訓練を行いました。

トリアージはあくまで非常事態を想定したものですが、今回習得した知識が役立つ日が来ないことを願うばかりです。

職場
紹介

多岐にわたるニーズに応える2階病棟

2階病棟は糖尿病・腎疾患、呼吸器疾患、一般内科、産婦人科、小児科の混合病棟です。

糖尿病は、1泊2日の教育入院、血糖値のコントロール、合併症の評価・治療目的での入院が主となります。また、腎臓の疾患は慢性腎不全の教育・治療、療法選択、透析導入期、維持透析患者の合併症の治療目的で入院されます。

腎・糖尿病は慢性疾患であり、退院後も継続した管理が必要となります。そのため、患者さんが適切に、自己管理ができるよう、入院中から医師、看護師、リハビリスタッフ、栄養士、薬剤師等、多職種が連携し、患者さん個々に合った指導を行い、サポートしています。

呼吸器は、肺がん、肺炎、慢性呼吸器疾患の患者さんが主に入院されます。



産婦人科は2008年4月に開設しました。小児科は短期入院が主ですが、病状が悪化することがあるため、適切な観察と治療のサポート、不安を抱える家族のケアも大切です。

現在、在宅での介護や療養支援、施設入所を必要とする患者さんも多く、入院中から多職種や地域との連携を図り、医療・介護の切れ目ない支援をおこなっています。

このように、2階病棟に入院される患者さんは混合病棟であるため、年齢層が幅広く、ニーズも多岐にわたります。それぞれの方と寄り添っていく中で「この病院に入院してよかった」「この病院を選んでよかった」と思ってもらえるようにスタッフ一同日々努力を重ねています。

このコーナーでは日ごろ連携させていただいている医療機関を紹介します。

医療法人 康成会 太田糖尿病内科クリニック



副院長 太田 尚枝 先生 院長 太田 康晴 先生

前身の太田医院は、父が昭和39年に開業しました。九州出身でしたが、四季のはっきりとした信州が好きでこの地に開業したと聞きました。私も仕事の傍ら、長野の自然あふれる四季を満喫しています。春は山菜取り、夏は海（長野に海はありませんが近い！）へ、秋から冬は愛犬を連れて野山を巡り、自然とその恵みを享受しています。

平成20年に太田糖尿病内科クリニックに名称を変更しました。院長の私は長野生まれ、副院長太田尚枝は東京出身で、2人とも聖マリアンナ医科大学で糖尿病を学びました。専門医2名、管理栄養士、臨床検査技師、自己注射導入のデバイスインストラクターなどのスタッフと共に専門性を生かし、地域に根ざした診療はもとより、広域の糖尿病患者さんの診療に役立てればと思っています。

糖尿病は合併症や他の病気との関係が複雑です。当院は長野中央病院から、北東約3キロのSBC通り沿いにあります。地理的に近いこともあり、長野中央病院の先生方には、多くの患者さんの相談に乗っていただき、大変助かっています。

特定健診などの解析から長野市は糖尿病予備軍が多いようです。そのため、病診連携、行政との連携も視野に入れ、予備軍や糖尿病患者さんの増加の防止に、微力ながらお役に立てればとも考えています。



医療法人 康成会 太田糖尿病内科クリニック

- 診療科目／内科・糖尿病内科・脂質代謝内科
- 所在地／長野市上松4-1-3
- TEL／026-241-3570
- 診療時間／【平日】AM9:00～12:00、PM4:00～6:00
【土】AM9:00～12:00
- 休診日／日曜・祝日・毎月1日・水曜と土曜の午後

板倉内科・糖尿病クリニック



院長
板倉 慈法 先生

当院は6割程度が糖尿病患者さんです。甲状腺などの内分泌疾患もおられますが、一般内科疾患の方も多数お見えになります。

「多くの方が癒され安心し、希望を持って長期間良好な心身状態を維持できること」を経営理念の中心に掲げ、どのような疾患の方でも機械的な診療はせず、一言でも魂のある言葉やアドバイスをもち帰っていただくことを意識しております。

また、効率よく患者さんの状況を汲み取るために、診療の前後で極力スタッフが関わります。混雑により待ち時間も長くなりがちですが、スタッフの介入により診療の前後でも何かしらのケアが行われることを目指しております。

管理栄養士は、栄養指導を行うのはもちろん、指導時間以外は診療に付き、その場で患者-管理栄養士-医師の三者でやり取りが行われることもあります。検査技師も診療助に付くことがあります。受付カウンターと診療室は数歩の距離で、事務職員もそれなりのレベルで受付前の患者さんと医師の間のやり取りをします。要は看護師だけでなく全職員が患者さんへの関わりを大事にし、優しいだけではなく時には厳しく接しております。患者さんとスタッフの談笑もよく見る光景です。

リアルタイムでの振り返りが大事ですので、検査は極力院内で完結するように設備を設けております。血糖、HbA1c、血算、CRP、生化学、FT3、FT4、TSH、尿定性、心電図、CAVI、腹部及び甲状腺エコー、内臓脂肪測定が院内でできます。

多数の多様な方が見えますので、必要時には適切にご紹介をさせていただいており、長野中央病院様にも大変お世話になっております。今後ともよろしくお願い申し上げます。



板倉内科・糖尿病クリニック

- 診療科目／内科・糖尿病内科・内分泌内科
- 所在地／長野市栗田426-1
- TEL／026-269-0300
- 診療時間／【平日】AM9:00～12:30、PM3:00～6:00（月曜・木曜の午後は7:00まで）
【土】AM9:00～12:30 ※受付はいずれも診療終了時刻の30分前まで
- 休診日／日曜・祝日・水曜と土曜の午後



長野医療生活協同組合

長野中央病院

〒380-0814 長野市西鶴賀町 1570
TEL.026-234-3211 FAX.026-234-1493
<http://www.nagano-chuo-hospital.jp/>

