

ふれあい

2014

8

No.329

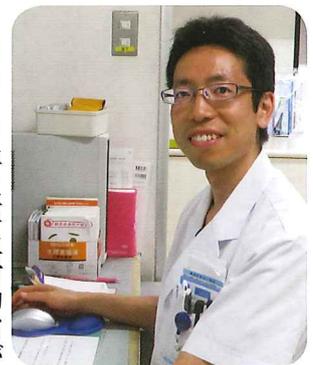
牛久愛和総合病院 広報誌



「私の息子です」 撮影：居代時子

「糖尿病の治療について」

糖尿病・代謝内科 宜保 英彦



2012年に厚生労働省が行った調査によると、我が国で糖尿病が強く疑われる成人は、2007年の前回調査と比べて60万人増の約950万人に上ることが示されました。糖尿病の可能性を否定できない約1100万人のいわゆる「予備軍」の人も含めると、2050万人に上ると推計されています。

成人の5人に1人が糖尿病というほど多い病気にもかかわらず、糖尿病が強く疑われる人のうち、治療を受けている人の割合は65%程度に留まり3〜4割の人はほとんど治療を受けていません。その理由として、糖尿病は初期には自覚症状がほとんど出ないため、健康診断などで血糖値が高いことを指摘されてもなかなか受診行動にはつながらないことがあります。また、

糖尿病や糖尿病合併症についての知識が広く浸透しておらず、糖尿病の本当の怖さを知らないために、治療せずにそのまま放置してしまう人も多いのだと考えられます。

高血糖の状態が長く続くと、全身の血管や神経が傷ついて様々な合併症が引き起こされます。糖尿病の三大合併症とは、神経障害、網膜症、腎症を指しますが、これらは糖尿病になつて5〜10年ほどで生じてきます。

糖尿病の治療目標は、良好な血糖・体重・血圧・血清脂質のコントロールを維持することで糖尿病合併症の発症・進展を阻止し、健康な人と変わらない日常生活の質の維持、健康な人と変わらない寿命を確保することにあります。

2013年の人口動態統計（概数）では、我が国の糖尿病による死亡数は13783人に上りますが、実際には糖尿病が影響して虚血性心疾患や脳血管疾患が進展する例が多いとされます。人口10万人に対する糖尿病死亡率を都道府県別にみると、茨城県は12・9人で全国平均（11・0人）よりも多く全国第31位でした。糖尿病の地域医療連携の拡充や、正しい知識を提供する講演会・シンポジウムの充実、健診で高血糖を指摘された人への早期の栄養指導による介入など、対策の強化が求められます。我々糖尿病・代謝内科としても日々の診療や院内の糖尿病教室などを通して、地域の皆様の健康維持に微力ながらもお役に立てるよう、努力を継続してまいります。

病院で働く人(職種紹介) 11

臨床工学技士

臨床工学科 科長 篠崎 初美

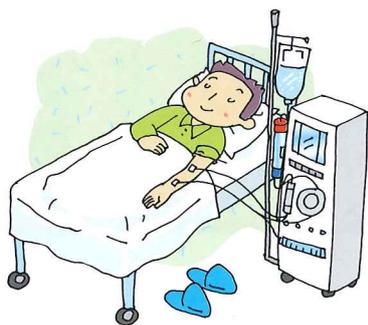


臨床工学技士という職種を皆さんご存知でしょうか?他の職種と同様に医師の診療支援をする職種ですが、ご存じない方も多いと思うので、この機会に紹介させていただきます。

臨床工学技士は、医師の指示のもと生命維持管理装置を操作することと保守点検を行うことを業務としており、医療機器の専門職として医療に携わっています。

生命維持管理装置というのは人の呼吸・循環・代謝といったような生命維持につながる機能を代行する装置のことを言いますが、装置の具体例としてわかりやすいところでは、人工呼吸器・人工心肺装置・心臓ペースメーカー・血液透析装置などがあり、肺・心臓・腎臓など重要な臓器の代わりをする装置です。

医療技術の進歩に伴い、生命維持管理装置は様々な機能を持



DMカフェ



糖尿病専門医

糖尿病看護認定看護師

河邊 聡子
栗山 千絵

暑中お見舞い申し上げます。

う量に注意し、副菜と一緒に食べるなど工夫しましょう。蕎麦湯を楽しまれる方は、塩分をとり過ぎないようにしましょう。



ワンポイントアドバイス

暑い日が続くと冷たい喉越しのよいものが欲しくなりますね。そうめん・そばなどの麺類を食べる機会が多くなると思います。麺類は、取り分ける際に1人分の把握が難しく、ついつい食べる量も増えてしまいがちです。そうめん1把はだいたい50gで200kcalあり、ご飯大盛り1膳とおなじカロリーがあります。また、炭水化物中心の献立になりやすく、たんぱく質や野菜が不足してしまいます。さらに、麺の製造過程には必ず塩を使用しますので、塩分の摂取量も多くなってしまうます。麺類を食べるときは食べ過ぎないよ

〈糖尿病教室のご案内〉

9月10日

糖尿病の合併症について

9月17日

もしもの備えは大丈夫

9月24日

糖尿病の薬

14時30分から「からだ情報館」にて行います。予約不要、参加無料です。お気軽にお越しください。



第47回

生活習慣病教室

テーマ

「生活習慣病と介護」

生活習慣病で介護が必要になったらどうしよう?

日時 9月25日(木)

14時30分から約一時間

講師

介護老人保健施設 春秋園

施設長 高橋 元 医師

会場 牛久愛和総合病院

B館2階 大ホール

参加費 無料

今回は「生活習慣病と介護」についてわかりやすくお話し致します。

事前予約は不要です。興味がおありの方は、お誘いあわせの上、お気軽にご参加下さい。

◎お問い合わせ先

牛久愛和総合病院 総務課

電話

029-873-3111(代)



春秋園だより

いよいよ本格的な夏がやってきましたね。

今回は7月に行われたボランティアによるギター演奏の鑑賞会に参加された利用者様のご様子を紹介させていただきます。

当施設では定期的にボランティアの方々に来ていただいておりますが、入所職員で行っているレクリエーションとはまた違い、新鮮な気持ちで取り組まれていらつしやるようです。



他のフロアーから参加して頂いた利用者様もたくさんいらつしやり、ギターの演奏に合わせて熱心に歌っておられる姿が大変印象的でした。

約1時間程で終了し、途中退席される方はおらず、皆様満足された様子でそれぞれのフロアーへ戻られました。

暑くなってきた今日、出来るだけ激しい運動は避けています。

そんな中、歌は利用者様と共に楽しめる最適なレクリエーションの一つであり、皆様が元気になるものだと思えます。(春秋園入所職員一同)

夏を制する水分補給

栄養センター科長 管理栄養士 後藤 和代



汗をかくと、水分だけではなくビタミンやミネラルも失われます。これは脱水状態の一つで、胃腸から分泌される消化液が減少し食欲の低下を招きます。食

量を減ると必要な栄養素が十分にとれなくなり、だるさや疲れを感じやすくなります。これが「夏バテ」です。そこに大量の水や清涼飲料水を飲むと、消化液が薄まり胃の働きが低下、食欲不振に拍車がかかり悪循環に陥るのです。

「どの位の量をどんな風に飲めば…」

一日に必要な水分摂取量は1.5〜2ℓ。のどが渇く前に、一回200mlを目安にゆっくり飲み、就寝前・起床後・食事中・入浴前後・運動前後・運動中、定期的にこまめにとりましょう。

「何を飲んでいけば…」

基本的には水で問題ありません

一方、日本人の食事摂取基準での食塩摂取目標量は、男性8g未満・女性7g未満なので、食塩量が多いのが現状です。普段通り食事を摂っていれば、積極的な塩分補給は必要ではありません。

「何を飲んでいけば…」

基本的には水で問題ありません

入職者

7月16日付

■ 看護師

看護師 小勝 洋子

10年ぶりに愛和病院へ戻ってきました。早く病棟の戦力になれるよう努めていこうと思えます。

看護師 大沼 広美

どんな時でも笑顔を忘れず、患者様や家族の方から信頼される看護師になりたいと思います。



七夕集会

7/7

院内研究発表会

7/3・7/4

《出来事ピックアップ》



七月七日マリアホールで七夕集会を行いました。あいにくの小雨でしたが室内はみんなで作った色鮮やかな笹飾りや短冊でいっぱいでした。最初は年長児が明かりのともった提灯を持って入場しました。薄暗いホールに提灯の明かりが微かに浮かび上がり何とも幻想的な雰囲気でした。次は保育士による人形劇「七夕物語」を見ました。最後は人形と子ども達でゆいまるや七夕の踊りを賑やかに踊りました。みんなの願い事が叶いますように……。(小田木)



七月三日(木)・4日(金)の業務終了後17:30~18:30、大ホールにて院内研究発表会が開催されました。大勢の職員が参加し、審査員や職員からの質問や意見が活発に交換されました。厳正な審査の結果、優秀演者2名が選ばれ、8月1日の全体朝礼で表彰されました。

編集だより

暑い夏がいよいよ到来しました。プールや海・山のレジャーが楽しい季節ですね。水分補給を十分にし、熱中症等に気をつけながら楽しい夏を過ごしましょう。(J・K)

・ 医事企画部 有国 圭司
 (情報システム管理室)
 ・ A6病棟 大塚 由惟



病院理念 我々は医療全般は基より、3つの柱「救急医療」「予防医療」「高齢者医療」を通じて地域住民の皆様に最高の医療・福祉を提供すると共に、職員一同自己研鑽に励みます。

病院概要
 病床数 489床 (一般 434床 医療療養型 55床)

施設
 敷地 59,449.60㎡ 駐車場 1151台



診療科目

【一般外来】

総合診療科 (内科)、消化器内科、糖尿病・代謝内科、循環器科、呼吸器内科、血液内科、腎臓内科、神経内科、リウマチ科、心療内科、小児科、総合外科、救急科、甲状腺・内分泌外科、乳腺科、消化器外科、内視鏡科、形成外科、整形外科、ペインクリニック科、産婦人科、脳神経外科、眼科、耳鼻咽喉科、泌尿器科、皮膚科、歯科口腔外科、透析外来 (シャント外来)

【専門外来】

整形専門 (股関節、脊椎、スポーツ、肩関節、足の外科)
 小児科 (小児循環器、小児心理)
 循環器 (心臓血管外科)
 皮膚科 (レーザー)

日本医療機能評価機構認定病院
 医療法人社団 常仁会

牛久愛和総合病院

〒300-1296 茨城県牛久市猪子町896番地
 Tel 029-873-3111 Fax 029-874-1031
 ホームページ <http://www.jojinkai.com>

《関連施設》

総合健診センター Tel 029-873-4334
 健康増進施設 スポーツリラククス Tel 029-874-8791
 介護老人保健施設 春秋園 Tel 029-870-3100

