SHONAN MAIL
しょうなんメール

2015.11
Vol.104
TAKE FREE
ご自由にお持ちください

理念
「生命を安心して預けられる病院」
「健康と生活を守る病院」

Contents

2-3P 医療の話
糖尿病内分泌内科部長
小見 理恵子
糖尿病のおはなし

4-5P 部署紹介
薬剤部のご紹介

6-8P トピックス
・ＱＩ大会が開催されました
・患者さんの声
・地域総合医療センター「介護の日」イベント開催のお知らせ
・鎌倉なかよし保育園　秋祭りを行いました

8P 病院案内
・インフルエンザ予防接種のお知らせ

杜鵑草（ほととぎす）
神奈川県平塚市

糖尿病のおはなし

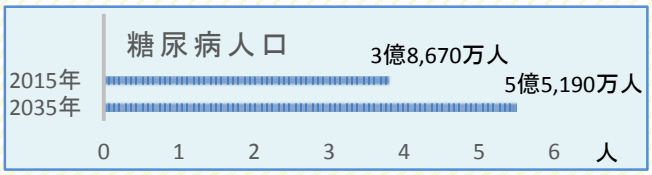
糖尿病内分泌内科部長　小見　理恵子

11月14日は世界糖尿病デーです

成人(20～79歳)における世界の糖尿病人口は約8.3%(3億8,670万人)とみられ、2035年には約10%(5億5,190万人)に達すると予想されています。

世界中で拡大を続ける糖尿病の脅威を踏まえ、2006年12月20日、国連は国連総会議で、国際糖尿病連合(IDF)が要請してきた「糖尿病の全世界的脅威を認知する決議」を加盟192カ国の全会一致で可決しました。同時に、従来IDFならびに世界保健機関(WHO)が定めていた、11月14日(インスリンを発見したカナダのフレデリック・バンディングの誕生日)を「世界糖尿病デー」として指定しました。IDFは決議に先駆け、**"Unite for Diabetes"（糖尿病との闘いのため団結せよ）**というキャッチフレーズと、国連や空を表す「ブルー」と、団結を表す「輪」を使用したシンボルマークを採用。全世界での糖尿病抑制に向けたキャンペーンを推進しています。

当院では、今年も引き続き長谷寺の境内にてイベントを行います。11月15日(日)の10時から15時まで、血糖測定や糖尿病の療養相談会、「湘鎌愛情弁当(600kcal)」の販売などを行います。また、14日(土)夜には、長谷寺観音堂がブルーにライトアップされます。是非ご参加ください。



糖尿病とはどんな病気？

糖尿病とは、すい臓で作られるインスリンというホルモンの作用不足により、慢性的に高血糖になった状態のことです。インスリン分泌量の不足や、その働きが悪くなると、栄養分が細胞の中に取り込まれなくなり、血液中にブドウ糖の量が増えてきます。糖尿病の種類には、自己免疫疾患等による1型糖尿病と、生活習慣が要因となる2型糖尿病とがあります。そのほかに、遺伝子の異常や、他の病気が原因で起こるもの、妊娠中に見つかる妊娠糖尿病などもあります。日本の糖尿病患者の約95%は2型糖尿病です。

日本人は太っていなくても、2型糖尿病になりやすい！

日本人(アジア人)のすい臓は、長年の食文化の違いや遺伝的な違いなどにより、欧米人に比べてインスリンを分泌させる働きが弱いことが明らかになっています。肥満の方はもちろんですが、太っていないから大丈夫！と思い込まず、定期的に健康診断を受けて血糖値を把握することが大切です。

糖尿病の診断

糖尿病は、血糖値を血液検査で確認することで診断されます。1回の検査でははっきりと診断できないので、別の日にもう一度検査をして確定診断します。最初の検査で右記のいずれかにあてはまる場合、「糖尿病型」と判定されます。

検査の判断基準

1．随時血糖値 200mg/dL 以上
2．空腹時血糖値が 126mg/dL 以上
3．75g ブドウ糖負荷試験で2時間値が 200mg/dL以上

2回目の検査でも「糖尿病型」と確認されると、糖尿病と確定診断されます。ただし、のどの渇きや多飲・多尿、体重減少など糖尿病の特徴的な症状がある場合、ヘモグロビンA1Cが6.5%以上の場合、網膜症がある場合は、1回の検査で「糖尿病型」と判定されれば、2回目の検査を受けなくても糖尿病と診断されます。

空腹時血糖値が100mg/dL未満、75g ブドウ糖負荷試験2時間値が 140mg/dL未満の両者を満たす場合は「正常型」と判定します。「糖尿病型」「正常型」いずれにも属さない場合は**「境界型」**と判定します。境界型と診断された人は、糖尿病を発病する可能性が高いので注意が必要です。

糖尿病が進行すると、深刻な合併症に！

糖尿病の初期は、自覚症状が現れにくく、採血をして初めて糖尿病と診断されます。しかし、自覚症状がないからといって治療せずにいると、長期間高血糖状態が続くことによって、腎症や網膜症、神経障害などの合併症が起きる場合があります。

三大合併症

腎症 網膜症 神経障害	腎機能の低下 視力の低下 足のしびれ、壊疽	透析 失明 下肢切断

また、糖尿病の方・境界型の方ともに、動脈硬化の危険性が高く、高血圧・脂質異常症・喫煙などと重複した状態になると、動脈硬化の進行がより早まって、虚血性心疾患や脳血管障害などを引き起こす危険が高まります。さらに、糖尿病と歯周病は、互いに深く関連して進行します。

糖尿病のリスク

糖尿病の危険因子にいくつ当てはまるでしょうか？

- 家族に糖尿病患者がいる
- 肥満
- 運動不足
- ストレス
- 高脂肪食

糖尿病はだれでもかかる可能性のある病気です！

食生活を整えましょう

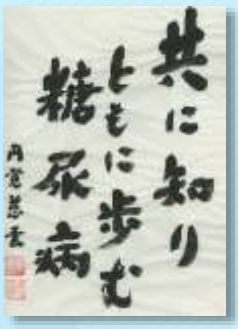
- 適切なエネルギー量と栄養バランスの良い食事
- 飲酒はほどほどに
- 朝食をしっかり食べて夕食は控えめに
- 野菜を先に食べゆっくりよく噛んで、腹八分目

糖尿病の予防・治療

糖尿病の治療の目的は、できるだけ血糖を正常に近い状態に保ち、合併症を防いで健康な人と同様な日常生活を送ることにあります。糖尿病が疑われた場合は、普段の生活習慣を改善して予防・改善していくことが重要です。治療には、食事療法、運動療法、薬物療法がありますが、食事療法は全ての場合の基本となります。

▲長谷寺のブルーライトアップ

湘南鎌倉 糖尿病週間 フェスティバル開催！



日時：11月15日（日）10:00～15:00
会場：長谷寺観音堂前
（江ノ電「長谷駅」下車 徒歩5分）

イベント内容

・管理栄養士によるお食事相談
・糖尿病の療養相談
（お薬や運動の相談もできます）
・「濱田屋」の低カロリー弁当販売
※数に限りがございます
・血糖値測定 及び
ヘモグロビンA1c測定
など

※フェスティバルへの参加は無料ですが、
長谷寺への入山料が必要となります。
（長谷寺の開門時間は8：00～16：30です）

ぜひご来場ください　お待ちしております！

Pharmacy

薬剤部のご紹介

薬剤師：桃井 歩　石川 愛美　錦 佑輔

国語辞典より引用すると、「薬剤師」とは、薬剤師法に基づき、医薬品の調合・供給、その他の薬事衛生に携わる技術者とされています。

薬剤部はそんな薬剤師50人と、薬局事務7人の計57人で現在活動を行っています。（2015年10月現在）

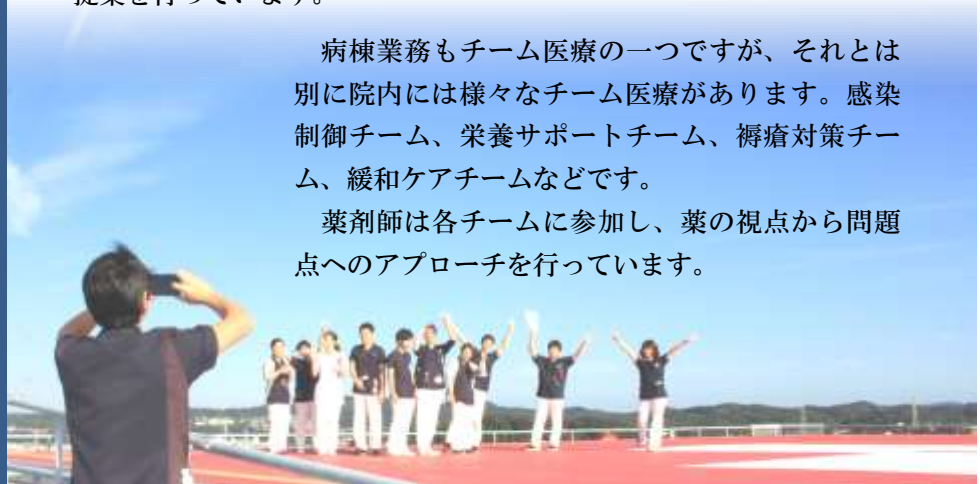
よくイメージされる薬剤師の仕事は、国語辞典で示されているように、医師の処方箋をもとに薬を調合している姿かと思います。飲み薬や注射薬を正しく調剤し、適切に患者さんの元へ供給する事は薬剤師の基本となる大切な仕事ですが、今回はそれだけではない薬剤師の仕事をご紹介していきたいと思います。

病棟業務・チーム医療

当院への入院を経験された方でしたら、入院中に薬剤師に会ったのではないでしょうか。当院では各病棟に1名薬剤師を配置し、入院中の患者さんの適正な薬剤管理に努めています。普段服用されている薬を把握し、治療に使用している薬剤に対して、検査値やカルテからの情報をもとに、用法・用量が適切か、薬剤間の相互作用がないかなどを確認しています。また検査値や症状により薬の効果・副作用について評価を行い医師に薬の投与量の変更や、もしくは薬剤の変更などの提案を行っています。

病棟業務もチーム医療の一つですが、それとは別に院内には様々なチーム医療があります。感染制御チーム、栄養サポートチーム、褥瘡対策チーム、緩和ケアチームなどです。

薬剤師は各チームに参加し、薬の視点から問題点へのアプローチを行っています。



オンコロジー業務

外来で化学療法を行うために、当院の2階にはオンコロジーセンターが開設されています。オンコロジー担当の薬剤師は薬の用法・用量に加え、投与スケジュールに問題がないかを事前に確認し、投与当日の検査値にて化学療法の実施が可能かどうか医師の判断を仰いでから、無菌調製を行っています。化学療法の初回や内容変更があった場合は、薬剤師からも面談を行い、治療内容や副作用の説明を行ったり、面談の内容によっては医師への処方提案を行ったりしています。抗がん剤は薬の副作用が出やすい薬剤であり、患者さんが無理や不安なく治療を受けられるよう、また日常生活が送れるようサポートしています。

無菌調製の様子

医薬品情報提供業務

薬の種類は多岐に渡り、日々新しい薬や副作用の情報が更新されています。薬剤部では医薬品の適正な使用方法、薬剤同士の相互作用、薬剤の副作用、注射剤の配合変化に関する情報を提供しています。情報の提供は、個別に医療従事者や患者さんの依頼に応じて行っているほか、医薬品情報ニュースとして院内に周知する形で行われています。

また薬による有害な事象を回避するため、院内で起きた医薬品関連の有害事象の情報を収集・解析しています。

このように私たちは薬局内だけではなく、院内の様々な場所で活動を行っています。

入院中の患者さんには適切な薬物治療により早く退院できるようなサポートを、外来の患者さんには薬を理解し、納得した服薬を続けていけるようなサポートを続けていくことで地域医療に貢献していきたいと思っています。

少しでも薬剤師を身近に感じ、薬で不明な事があった場合はご相談頂ければ幸いです。

語録

化学療法とは

化学療法とは抗がん剤などの薬剤を用いて治療することをいいます。薬剤単独で治療を行うことや、手術や放射線治療など他の治療と組み合わせて行うこともあります。また、いくつかの薬剤を組み合わせて治療を行うこともあります。

無菌調製とは

患者さんに投与される抗がん剤や食事がとれない方のための高カロリー輸液など混合調製を無菌状態で行うことです。特に注射薬などの直接身体へ注入される薬剤は無菌状態で調製される必要があり、専任の薬剤師が安全性を確保しながら調製を行っています。

こんな仕事もしています

腎臓病教室・肝臓病教室 糖尿病教室

各疾患に使用する薬について、外来の患者さんに講義形式でお話ししています

公開講座

緩和医療や感染管理について、専門薬剤師からお話を行っています

術前外来

手術を控えた患者さんの常用薬を確認し、中止すべき薬がないかを確認しています

僻地・離島応援

医療者の手が足りない僻地・離島に赴き、交代で勤務しています

●トピックス

QI大会の様子

2015年9月11日金曜日

QI大会が開催されました

QI＝Quality Improvement: 品質改善

QIとは医療の原点である安心・安全の確保と医療の質の向上を目指した活動であり、病院全体が一体化して継続したQI活動に取り組むために設置された組織形態です。

年に一度開催されるこの大会は「安心・安全の確保」「医療の質向上」、またそれらの活動を持続可能にするための「病院運営の安定性」を求めて各部署にて取り組んでいる改善活動やその成果を部署ごとに発表し、その内容を院内で共有し評価を行い、次の改善につなげて行くための大会です。

各部署での改善活動は141項目存在し、その中から職員投票と管理者により選定され、一般演題10題（診療部3題、看護部3題、診療支援部・事務部4題）と病院全体指標5題の合計15演題が発表されました。

座長の推薦と職員評価の結果、3演題が優秀演題として表彰されました。

・理事長賞 看護部部門：ER・救命救急センター「トリアージ（緊急度の判断）の精度と緊急度別入院率の適正化」

看護師が行う救急患者さんへのトリアージ（緊急度の判断）を医師が検証し、その誤差の低減化に取り組んでいます。継続的な振り返りやケーススタディを実施している結果、経年的に低減傾向にあります。日曜・祝日など例外なく、一年365日、救急医療を提供している当院にとって非常に重要な取り組みです。

▲塩野院長

・院長賞 診療支援部・事務部門：検査部「輸血の副作用の低減化」

多くの輸血治療が行われる当院において、輸血副作用におけるヘモビジランス（輸血の監視体制）の構築が重要と言えます。当院の状況と日本輸血・細胞治療学会や日本赤十字血液センターとの情報と照らし合わせ、比較・確認を行っています。現状、副作用は最小限に管理されていますが、今後へ向けて情報の詳細化などにより、更なる監視体制・予防対策の強化に取り組んでいます。

▲小林副院長

・QIセンター長賞 病院全体指標：医療安全管理室*「転倒転落発生件数の低減化」

急性期病院における入院期間中の転倒転落は、骨折や頭部打撲・出血などの損傷へと発展する危険性が高いと言われます。当院では転倒転落による損傷率が日本の平均値より低いため、そもそもの転倒転落の発生件数の低減化に着手し、統計的な要因分析を実施。科学的根拠をベースに改善策が立案され、安全な環境の強化に取り組んでいます。

このように、病院の各部署・各部門にて、より安全な環境を確立すべく継続的な改善への取り組みが行われています。

（*複数の職種から形成されるグループにて取り組んでいるが、医療安全管理室はグループのリーダーの所属部署）

▲授与式の様子

患者さんの声

このコーナーでは、病院に寄せられたご意見の一部をご紹介しております。

また、1階エスカレーター正面にご意見の投書箱がありますので、ご興味のある方は、掲示板もご覧ください。

Q. 男性用トイレに尿漏れ用パットやおしめ等を手洗い場のゴミ箱に捨てても良いのでしょうか？

A. トイレ内のゴミ箱に捨てて構いません。
または、みんなのトイレに設置されているゴミ箱にお願いします。
（清掃業者より）

※ゴミ箱については検討中です

湘南鎌倉総合病院
地域総合医療センター

介護の日イベント

開催のお知らせ

当院初の試みとして、11月11日「介護の日」にちなみ、地域医療・介護・福祉の啓発イベントを院内で行うことになりました。

当院地域総合医療センターほか、専門職スタッフをはじめ、地域で住民の方々を支援している事業所の方々も一同に集まり、院内の玄関周りや、1階ロビーから3階までのスペースに、介護車両、各種介護施設・医療機関、在宅療養サービス、配食サービス、栄養食品のご紹介などの催しを予定しております当日は、各フロアに空いているわずかばかりのスペースを利用するため、多少の混雑が予想されご不便をおかけしますが何卒ご容赦下さい。

このイベントをご覧になって、少しでも多くの地域医療・介護・福祉サービスに関する情報を提供し、地域で暮らし続ける事を願う方々のお役に立てれば幸いです。ご興味がある方、今お困りの方、是非お立ち寄り下さい。

ご存知ですか？「介護の日」

2008年7月27日に行われた「福祉人材フォーラム」で11月11日を“介護についての理解と認識を深め、介護従事者、介護サービス利用者及び介護家族を支援するとともに、利用者、家族、介護従事者、それらを取り巻く地域社会における支え合いや交流を促進する観点から、高齢者や障害者等に対する介護に関し、国民への啓発を重点的に実施するための日（厚生労働省ホームページより）”として「介護の日」と決められ、厚生労働大臣より発表されました。キャッチコピーである「いい日いい日、毎日、あったか介護ありがとう」の「いい日」の語呂合わせになっています。

開催日時

2015年11月11日
水曜日
14：00～16：00

3階
- **老健の生活ってどんなもの？**：映像での施設の様子をご紹介
- **老人福祉センター**：神奈川県内、鎌倉市内の老人福祉センターのご紹介

2階
- **配食サービスコーナー**：宅配弁当やシニア食、制限食サービスのご紹介
- **栄養相談**：当院管理栄養士による栄養管理に関するご相談
- **地域総合医療センターって何をするところ！？**：地域総合医療センターのご紹介

1階
- **医療相談**：医師・薬剤師による健康管理に関するご相談
- **地域の施設について**：施設・病院の種類や内容のご紹介
- **福祉用具展示**：介護用ベッドなどの展示
- **アンケートコーナー**：記載してくださった方々には記念品あり

屋外 正面玄関前
- **アニマルセラピー**：医療・介護の現場で活躍する動物たちの活動をご紹介
- **介護車両展示**：介護車両ってどうなっているの？介護車両のご紹介

など、その他イベントも予定しております。

鎌倉なかよし保育園

秋祭りを行いました

にぎわう秋祭り受付窓口

上映会でほっこり

元気にお店の店番をしています！

2015年9月27日日曜日に鎌倉なかよし保育園にて、秋祭りが行われました。

朝11時から受付が始まり、参加者には名札とイベントを楽しむためのチケットが配られ、園内は大盛り上がり。１階ではタヌキのお面を作ったり、アクセサリーを作ったり。お店では園児たちが店番となっておにぎりや大学芋、芋煮汁が並びにぎわいました。2階では普段ご両親が見ることができない園児たちの様子がプロジェクターで上映され、まとあてなどのゲームもありました。

午後２時からは人形劇が行われました。1時間という長い間「静かに座って観ることができるか」という勉強の機会でもあり、開演前に先生からはお約束事を子供たちと確認をし、無事に最後まで観ることができました。終演後には人形劇の舞台に集まり演者の方と人形にふれあう機会もありました。最後には看護部からの贈り物がありにぎやかで楽しい一日となりました。

会場は色々なイベントで盛りだくさん！

これから人形劇が始まります

医療法人
沖縄徳洲会
湘南鎌倉総合病院

〒247-8533 神奈川県鎌倉市岡本1370-1
代表：Tel 0467-46-1717(代表) Fax：0467-45-0190
しょうなんメール編集・発行：湘南鎌倉総合病院 年報広報誌委員会
ホームページアドレス: http://www.shonankamakura.or.jp

ご来院される方にシャトルバスの運行も行っております。詳しくは院内で配布のシャトルバス時刻表か、ホームページをご覧ください。また、「しょうなんメール」のバックナンバーもホームページでご覧いただけます。

クリック！
湘南鎌倉総合病院 検索

公共交通機関でお越しの方へ

大船駅より来院される方

●大船駅西口（大船観音側）

1番乗場 公会堂前下車	神・船31 渡内経由	「慈眼寺」行
	船32 渡内経由	「藤沢駅北口」行
	神・船101 城廻中村経由	「大船駅西口」行
	船102 公会堂前経由	「城廻中村」行
2番乗場 南岡本下車	神・船34 公園前経由	「南岡本」行

●大船駅東口交通広場ターミナル
（湘南モノレール駅下バスターミナル）

2番乗場 南岡本下車	江・藤沢[弥]大船	四季の杜・武田薬品前経由 「藤沢駅（北口）」行
	江・南岡本経由	「四季の杜」行

藤沢駅より来院される方

●藤沢駅北口（さいか屋・ビックカメラ側）

4番乗場 公会堂前下車	神・船32 渡内経由	「大船駅西口」行
9番乗場 南岡本下車	江・藤沢[弥]大船	武田薬品前経由 「大船駅」行

●藤沢駅南口（小田急デパート側）

8番乗場 湘南鎌倉総合病院下車	江・5301	アズビル前・武田薬品前経由 「湘南鎌倉総合病院」行

Access Map

予防接種のお知らせ

完全予約制

インフルエンザ予防接種のお知らせ

ワクチンに限りがございますので、診療予約と併せてあらかじめご予約ください

外来受診時に合わせてインフルエンザワクチンの予約をお取りいたします。ご受診の診療科で予約をご相談ください。

曜日 月曜日～土曜日（祝日を除く） **時間** 9：00 ～ 16：00 **電話** 0467-46-1717（代表）

予約受付期間 平成 27 年10月5日～ 平成 28 年1月31日

公費使用できる期間は平成28年1月31日まで

実施期間 平成27年11月4日（水）接種開始

ハガキがある方・・・・無料
ハガキの無い方・・・・市町村によって負担が変わります

料金

- 任意接種 4,860円（税込）
- 公費 鎌倉市・逗子市・葉山町・三浦市・横須賀市に住民登録のある、満65歳以上の方が対象です。

湘南かまくらクリニックにおいてもインフルエンザワクチンの接種を行っております。

湘南かまくらクリニック
住所 神奈川県鎌倉市山崎1202-1
電話 0467-43-1717
※詳しくは、湘南かまくらクリニックのホームページにてご確認ください。

旧湘南鎌倉総合病院裏手にあるクリニックです

ホームページアドレス： http://www.sk-cl.jp