



# 秋元病院だより

0008

2005年 8月号

発行 医療法人梨香会秋元病院

〒273-0121 千葉県鎌ヶ谷市初富 808-54

TEL 047-446-8100

FAX 047-446-8101

<http://www.akimoto-hospital.com>

## 基本理念

患者様のために家族や仲間たちのために己のために

地球のために未来のために子供たちのために

私たち梨香会の職員は日々学び、『We are a family』の精神で医療を提供し夢のある健康社会の実現に向けて貢献して参ります。

## 基本方針

- 1.精神疾患及び その身体的管理の治療に日々精進する
- 2.早期社会復帰への支援活動に日々精進する
- 3.疾病予防対策を重んじた活動に日々精進する



## 部署紹介 マザー病棟

### 看護方針(マザー病棟)

「相手の身になって考える」「良いこと悪いこと・出来ること出来ないこと のメリハリをしっかりとる」

マザー病棟は当院で唯一の閉鎖病棟です。ホールは採光を重視し天井が高く、明るくゆたりのある空間となっております。スタッフは看護師、看護助手、相談員の 25 名体制で、患者様が安全で快適に治療に専念していただけるよう、皆様と共に力を合わせ、今後も努力して参ります。

マザー病棟師長 沖山 洋子

### 看護部理念

私達は病院の理念と基本方針に基づき、常に看護の向上につとめ地域社会のため看護サービスを提供します。

#### 基本方針

- 1.人々の生命の尊厳を守り 安全な環境を提供します
- 2.高度な看護サービスを提供出来る人材の育成をします
- 3.チーム医療の中での看護の役割を認識し責任を果たします

#### 年間目標

- 1.「報告・連絡・相談」で安全安心な看護
- 2.看護基準・手順の見直しをする
- 3.コスト意識をもち 業務の改善をする

# 医局

## ～脳卒中～

今回は、脳卒中についてもう一度整理して復習してみましょう。

そもそも脳卒中という病名は、脳出血と脳梗塞を総称した呼び名であり、さらに脳出血には脳内出血、クモ膜下出血が含まれ、脳梗塞には脳血栓症、脳塞栓症が含まれます。

皆さんは、すぐに脳血栓と脳塞栓の違いを説明できますか？脳血栓とは、年齢や高血圧等が要因となり、脳の血管が徐々にアテローム硬化を起こし、血栓が形成される病気です。脳塞栓とは、心房細動や心臓弁膜症等が原因で、心臓で生じた血栓がはがれて、脳血管に飛んで突然血管がつまる病気です。

そして、脳出血についてですが、脳内出血は、やはり脳血栓と発症要因がかさなる部分が多いのですが、高血圧の原因がより重要となります。クモ膜下出血は、脳動脈瘤や脳動静脈奇形などの先天的要因が原因となることがほとんどであり、心配であれば事前に脳ドック等で検診を受けておくのもひとつの方法かもしれません。

皆さん、夏は特に水分不足になりがちとなり、脳梗塞も起こりやすくなりますので、こまめに水分補給してください。

副院長 篠崎 敏明

# 看護

## ～臨地実習～

8月も半ば、猛暑の候となりましたが、当地鎌ヶ谷市はにわかには活気づきます。たわわに実った梨の収穫がはじまるからです。

秋元病院でも暑さにめげず、精神科看護の臨地実習がはじまります。今年も二つの施設より約50名の看護学生が、病棟、デイケア、訪問看護とまわります。私達ナースも純粋な看護学生とふれ合うことはとても意味深いことなのです。病棟全体に心地よい緊張感が漂います。

臨床看護の醍醐味は、近親者でも立入れない現場で“直接患者さんに触れること”“看護の最高の教師は患者さんであることを知る”でしょうか。これらのことを少しでも感じていただきたいと思いつつ受入れの準備をしております。



看護総師長 穂庭 たる子

# 脳卒中の危険度をセルフチェック

10点未満なら安全期 10～29点 注意期 30～49点 警告期 50～69点 危険期 70点以上なら発症寸前期

### 基本

各6点

- Q1 40歳(女性は50歳)以上だ。
- Q2 BMI値(体重(kg)÷身長(m)÷身長(m))が25以上ある。
- Q3 祖父母・親・きょうだいなどに脳卒中や心臓病で倒れた人がいる。
- Q4 毎日たばこを吸う。
- Q5 血圧は高めである。
- Q6 血糖値が高めと診断されたことがある。
- Q7 中性脂肪が高めと診断されたことがある。
- Q8 尿酸値が高めと診断されたことがある。
- Q9 コレステロール値が高めと診断されたことがある。
- Q10 不整脈があると診断されたことがある。

### 生活

各1点

- Q1 朝は食事を抜いてもぎりぎりまで寝ていたい。
- Q2 通勤や移動は車を使うことが多い。
- Q3 ひとつ上の階でもエレベーターやエスカレーターを使う。
- Q4 仕事柄、じっと座っていることが多い。
- Q5 仕事は一気に片づけ、食事や休憩はあと回しにするほうだ。
- Q6 休日のごろ寝が一番いいと思う。
- Q7 お風呂は熱いほうが好きで、サウナも好きだ。
- Q8 夜更かしすることが多い。
- Q9 少し動いただけで動悸がする。
- Q10 若いころ運動していたが、今はしていない。

### ストレス

各1点

- Q1 最近睡眠不足だと感じる。
- Q2 職場や家庭の人間関係で気がかりなことがある。
- Q3 遊びに出かけてもつつい仕事や家事のことを考えてしまう。
- Q4 疲れが取れにくく、かぜをひきやすい。
- Q5 ちょっとしたことですぐイライラしてしまう。
- Q6 肩こりがひどい。
- Q7 下痢や便秘など、胃腸の調子がよくない。
- Q8 最近集中力がなく、やる気が出ない。
- Q9 くよくよひとり思い悩むことが多い。
- Q10 活動的な自分はストレスとは無縁だと思う。

### 食事

各1点

- Q1 朝食を食べないことがある。
- Q2 ラーメンやうどんの汁はだいたい残さず飲む。
- Q3 濃い味が好きで、調味料をよくかける。
- Q4 ファストフードやコンビニ食をよく利用する。
- Q5 食事はおなかいっぱいになるまで食べる。
- Q6 食べるのが速い。
- Q7 野菜はあまり好きではない。
- Q8 食事の時間が不規則で、間食や夜食をよく食べる。
- Q9 コーヒーや紅茶には必ず砂糖を入れる。
- Q10 和食より洋食が好きだ。

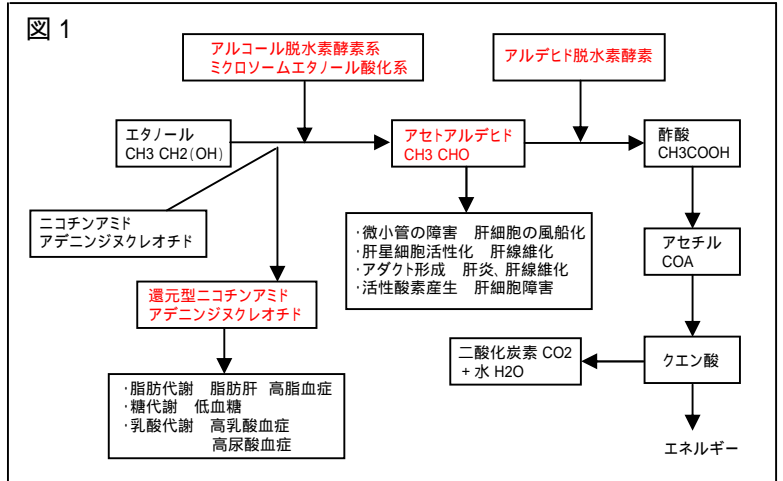
### 喫煙・飲酒

各1点

- Q1 朝起きるとすぐにたばこを一服する。
- Q2 禁煙車で1時間過ごすのはつらい。
- Q3 たばこを1日に1箱は吸う。
- Q4 かぜをひいていてもたばこを吸う。
- Q5 自分はたばこを吸わないが、家庭や職場に喫煙者がいる。
- Q6 禁煙は無理だと思う。
- Q7 晩酌は毎晩する。
- Q8 酒を飲むときはあまりつまみを食べない。
- Q9 二日酔いすることがよくある。
- Q10 酒を飲まないと寝つきが悪い。

# アルコール性肝障害

アルコール性肝障害 (alcoholic liver injury) は、大量 (日本酒 3 合 / 日 以上) かつ長期 (5 年以上) 的なアルコール摂取に起因する肝障害を言います。このアルコールは、ほとんど飲酒により摂取されたエタノールをさします。摂取されたエタノールは上部消化管、特に空腸から単純拡散によって吸収されます。吸収されたエタノールは、肺と腎から排泄される量はごくわずかで 2~10% と言われています。80% 以上が肝臓で代謝されます。図 1 に示すようにアルコール代謝中間物 (アセトアルデヒド) と副産物 (還元型ニコチンアミドアデニンジヌクレオチド) が肝障害をもたらします。多量飲酒ほど、多量の間中物と副産物が産生され、より重い肝障害となります。



また、アルコール脱水素酵素は、即時型と遅延型があります。日本人は即時型が多いです。さらに、アルデヒド脱水素酵素にも、高い分解能力の 1 型と低い分解能力の 2 型があります。日本人の半数は 1 型を欠損しています。したがって、日本人にはアセトアルデヒドより体内貯留するタイプが多いです。つまり、肝障害になりやすいのです。

ところで、嫌酒剤であるシアナミドは、アセトアルデヒド脱水素酵素をブロックし、アセトアルデヒドを体内に貯留するようになり、それによって、顔は真っ赤、心臓ドキドキ、頭痛、嘔吐などを引き起こし、酒を嫌い、断酒の成功につながります。

一般には禁酒で病態は急速に改善します。逆に肝炎および肝硬変の予後は、飲酒継続者において 5 年生存率が 50% 以下と不良であります。

内科医 藤澤 貴興

## 家族会 からの お知らせ

次回の家族会は 9月17日(土) 14:00~

8 月を除く毎月第 3 土曜日 14 時から、精神科に入院・通院されている方のご家族を対象とした精神科の家族会を行っております。それぞれの経験や症状を出し合い、お互いの気持ちの分かち合いや、参考になる情報等を得ることを一番の目的としております。相談員や看護師、病棟スタッフも同席し、少しでもお役に立てればと努力しております。

また、医師の話や、病気・薬に関するビデオ上映をする等正しい知識を得ていただく企画も用意しております。他の人の話を聞いたり、振り返って考え、語るにより、新たな発見やこれからの行動を考える良い機会となると同時に似たような境遇を持つ人と共に時間を過ごすことにより、連帯感と安心感を持つことができます。ぜひ一度ご参加ください。

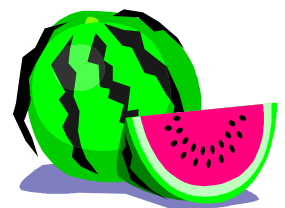


さて、皆さん！今年の夏はどれくらいすいかを召し上がりましたか？今回は、夏の風物詩「すいか」のお話です。



まずは栄養のお話から。すいかの可食部の 95% は水分になっており、そのうち 4~6% が糖分になります。果糖やブドウ糖はエネルギー転換が速やかなので、この夏の暑さで疲れた体を癒すにはもってこいと言えるかもしれませんね。また、ビタミン A (β-カロチン)、B1、B2、C の他、カルシウム、リン、カリウム、鉄等のミネラル、そしてグルタミン酸、アルギニンといった多くの成分をバランスよく含んでいます。

次にすいかにまつわる雑学をいくつか紹介しますね。まずはおいしいものの選び方から。手のひらで叩いた時に、ポコポコと鈍い音のするものはあまり良くないようです。張りのある音のするものを選びましょう。また、すいかは中心の方が甘いので、上手に切って下さいね。参考までに、シマとシマの間を切ると切断面に種があまりでないようです。



最後に種と言え、1 個のすいかにはなんと 400~600 個もの種があるそうです。今度数えてみてはいかがでしょうか？ちなみにこの種、水洗いの後天日干しをすれば発芽はしますが、おいしいものになるのはわかりませんので…。

管理栄養士 丸山 めぐみ

# 外来診療体制表

	月		火		水		木		金		土	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
精神科	阿部	北林	安野 楠野 (第1.3.5) 増田 (第2.4.5)	小林 増田	阿部 楠野 小林 (10:00~)	北林	林 田中 小牧 (第2.4)	安野 田中 小牧 (第2.4)	林 森(秀)	小林 森(秀)	安野 山本 明石	北林
心療内科												小林(10:00~15:30)
内科	篠崎 藤澤 葛谷	篠崎 藤澤	篠崎 金子	葛谷 金子	藤澤 財津(16:00迄)		藤澤 財津(16:00迄)		藤澤 財津	藤澤 河本	藤澤 河本 金子(第1.3.5)	
内視鏡			葛谷 (内科兼任)		葛谷 (内科兼任)		関根					
整形外科												吉田
皮膚科					内藤							
歯科	庄司(要予約)		庄司(要予約)		庄司(要予約)		加藤(要予約)		庄司(要予約)		富田(要予約)	

診療体制が都合により変更する場合がありますので、来院される際はご確認をお願いします。

## 病院概要

**診療科目** 精神科/神経科/ 心療内科/内科/外科/ 整形外科/リハビリテーション科/放射線科/ 皮膚科/歯科  
**許可病床数** 精神科 286 床/内科 70 床  
**診療日時** 月曜日～土曜日 午前 9:00～12:00 午後 13:30～17:00 (日曜日・祝祭日は休診、但し急患は随時受付)  
曜日指定有

### 承認施設基準

紹介患者加算 4 / 薬剤管理指導 / 看護補助配置加算 / 精神科ケア(大規模) / 特別の療養環境の提供 / 入院時食事療養( )  
 特別管理加算 / 理学療法( ) / 一般病棟入院基本料 3( 群) / 精神科病棟入院基本料 5 / 紹介外来加算 / 重症者等療養環境  
 特別加算 / 精神科作業療法

### 看護に関する事項

内科病棟 入院患者 3 人に 1 人以上の看護師と 6 人に 1 人以上の看護補助で構成

精神科病棟 入院患者 4 人に 1 人以上の看護師と 6 人に 1 人以上の看護補助で構成



医療法人梨香会 秋元病院

〒273-0121

千葉県鎌ヶ谷市初富 808-54

TEL047-446-8100

FAX047-446-8101

<http://www.akimoto-hospital.com>

Email:info@akimoto-hospital.com

千葉県国府市上本町3-202-3 千葉県国府市東船橋3-33-3  
 047-365-7231 047-422-0221

第 8 号 平成 17 年 8 月発行 / 次号 9 / 15  
 毎月 15 日発行  
 編集担当 医療連携局(秋元病院)

新鎌ヶ谷・鎌ヶ谷・初富駅より送迎バス有

【表紙写真】前列中央 沖山師長

ご意見ご感想おまちしております

お知らせ：秋元病院 夏祭り 平成 17 年 8 月 20 日(土) 第 1 部 13:00～17:00 / 第 2 部 18:00～20:30 詳細は庶務部までご連絡下さい。

