



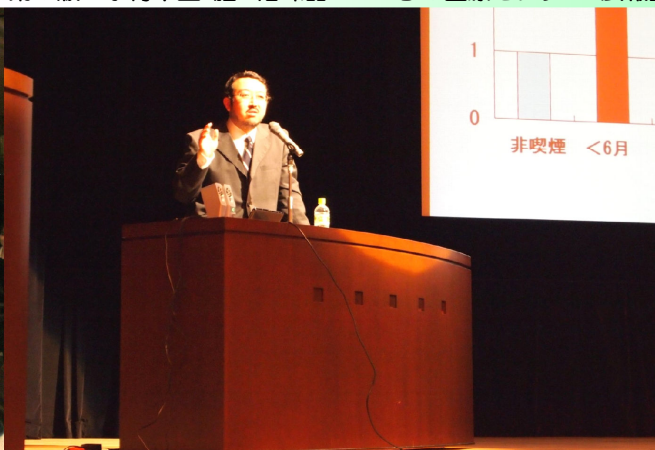
患者さまと小樽市立医療センターをつなぐ広報誌

しんらい

信 頼

第9号
2011年
1月

平成 23 年 1 月 19 日 第 1 版 小樽市立 脳・循環器・こころの医療センター 広報委員会



小樽市立医療センター主催 第4回 市民公開講座を開催

精神科医の出番



「今日はどういうことで来られましたか?」、
「何がお困りですか?、どんなことがつらいので
しょうか?」、「それはいつ頃からのことですか?」・・・精神科の診察は、こうしたことをご
本人、ご家族に伺いながら進められていきます。
精神的な不調の内容、程度や期間を明らかにして
いくのです。

一方で我々がとても大切に思っていることが
もう一つあります。それは体の健康状態です。体
の病気は当然、心の働きに影響を与えます。例え
ばインフルエンザに罹^{かか}って高熱を出したりすれ
ば、だるくて何もしたくなくなり、注意力や集中
力も落ちてしまいますよね。だから我々は診察に

来られたどんな方にも、内科の病気はないか、脳
の病気はないのかなどをお尋ねしますし、必要な
血液検査や脳^{シーディー}の C T スキャン、MR I^{エムアールアイ} の検査
を行い、場合によってはそれぞれの専門科の診察
を受けるようにお勧めします。幸い当院には脳神
経外科、心臓血管外科、循環器内科という力強い
仲間がいます。何より重要な内科については、他
の病院、医院の内科の先生方に診察をお願いし
たりしています。

「この不安、つらさをどうするか」、「ストレス
にどう対処していくか」・・・

でも、体の健康がまず第一。

それから我々精神科医の本
格的な出番なのかもしれません。



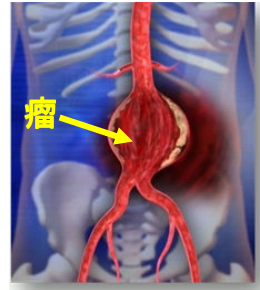
副院長(精神科医)
高丸 勇司



大動脈瘤とは？

“大動脈瘤”って？“瘤（りゅう）はコブ”。つまり大動脈のコブです。多くは動脈硬化が原因です。動脈硬化とは、高血圧、喫煙、高血糖、高コレステロール血症など動脈硬化の危険因子が引き起こす動脈の破壊、劣化です。私は患者さんに「赤ちゃんの動脈は、新築マンションの水道管、動脈硬化が進んだ患者さんの動脈は、メンテナンスを怠った老朽化マンションの排水管」と説明しています。血管壁もボロボロ、血管の内側もヘドロで

つまりそんな状態がイメージできますか？ 70歳でも動脈硬化の危険因子を持たない方は、新築マンションの水道管、危険因子を放置した方は、



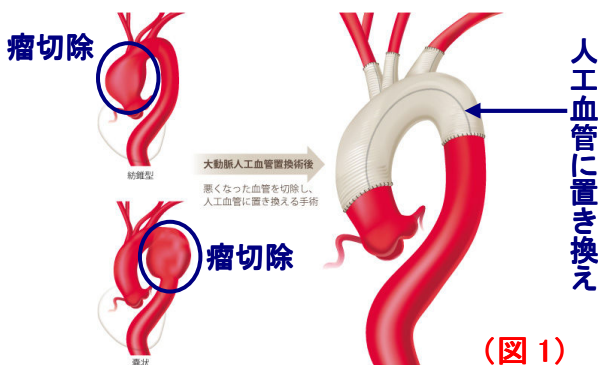
60歳でも老朽化マンションの排水管です。動脈硬化が進むと、血管が詰まるだけでなく、壁がもろくなり血管が風船のように膨らむことがあります。これが大動脈瘤です。

ステントグラフト手術とは？

大動脈瘤は致命的な病気なのに症状が出ません。破裂するまでは・・・。だけとお気づきのよう破裂したら手遅れです。救急車を呼んでも、病院にたどり着ける方はわずかです。破裂する前に治療する必要があります。

しかし、“怖そうな病気”というイメージが治療から患者さんを遠ざけてしまいます。病気自体への恐怖もさることながら、命懸けの大手術を受けなければならないという恐怖もありますね。確かに我々心臓血管外科医は、難手術（人工血管置換手術）に挑んできました。手術の負担が大きすぎて、合併症のために救われない患者さんもいらっしゃいました。苦悩を続けてきた心臓血管外科医の中から生まれた新兵器が“ステントグラフト”です。

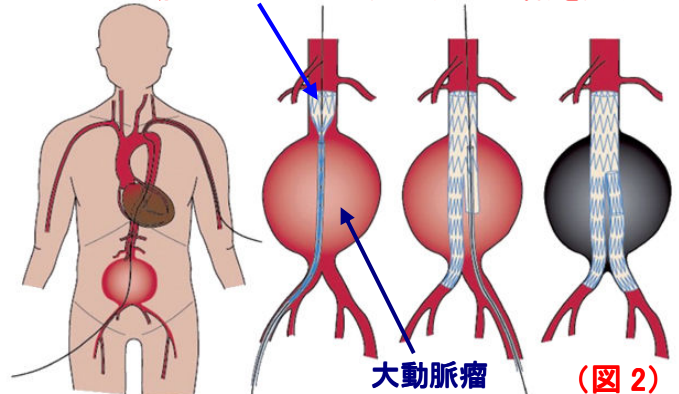
従来の人工血管置換手術では、人工心肺装置を取り付け（人工心肺が必要ない場合もあります）、体の一部を大きく切って、動脈瘤を切り取り、そこに人工血管を縫い付けます。（図1）



これに対し、ステントグラフト手術では、足の血管から細く折りたたんだ人工血管を血管内に差し込み、動脈瘤の内側で人工血管を広げます。（図2）

つまり、ステントグラフト手術では、人工心肺装置が不要で、体を大きく切る必要もありません。体を大きく切らないので、合併症がない限り麻酔が覚めたら、手術直前の元気な状態です。

大動脈内でステントグラフト(人工血管)を広げる



ステントグラフト手術は、夢のような治療ですが、残念ながらすべての動脈瘤に適用できるわけではありません。動脈瘤は顔と同じで、人それぞれ形も大きさも部位も異なります。現在、ステントグラフトで治療できる方は、動脈瘤全体の約半数です。ただ半数の方は、この夢のような治療の恩恵を受けることが可能な時代になりました。

心当たりのある方は、当院心臓血管外科にご相談ください。

今回、お話を伺った専門医

小樽市立医療センター
心臓血管外科 医療部長
ふかだ しょうじ
深田 稔治 先生

90年札幌医科大学卒業
日本心臓血管外科学会専門医
日本胸部外科学会指導医



第4回市民公開講座を開催しました

11月26日（金）に小樽市民センター・マリナーホールにおいて地域住民のみなさまを対象とした「第4回市民公開講座」を開催しました。

当日は120人を超えるみなさまにご来場いただきました。



《健康チェックコーナー》

ロビーでは看護師による健康チェックコーナーを開設し、^{たいしほうりつ}体脂肪率や^{きそたいしや}基礎代謝量などの^{たいせいぶん}体成分測定や指先のみで測定が可能な血管年齢測定、健康相談を行い、のべ148人の参加がありました。健康相談では高川先生が直接相談に応じる場面もあり、参加された地域住民のみなさまからは「また次回も」という声も聞かれました。

講演1 「狭心症と心筋梗塞について」

循環器内科 高川芳勅 医長

我が国の死亡原因の第一位「がん」と並ぶほどの疾患である^{どうみやく こうかせい}動脈硬化性病変。その中でも^{きょうしんしょう こうそく}狭心症・心筋梗塞の病態や予防、発見のポイントについて詳しく説明されました。

狭心症は無症状の場合もあるため、専門の検査が必要ということや、心筋梗塞は「死の病」といわれ突然死の原因の多くを占め、予測不能であることから、予防の重要性と動脈硬化の進行を防ぐような

生活習慣（食事・運動・薬・禁煙）の継続が大切ということを知りやすく話されました。

当院の診療科は全身の動脈硬化性疾患に対応していることや、受診による早期発見が可能であることも講演の中で話され、会場のみなさまはメモをとられる方や質問も多く、健康への意識の高さを実感させられました。



講演2 「うす味にチャレンジ！」

栄養管理科 和田 裕子主査

塩分摂取量と高血圧、動脈硬化の関係は非常に密接です。ついつい取り過ぎてしまいがちな塩分を少しでも減らす工夫を分かりやすくお話ししました。

香辛料や香味野菜などをうまく利用し、風味を

付けることで減塩が気にならなくなることや、具体例としてラーメンの汁を残すと半分程度の塩分摂取で済むことなどをお話ししました。まさに身近なところからうす味にチャレンジですね！



街をきれいに！

病院周辺のごみ拾いを行いました

11月6日、院内だけではなく地域にも活動の輪を広げようと、その第一歩となる病院周辺のごみ拾いを小樽市立医療センターサービス向上委員会のメンバー9人で行いました。

あいにく土曜日の午後ということもあり、住民の方とお会いすることはありませんでしたが、約1時間で10袋分のごみを回収することができました。病院周辺の道路もきれいになり、少しは近隣の方のお役に立てたのかなと思っています。

これからもサービス向上委員会は病院基本理念のもと、活動の場を広げていきたいと思っています。



当院の脳神経外科医師を八雲総合病院へ派遣しています！



八雲総合病院で外来診察を行う馬淵院長

昨年7月から、八雲総合病院の診療業務に従事するため、脳神経外科医師1名を毎週金曜日に派遣しています。

これは八雲総合病院からの医師派遣要請を受け、医師確保の困難な医療機関に緊急臨時的に医師を派遣し、医師不足が深刻な地域の医療を確保するという「北海道緊急臨時的医師派遣事業」に協力しているものです。

当院は救急対応に力を入れ、小樽市内や後志地域の多くの方にご利用いただいておりますが、小樽・後志地域のみならず、北海道の地域医療の確保にも貢献していきます。



卒煙を目指して 精神科デイケア

精神疾患をもつ方々は一般の方と比べ喫煙率が高く、禁煙をせかすことが逆にストレスになると言われています。しかし社会的な要請もあり、平成20年度よりポスターの掲示やDVD視聴など、啓発活動を行ってまいりました。

昨年10月より時間禁煙を始め、午前15分間と昼休み45分間の2回に喫煙時間を限定し、その時間を守れたか自己申告するチェックシートの記入を徹底しました。

“禁煙”への取り組み

こういった流れに「デイケアに来られなくなる」と嘆いている方もおられますが、これまでに18名だった喫煙者が11名となりました。

これからもデイケアに参加されている皆さんの健康的な生活への配慮を第一に、話し合いを持ちながら全員の“卒煙”に向けて取り組みを続けていきたいと思ひます。



薬 くすいな話② 「グレープフルーツとお薬」

グレープフルーツジュースには、一部の高血圧や高脂血症のお薬の分解を妨げる成分が含まれているため、お薬の作用が強くなり現れます（薬品名：アテレック、アダラート、ワソラン、リピトールなど）

この飲み合わせは、摂取する時間をずらしても現れると言われていひます。また、グレープフルーツの果実を食べても同じような症状が現れることがあるので、オレンジやミカンなど他の柑橘類を食べるようにしたほうが安心かと思ひれます。

現在飲んでいるお薬が該当するかどうか心配な方は、薬局の窓口でお気軽にお尋ねください。



薬局 本間真樹子

当院では、「心臓ドック」（循環器内科）「血管ドック」（心臓血管外科）を行っています。

●ご予約、お問い合わせは、
地域医療連携室までお願いいたします。

小樽市立医療センター ホームページのご案内



小樽市立医療センター

検索

入院患者さまへの **おみまいメール** を受け付けています。

※詳しくはホームページをご覧ください

◆受付時間 午前8時40分～／午後1時30分～
◆休診日 土・日曜日、祝日、年末年始

広報紙「しんらい」第9号1版
発行者：小樽市立 脳・循環器・こころの医療センター
病院長 馬淵 正二
〒047-0036 小樽市長橋3丁目11番1号
電話(0134)33-4151・ファクス(0134)32-6347