

安全で安心できる医療



病院長

神山 有史

徳島県総括災害医療
コーディネーター

新型コロナウイルス感染症は自然収束の目途がつかず、市中感染の様相を呈しており、いつ・どこで・だれが感染するかわからず、人間の集団生活環境を変革しなければ感染拡大を防ぎえない事態に至っています。有効な治療薬がなく、ワクチンも開発途上である事態に人はみな不安に陥っています。感染拡大を防ぐためには検査を行い、いち早く陽性者を発見して感染力が消退するまでの時期に隔離・治療する必要があります。

5月2日より徳島県医師会はかかりつけ医からの感染疑い患者のPCR検査要請を受け付け、検査に協力しています。7月に入り、猛暑の中も医師会員が多数参加して検査が行われています。

一方、社会生活全体にソーシャルディスタンス、人と人との間に距離をとることが推奨され、社会生活が一変してしまいました。医療現場では標準予防策を基本として病院環境の整備が推しすすめられ、面会禁止や対話の抑制など、ややもすれば患者さんの精神的支えを損ないかねない事態が生じています。いかにして患者さんを支えていくかが今後の課題となっていくでしょう。映像や音声、オンライン面会なども駆使して、安全で安心できる医療の在り方を患者さんとともに模索していかなばなりません。



シャントトラブル受入対応と患者さんの負担軽減



泌尿器科副部長
榎 学

血液透析患者にとって、**バスキュラーアクセス[※]** は生命線であり、その維持は非常に重要です。

※ 血液透析において患者さんと透析装置との間で血液循環を可能とするために患者さん側に設けられる仕組み

バスキュラーアクセスには**自己血管内シャント、人工血管内シャント、動脈表在化、長期留置カテーテル**などがありますが、国内では約9割が自己血管内シャント (AVF: Arteriovenous Fistula) です。自己血管内シャントのトラブルで最も多いものは**狭窄**です。

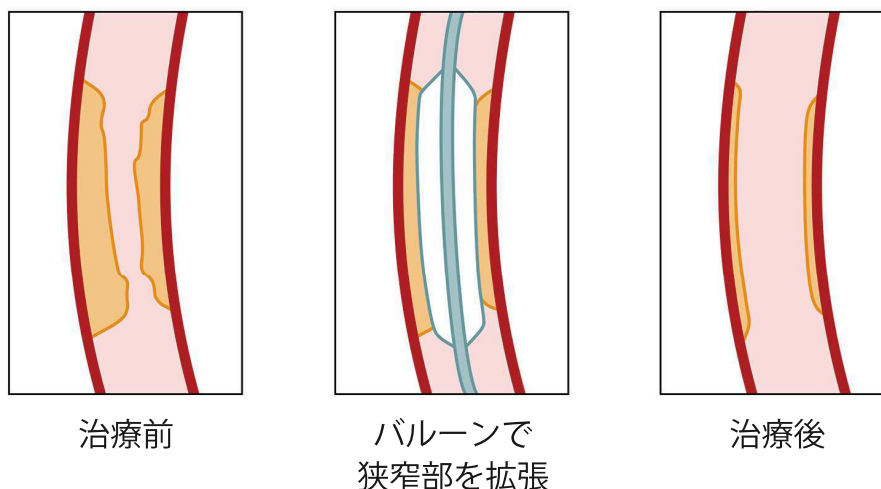
狭窄の原因としては、

- ① シャント作製による急激な血流量の増加に伴う血管壁の内膜肥厚
- ② 同じ部位への頻回の穿刺による炎症反応に伴う血管壁の線維化
- ③ 穿刺ミスによる皮下血腫
- ④ 肥厚して固くなった静脈弁

などが挙げられます。

シャント狭窄に対しては、**経皮的シャント拡張術 (VAIVT: Vascular Access Intervention Therapy)** が第一選択です。

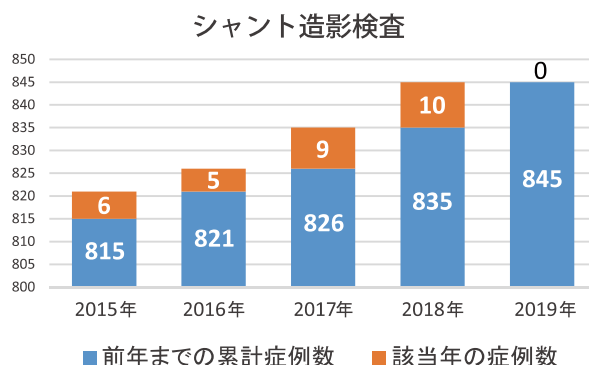
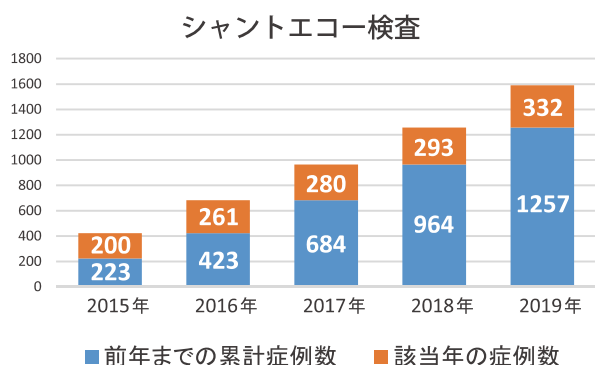
経皮的シャント拡張術は、血管内にカテーテルを挿入し、狭窄部でカテーテル先端のバルーンを膨らませて血管の内側から狭窄部を拡張する手術です。治療時間は30分～1時間程度と短く、身体への負担が少ない治療法ですが、再狭窄が起こりやすいため定期的なフォローが非常に重要です。



当院の教育施設認定
ワークライフバランス

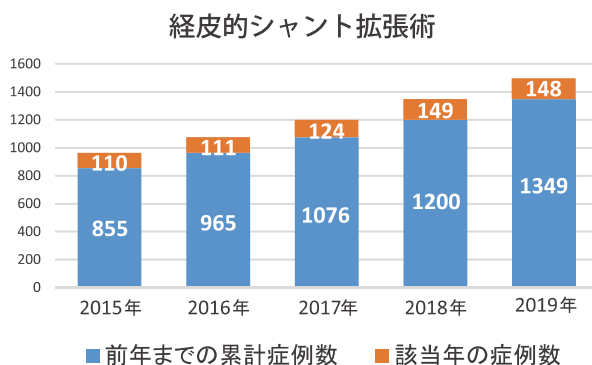
- 日本泌尿器科学会泌尿器科専門医拠点教育施設
- 日本透析医学会専門医制度認定施設
- 日本麻酔科学会麻酔科認定病院
- 日本緩和医療学会認定研修施設
- 日本臨床栄養代謝学会 NST 稼働施設
- DPC 対象病院
- 一般病棟入院基本料 (急性期一般入院料 1) [7対1看護]
- 産休・育休後の復職率 100%を 16年間継続しています

再狭窄のフォローとして当院では、定期的にシャントエコーを行っています。シャント内部を超音波で確認することで、トラブルの早期発見に努めています。以前はシャント造影による確認を行っていましたが、造影剤の副作用や穿刺のリスクを避けるため、現在はできるだけシャントエコーでの対応を行っており、2019年のシャント造影施行件数は0件でした。



当院では2015年以降、年間100件以上の経皮的シャント拡張術を行っており、2019年12月までに1497件を施行しています。他院からのご紹介にも対応しており、2019年1月～2019年12月の期間には、ご紹介での経皮的シャント拡張術を15件施行しました。

また、全例入院で行っており、2019年度の入院日数の中央値・最頻値はともに2日(1泊2日)でした。疼痛が強い患者さんには全身麻酔での対応も行っています。



■ シャントトラブルは早期発見が大切です

「シャントの穿刺部位をできるだけ変える」「止血をしっかり行う」などは狭窄の予防にとっても大切です。日頃から聴診・触診を含めて、シャントを注意深く観察することでシャントトラブルを早期に発見することは十分可能となります。早期にシャント狭窄を発見できれば、ほとんどの場合は経皮的シャント拡張術で対応することが可能ですが、発見が遅れた場合は再建術などが必要になることがあります。

患者さんの負担が少ない経皮的シャント拡張術で治療を完遂するためにも、慌ただしい緊急対応を避けるためにも、脱血不良、穿刺困難などシャント狭窄が疑われた場合は、できるだけ早期にご相談ください。

こんな症状ありませんか？ ～最近、オシッコが近い（頻尿）～



診療部部长
村上 佳秀

「オシッコが近い、回数が多い」という症状のことを**頻尿**といい、一般的には1日の排尿回数が8回以上の場合を指します。

頻尿にはさまざまな原因がありますが、病気が隠れている場合もあります。気になることがあれば泌尿器科に相談しましょう。

■ 頻尿の原因ってなに？

頻尿の原因にはさまざまありますが、以下のように分けることができます。

過活動膀胱

膀胱に十分に尿が溜まっていないのに、膀胱が過敏になり勝手に収縮してしまう病気。

残尿

排尿後も膀胱内に尿が残る状態。

膀胱炎や前立腺炎

膀胱の知覚神経が刺激されて頻尿になる。

心因性

体に異常がないのにトイレのことが気になって何回もトイレに行きたくなる症状。

■ 夜間頻尿とは

就寝中に、排尿のために1回以上起きなければならず、日常生活に支障がある状態のことを**夜間頻尿**といいます。年齢とともに夜間頻尿で悩む人が多くなりますが、原因は加齢以外にも生活習慣や病気が隠れている場合があります。夜間頻尿の主な原因には以下のようなものがあります。

- ✓ 加齢によるホルモンの低下
- ✓ 夜間・早朝の高血圧
- ✓ 膀胱蓄尿障害



人間の体は睡眠時に排尿を妨げるホルモンが昼の2倍も多く分泌されているため、夜にトイレに行かず済むようにできています。しかし加齢とともにホルモンの分泌が少なくなり、夜も昼と同じ量の尿が作られてしまう場合があります。また、過活動膀胱や間質性膀胱炎、男性であれば前立腺肥大症などの病気の影響で、十分に尿を溜めることのできない膀胱蓄尿障害の場合もあるでしょう。

|| どんな検査をするの？



問診

自覚症状やきっかけについての質問に答えていただけます。
排尿日誌（排尿記録）をつけていただくこともあります。



尿検査

腎臓などの体のどこかに異常があると、尿の成分や量にも影響します。
尿を採るだけなので、患者さんにも優しい検査です。



超音波検査

オシッコを出したあと膀胱の中が空になっているか、残尿があればどのくらい残っているか、腎臓や膀胱に結石や腫瘍はないか、前立腺の大きさなど、身体の外から見てもわからない部分を見る検査です。特に準備もいらず痛みも伴わないので、安心して受けていただけます。

|| どんな治療をするの？

治療法はガイドラインに基づき、患者さんと相談のうえで決めていきます。
頻尿はさまざまな原因により引き起こされます。その原因を突き止め、薬物療法や膀胱訓練[※]、生活習慣の見直しなど、患者さんの症状に応じた治療を行い、改善を目指します。

※ 膀胱訓練 … 尿意を感じてもトイレに行かず我慢し、膀胱に溜まる尿の量を少しずつ増やして膀胱を拡張し、機能を回復させる訓練。

カメイのゴハン



チキンソテーの カリカリ キノコソース

エネルギー：496 kcal
タンパク質：25.9 g
カリウム：988 mg
リン：356 mg
食塩相当量：1.4 g
(1人分あたり)



今回は、地産地消をテーマに阿波尾鶏を使ったレシピを紹介します。「キノコ・さつまいも・栗・ぎんなん」とさまざまな秋の味覚を使用しましたが、四季折々、旬の食材でも美味しく頂けると思います。また、肉を焼くときに、お好みでみじん切りにしたニンニクを加えると、さらに食欲の増すメニューになると思います。

一度お試しください。

(管理栄養士 森口 美江)

材料 (2人分)

【ソテー】

阿波尾鶏…もも肉1枚、
塩こしょう…少々、薄力粉…20g、
オリーブ油…大さじ1杯

【キノコソース】

えのき…50g、しめじ…50g、
生しいたけ…50g、
ぎんなん(缶詰)…30g、
サラダ油…小さじ2杯、
焼き鳥のたれ…大さじ2杯、
みりん…小さじ2杯、水…小さじ2杯

【添え物】

ブロッコリー…40g、
ミニトマト…3個、
さつまいも…60g、焼き栗…10g、
砂糖…小さじ1杯、牛乳…小さじ1杯

作り方

- ① 阿波尾鶏は、肉が平らになるよう身の厚い部分があれば包丁をいれて開き、塩こしょうをし、両面に薄力粉をまぶす。
- ② えのき・しめじは石づきを取り、食べやすい大きさにカット、生しいたけは薄くスライス、ぎんなん(缶詰)は軽くゆでる。
- ③ ブロッコリーは塩ゆで、ミニトマトは皮を湯むきする。
- ④ さつまいもは皮をむき、ゆでる。火が通ったらザルに打ち上げ、水分を飛ばすために鍋に戻し、から煎りをする。熱いうちにつぶして、砂糖と牛乳を混ぜあわせ、マッシュポテトをつくる。形をととのえ、焼き栗をかざる。
- ⑤ フライパンにオリーブ油をひいて、①の皮目を下にして焼き、裏返してさらに焼き目をつける。アルミホイルでふたをして、十分に火を通す。火が通ったら、ふたをはずして裏返し、皮がカリカリになるまで焼く。
- ⑥ 肉を焼いている間に、別のフライパンにサラダ油を熱し②をしんなりするまで炒め、焼き鳥のたれ・みりん・水を加え一煮立ちさせソースをつくる。
- ⑦ お皿にマッシュポテト、ブロッコリー、ミニトマトを添え、カリカリチキンソテーを皮目が上にくるように盛りつけ、キノコソースをかけて完成です。

新入職員の紹介 ①氏名 ②職種 ③出身地 ④趣味・特技 ⑤抱負をひと言



- ① 米川 欣吾 (よねかわ きんご)
- ② 医療事務
- ③ 徳島県
- ④ スポーツ全般
- ⑤ 患者さんにとって安心・安全な医療を提供できるように頑張ります。

おすすめストレッチ♪ 骨盤・骨格矯正

スマートフォンやパソコンの使用など、気付かぬうちに背中が丸く前かがみになっていませんか？ 姿勢によりゆがんだ骨盤や骨格を矯正してみましょう。

(文：作業療法士 上田弥生 / モデル：作業療法士 吉田仁美)



- ① 腰の下 (おへその真裏) に丸めたバスタオルなどを置いて、仰向けで寝転がります。この時、まくらは使用しないようにしましょう。
- ② 左右の足は「ハの字」になるように内側に向け、手は頭の上で内側にひねるように伸ばし、小指同士をひっつけて、**床に手のひらをつけます**。(難しければ手足を伸ばすだけでOK)
- ③ 目線は上に向け、自然にゆっくり呼吸をしつつ3分程度過ごします。身体が気持ちよく伸びることを感じてください。

◎ タオルの作り方

- 1. バスタオルを半分に畳みます。
- 2. 端から少し幅を持たせて織りながら、へにやっとならない程度のかたさに巻いていきます。高さが足りなければ2枚重ねて使用しましょう。



左右の足は「ハの字」



丸めたバスタオルを腰の下へ



小指同士はひっつける

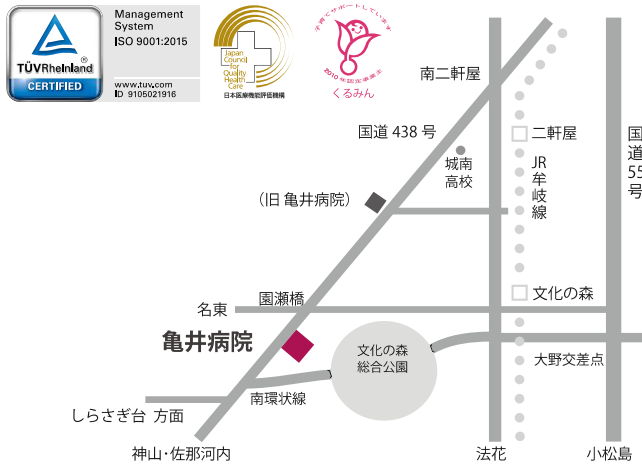
Pipi、ってなあに？

「Pipi」とはフランス語で「おしっこ」の意味です。広報誌の発刊が決まったとき、職員に名称を募集したところ、集まったもののなかでキラリと光っていたのがPipiでした。当院の特徴である腎・泌尿器を表現できているのではないかと考えています。

外来診療のご案内 令和2年10月現在

	月	火	水	木	金	土
泌尿器科						
9:00 ~ 12:00	●	●	●	●	●	●
14:00 ~ 16:30	●	●			●	
透析						
7:30 ~	●	●	●	●	●	●
13:00 ~	●	●	●	●	●	●
18:00 ~	●		●		●	
総合診療						(第1・3土曜のみ)
9:00 ~ 12:00	●	●		●	●	○
14:00 ~ 16:30	●					
腎臓内科						
9:00 ~ 12:00	●			●		
14:00 ~ 16:30	●			●		
麻酔科						
9:00 ~ 12:00	●	●		●	●	
循環器内科						
14:30 ~ 16:30				●		
整形外科						(第2・4土曜のみ)
9:00 ~ 12:00						○
緩和医療						
			(14:00 ~ 16:30)	(9:00 ~ 12:00)		
		●		●		

- ※緊急の検査・手術や学会出張等で変更になる場合があります。
- ※いずれの外来も予約制で行っています。当日受診希望の方も電話連絡をお願いします。
- ※毎月（月1回）の保険証の提示にご協力ください。



- 国道438号線沿い 文化の森総合公園の西側となり
 - 大型駐車場あり
 - 徳島バス 佐那河内線、徳島市バス 一宮線
- 【亀井病院前】下車。1日53便、上下線とも病院玄関前に停車します。通院・お見舞いにご利用ください。



〒770-8070 徳島市八万町寺山 231
 TEL.088-668-1177 FAX.088-668-1122
 (外来のご予約に関するお問い合わせは)
 (日・祝を除く9時~18時)
 ホームページ <https://www.kameihospital.com/>

※お知らせ※

- 令和2年度の高齢者用肺炎球菌ワクチン予防接種（定期予防接種）を実施しています。今年度該当する年齢（65,70,75,80,85,90,95,100歳）の方へは、専用の予約票が市町村から送付されています。自己負担金は4000円（生活保護世帯に属する方は免除）です。
- 対象年齢以外の方も7800円（税別）で接種できます。接種期間に制限がありますのでお早めにご予約ください。
- 徳島市がん検診や前立腺がん精密健診も受け付けています。
- あらかじめ電話にてご相談・ご予約ください。

※表紙の写真※

院内の駐車場に、まるまるとした大きな柿がなりました。秋の訪れを知らせてくれています。

※病院の理念※

よりよい医療を提供し
 社会に貢献いたします

※4つの基本方針※

1. 患者さんの話に耳を傾ける医療
2. 職員全員が医療人としての技量を発揮するチーム医療
3. 患者さんの健康回復・社会復帰を目指す医療
4. 他の医療機関と連携する医療

職員全員で患者さんが健康回復に取り組むことを医療的にそして精神的に支援します

※編集後記※

ステイホームでウクレレを始めました。手軽さと、コロコロしたかわいい音色にすっかりはまっています。愛犬には微かな表情で見上げられますが、おかまいなしで練習しています。コロナ禍が収束して気兼ねなく外出や外食ができるようになったら、愛犬と楽器を連れてどこかへふらっとドライブしたいと思っています。

(N.T)