

社会医療法人 同愛会

博愛病院

博愛すまいるん

Enjoy Smile Up!

27
Free magazine+
★ Spring
2021



博愛探検隊「栄養サポートチーム(NST)」
教えてドクター「人工関節について」
HAKUAI NEWS・健康講話
外来診療担当医師 一覧表





博愛探検隊

博愛病院ってどんな病院？

Vol.21

栄養サポートチーム(NST)の紹介

栄養サポートチームは、NST(Nutrition Support Team)とも言い、専門知識や技術を持った複数の職種(医師、管理栄養士、看護師、薬剤師、言語聴覚士、理学療法士、臨床検査技師など)が、各々の専門性を活かしながら、職種間の垣根を越えた他職種のスタッフで入院患者さんの栄養管理にあたっています。

入院当初から、患者さんそれぞれの体格や病状に合わせた栄養療法を実施することで、栄養状態を改善し、疾患の治療効果を上げたり、合併症の予防やQOL(生活の質)を向上させる事が目的です。これにより在院日数の短縮や、医療費の削減効果も期待されています。

活動内容は、毎週、低栄養の患者さんのベッドサイドへ訪問し、栄養改善についての指導や助言を行っています。

また、月1回会議を行い、患者さんの状態に合わせた栄養管理についての検討を行っています。褥瘡対策チームや感染対策チームとも連携し、更なる栄養改善に努めています。



栄養サポートチームのメンバー

チームのメンバー

医師	6名
薬剤師	1名
臨床検査技師	1名
看護師	6名
管理栄養士	3名
言語聴覚士	3名
理学療法士	1名
(うちNST専門療法士2名)	

チームの役割

栄養不良患者の早期発見

入院時には全ての患者さんに対して必要な栄養状態は保たれているのか、管理栄養士だけでなく、チーム全体で確認しています。

栄養管理状況の確認

チームの医師、各部署のNST担当看護師が、身体測定、検査データや食事の摂取状況をみながら確認しています。

積極的に栄養管理に介入

栄養状態に問題のある患者さんを抽出してNSTが介入する事があります。毎週定期的に回診を行い、食事内容、経腸栄養の内容、点滴の内容など変更すべき点があれば、主治医に提案を行っています。特別な管理が必要な栄養摂

取時には、適切な管理ができるよう支援しています。

適切な栄養管理方法の指導・提言

臨床検査技師が、栄養管理の指標となる検査データを確認し、薬剤師は、輸液製剤の管理や最も適した薬物療法の設定を行い、管理栄養士は現状の摂取栄養量を計算し、チーム全体で、患者さんそれぞれに合った適切な栄養摂取方法を提案しています。

栄養療法による病状改善の促進

栄養状態が悪いと病気の治癒が遅れることがあります。治療効果を上げられるよう病態に合った栄養摂取方法を指導しています。



カンファレンス風景



栄養管理の基本は、『口からものをたべる』ことです。嚥下（飲み込むこと）が困難な場合でも、食事にとろみをつける事によって飲み込めるようになることもあります。口の中をきれいにすることで、食べ物を飲み込む機能が改善したり、誤嚥性肺炎が起りにくくなったりします。

適切なりハビリテーションを行う事で、退院後の生活がスムーズになるよう支援しています。

合併症の予防や、医療費の削減

栄養と病気を治す力は密接につながっています。

病状改善を早期にする事で、入院期間を短縮させています。

栄養管理による早期退院の支援

毎週の回診終了後には小テストを実施し、委員会内での知識をより確実なものにするよう努力しています。さらに、早期からの適切な栄養管理はNSTメンバーだけではなく、院内全職員で考えていくことが重要です。そのため全職員のレベルアップに向けて年一回院内全体に向けた勉強会を開催しています。

栄養管理に関する知識の習得と啓発



院内研修の風景

NSTは、栄養不良の発生を予防すると共に医療スタッフの栄養管理業務をサポートしています。

低栄養になると

栄養管理は全ての医療の基本です。全ての病気において、栄養管理をおろそかにすると治療効果が減ってしまう。合併症や副作用の発現頻度が多

病気になりやすい、病気がなおりにくい

- 運動機能の低下
- 筋力低下
- 骨量減少、骨折
- 免疫力の低下
- 脱水
- 生活自立度の低下
- 要介護度の上昇
- 寝たきり
- 認知機能の低下

低栄養になると



くなったりして入院期間が長くなる可能性があります。具体的には、栄養状態が悪いと床ずれ（褥瘡）ができたり、食べ物や飲み物がうまく飲み込めないことにより肺炎（誤嚥性肺炎）を起したりします。栄養不良になると傷の治療が遅延し、免疫機能も低下し感染症にかかりやすくなり、様々な合併症を起してしまいます。

NST稼働認定施設 認定書交付について

当院はNST活動を2005年より開始しており、現在16年目となります。2006年4月1日には、日本静脈経腸栄養学会（現在、日本臨床栄養代謝学会）よりNST稼働施設認定を受け、今年度からの更新認定も承認されました。患者さん一人ひとりに合せた栄養プランを立て栄養状態を良くすることで、治療効果を最大限に得られるようチーム一丸となって取り組んでいます。





教えてドクター

教えてドクターでは、
当院の医師が
病気をわかりやすく
解説します。



人工関節について

人工関節手術とは金属とプラスチック（ポリエチレン）でできた関節をヒトの関節に置き換える手術法で、約50年前にイギリスで開発され画期的な手術として注目を浴びました。我が国に手術法が導入された当時は手術の可能な病院は限られていましたが、近年は一般の関節手術として行われるようになりました。当院でも約20年間行ってきましたので紹介します。

関節の構造と劣化

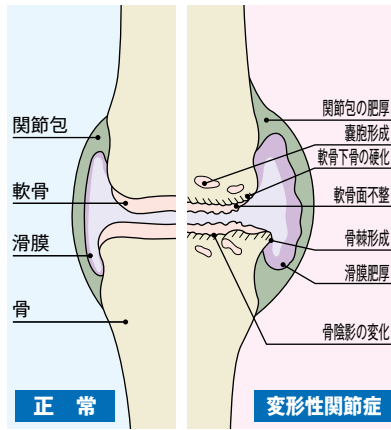
長い手・足は曲げ伸ばしができませんが、それは骨と骨の間に軟骨が介在する関節があるからです。関節は関節腔を挟んで両端の関節軟骨が相互に擦動して動きます。関節軟骨の特徴は厚さが7mm程度で、アーチ状に配列したコラーゲン繊維の間隙に水分と結合した

プロテオグリカンが含まれておりクッションの役割を果たしています。ヒアルロン酸やコンドロイチン硫酸はその成分です。また関節軟骨は他の組織と異なり、血管も神経も分布してないため痛みを感じません。そして通常は一生摩耗することはありません。

しかし股関節で関節が変形して関節面に均等に負荷が加わらなくなると、関節軟骨の表面から摩耗が始まります。先天性股関節脱臼の既往があったり、小児期に股関節の病気に罹ったことがあると関節が変形し関節軟骨が摩耗します（二次性変形性股関節症）。しかし原因不明の場合もあります（原発性変形性股関節症）。また膝関節では下肢がO脚、X脚に変形すると強く負荷の加わる側の軟骨が摩耗します。そして変形性関節症に進んでいきます。

変形性関節症の症状・診断

関節軟骨が摩耗し始めた初期では、歩行後に股関節がだるいとか、軽く痛いとの症状がある程度で、X線像にはほとんど異常が認められません。また膝関節でも内外側いずれかの関節裂隙の軽度の狭小化のほかに軽微な骨棘形成が認められる程度です。このような初期段階では日常生活の中にリハビリと運動療法を取り入れて経過を観察するのが普通です。



人工関節の適応

人工関節の適応は進行期の終わりから末期になってからです。変形性股関節症では日常生活のなかで痛みのために常にびっこ（跛行）状態になるか、夜痛みのために眠れなくなるなどが目安になります。変形性膝関節症ではO脚或いはX脚に変形して痛みのために長く歩けなくなれば手術の適応です。

この段階になると関節軟骨は摩耗・消失して骨が露出・硬化します。これを象牙質化と云います。骨には神経も血管も分布していますから、露出した骨が擦動すると強い痛みを感じます。この状態が人工関節の適応です。手術年齢には制限ありませんが80歳代までがよいでしょう。



変形性関節症レントゲン
(上外側型(二次性変形性股関節症)症例)

変形性関節症(手術適応)

術前チェック

人工関節手術は一般外科手術と違って生命を救うためではなく、関節機能を改善するための手術です。従って重篤な循環器疾患や代謝性疾患がある場合にはお断りすることがあります。しつ

かり検査を受けて納得の上で手術を受けてください。

人工関節手術

人工関節手術は特殊な無菌手術室（クリーンルーム）で行います。術者は勿論、手術に参加するスタッフも一般の手術と違って特殊な防護服を着用して手術を行います。なぜなら感染を回避しなければならぬからです。体内に挿入するものは金属とポリエチレンでヒトの体にとって異物ですから感染したら大変です。

輸血は股関節手術では時には不要な場合もありますが、必要とする場合が多いようです。手術前1〜2週前に自分の血液400〜800mlを予め採血し手術日まで保存しておき手術中に使用するのが普通です（自己血採血）。

膝関節手術では大腿部からバンドで止血して手術を行いますので出血はほとんどありません。

手術時間は股関節で2〜3時間、膝関節で2時間前後です。

術後リハビリテーション

術後の体調に合わせて開始しますが、出来るだけ早期、可能なら術直後から下肢の運動を理学療法士の指導のもとに行います。下肢の血液循環が滞ると深部静脈血栓ができやすく、これを予防することが大切です。

離床の目安は1週間です。2週から歩行器歩行、3週から杖歩行で、問題

なければ4週で退院可能です。患者さんによってはヒッププロテクターと云って脱臼防止の装具を装着する場合もあります。

十分な関節機能を獲得するには早期リハビリテーションが不可欠なのは勿論ですが、長期的なりハビリテーションも必要で股関節では外転筋力強化、膝関節では大腿四頭筋の筋力強化が大切です。

人工関節手術の効果

人工関節により変形して機能不全になった関節を金属とプラスチックに置換することにより関節機能を再獲得することが出来ます。術後回復の目安は術後半年で80%、一年でほぼ100%まで回復しますが、その後も緩やかではあります。年と共に日常生活の上で更なる活動性が獲得出来ます。軽いスポーツであれば楽しむことができます。

ただ人工関節ゆえに制限しなければならぬ動作もあります。股関節では和式トイレでしゃがむ動作（蹲踞姿勢）と手術側下肢の内転（下肢を内側にすぼめる動作）は行わないように注意してください。これはポリエチレンの偏在性摩擦と脱臼予防のためです。膝関節では正座は無理です。また両側膝を手術した場合には椅子から立ち上がる時に困難なことがあります。

耐用年数

人工関節が開発された当時はポリエチレンの摩耗は10年に1〜3mmで、術後感染や人工関節の緩みなどを考慮すれば、耐用年数は10〜15年程度とされてきました。

しかしその後、人工関節の形状の改良、金属材料がコバルトクロームからチタンに変わり、ポリエチレンが耐摩耗性となり、手術技術も向上して20年〜30年は大丈夫と考えられるようになりました。



人工股関節



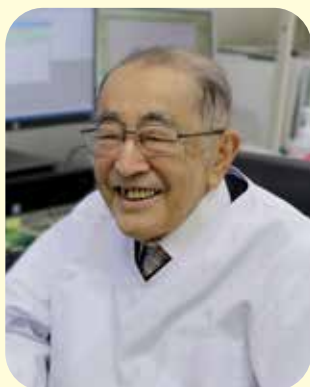
人工膝関節

術後定期診察と再置換手術

人工関節手術を受けた後は1〜2

年に一度は病院を訪れ診察とX線像チエックを受けて下さい。関節の不具合は早期に発見することが大切です。不幸にも感染したり、ポリエチレンの摩耗、緩みが起こった場合や、転倒して骨折（人工関節周囲骨折）した時には再置換術、骨接合術を行い関節機能を延伸することが可能です。

※詳しくはお気軽に整形外科へご相談下さい



教えてドクター プロフィール

整形外科顧問

山本 吉蔵

鳥取大学 昭和34年卒

【主な所属学会と資格】

- 日本整形外科学会（名誉会員・相談医）
- 日本骨粗鬆症学会（名誉会員）
- 日本骨形態計測学会（名誉会員）
- 日本骨代謝学会（名誉会員）
- 日本人工関節学会

HAKUAI NEWS

博愛ニュース

INTRODUCING EVENTS IN THE HOSPITAL

令和3年度入職式

今年度は同愛会に14名の新入職員を迎え、入職式を行いました。入職式終了後は社会人としての心構えや接遇マナー、コミュニケーション方法などの研修を行いました。
新入職員とともに地域の皆さまを支えるスタッフとしてお力になれるようがんばります。
どうぞよろしくお願いいたします。



ロビー施設整備のご案内

令和3年4月12日より施設整備工事のため、正面玄関横の仮設出入口より出入りをお願いいたします。
当面の間、ご不便をお掛けいたしますが、よろしくお願いいたします。
また、感染対策として、ロビーソファアを抗菌レザー採用、衛生的な耐アルコール性、耐次亜塩素酸対応のソファアに変更しました。



やさぎはく愛クリニック

健診車リニューアル

やさぎはく愛クリニックでは、ご契約いただいた事業所へ医療技術者が健診車でお伺いし、健康診断を実施しています。
このたび、健診車をリニューアルいたしました。



同愛会ロゴマークデザイン募集

社会医療法人同愛会は「博愛」と「地域貢献」の志の基に、博愛病院、介護老人保健施設やわらぎ、博愛こども発達・在宅支援クリニックなどを運営しています。各所属施設のロゴマークはありますが（下図参照）、全てをまとめる同愛会のロゴマークはまだありません。令和3年に博愛病院が創立100周年を迎えることを記念して、同愛会のロゴマークデザインを皆さまから広く募集します。

■ロゴマークイメージ

「あなたの健康、みんなの幸せ」

こどもから高齢者までみんなが健康で住みやすい地域社会の実現

1. 応募資格 一般公募（年齢、プロ・アマ不問）

2. 応募期間 令和3年3月8日～5月31日・24時必着

3. 賞 最優秀賞…1点（10万円）・佳作…若干

※令和3年10月3日、博愛病院創立100周年記念式典において表彰予定。

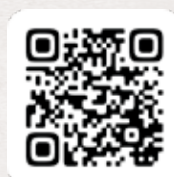
【お問い合わせ先】

社会医療法人同愛会 博愛病院

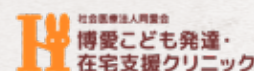
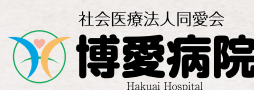
創立100周年記念事業プロジェクトチーム

〒6003-0053 鳥取県米子市西三柳10000

E-mail: logo@hakuai-hp.jp ※メールで問い合わせください。



※詳細は、こちらから



看護師ユニフォーム変更

令和3年4月1日より看護師のユニフォームが変わりました。業務の効率化を図るためにユニフォームを日勤用と夜勤用と変えて着用します。



日勤 看護師



夜勤 看護師

健康+講話

LECTURE ABOUT HEALTH

ストレスためていませんか？



～今の状態を確認することがストレス対応の最初の一步～

①ストレスを知ろう

ストレスの種類：ストレスには2つの種類があります

外的ストレス	内的ストレス
肉体的ストレス ：病気、けがなど 環境的ストレス ：騒音、ほこり、パソコンなど 物理的ストレス ：暑さ、寒さ、紫外線など 化学的ストレス ：食品添加物、お酒、たばこなど 生物学的ストレス ：ウイルス、細菌、花粉など	食事 ：食べすぎ、小食、偏食、栄養不足など 運動 ：運動不足、はげしい運動、悪い姿勢など 睡眠 ：睡眠不足、寝すぎ、不規則な睡眠時間など 生活 ：夜更かし、不規則な生活など その他 ：第二次性徴、月経、妊娠など

ストレスの症状：ストレスの現れ方は3つに分かれています

精神的な症状	行動面での症状	身体的な症状
緊張する、不安になる。 落ち込む、自分を責める。 やる気が起きない、気力がでない。 いろんなことが負担に感じる。 落ち着かない。 漠然とした不安を感じる。 遠くへ行きたいと思う。 物忘れがひどくなる。 など 	引きこもり、出社拒否、不登校。 拒食、過食、異常なダイエット。 コーヒーなど嗜好飲料の増加。 依存性(お酒、たばこ、ゲームなど)が高まる。 突然怒る、泣きわめく。 衝動買い。 自分自身を傷つける。 など 	肩こり、首こり、腰痛 偏頭痛、めまい、耳鳴り 下痢、便秘、食欲不振、吐き気 緊張性の発汗、ほてり、のぼせ 神経性の頻尿、夜尿症 皮膚のかゆみ、じんましん 肌荒れ、湿疹、口内炎、ヘルペス 喘息、神経性の咳 心因性過食症 慢性疲労症候群 など ※ストレス以外が原因の場合あり

②ストレス解消法

間違ったストレス解消法

ギャンブル、タバコ、アルコール、やけ食い、テレビゲーム、ネットサーフィンなど

正しいストレス解消法

エクササイズ

短期的にストレスをやわらげる。



瞑想

血圧を下げてストレスホルモンを減らし、ネガティブな感情を消してくれる。



読書

ストレスが70%程度削減されると言われる。読む本は自分が好きなものならOK。



音楽

テンポの遅い音楽を聞くだけで心拍数と血圧が下がり、ストレスホルモンのレベルが下がる。

散歩

ストレスを30%程下げると言われる。自然のなかを歩くとストレスレベルも急激に下がる。

友人や家族と過ごす

友人や家族の仲が良いと自尊心と安心感が高くなり、ストレスレベルが下がる。



マッサージ

90分のマッサージを受けると心拍数やストレスホルモンのレベルが下がる。



お祈り

お祈りや宗教的儀式(神社やお寺、お墓のお参り)にも、ストレス解消の効果がある。

ストレスのない人は、ほとんどいないと言われます。まずは、自分のストレスに気づいてください。正しい気分転換を実践して、ストレスをためないようにしましょう。

博愛病院 外来診療担当医師 一覧表

令和3年4月1日現在

診療科目		月	火	水	木	金	
内科	午前診	1 診	ペースメーカー外来 田中 保則 (循環器)	田中 保則 (循環器)	●鳥大医師 (循環器)	田中 保則 (循環器)	田中 保則 (循環器)
		2 診	長谷川 隆 (消化器)	浜本 哲郎 (消化器)	長谷川 隆 (消化器)	河村 知彦 (消化器)	浜本 哲郎 (消化器)
		3 診	足立 晶子 (脳神経内科)	●鳥大医師 (脳神経内科)	足立 晶子 (脳神経内科)	安井 建一 (脳神経内科)	安井 建一 (脳神経内科)
		4 診		松本 栄二 (肝臓)	堀 立明 (肝臓)	松本 栄二 (肝臓)	堀 立明 (肝臓)
		5 診	竹内 龍男 (糖尿病)	竹内 龍男 (糖尿病)	藤岡 洋平 (糖尿病)	竹内 龍男 (糖尿病)	藤岡 洋平 (糖尿病)
		6 診	山本 司生 (呼吸器)	●鳥大医師 (呼吸器)	西井 静香 (呼吸器)	山本 司生 (呼吸器)	西井 静香 (呼吸器)
		7 診	榎田 豊 (総合診療内科)	榎田 豊 (総合診療内科)	重白 啓司 (総合診療内科)	●鳥大医師(第1,3,5) (総合診療内科・血液内科)	重白 啓司 (総合診療内科)
		8 診	岸本 幸廣 (消化器)				岸本 幸廣 (消化器)
	禁煙外来	榎田/重白/山本司/西井(14時-) 交代					
	午後診	予約再来					
小児科	小児リハビリテーション (13時30分~14時30分)	●博愛こども発達・在宅 支援クリニック医師	●博愛こども発達・在宅 支援クリニック医師		●博愛こども発達・在宅 支援クリニック医師	●博愛こども発達・在宅 支援クリニック医師	
外科	午前診	1 診	竹本 大樹	山根 成之	近藤/竹本/山根 交代	竹本 大樹	山根 成之
		3 診	近藤 亮	角 賢一	[アミノインテックス外来] 木村 修	近藤 亮	角 賢一
		午後診	予約再来				
		ストーマ外来					
		乳腺専門 外来 ※午後(14時~15時30分)	午前診 午後診	角 賢一	角 賢一	工藤 浩史	工藤 浩史
整形外科	午前診	1 診	根津 明菜	中村 達彦	根津 明菜	中村 達彦	●奥野 誠
		2 診	山本 吉藏	三木 純	●鳥大医師 (診療:9時~)	山本 吉藏	三木 純
		人工関節専門外来	山本 吉藏			山本 吉藏	
	骨粗鬆症専門外来	山本 吉藏	中村 達彦		中村達彦/山本吉藏		
	午後診	予約再来					
リハビリテーション科	午後診	中村 達彦					
産婦人科	午前診	片桐 千恵子	石原 幸一	下雅意 るり	片桐 千恵子	石原 幸一	
	午後診	下雅意 るり	片桐 千恵子	石原 幸一	片桐/石原/下雅意 交代		
	女性内分泌外来・思春期外来 (14時~16時)					片桐千恵子 (予約制)	
泌尿器科	午前診 (受付:11時まで)		●鳥大医師 (診療:9時30分~)		●鳥大医師 (診療:9時30分~)	●宮川 征男	
眼科	午前診 (受付:11時まで・水曜日10時まで)	小松 恵子	小松 恵子	小松 恵子	小松 恵子	小松 恵子	
放射線科	午前	午後	中村 希代志	中村 希代志	中村 希代志	中村希/●鳥大医師	中村 希代志
皮膚科	午後診				●鳥大医師 (診療:14時~)		
ドック健診センター		前田 迪郎	木村 修	前田 迪郎	前田 迪郎	前田 迪郎	
		木村 修	工藤 浩史	工藤 浩史	木村 修	木村 修	

※内科、外科、整形外科の午後は原則、予約再来ですが、救急、紹介患者さんにつきましては従来通り対応しています。

●は非常勤医師です。 各診療科とも、緊急手術等のため休診となる場合もございますので、事前にお電話等でご確認ください。

受付・診療時間	午前	午後
受付時間	8時00分~12時00分まで	14時30分~16時50分まで
診療時間	8時30分より	15時00分より

お問い合わせ
〒683-0853 鳥取県米子市両三柳1880番地
TEL. 0859-29-1100(代)