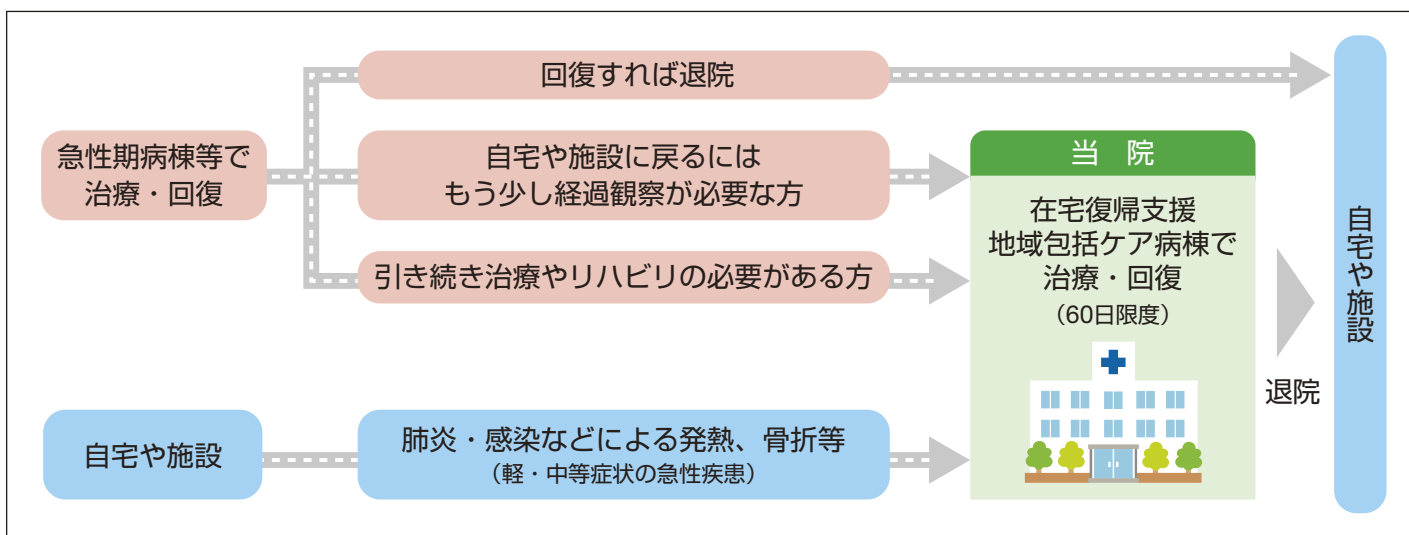




# 明日のなめがた

Tsuchiura Kyodo Hospital Namegata District Medical Center

## 土浦協同病院 なめがた地域医療センター 地域包括ケア病棟について



当院では3月より地域包括ケア病棟を開設し、より地域に密着した医療の提供を目指しております。今回は地域包括ケア病棟においてのリハビリについて、ご紹介いたします。

まず、どんな方がリハビリ対象なの？回復期リハビリ病棟のリハビリとの違いは？について説明したいと思います。

地域包括ケア病棟はご自宅、または自宅に準じた施設への退院を目標とし、急性期病棟で初期治療を終えた患者様が対象になります。回復期病棟では治療が一段落し、リハビリを「しっかりと」「じっくり」行って退院を目指すことが主になります。一方、地域包括ケア病棟では「もう少しリハビリをして帰りたい」「在宅環境が整うまで入院が必要」など、様々な目的で利用ができます。そのため、利用する患者様それぞれに合わせてリハビリ目標になります。対象となる疾患については特に決まったものではありません。医師がリハビリを必要と判断すればどのような疾患でも対象となることも地域包

括ケア病棟の特徴です。ただし、入院期間は回復期病棟よりも短く、最大でも約2ヶ月なので注意が必要です。

リハビリの内容については回復期や急性期で提供されるものと変わりはありませんので安心してご利用いただけます。

現在行っている取り組みを紹介いたします。療法士3名による体操教室を行い、運動指導の観点から患者様にアドバイスする機会を設けています。病棟での1日の生活の中にリハビリスタッフが積極的に関わっていきけるよう頑張っています。

地域包括ケア病棟は開設されたばかりであり、どのようなリハビリが地域の皆様に必要なとされているのか手さぐりの状態です。今後はリハビリスタッフも患者様の入院生活がより充実したものになるよう、さまざまな取り組みを考えていきたいと思っております。そして、地域に根差したりハビリを提供できるよう頑張りたいと思っております。

リハビリテーション部

### 車椅子を寄贈いただきました

茨城県グラウンド・ゴルフ協会（山崎常枝会長）から、当院を利用する患者様に利用して頂きたいと「車椅子10台」を寄贈いただきました。

高齢者が多いため、有効に活用させていただきます。  
平成30年5月28日に当院にて寄贈式が行われました。



# 白内障と緑内障の 同時手術のお知らせ

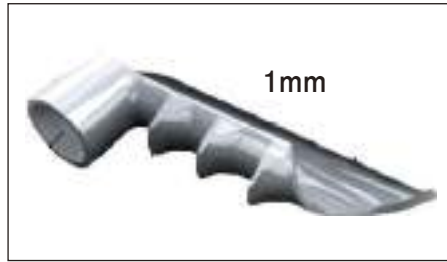
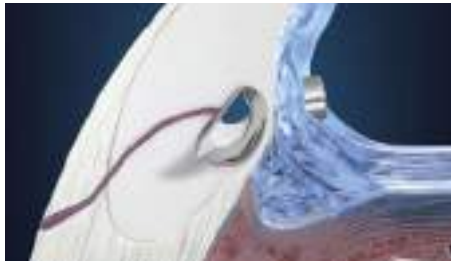
近年、緑内障の治療用に眼球の中やその周囲に人工物を埋め込む治療が行われています。より小さなチタン製の「iStent（アイステント）」というインプラントを目の中に埋め込む緑内障の治療が厚生労働省から認可されました。

・「アイステント」は長さ1mmのチタン製インプラントです。中が空洞になっています（下図）。

・眼球の壁の隅角と呼ばれる黒目と白目の境目に設置されます。

・「アイステント」が機能すれば、目の中の水の流れが改善し、眼圧が低下、安定することが期待されます。手術後に眼圧が下がること、緑内障治療用の点眼薬の数を減らせる可能性があります。

・【適応と作用】  
視野障害のある緑内障と白内障がある患者様が対象と



画像は Glaukos corporation より

なります。

・効果は緑内障の目薬1種類を毎日点眼しているのと同程度と報告されています。

・緑内障の手術はいくつか方法がありますが、安全性が高い手術と考えられています。

・適応には、緑内障のタイプや進行度、眼圧などにより、手術適応にならない場合があります。

・日本での手術では、白内障手術と同時手術のみ埋め込み可能です。後日にこのインプラントは使用できません。

・健康保険が適応されます。

・白内障手術で目の中にインプラントされる人工眼内レンズの主流はアクリル素材です。

・詳細は受診の際にお尋ね下さい。



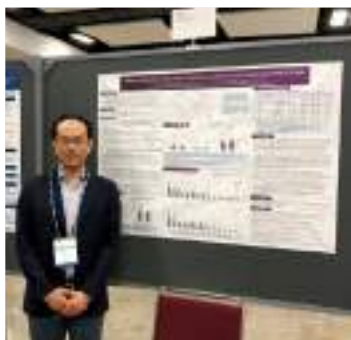
## 学会報告

国際学会参加記 in ハワイ (2018年4月29日~5月3日)

Heart Rhythm Scientific Session 2018 (2018年5月9日~12日)

眼科部長 浅野宏規

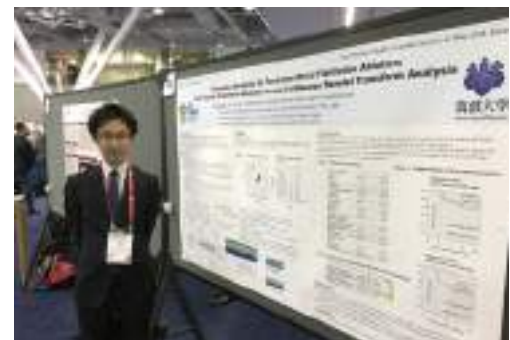
アロハ。ゴールデンウィークは休診ですか？えっ、出張？2018年4月29日~5月3日、ハワイ、ホノルルでのARVO 2018 Annual Meeting（視覚と眼科学研究協会会議）に参加しました。私の発表は、コンタクトレンズを使用している皆様にドライアイの点眼をした安全性と有効性を調べたという内容です。欧米では未発売の点眼薬を用いた研究であり、各国の医師や研究者の方々から質問を受けました。毎年、1万人以上が参加する、眼科分野では世界最大級規模の学会で先端の医療を学び、刺激になりました。



内科科長 木全 啓

2018年5月9日~12日、米国ボストンで開催されました、Heart Rhythm Scientific Session 2018にてポスター発表を行ってきました。ボストンの街はアカデミックで歴史も古く、大変きれいな街でした。

さて、学会では最新の不整脈診療の研究発表や、最新機器展示などがあり、大変刺激になりました。今回は以前勤めていた病院で経験した症例や研究など3題のポスター発表があり、大変でしたが良い経験になったと思います。当院での診療に直接関係のある分野ではないかもしれませんが、リフレッシュすることができましたので、また日々の診療に邁進していけたらと思います。ご協力ありがとうございました。



臨床工学技士は、院内の医療機器のスペシャリスト。医療機器の保守管理・操作を行っています。紙面にて医療機器の少し役に立つお話をします。

臨床工学部

体重計の中には、体脂肪が測定出来る機器も多くみられます。**体重は実測値**で表示しますが、**体脂肪は予測値**で表示されます。

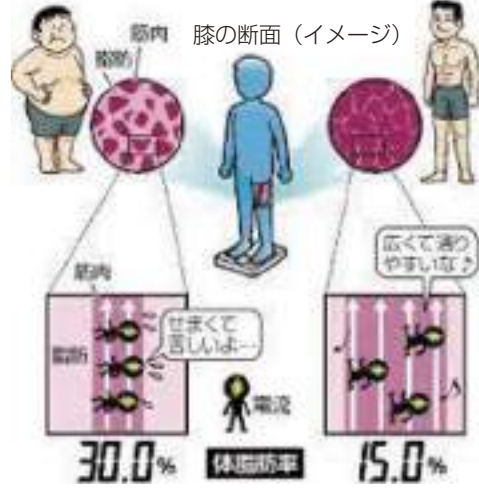
### 食前かつ入浴前がオススメ

起床後、食事後、入浴後は2時間以上経過してから測定してください。



出来るだけ同じ時間帯・同じ状態で測定することで、時間による身体の変化に影響されない測定が行えます。  
測定時は必ず裸状態で、また、なるべく裸に近い状態で測定をオススメします。

### 電流の流れやすさで脂肪の量がわかる



## Question 臨床検査 Q&A

～臨床検査技師に聞いてみよう～  
「夏本番 細菌性食中毒にご用心」

第6回

今回は細菌性食中毒について長峯技師にお聞きします。

### Q. 夏に食中毒が多くなるのはどうしてですか？

A. 食中毒を引き起こす細菌の多くは室温 (20℃) で活発に増殖し始め、ヒトの体温で増殖のスピードが最も早くなります。食中毒は1年を通して発生しますが、梅雨から夏にかけて気温と湿度が高くなると細菌の増殖が活発になることから細菌性食中毒が多くなり注意が必要です。

### Q. 食中毒の原因菌はどのようなものがありますか？

- A. ●腸管出血性大腸菌 (O-157 など)  
【原因食品】牛肉、豚肉など【潜伏期間】4～8日
- カンピロバクター 【原因食品】鶏肉などの肉類【潜伏期間】2～7日
- 腸炎ビブリオ 【原因食品】刺身などの魚介類【潜伏期間】10～24時間
- 黄色ブドウ球菌 【原因食品】おにぎり、サンドイッチなど【潜伏期間】数時間
- サルモネラ菌 【原因食品】食肉、鶏卵など【潜伏期間】6～48時間
- ※サルモネラ菌はペットなどから感染する場合があります。  
※潜伏期間 = 症状を発症するまでの期間

### Q. どうしたら予防できますか？

#### A. 食中毒予防の三原則

- 細菌を付けない：調理前の手洗いや、生肉や生魚、卵などを扱ったあとは手洗いを十分にしましょう。まな板やスポンジ、布巾などは消毒などをして清潔にしましょう。
- 細菌を増やさない：食品の温度管理を徹底しましょう。
- 細菌をやっつける：食品はしっかり加熱しましょう。特に肉類は注意が必要です。

食中毒は飲食店などの外食で発生しているだけでなく家庭でも危険が潜んでいます。家庭における食中毒は、症状が軽かったり、家族のうち全員には症状が出なかったりする場合もあるため、食中毒であると認識されないケースが少なくありません。厚生労働省から「家庭でできる食中毒予防の6つのポイント」がだされていますのでぜひ参考にしてください。

臨床検査部

## 家庭でできる 食中毒予防の6つのポイント

**point 1 食品の購入**

- 消費期限などの表示をチェック
- 肉・魚はそれぞれ分けて包む
- できれば保冷剤 (氷) などと一緒に
- 寄り道しないでまっすぐ帰ろう

**point 2 家庭での保存**

- 帰ったらすぐ冷蔵庫へ!
- 入れるのは7割程度に
- 肉・魚は汁がもれないように包んで保存
- 冷蔵庫は10℃以下に維持
- 冷凍庫は-15℃以下に維持
- 停電中に庫内温度に影響を与える扉の開閉は控えましょう

**point 3 下準備**

- 冷凍食品の解凍は冷蔵庫で
- タオルやふきんは清潔なものに交換
- ゴミはこまめに捨てる
- こまめに手を洗う
- 肉・魚を切ったら洗って熱湯をかけておく
- 井戸水を使っていたら水質に注意
- 肉・魚は生で食べるものから避す
- 野菜もよく洗う
- 包丁などの器具、ふきんは洗って消毒

**point 4 調理**

- 加熱は十分に (めやすは中心部分の温度が75℃以上)
- 台所は清潔に
- 作業前に手を洗う
- 電子レンジを使うときは均一に加熱されるようにする
- 調理を途中で止めたら食品は冷蔵庫へ

**point 5 食事**

- 食事前の手に手を洗う
- 感付ければ清潔な器具、食器を使う
- 長時間室温に放置しない

**point 6 残った食品**

- 時間が経ち過ぎたりちょっとでも怪しいと思ったら、思い切って捨てる
- 作業前に手を洗う
- 手洗い後、清潔な器具、容器で保存
- 温めなおすときは十分に加熱する (めやすは75℃以上)
- 早く冷えるように小分けする

食中毒予防の3原則 食中毒菌を「付けない、増やさない、やっつける」

厚生労働省

