

北成病院季刊広報誌 ほくせい



社会医療法人 延山会
北成病院
HOKUSEI HOSPITAL
広報編集委員会

〒001-0933

札幌市北区新川西 3 条 2 丁目 10-1

新春号

TEL 011-764-3021

FAX 011-764-4331

URL <http://hokusei-hp.or.jp/>



新年のご挨拶



明けましておめでと
うございます。皆様
は良い年をお迎えの事
とお慶び申し上げます。
世界に冠たる長寿国
となった日本ですが、
人口は既に減少へと向
かい、やがて女性の平
均寿命は90年を超え
ると予測され、どの国
も未だ経験したこと
ない高度少子高齢化社
会に入っています。健
康で介助の必要もない
健康寿命と平均寿命に
は、男女とも10歳ほ
どの開きがあるといわ
れています。これは寝
たきりの期間がかなり
あることを示し、今後
健康寿命をいかに延ば
すかという事が大切と
なります。寝たきりの
原因である足腰の機能
低下・脳卒中後遺症・
認知症などは、早くか
らの予防対策が求めら
れます。

ご高齢者は難治性の
病気を複数持っている
事が多く治す医療はも
とより、在宅医療も含
め、支える医療・予防
する医療も重要となり
ます。

医学、医療技術は今後
益々進歩するでしょう
が、何よりも長生きして
良かったと思える社会の
達成も望まれます。

社会医療法人延山会
は、最新医療はもちろん
健康寿命を意識し、今の
時代にあつた信頼される
医療・介護を今後も提供
してまいります。今年も
変わらず北成病院をよろ
しくお願い申し上げます。



延山会理事長

河 口 義 憲



【目次】

新年ご挨拶	1 頁
認知症	2 頁
糖尿病トピックス	3 頁
クリスマス会	3 頁
栄養科の取組み	4 頁

理 念

日々研鑽を積み、全人的対応をもって、良質な医療を提供し、
組織一体となって地域社会に貢献することを目指します。

基 本 方 針

1. 私たちは、医療人としての自覚を常にもち、切磋琢磨してチーム医療を実践します。
2. 私たちは、急性期から慢性期まで、患者様の立場に立ち、真心こめた医療サービスを提供します。
3. 私たちは、患者様の権利と安全を重視し、地域の皆様から信頼される病院づくりを目指します。
4. 私たちは、経営の健全性を高め、安定した病院経営を続けられるよう努力します。

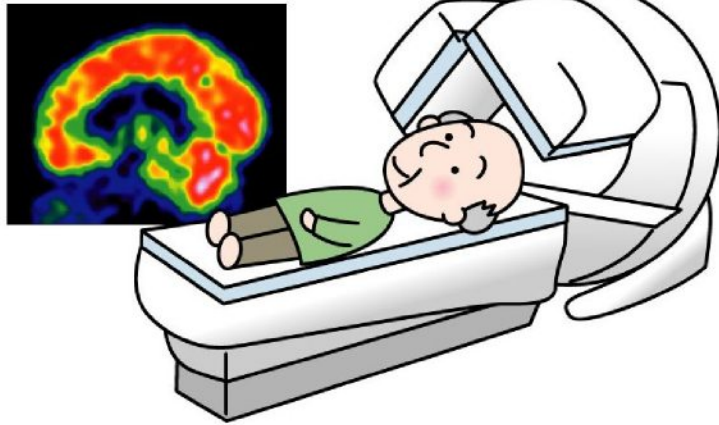
核医学検査で早期診断を...

認知症



療養担当部長 浅野 章

高齢化社会の進展に伴い避けて通れない問題に認知症の問題があります。2010年度で認知症の患者数は250万人、今後2020年には348万人、2030年には420万人にまで増加すると言われています。



アルツハイマー型認知症

認知症にも色々なタイプがありますが、約半数はアルツハイマー型認知症です。現在アルツハイマー型認知症を治療する薬はありませんが、進行を抑制する薬があり早期発見・早期治療が重要です。進行を抑制する事によって、ご家族や介護者の介護負担が軽減される訳です。

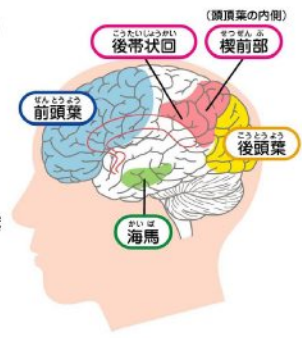
核医学検査とは

さて当院放射線科には核医学検査室があり、CT検査と同様多くの診断を行っています。CTは御存じの方は多いと思いますが、核医学検査はあまりなじみがないと言っている方が多いのではないかと思います。

γ(ガンマ)線という微量の放射線を出すお薬を注射して、その性質によって特定の体内の組織細胞の状態を画像化する検査です。CTは形態を画像化するのですが、核医学検査は組織・臓器・細胞の機能を画像化します。ちなみに医学用の放射線は、半減期(注①)が短い6時間あるは13時間

異常があらわれやすい部分

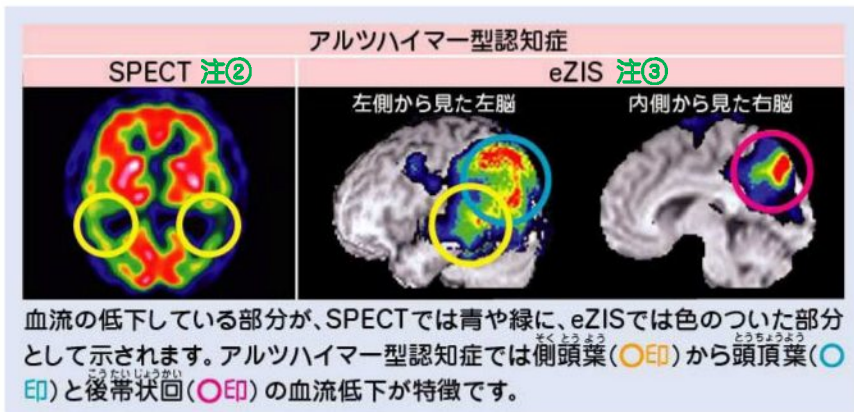
- アルツハイマー型認知症
→海馬、後帯状回、楔前部、頭頂葉
- 脳血管性認知症
→前頭葉を中心に全体
- レビー小体型認知症
→後帯状回、楔前部、頭頂葉、後頭葉
- 前頭側頭型認知症
→前頭葉、側頭葉



のものが頻用され安全です。(原発事故のセシウム137は半減期30年です。)

脳血流について

記憶力低下つまり、物忘れで始まるアルツハイマー型認知症初期では、脳の特定の部位の血流低下が見られます。その血流低下をある特殊な放射線性医薬品を注射する事によって画像化し脳の局所の機能を評価する事が出来ます。下の図がアルツハイマー型認知症の患者の脳血流検査の所見です。



その他の認知症：例えばレビー小体型認知症(幻想・被害妄想、抑うつ症状)や前頭側頭葉型認知症(社会的ルールを無視、同じ言葉や行動を繰返す)なども、この検査では各々特徴的な所見が得られます。

最近物忘れがひどくなってきたと自覚する方や家族の方で物忘れがはげしくて心配という方は一度当院外来担当医までご相談下さい。



※注① 放射線同位体が放射線崩壊して、その内の半分が別の核種に変化するまでの時間。半減期が長ければ当然被曝量は多くなります。

※注② SPECT: γ線をとらえるガンマカメラを回転させて色々な方向から撮影してコンピュータ処理した診断画像

※注③ eZIS: 形態の異なる各個人の脳機能情報を標準脳に合うように変形し、脳形態の個人差をなくした統計学的解析方法

糖尿病教室 トピックス




管理栄養士
鳥羽 充代

第二回 “ 体重管理に役立つ 炭水化物の知識 ”

糖尿病とうまく付き合うコツは普段の血糖を出来るだけ正常範囲にコントロールすることです。3大合併症（眼・腎臓・神経障害）や太い血管の動脈硬化などを予防し進展を阻止することで、健康な人と変わらない寿命や日常生活の質を保つことが期待されます。

血管を維持し良質な血糖コントロールを目指すためには薬や運動療法他、日頃から口にするものが大きく関係しています。体重や血糖・血圧に影響のある市販食品の表示の見方や特徴を知り、賢く利用するとよいでしょう。

体重の正常範囲

病気になる難く健康で生活できる可能性の高い体重の事を標準体重と呼びます。標準体重は治療の目的を達成するために目標となる体重のことです。BMIとは身長から見た体重の割合を示す肥満からやせまでの度合いを見る数値で、BMI22が病気にかかり難いという報告があります。この数値を利用して標準体重を決めます。

体重の管理

目標値は標準体重となります。BMI25以上で、肥満症の場合現体重の5%つまり100kgの方は5kgの減量を最初目標としていきます。達成後は20才の時の体重などを参考に1ヶ月に1kg程度の減量を目指し目標に近づけていきます。脂肪1kg減らすためには約7000kcalの消費が必要です。1ヶ月に1kg体重を落とす



炭水化物について

食品成分表で栄養表示する場合100gから水分・蛋白質・脂質・灰分ミネラル分を除いた残りが炭水化物です。炭水化物は糖質と食物繊維から構成されています。糖質にはブドウ糖や果糖などの単糖類、砂糖や乳糖などの二糖類を合わせた糖類が含まれています。『糖類0』の食品をよく見かけますが、自分にあっているかどうか確認が必要です。

ご飯180gに含まれている炭水化物約60gと同程度の糖質の量を砂糖でとる場合は59.4gとなります。これはジュース500mL1本程度と同じです。

ジュース500ml（200kcal以上）をいままです。本飲む習慣のあった方はその習慣をやめることで血糖コントロールの悪化を防ぎ減量効果が期待できます。



クリスマス会



十月・十一月・十二月生まれの患者様の誕生日を兼ねてクリスマス会を開催しました。今年の職員による出し物は「ジングルベル」を演奏しました。皆さんとても良い表情で、ベルの音色に耳を傾けていました。病室に戻っておやつの時間には、栄養科特製のクリスマス風彩られた「プリンアラモード」を笑顔いっぱい美味しそうに召し上がっていました。



標準体重の求め方

標準体重 (kg)
=身長² (m) ×22



※例えば身長 160cm の人は
1.6×1.6×22≒57kg

標準体重を維持する為に必要なカロリーは、普通の強さの労働の場合標準体重1kgに対し28kcal～30kcalを掛け合わせる

57kg×28～30kcal≒1600kcal

栄養科の取組み

「患者様に季節感を味わっていただくために」

当院は一般病棟と療養病棟があり、中には長期にわたり入院される患者様もいらっしゃいます。栄養科では入院生活でも行事食やカードを通して患者様に季節を感じていただきたいと思います。

栄養科に一昨年から大変器用な栄養士が配属となり、最近行事食に華を添えて提供しています。患者様が季節を味わっていただけるように特別な行事のときには、栄養士が心を込めて一枚ずつポップアップカードを全て手作りで仕上げています。

患者様やご家族からお褒めの言葉を頂けたときにはスタンプ一同行れしく感じ、言葉をかけていただいたご家族にも感謝しております。患者様が喜んでいただけるように続けていきたいと思っております。



↑開院記念日の行事食と鳥が飛び出すカード



↑クリスマスの行事食



↑お正月のカード
フェルトで作った初日の出が飛び出します!!



↑お正月の行事食



↑お正月のミキサー食『寿』



↑お正月のおやつ



編集後記



新年明けましておめでとうございます。一月も半ばを過ぎました。寒さも厳しいなか、みなさまいかがお過ごしでしょうか。

平成26年はスポーツ観戦の年になりそうです。2月にはロシアのソチで冬季オリンピックが開催されます。また6月には南米ブラジルにてサッカーのワールドカップも開かれます。ジャパンのユニホームを着た選手が活躍すれば各種競技の応援にも熱が入ることでしょう。スポーツの応援をとおして国全体が「がんばれ日本!」と一致団結して燃え上がります。

燃え上がるといえば今年の干支は甲午(きのえうま)です。午は爆発力強い火のエネルギーの五行という意味もあるそうです。まだまだ寒い月ですが皆様のご健勝をお祈りします。

(編集委員 小林敏樹)



北成病院概要

- 診療科目：内科・循環器科・呼吸器科・消化器科・放射線科
- 病 床：一般病床 54 床（一般病棟入院基本料 2（10 対 1 入院基本料）療養病床 84 床（療養病棟入院基本料 1）
- 日本医療機能評価機構認定

～ 患者様とご家族の権利～

1. 基本的人権と人格を尊重される権利
2. 思いやりのある、良質な医療を公平に受ける権利
3. 適切な情報提供や十分な説明を受ける権利
4. 納得のもとに、検査や治療を受けるか、受けないかを決定する権利
5. プライバシーを保護される権利
6. 健康であるために情報を求める権利
7. 他の医師に診断を受け、治療法についての意見（セカンドオピニオン）を聞く権利

