



社会保険直方病院だより

はるか

■ 2021年1月発行 社会保険直方病院広報委員会編集

〒822-0024
福岡県直方市須崎町1番1号
電話 (0949) 22-1215 (代表)
HPアドレス <http://www.nogata-hp.jp/>

[Haruka]



〔医療理念〕

- 一、患者中心の医療
- 一、医療の質の向上
- 一、地域社会に合った手づくりの医療
- 一、安心と信頼を持たれる病院づくり
- 一、経営の安定と職員満足度の向上

- P 01 院長挨拶
- P 03 ご存知ですか
- P 05 部門紹介
- P 06 健康レシピ
- P 07 外来診療のご案内



令和3年1月10日

新年の ご挨拶



病院長 田中 伸之介

謹賀新年

あけましておめでとうございます。2021年、令和3年、丑年が始まりました。

「今年は東京オリンピック2020も開催される訳ですから、多大な経済効果が期待されます。医療界にはどのような風が吹くのでしょうか？」・・・これは昨年、年頭挨拶の一節です。

その直後から、日本が、世界が、見えない敵「新型コロナウイルス」の脅威に曝されることになりました。くしくも「医療界にはとんでもない突風が吹き荒れた」こととなります。その状況を誰が予想し得たのでしょうか。

「東京オリンピック」はもちろんのこと、スポーツ界、経済界、旅行業界、飲食業界など、ほぼすべての業界で主要イベントは遍く中止となり、大小公私を問わず経済活動や人的交流は劇的に制限、抑制されました。当然のことながら医療界も大きなダメージを負うことになりました。最前線の医療スタッフは多忙で危険な激務に疲弊し、病院経営は受診抑制や風評被害で大きく落ち込みました。昨年春先には日々刻々と報道されるクルーズ船「ダイヤモンド・プリンセス号」の船内状況や新型コロナ患者受け入れ病院の壮絶な現場映像が国民を震え上がらせました。その後一旦、収束傾向を示したものの、昨夏には第2波が、昨年末からは第3波が襲来し、ウィルス変異も次々と確認され、新年早々福岡を含めた全国の主要都市圏に再度の「緊急事態宣言」が発せられました。この原稿が皆様の目に留まる頃にはどのような状況になっているのか大変不安です。

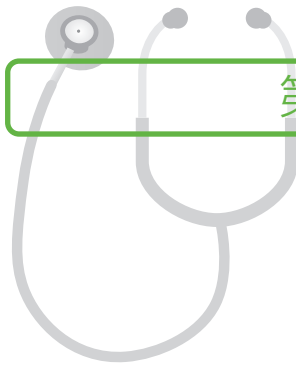
こうした厳しい状況の中、昨年春に当院を運営する「福岡県社会保険医療協会」のガバナンス改革が行われました。当院では昨年夏に「2025年問題」を見据えた病床機能転換を行い、地域包括ケア病棟を一部縮小し、新たに回復期リハビリテーション病棟を開設しました。「急性期医療から回復期医療まで」、以前にも増してより一層地域に貢献できる医療体制が整備できたと思っております。感染症対策と病床機能転換、二つの命題のため奮闘努力いただきました職員の皆様、ならびにご理解とご支援をいただきました周辺医療機関の皆様、患者様に改めて御礼申し上げます。ありがとうございました。

さて、令和3年「丑年」の医療界はどのような年になるのでしょうか? 「牛歩」よろしく、じっくりと着実に歩を進めることも重要ですが、早急で迅速な更なる「新型コロナ」対策が望まれるところです。従来からの「3密回避」で未知のウィルスを「持ち込まない、持ち込ませない、クラスター化させない」に加えて、年明け早々に開始予定の「ワクチン接種」効果で、一日も早い終息を祈るばかりです。

感染症対策に力を注ぎつつ、地域中核病院として救急医療を含めた従来からの「急性期医療」も継続していかなくてはなりませんし、さらには新夏スタートした「回復期医療」の充実にも力を注がねばなりません。大変ですがやり甲斐も感じます。幸い回復期リハビリテーション病棟は開設以来、整形外科手術後や脳血管疾患急性期治療後の患者様を中心にたくさんの方々に利用していただいております、一安心しているところです。

一昨年より問題提起されている「医師の働き方改革」を厳守しながら、多様性に富む医療を効率的に提供することは簡単ではありませんが、さまざまなご意見に耳を傾けながら、急性期から回復期まで、「自分達がやりたい医療」と「地域住民から求められる医療」の双方を实践すべく職員一同頑張っております。どうぞ、皆様にはご支援とご理解のほど、よろしくお願い申し上げます。





第32回ご存知ですか？

糖尿病

(2型糖尿病を中心に)

糖尿病・内分泌内科医長 杉本薫先生

..... はじめに

2型糖尿病とは、多くの場合、糖尿病を発症しやすい遺伝的背景を持っている人に、過食、運動不足などの生活習慣、肥満などの要因が加わって発症に至るとされています。

高血糖の要因として、膵β細胞の機能不全が進行して生じるインスリン分泌不全、筋肉、脂肪組織への糖の取り込み低下により生じるインスリン抵抗性、膵α細胞からのグルカゴン過剰分泌により生じる肝臓における糖産生亢進が挙げられます。

この糖尿病の治療の目標は、健康な人と変わらない日常生活の質の維持や健康な人と変わらない寿命を確保することにあります。それには糖尿病細小血管症および動脈硬化性疾患の発症・進展の阻止を行うことが必要で、血糖・体重・血圧・血清脂質の良好なコントロール状態を維持することが求められております。さらにそれを達成するにあたって肥満を助長しないこと、高齢者でも安全におこなえることが必須であるということです。

..... 診 断

糖尿病を検査する血糖値の種類は「空腹時血糖値」「75gブドウ糖負荷試験2時間値」「随時血糖値」「HbA1c」等があります。

「空腹時血糖値」は食事から10時間以上あけて測定するもので、一般には、朝、食事前に採血します。

「75gブドウ糖負荷試験2時間値」は75gのブドウ糖を飲んで、その2時間後に採血することで、食後高血糖を確認します。

「随時血糖値」は食事の時間とは関係なく採血して測定した値です。

「HbA1c」は過去の約2カ月の血糖値の平均を反映する指標です。

これらの検査値を組み合わせ、糖尿病かどうかを診断し、かつ治療をするときの指標とします。

HbA1cは血糖コントロールの大事な指標ですが、あくまで約2カ月間の平均血糖値を示しているので、1日の血糖値の変動をとらえることができません。主治医の先生と、空腹時血糖だけでなく、食後の血糖値をも、しっかりと確認していくようにしましょう。

合併症

基本的に糖尿病は、とくに食後高血糖のみの初期の段階では、これといった自覚症状がみられません。

しかし症状が出ないからといって、食後高血糖を改善せず放置していると、やがては、空腹時になっても血糖値が高いままの状態が続き、糖尿病がさらに進行していきます。そして、生活の質を著しく低下させたり、命を脅かしたりする様々な合併症が起こってくるのです。

糖尿病の合併症には、高血糖に長い間さらされることで細い血管が傷つけられておこる「細小血管症」と、太い血管の障害、つまり動脈硬化によっておこる「大血管症」があります。

細い血管の合併症は、糖尿病の三大合併症とも呼ばれます。

そして、動脈硬化などによって発症する「心筋梗塞」や「脳梗塞」は、突然死につながる深刻な合併症です。

糖尿病の三大合併症は、次の3つです。

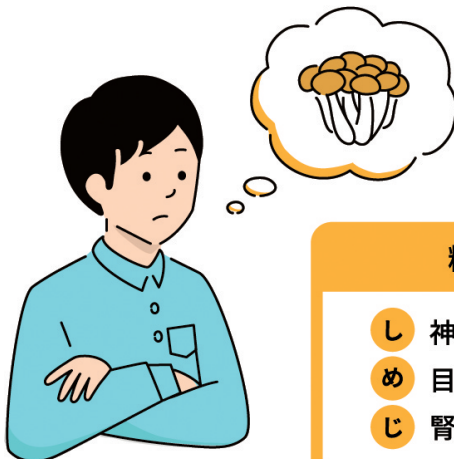
三大合併症

「**糖尿病腎症**」は、腎臓の血管が障害されて、進行すれば人工透析が必要な状態となってしまう。

「**糖尿病網膜症**」は、目の血管が障害されて、視力が低下し、日本人の失明原因の第2位となっています。

「**糖尿病神経障害**」は、進行すると温度や痛みを感じにくくなり、やけどやひいては足壊疽に至る1つの原因となっています。また自律神経障害も発症し、便秘や立ちくらみの原因となります。

糖尿病の3大合併症はしめじ？



糖尿病の3大合併症は神経の障害、目の障害、腎臓の障害、それぞれの最初の文字をとって、「しめじ」と覚えましょう。

糖尿病の3大合併症

- し 神経の障害：糖尿病神経障害
- め 目の障害：糖尿病網膜症
- じ 腎臓の障害：糖尿病腎症

..... 治 療

このようにして、糖尿病と診断されたら、合併症を予防し、健康な人と変わらない生活の質と寿命を維持するために、血糖の良好なコントロールをめざし、治療を開始します。

血糖コントロールの指標には、HbA1c や血糖値が用いられ、患者さん個々の状態に応じて、目標値が決められます。その目標値をめざして食事療法、運動療法、薬物療法を組み合わせ、糖尿病を治療していきます。

糖尿病治療では、血糖コントロールの指標として HbA1c 値が重視され、これによって主要な判定を行います。

合併症予防のための HbA1c コントロール目標値は、7.0% 未満（NGSP 値）となっています。

糖尿病を治療して合併症を阻止して、健康寿命の確保に努めましょう。

部門紹介

ケアプランセンター

ケアプランセンターでは、介護保険サービスなどの手続きや、ご自宅などで暮らしたいと希望される介護を必要とされる方が、安心して暮らせるように、地域や医療・福祉と連携をとり、ご本人の自立を支援しながら出来るだけ長く望まれる生活ができるようにお手伝いをさせて頂いています。

ご不安に思われることがありましたら、いつでも起こし下さい。お待ちしております。





栄養科 管理栄養士 片岡

今回は牡蠣を使った料理を紹介します。

牡蠣は海のミルクと言われるように栄養が豊富です。鉄と造血作用のあるビタミン B12 を併せ持つので、貧血予防に効果的です。また、亜鉛を多く含んでいるのが特徴で、代謝促進、味覚障害予防、免疫力強化、美肌・美髪効果が期待できます。

免疫力アップを目指して、ぜひ、おためしください。

..... 牡蠣のチャウダー



【栄養成分表示】1人分

エネルギー	214Kcal	食塩相当量	1.3g
たんぱく質	8.4g	鉄	1.4mg
脂質	12.1g	亜鉛	7.9mg
炭水化物	16.8g		



【材料】 2人分

かき（加熱用）	100g
ベーコン	1枚
玉ねぎ	1/2玉
人参	1/4本
セロリ	1/4本
パセリ	適宜
オリーブ油	大さじ1/2
小麦粉	大さじ1
白ワイン	大さじ1
コンソメ粉末	1g
牛乳	150cc
塩	ひとつまみ
こしょう	少々



作り方

- ① かきはざるに入れて、塩少々（分量外）を加えた水で洗い、水気を切っておく。
- ② ベーコンは1cm角の色紙切りにし、玉ねぎ・人参・セロリは1cm角、パセリはみじん切りにする。
- ③ 鍋にオリーブ油を熱し、2のベーコンと玉ねぎ・人参・セロリをしんなりするまでよく炒めた後、小麦粉を加えて粉気がなくなるまで炒め、1・白ワインを加えてアルコールが飛んだら水300cc（分量外）とコンソメ粉末を加えて3分程煮る。
- ④ 3に牛乳を加え、塩・こしょうで調味して、ひと煮立ちしたら器に盛って2のパセリを散らす。

社会保険直方病院

外来診療のご案内

TEL0949-22-1215

※受付時間は、8：30～11：30、13：30～16：30 令和3年 1月1日現在
内科（腎臓内科・無呼吸症候群・神経内科除く）は、午後休診。土曜日は、全科休診

（診療科によって受付・診療時間が異なりますので、ご確認ください）

診 療 科	受付時間	月	火	水	木	金	備 考			
一般内科・総合内科	8:30～11:30	坂東 健一郎	日吉 哲也*	加來庸一郎*	奥野 宏晃*	石橋 俊明*	内科診察は原則、午前中のみです。但し、急患はこの限りではありません。専門領域以外の一般内科の診療も致します			
肝臓内科		坂本 茂	坂本 茂		坂本 茂					
消化器内科				向坂 秀人*	内田洋太郎*	土居 雅宗*				
糖尿病・内分泌科		杉本 薫	杉本 薫	有満 啓史* (第1・3・5)	杉本 薫					
				満岡 遼* (第2・4)						
循環器内科		平川 晴久 立田 穂那実	五十住 和彦 荻ノ沢 泰司*	平川 晴久 北野 哲司*	五十住 和彦 立田 穂那実					
	13:30～16:30			五十嵐 友紀*						
脳神経内科	8:30～11:30			成毛 ^(けい) 哲思*						
血液内科	8:30～11:00					中西 司*				
腎臓内科	13:30～16:30		坂東 健一郎		坂東 健一郎					
無呼吸症候群外来					川波 潔*					
物忘れ・認知症外来				福原 康介*						
呼吸器内科		飛野 和則*								
外 科	8:30～11:30	田中 伸之介 兒玉 ^(こ) 利勝 坂牧 仁	田中 伸之介 兒玉 ^(こ) 利勝 森本 光昭	田中 伸之介 兒玉 ^(こ) 利勝 坂牧 仁	田中 伸之介 兒玉 ^(こ) 利勝 森本 光昭	田中 伸之介 兒玉 ^(こ) 利勝 坂牧 仁	午後は手術の為休診となることがあります。			
		整形外科	8:30～11:30 (新患:8:30～11:00)	西田 智	西田 智	古賀 陽一		西田 智	西田 智	午後は手術の為休診となることがあります。
				濱田 大志* (第1・3・5)	古賀 陽一	樋高 由久		古賀 陽一	川崎 展* (第1・3・5)	
西村 春来* (第2・4)	樋高 由久				樋高 由久	山根 宏敏* (第2・4)				
	大友 一* (第2・4)									
骨粗鬆症外来	13:30～16:30		西田 智 (予約のみ)		西田 智 (予約のみ)		紹介の方のみとなります。			
スポーツ整形外来	13:30～16:30			熊谷 ^(くま) 達仁 (第2のみ)						
心臓血管外科	13:30～16:30					松元 崇*	第3金曜午後のみ			
泌尿器科	8:30～11:30	濱崎 隆志	濱崎 隆志	濱崎 隆志	濱崎 隆志	濱崎 隆志	水曜の午後は手術の為休診となることがあります。			
	13:30～16:30			水嶋 唯*						
耳鼻咽喉科	8:30～11:30	鳥谷 ^(とり) 陽一	鳥谷 ^(とり) 陽一	鳥谷 ^(とり) 陽一	鳥谷 ^(とり) 陽一	九大医師*	金曜日午前のみ			
	13:30～16:30									
皮膚科	8:30～11:00			梶田 章恵*		柴山 慶継*				

*は、非常勤医です。

※診察予約の変更は、月曜日～金曜日13：30～16：30（但し、土日祭日は除く）



急患の場合、この限りではありません。ご連絡の上、保険証・診察券をお忘れないうち、気を付けてお越し下さい。 TEL 0949-22-1215

【最寄の交通機関】

JR福北ゆたか線	直方駅より徒歩	約1分
平成筑豊鉄道	直方駅より徒歩	約1分
筑豊電鉄	筑豊直方駅より徒歩	約8分
西鉄バス	西鉄直方バスセンターより徒歩	約1分
JRバス	直方駅バス停より徒歩	約1分