

すまじる長中



第26回 病院祭

新年のご挨拶

病院長 矢尻 洋一



新年あけましておめでとうございます。辰年の今年は、どのような年になるのでしょうか。

当院は、昨年、小規模ではありますが、長岡祭り民謡流しへの参加、10月に病院祭の開催、12月に病院忘年会と、コロナ前の行事を再開してきました。徐々に対面での直接の活動も増え、病棟入院患者様の面会も制限はありますが、可能となりました。しかしながら、引き続き感染状況に十分注意してまいります。加えて当院は昨年12月1日付けで、がんゲノム医療連携病院として施設認定を受けました。がん診療連携拠点病院として、これまで以上にがん診療に注力いたします。

さて昨年の大谷翔平選手はシーズン終盤に右肘の故障がありました。そして大谷選手はその故障した右肘の2回目の手術を決断しました。通常2回目の手術となれば、更にリスクが高くなり、マイナスポイントとなります。しかし、そのハンディを乗り越え、換えてピンチをチャンスに変えて、10年で1000億円以上の史上最高額の契約を獲得しました。その唯一無二の才能と努力はもちろんですが、常に前向きに物事に挑戦する真摯な姿勢と人間的な素晴らしい評価されたのであると思います。

皆様ご存じのとおり、どの分野も働き手、人材不足が顕著で、私達の医療業界でも医師、看護師をはじめとして医療従事者の確保が困難となってきております。そしてこの4月からいよいよ医師の働き方改革が始まります。まさにピンチではありますが、仕事の効率化と多職種の連携を進め、そして働く人を大切にする、働きやすい環境となるように、このピンチを自己変化のチャンスとできるように取り組んで参ります。

そしてこれからも、長岡・中越の地域医療に貢献し、地域の重要な一員として、地域と共に発展していくたいと思っております。

皆様、今年も長岡中央総合病院をよろしくお願い申し上げます。



慢性硬膜下血腫

—手術で物忘れが良くなる病気—

はじめに

今回は脳神経外科のお話をさせて頂きます。地域の皆様にとって「頭の手術は怖い」・「最後にかかるところ」・「手術は長時間だし入院・通院期間も長くかかるらしい」等々マイナスのイメージがあるかと思います。今回お話をさせていただく「慢性硬膜下血腫」は、「発見されれば怖くない病気」「手術・入院・通院ともに短くて済む病気」と考えてよいかと思います。

慢性硬膜下血腫とは

「慢性硬膜下血腫」と長い病名ですが、「慢性」の意味は「ゆっくり大きくなる」です。「硬膜下」は、病気の場所が「頭の骨の内側で硬膜とクモ膜という膜の間」にあることを指します。硬膜とクモ膜は各々、我々の大なる脳を覆い保護している膜です。この二つの膜の間に血液が溜ったものが「血腫」です。血腫は通常高い圧力を持った液体です。この液状の血腫を頭の骨の外に出してあげると病気は治っていきます。液状の血腫を頭の外に出すことを「ドレナージ」といいます。ですから、治療は血腫を頭の骨の内側から外側にドレナージする手術ということになります。

慢性硬膜下血腫の原因と予防について

慢性硬膜下血腫は通常軽微な頭部外傷の後、1～2ヶ月程経つから頭の骨の中に出現します。一昔前は、お酒を毎日多量に飲み頭部打撲の確率が高い中年以降の男性がかかりやすい傾向にありました。近頃は、社会の高齢化に伴い、転びやすいお年寄りが増加し、飲酒歴がなくても、自宅で転倒後しばらく経つてから具合がおかしくなって病院を受診する高齢の患者さんが多いようです。従ってこの病気の予防としては、お酒を控えること、普段から運動して足腰を鍛えて転ばないようにすることが重要です。

慢性硬膜下血腫の症状

典型的な症状は、普段頭痛を訴えたことがない人が頭を痛がる、手に力が入らない・足を引きずるなどの運動マヒの出現、物忘れが多くなる認知症です。血腫が大きくなり症状が進行すると、何となく元気がないという不定愁訴や、ぼーっとしている時間が長いといった意識障害の症状を示すことがあります。

慢性硬膜下血腫の検査と治療

頭部CT検査で診断ができます（写真1）。無症状の場合で血腫が脳を圧迫するほど厚くない場合は、自然に血腫が小さくなることがあります。すぐに手術をせず頭部CT検査で経過観察します。血腫による神経症状があり、頭部CT検査で脳が変形するくらい圧迫されていれば手術治療を受けていただきます。手術は皮膚に局所麻酔をした後に、頭の骨に小さな孔を開け、図1のように、この孔から細いチューブを血腫に入れて高圧の液状成分を取り出します。手術は3～4cmの長さの創で、手術時間も通常20～30分程度で終わります。手術中から脳への圧迫がとれて症状が良くなります。手術後の入院期間も4日程で退院可能です。手術創部の抜糸は退院後1週間位で、通院で済みます。手術治療で約9割の患者さんは、再発なく1～2カ月間で通院治療が終了します。



写真1

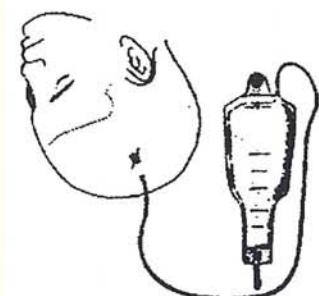


図1

終わりに

この病気は決して怖い病気でなく、高齢者でも手術治療を受けられ、手術で治すことができます。大事なことは、疑わしい症状がみられたら頭部画像検査（CT・MRI）を受けて診断をつけることです。次の文章は、慢性硬膜下血腫の手術を受けた患者さんの典型的な症状経過です。

「お酒が好きで毎日飲んでいる。1か月位前に転んで頭を打った。その後から段々頭が痛くなって、簡単なことも覚えられなくなった。さっき食べた物も思い出せない。家族が自分を認知症だと言っている。手足が思うように動かなくなったり物をこぼしたり歩きづらくなってきた。」

このような症状が出て、まだ医療機関を受診していない場合は、一度病院で画像検査を受けられることをお勧めいたします。

記事担当

脳神経外科部長 加藤 俊一

もっと知りたい！部署のこと

5階東病棟

5階東病棟の主な診療科は循環器内科・血液内科で、病床数は50床です。

主科の他にも多くの科の患者様が入院されます。

治療期間の長い患者様や、繰り返し入院される患者様が多くいらっしゃいます。

循環器内科では心臓カテーテル検査や薬剤治療が主体で、血液内科では化学療法での治療が主体です。

緊急入院となることも多いため、患者様やご家族が混乱せず安心できるよう、丁寧な対応を心がけています。

また、不安が少しでも和らぐように、寄り添いじっくりお話を聴き看護をしています。

看護部の理念、「私だったら、私の家族だったら、どんな看護を受けたいのかを考えて看護を提供する」をいつも念頭に置き、患者様やご家族の想いに寄り添った看護を提供しています。

どの患者様にも退院されるときには、「この病棟に入院してよかった」と思って頂けるよう励んでいます。

5階東病棟 看護師長 稲川美由紀



輸液準備の様子



5東の仲間 素敵な笑顔



血液内科カンファレンス



退院支援カンファレンス

栄養科
ワンポイント
コーナー



冬型栄養失調に注意しましょう

“冬型栄養失調”という言葉を聞いたことがありますか？

冬は体温を下げるようになりますため、夏よりも10%多くのエネルギーを消費すると言われています。そのため、いつも通りの食事をしていても栄養不足になりやすく、様々な身体の不調を引き起こすことがあります。

寒い季節に不足しがちな栄養素とその働きを紹介します。

- ビタミンB群：エネルギーを産生する栄養素（糖質・脂質・たんぱく質）の代謝を助ける働き
豚肉、レバー、うなぎ、まぐろ、あさり、大豆製品など
- マグネシウム：筋肉の収縮、体温・血圧の調整に役立つ働き
納豆、ひじき、ほうれん草、アーモンドなど
- 葉酸：ビタミンB12と共に赤血球の生成を助ける働き
青菜、レバーなど
- 鉄：全身に酸素を運ぶ働き
レバー、あさり、牛肉、まぐろ、かつお、ひじき、ほうれん草など
- ビタミンC：コラーゲン生成への関与、鉄吸収の促進や免疫力の強化に役立つ働き
果物、野菜類など
- 脂質：乾燥の防止、体温を保護する働き
魚、アマニ油、えごま油、オリーブ油、ナツツ類など

気温や湿度の低下から感染症にも注意が必要な季節です。3食規則正しく、バランスの良い食事を心がけることは健康づくりの土台になります。そして、冬型栄養失調にならないためにも、不足しがちな栄養素を積極的に取り入れて寒い冬を元気に過ごしましょう！

記事担当：管理栄養士 小倉 有紀



病院からのお知らせ



【病院の理念】

地域の中核病院として
皆様の健康を守る為
良質で心温まる医療を提供し
予防・保健・福祉活動を
積極的に推進いたします



【患者の権利】

当院では、医療行為が患者さん中心に行われるべきものであると深く認識し、以下の五項目を患者の権利と制定し、これを日常の医療行為の規範とすることを宣言いたします。

1. 個人の尊厳を尊重される権利
2. 良質の医療を平等に受ける権利
3. 十分な説明を受ける権利
4. 自己決定の権利
5. 個人のプライバシーが守られる権利



中央看護専門学校 第66期生戴帽式を開催しました

令和5年10月16日、NCホールにて第66期生44名の戴帽式を開催しました。

戴帽の儀は、病院実習を開始する2年生がナースキャップを戴く儀式です。

近年医療現場では衛生面の観点からナースキャップを廃止していますが、ナイチンゲールの精神を踏襲していくために、戴帽は大切な儀式となっています。



泌尿器科外来の「完全予約制」について

泌尿器科外来では、令和6年1月から「完全予約制」とし、初診及び再来は「予約のある方のみ」の診療とさせていただきます。

「予約のある方のみ」とすることで、待ち時間の短縮をはかり、緊急を要する場合の迅速な対応や、紹介受診重点医療機関として円滑な診療につなげていきたいと考えております。

移行に伴い、初診の方は紹介状と病診連携室経由の事前予約が必要になります。

ご予約がない場合は、後日の診察予約を取らせていただく場合もございますので、あらかじめご了承いただけますようお願いいたします。

また、「予約がある方」で急な症状悪化など、予約外の診察を希望される方は泌尿器科外来までご連絡ください。ご不明な点などがありましたら、泌尿器科外来または病診連携室までお問い合わせください。