

すこやか 3 月号

第 208 号
3 月号

SANDA CITY HOSPITAL PRESS SUKOYAKA



一過性脳虚血発作(TIA)の症状と治療

脳神経外科 医長 岡田 崇志

■日本脳神経外科学会専門医

一過性脳虚血発作 (TIA) とは？

一過性脳虚血発作 (TIA) とは、脳梗塞と同様にさまざまな原因で脳血管の血流が途絶えて出現した麻痺や発語障害などが、詰まった血栓が溶けるなどして血流が再開して脳機能が改善し、短時間で消失するものです。一時的な症状のため、脳細胞への影響はほとんどありません。

TIAは脳梗塞の前兆！

TIAは脳梗塞の前触れ発作として重要で、一般的にはTIAを生じた人の15～20%が、その後3ヵ月以内に脳梗塞を発症し、その半数はTIA発症後24時間以内の早期に生じるとされます。症状が治まったからといってそのまま放っておくのは非常に危険であり、すぐに適切な対応をとることが重要です。

ABCD2 スコアとFAST

TIAと脳梗塞は一心同体ともいえる関係であり、早期発見が最も大切なことは同じです。そのため、TIA患者の脳梗塞発症危険性を評価し、危険性の高い患者を洗い出して、より嚴重な治療を早期に開始しようとの試みが**ABCD2スコア (表参照)**です。各項目の合計点数が高いほど脳梗塞発症の危険性は高くなります。合計点数が高い例は嚴重な管理と治療が必要で、4点以上は入院治療が勧められます。また、**FAST (図参照)** という標語があり、脳卒中防止の啓発活動に用いられています。これは脳卒中 (脳梗塞、脳出血、くも膜下出血) の症状を3つに絞り、早期発見に役立てるために使用されています。ABCD2スコアで示される症状はFASTとほぼ同じです。

まとめ

TIAは脳梗塞という谷底へ落ちかけている「崖っぷち警報」です。そのため、TIA発症の仕組みや病態はさまざまであり原因不明なことも少なくありませんが、症状が回復した後もただ様子を見るのではなく、すぐに専門医療機関を受診し迅速に対応 (各種検査の施行、必要があれば入院) することが重要です。その後も、正しい生活習慣とともに高血圧や糖尿病、高脂血症、心臓病などの脳卒中リスク因子の治療、必要な薬を継続することなども非常に重要です。

表

A (年齢)	60歳以上	1点
B (血圧)	収縮期血圧>140mmHgかつ/または拡張期血圧≥90mmHg	1点
C (臨床症状)	片側脱力 脱力を伴わない発語障害 その他	2点 1点 0点
D (症状持続期間)	60分以上 10～59分 10分未満	2点 1点 0点
D (糖尿病)	糖尿病	1点

図 FASTをチェック！

Face 顔の麻痺

顔の片側が下がる
ゆがみがある

Arm 腕の麻痺

片腕に力が入らない

Speech 発語障害

ことばが出てこない
ろれつが回らない

Time 発症時刻

上記の1つでも症状が出ていれば
脳卒中の可能性大！**脳卒中は治療の遅れが命にかかります！**
発症時刻を確認してすぐに**119番!!**





当院でのお産について

4階東病棟 係長 宿見めぐみ

当院の産科は、市内唯一の分娩施設です。さまざまな職種が一丸となって、安心・安全なお産を皆さんに提供できるよう、下記のような取り組みを行っています。

妊娠期

- ・妊娠中に2回以上、助産師との個別相談の場を設けています。里帰り出産もお受けしています。
- ・助産師外来では、ゆっくりと時間をとって、妊娠生活のアドバイスをさせていただきます。

助産師外来



沐浴指導

分娩・産褥期

- ・自然分娩をモットーにしています。立ち会い出産も歓迎します。
- ・入院中は、母児同室・母乳育児を推奨していますが、産後の疲労も考慮して、柔軟に対応します。
- ・退院までにさまざまな指導を行います。

母児同室



母乳外来



育児期（退院後）

- ・母乳外来では、母乳に関するだけでなく、育児の色々な悩みに、お一人ずつゆっくりと時間をとって対応しています。

マタニティクラス



マタニティヨガ



さまざまなイベント

- ・マタニティクラス、両親学級、マタニティヨガ、いいお産の日イベントなど、さまざまなイベントで、スタッフと妊婦さんがふれあえる場を設けています。

当院のホームページで、お産に関する内容をリニューアルしています！「お産を迎える方へ」のページをぜひご覧ください！（TOP>診療のご案内>産婦人科 から「お産を迎える方へ」のアイコンをクリックしてください）

部署紹介

臨床工学科

臨床工学科 係長 深田 陽平

病院の中には医師や看護師の他にさまざまな医療スタッフが働いています。臨床工学技士もその一つで、医療機器を専門に取り扱う職種です。それでは当院の臨床工学技士の業務を紹介していきたいと思います。

心臓カテーテル室業務

心臓カテーテル室では主に心筋梗塞や狭心症などの検査・治療が行われています。私たちは医師の指示のもと血管内超音波（IVUS）や経皮的心肺補助装置（PCPS）といった治療に必要な医療機器の操作を行っています。また、たくさんのカテーテル物品を管理し、医師、看護師、放射線技師とともに安全なカテーテル検査・治療に務めています。

心臓ペースメーカー管理業務

ペースメーカー手術や外来でペースメーカーの設定確認や電池寿命、作動チェックをしています。また、日常生活での相談や注意点の説明を行っています。

血液浄化療法業務

血液浄化療法とは体の中の水分や電解質を調節したり、体にとって不要な物質の除去を行う治療法のことをいいます。最も広く行われている血液透析療法(HD)をはじめとして、持続的血液濾過透析法(CHDF)、血液吸着法(DHP-PMX)、LDL吸着法、血漿交換法(PE)、顆粒球除去法(GMA)、難治性腹水貯留に対する腹水濾過濃縮再静注法(CART)などさまざまな血液浄化に取り組んでいます。

透析室のベッド数は9床で、透析導入が必要な患者さんや検査・治療目的で入院中の慢性維持透析患者さんへ血液透析を行っています。

手術室業務

麻酔器をはじめ、手術支援ロボット「ダヴィンチ」の臨床支援や内視鏡関連機器などの医療機器の保守点検や修理、トラブル対応を行っています。

医療機器管理業務

院内全体で使用する機器を一元管理し、購入から点検、トラブル対応、修理、廃棄、運用方法に至るまで医療スタッフが安全に使用できるように務めています。また、定期的に医療機器の全体研修や、各病棟や経験年数に合わせた勉強会も行っています。

臨床工学技士はあまり耳にしない職種かもしれませんが、医療の進歩に伴って、医療機器の高度化・複雑化が進んでいく中で、ますますその活躍が期待されています。



臨床工学科スタッフ



心臓カテーテル室業務



医療機器管理業務

CLOSE UP

クローズアップ

ロコモティブシンドローム
の判定と予防

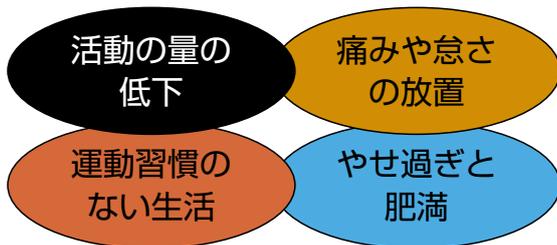
リハビリテーション科 成瀬 由季子

ロコモティブシンドロームとは

ロコモティブシンドローム（略称：ロコモ）とは骨、関節、椎間板、筋肉といった運動器のいずれか、あるいは複数に障害が起こり、「立つ」、「歩く」といった機能が低下している状態をいいます。進行すると日常生活にも支障が生じ、介護が必要になるリスクが高くなります。

運動器の健康を維持するために

ロコモに関連する要因や症状に心あたりはありませんか？下図のような症状をそのままにしておくと、変形性関節症や骨折など、より重篤な疾患につながり、その結果さらに外出が億劫になり、移動機能が衰えていきます。健康なうちからも運動や食事などの生活習慣



ロコモに関連する要因・症状

を見直し、痛みや怠さに対しては医療機関を受診しましょう。

ロコチェック

ロコモティブシンドロームに気づくために行うのが、「ロコチェック」です。無理に試すと転倒や骨折などにつながることもあるため、実際には行わず毎日の生活を思い出しながらチェックをしましょう。

- 家の中でつまづいたり滑ったりする
- 階段を上がるのに手すりが必要である
- 15分くらいかけて続けて歩くことができない
- 横断歩道を青信号で渡りきれない
- 片脚立ちで靴下がはけない
- 2kg程度の買い物をして持ち帰るのが困難である（1Lの牛乳パック2個程度）
- 家のやや重い仕事が困難である（掃除機の使用、布団の上げ下ろしなど）

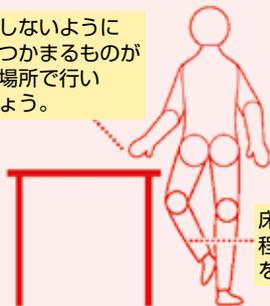
7つの項目のうち一つでも当てはまればロコモの危険性があります。今日から以下のロコモーショントレーニング（ロコトレ）を始めましょう。

からだ全体の働きをよくするトレーニング「ロコモーショントレーニング」略して「ロコトレ」

① バランス能力をつけるロコトレ

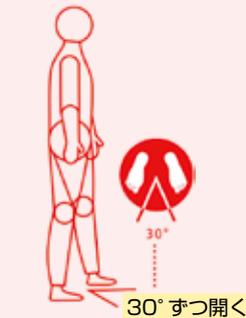
「片脚立ち」

転倒しないように必ずつかまるものがある場所で行いましょう。



床につかない程度に、片脚を上げます。

- ・姿勢をまっすぐにして行うようにしましょう。
- ・支えが必要な人は十分注意して、机に手や指をつけて行います。
- ・指をついただけでもできる方は、机に指先をつけて行います。



30° ずつ開く

肩幅より少し広めに足を広げて立ちます。つま先は30度くらい開きます。

② 下肢筋力をつけるロコトレ

「スクワット」



膝が出ないように注意

膝がつま先より前に出ないように、また膝が足の人差し指の方向に向くよう注意して、おしりを後ろに引くように身体を沈めます。

スクワットができないときは、イスに腰かけ、机に手をつけて立ち座りの動作を繰り返します。机に手をつかずにできる場合はかざして行います。

※詳細は「ロコモチャレンジ！」公式WEBサイトをご参照ください。なお、本頁の「ロコトレ」イラストなどは、運用者「ロコモチャレンジ！推進協議会」の許可を得て、前記WEBサイトから転載しています。

医師からのメッセージ

日々の診療に励む医師から、「すこやか」読者の皆さんへのメッセージをお届けします。



すが こ
菅 もも子

- 診療科 消化器内科
- 専門分野 消化管疾患
- 資格 日本内科学会認定内科医
日本内科学会総合内科専門医
日本消化器病学会専門医
日本消化器内視鏡学会専門医

message

主に消化管の早期癌に対する内視鏡治療、炎症性腸疾患の診断・治療、各種検査などを中心に幅広い消化器疾患を扱っています。内視鏡検査は抵抗があるかもしれませんが、なるべく楽な検査を心がけていますのでお気軽にご相談ください。



そが ひでお
曽我 英雄

- 診療科 泌尿器科
- 専門分野 泌尿器腫瘍
- 資格 日本泌尿器科学会専門医
日本泌尿器科学会指導医
日本がん治療認定医機構がん治療認定医
日本泌尿器内視鏡学会代議員

message

はやいもので、赴任して4年になります。十数年前にも三田市民病院に半年間の勤務があり、その頃に治療に携わらせていただいた方のお元気な姿を今回の赴任当初に見ることができ、うれしく思ったのがつい最近のような気がします。これからもよろしくお願ひします。



地元FM局（ハニーFM）出演と市民公開講座出講

市民病院では、さまざまな方法で病気や診療活動への理解が深まる医療情報を発信しています。

平成31年1月には、21日に放送された地元FM局ハニーFM（82.2MHz）の「さんだ 学び・子育て情報局」に産婦人科の佐藤医員が出演し、①三田市民病院は市内で唯一お産が可能な医療機関であること、②総合病院である市民病院でのお産のメリット（他科との連携、多職種のサポート）、③感染症への注意などについてわかりやすく話しました。番組の音声と内容は、三田市ホームページに掲載していますので、ぜひご確認ください（「さんだ 学び・子育て情報局」で検索できます）。

また、2月14日には、総合福祉保健センターで開催された市民公開講座で、角田副院長（整形外科）が「骨粗しょう症とその予防について～元気で過ごすために～」と題して、骨粗しょう症についての多様な知見を話しました。参加した約70人は、現場の医師が語る臨場感に富んだ話に興味深く聞き入っていました。



「さんだ 学び・子育て情報局」
出演の佐藤医員



角田副院長による
市民公開講座の様子

近隣医療機関のご紹介

市民病院は地域医療連携を推進します。かかりつけ医を持ちましょう！



かみはらペインクリニック

神原 政仁 院長

当院は平成28年9月に三田市初のペインクリニック専門医院として開院いたしました。ペインクリニックとは、「痛み」を専門的な知識と技術を用いて治療する診療科です。具体的には、頰椎・腰椎などの脊椎が原因の痛み、帯状疱疹に関連する痛み、頭痛などの患者さんを多く診療しております。薬による治療も行っておりますが、神経ブロックという、神経や神経の近くにする注射による治療を行っていることが特徴です。注射というと、かなり痛い治療のように思われるかもしれませんが、できる限り細い針を用いて行っておりますので、それほど痛くなかったという患者さんが多いです。今までの内服薬や外用薬で効果のない患者さんやできる限り早く痛みを軽減させたい患者さんは是非一度ご相談ください。



〒669-1541 三田市貴志141-1

電話：079-564-1715

診察科目：ペインクリニック内科、リハビリテーション科、麻酔科

予約優先制：電話・ホームページで予約できます

休診日：木曜・日曜・祝日、水曜・土曜日の午後

HP：「三田市 かみはらペインクリニック」で検索してください

受付時間 午前：9:00～11:30 午後：3:30～6:00

	月	火	水	木	金	土
午前	○	○	○	×	○	○
午後	○	○	×	×	○	×

もりした小児科

森下 順彦 院長

平成8年（1996年）に国立療養所兵庫中央病院を退職後、JR新三田駅前が開業しました。兵庫県立のじぎく療育センターに在職していた約30年前、医療は病気の診断と治療に重点が置かれ、家族の立場からの声を受け止める場は少なく、資金面の支援も、同じ病気を語り合う場所もありませんでした。そのため、難病・重度障害、白血病、糖尿病などの疾患で神戸大学・県立こども病院・のじぎく療育センターで診療を受けるこどもの親御さんを中心に、神戸市北区の民家（2ヵ所）や西区などで毎月一回茶話会を始めました。その小さな会を母体としてその後、立派な組織や施設が生まれました。このような経験を活かし、こどもを取り巻く状況について医療、福祉、教育の側面から情報提供できると思います。今後は多様な悩みに応えるために、家族・こども及び社会と関わりを持つ診療の場を作りたいと考えています。



〒669-1313 三田市福島148-1 3F

電話：079-567-4188 診察科目：小児科

休診日：日曜・祝日、火曜・水曜・土曜日の午後

金曜日の午後は予防接種のみ（午後3時30分～6時）

HP：<http://morishita.medicop.ne.jp/>

診療時間 午前：9:00～12:30 午後：4:00～6:30

	月	火	水	木	金	土
午前	○	○	○	○	○	○
午後	○	×	×	○	○	×

予防接種
3:30～6:00

編集後記

3月1日から14日まで東大寺二月堂では修二会が行われます。「お水取り」「お松明」とも呼ばれるこの行事が終わると春の気配がいっそう強くなると感じます。一方で朝晩や日にちごとの寒暖差が大きい時候ですので、体調に留意して本格的な春を待ちましょう。

すこやか(第208号)
平成31年3月発行

【編集・発行】
三田市民病院
学術広報推進委員会

 **三田市民病院**

〒669-1321 三田市けやき台3丁目1番地1
TEL.079-565-8000 (代表)
FAX.079-565-8011
<http://www.hospital.sanda.hyogo.jp/>