

2017

Vol.31

8月10日

花水木

ハナミズキ

Kawaguchi Municipal
Medical Center



特集

認知症の症状と予防

p ② ~ p ③

目次

- p ④ 病院の取り組み：看護週間—看護の心を伝えるために—
- p ⑤ KMMC Report：病院周辺の清掃活動に寄せて
- p ⑥ 部署紹介：産婦人科
- p ⑦ KMMC Report：七夕コンサート
- p ⑦ 医師の交代のおしらせ
- p ⑧ 四季の移ろい：見守り方
- p ⑧ ミニギャラリー3ヵ月

川口市立医療センター
イメージキャラクター
「みみたース」



基本理念

市民に信頼され、安全で質の高い医療を提供します

認知症の症状と予防

神経内科部長 荒木 俊彦

認知症は、誰もがなる可能性がある病気です。厚生労働省の認知症に関する調査結果によると、65歳以上の高齢者人口3079万人（2012年）のうち15%が認知症と診断され、85歳以上に限れば、実に40%以上の方が認知症であるとされました。認知症についてわかりやすく説明してみましょう。

「認知症」とは？「加齢によるもの忘れ」との違い

認知症とは、正常に発達した人間の知能が、その後脳に障害を起こして、持続的に低下した状態です。加齢による物忘れは記憶の帯はつながっているものの、ポイント、ポイントを忘れるもので、ヒントがあれば思い出せます。例えば、食事の献立が思い出せない、外出先で誰と会ったかを忘れるといったたぐいのものです。一方、認知症は記憶の流れのなかで、ある体験したこと自体を丸々忘れてしまうもので、ヒントがあっても思い出せません。例えば、食事したこと自体を忘れる、外出したこと自体を忘れるといったものです。

認知症の症状

認知症の症状には、ほとんどの方に出現する症状（中核症状）と、環境次第で出現したり、しなかったりする症状（周辺症状）があります。

【中核症状】

- 同じ話や質問を繰り返す
- 数分前の出来事を思い出せない
- 料理の手順や味付けが今まで通りにできない
- 季節や状況に合った服装を選べない
- 同じ商品を重複して購入する
- 親しい家族の名前を忘れる
- 着替えや入浴を嫌がる
- ひとりで着替えができない
- 家族と他人の区別がつかない

【周辺症状】

- イライラする場面が多くなる
- ささいなことで腹を立てることが多くなる
- いままでの日課をしなくなる
- 誰もいないのに、誰かいると主張する（幻覚）
- 自分のものを誰かに盗まれたと主張する（もの盗られ妄想）
- 無目的に屋外に出て歩き回る（徘徊）

認知症の原因と治療

認知症の原因はいくつかありますが、主要なものは2つあります。ひとつは異常蛋白質が脳神経細胞内に沈着して神経細胞が脱落し、脳が萎縮する変性性認知症で、これは異常蛋白の種類・症状でアルツハイマー型認知症、レビー小体型認知症、前頭側頭型認知症に分類されます。ふたつめは脳梗塞、脳出血、くも膜下出血などの脳血管障害を起こした後に発症する血管性認知症です。それ以外にはヘルペス脳炎などの感染症、脳腫瘍、甲状腺機能低下症や反復する低血糖発作、ビタミンB 1 欠乏によるウェルニッケ脳症、脳の外傷による慢性硬膜下血腫などがあげられます。

アルツハイマー型認知症、レビー小体型認知症、前頭側頭型認知症の3疾患は根本的な治療はありませんが、症状の進行を遅らせる薬の投与や、家族の接し方を変えることで周辺症状を安定させ、日常生活を改善することが期待できます。血管性認知症の多くは基礎に高血圧症、糖尿病、脂質異常症などをしていますが、これらを治療することで症状の進行を遅らせることは可能です。また明らかな疾病が原因の場合は、その疾病の治療で完治・症状の改善が可能です。

認知症の予防

現在認知症の発症予防に効果があると考えられているものには、糖尿病や動脈硬化の予防や治療、適切な運動と体重維持、地中海食などの健康食品（穀類、野菜、果物、豆、魚、オリーブオイルなど）、心理面のサポート、適度な睡眠、禁煙、歯周病の予防や治療、社会活動、認知トレーニングなどが報告されています。つまり中年期から、運動・適切な食事・適度な睡眠・良好な心理状態・禁煙・歯周病の管理を行うことが大切と考えられています。また有酸素運動を行い、日常の食事に気をつけ、楽しい趣味を見つけて生活し、定期的な健康診断を行って病気の早期発見治療を行うことは、認知症のみならず多くの病気の発症進行予防に有効と考えます。

まとめ

認知症は早く発見され、正しく診断されることで、適切な治療が受けられる病気です。家族の方々と生活していて上記の症状に思い当たった時は、ためらわずに早めにかかりつけ医師に相談してみてもいいでしょうか。

参考：認知症「いっしょがいいね」を支えるガイドブック／第一三共株式会社

看護週間—看護の心を伝えるために—

看護部 副看護部長 篠原 久美
NICU 副看護師長 林 珠巨

少子高齢化社会を支えていくには、子どもから高齢者まですべての人々が看護の心・助け合いの心を理解し、行動することが必要です。平成2年、旧厚生省は近代看護を築いたフローレンス・ナイチンゲール誕生の5月12日を「看護の日」と制定し、この日を含む1週間（日～土曜日）を「看護週間」としました。当センターでも、平成7年度から「看護週間」に、「パネル・写真展示」「ふれあい看護体験」「ふれあいコンサート」を行っています。

今年度のパネル写真展示は、4月25日（火）から5月26日（金）まで当センター1階ロビーにて行われました。看護部各部署の他、医事課、薬剤部、検査科、画像センター、臨床栄養科、リハビリテーション科、臨床工学科、総合相談室の紹介も行いました。ポスターは、日頃の業務や看護の様子を写真やイラストを使用し、分かり易い内容にしました。

ふれあい看護体験、ふれあいコンサートは5月12日（金）に行われ、看護体験は参加者5名（17歳から50歳代の女性）が病棟で車椅子での散歩や清潔ケア、新生児のオムツ交換などを看護師と一緒に行いました。「看護というのは、やりがいのある仕事だと知ることが出来た」「車椅子の散歩では安心していただけるように声かけをすることも、看護師の仕事と思いました」「あらためて看護師になりたいと思いました」などの感想が寄せられました。これらの感想から看護を知るきっかけや看護師を目指す参加者の良い体験に繋がったことがうかがえました。

看護職員と音楽ボランティアと一緒に行ったコンサートでは、入院患者さんや外来診察患者さんなど多くの方が聴きに来てくださいました。今後も、看護週間を通して看護の心を伝えていきたいと思っています。





世界禁煙デー

病院周辺の清掃活動に寄せて

総合健診センター センター長 星野 京子

毎年5月31日は、WHOの定めた世界禁煙デーです。当センターでは、例年この日に合わせて病院周辺の清掃活動を行っています。今年は、5月31日当日に職員有志約30人が2班に分かれ清掃活動に励みました。今年もたくさんのごみとともにたばこの吸い殻を回収しました。

日本では世界禁煙デーからの1週間が禁煙週間と定められ、今年のテーマは「2020年、受動喫煙のない社会をめざして～たばこの煙から子ども達を守ろう～」でした。

つい先日、厚生労働省は平成28年国民生活基礎調査の結果、20歳以上の日本人で喫煙する者の割合が19.8%（男性31.1%、女性9.5%）と喫煙者が国民の2割を切ったことを発表しました。性別・年代別に平成13年と比較すると、男女ともに20～29歳の喫煙率の低下が顕著で、男性で平成13年に55.6%だったものが平成28年に31.1%、女性で同じく22.7%が10.2%だったとしています。これからの日本を支える世代にたばこの害がきちんと伝わってきていることを表していると考えられます。2020年の東京オリンピック・パラリンピックを見据え、厚生労働省は受動喫煙防止法成立を目指していますがまだ道半ばです。

当センターは、平成20年のがん対策基本法の施行に伴い敷地内禁煙になりましたが、病院を一步出たところで喫煙する人の姿が少なからず見られます。敷地内禁煙というルールは守るけれども自分がニコチン依存症という病気だということは認めたくないのかもしれないかもしれません。せっかく病院に来たのに禁煙外来の敷居は高いようです。

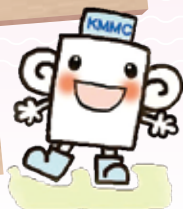
川口市がごみやたばこの吸い殻でよごされない街を目指して、たばこが原因で病気になる人が増えないようこれからも私たちは努力していこうと思います。

禁煙外来では禁煙を目指す方々を大歓迎します。当センターだけでなく最寄りの医療機関の禁煙外来もぜひご利用ください。



産婦人科

部署紹介



産婦人科は大きく分けて周産期部門と婦人科疾患部門の二つで構成されています。

周産期部門は、正常妊娠から切迫早産、前期破水、前置胎盤、多胎妊娠、妊娠高血圧症候群、妊娠糖尿病、胎児発育不全などのハイリスク症例まで診療しています。原則自然分娩で対応していますが、母児の安全確保を最優先としており、必要があれば医学的介入を行っています。1年間の分娩数は600件前後で推移しています。また、当センターは埼玉県から、地域周産期母子医療センターとして認定されており、主に県南部の地区担当として、母体搬送を年間約70～90件受け入れています。新生児集中治療科（NICU）と綿密な連携をとり、妊娠22週以降の早産児（超低出生体重児：出生体重1000g未満）にも対応しています。県内に2か所ある総合周産期母子医療センターに次ぐ実績があります。

一方婦人科疾患部門は、子宮や卵巣などの良性疾患・悪性疾患の診断および治療や、骨盤感染症、異所性妊娠（子宮外妊娠）、卵巣腫瘍茎捻転などの急性疾患を中心に診療しています。外科手術領域

では、低侵襲手術という言葉をよく耳にします。これは、患者さんにとって、従来の手術と比べると、傷が小さく、術後の痛みが少なく、回復が早く（入院期間が短く）、社会復帰が早期にできるような手術です。この低侵襲手術の代表的なものとして、腹腔鏡手術があります。産婦人科領域では卵巣腫瘍、子宮内膜症、子宮筋腫、異所性妊娠などに対して積極的に腹腔鏡手術が行われています。腹腔鏡手術は術後の傷が目立たないという美容的な面から、女性には最適の手術です。当センターでも、良性疾患に対して、可能であれば腹腔鏡手術を行っています。適応は、患者さんの状態や疾患の程度により異なりますので、産婦人科担当医と十分に相談して下さい。

また当科は平成29年4月より医師増員となり、常勤医6名体制（うち女医3名）となり、さらに非常勤医も増えました。これにより外来診療においては、従来は初診時の長い待ち時間が問題となっていました。待ち時間を短縮いたしました。今後も川口市の産婦人科医療を充実できるよう努力いたします。

七夕コンサート

7月6日（木）午後5時から、毎年夏の恒例行事となっている「七夕コンサート」が正面待合ホールで開催され、患者さんやご家族の方々、職員など約200名の聴衆が集まりました。



コンサートは、長年当センターのボランティアコンサートに携わっていただ

ている石井英子さんの進行により、ピアノの伴奏に合わせて、ボランティアの方および職員によるコーラス、テノールの歌唱が披露されました。この日に備えて勤務終了後に練習を重ねてきた職員有志も合唱とハンドベルで参加し、最後は「たなばたさま」を全員で合唱しました。

また、中央待合ホールや正面玄関には笹が置かれ、患者さんやご家族の方々が願いを込めた短冊や彩り豊かな七夕飾りが飾りつけられ、コンサートに華を添えました。



医師の交代のお知らせ

新 任



オオノ ショウ
大野 将

5月1日付
泌尿器科 医長
よろしくお願いし
ます。



クラ テツ
俵 聡

5月1日付
泌尿器科
精一杯頑張ります。
よろしくお願いし
ます。



ミヤモト テツ
宮本 武

6月1日付
精神科
6月から赴任した宮
本です。よろしくお
願い致します。



イトウ ヒデユキ
伊藤 秀之

7月1日付
腎臓内科 医長
どうぞよろしくお
願い致します。



テラウチ マリコ
寺内真理子

7月1日付
小児科 医長
どうぞよろしくお
願いいたします。



ムトウ ユミ
武藤 由美

7月1日付
小児科
地域の小児医療に貢
献できるよう頑張
りたいと思います。



サイトウ ヨウコ
齋藤 洋子

7月1日付
新生児集中治療科
慣れない地で緊張
もありますが、宜し
くお願い致します。



ノグチ ユウスケ
野口 優輔

7月1日付
新生児集中治療科
赤ちゃんの笑顔の
ために精一杯頑張
ります。



シライ ヨシヒロ
白井 祥睦

7月1日付
消化器外科
患者さんに寄り添
う診療を目指しま
す。



ツジサワ ヒロヒコ
辻沢 容彦

7月1日付
整形外科
良き臨床医として地
域医療に貢献でき
るよう頑張ります。

退 任

神田 貴祥
4月30日付
泌尿器科

大崎 公一
5月31日付
精神科 医長

田村 敦
5月31日付
心臓外科 副部長

岡部 匡裕
6月30日付
腎臓内科 医長

竹田 清香
6月30日付
小児科

江本 留奈
6月30日付
小児科

友田 昂宏
6月30日付
新生児集中治療科

山内 泰輔
6月30日付
新生児集中治療科

百瀬 匡亨
6月30日付
消化器外科

四季の移ろい

見守り方

8月、夏まっ盛りである。子どものころは長い夏休みが来ると、何となくのんびりするのと、何があるかわからないワクワク感があったが、今の子どもたちはどうなのだろう。熱中症のリスクが高いので塩分入りの水分をとりなさい、暑い時は日なたに出ず涼しいところに居なさい、など外では活動しにくくなってしまった。公園でもボールを使えない、〇〇してはいけない、など禁止・制限が一杯である。60歳代の自分のように皆でどこかの校庭に潜り込んで野球をしても叱られなかった時代は夢かもしれない。先日「遊び（あそび）は子どもの主食です」という講演を聴いた。「皆で面白く遊ぶ」のを目標に、子どもたちが自主的、主体的に遊ぶのをサポートする大人グループの話であ

る。遊びのやり方や答えは一つではない。遊びの中で予想外のことが起こり、思い通りにいかなくても、子ども同士でやり取りをし、「面白い」に向かって合意形成して遊んでいく子ども、年齢差や身体的なハンディキャップを持つ子どもでも面白くなるような発想をする子ども、つまらないときは、また考え、ルールも作り変えながら遊ぶ子ども、そんな子どもたちの力で、みんなの心が動き、揺らぎ、弾み、それがさらに遊びのエネルギーとなっていくことの例がたくさんあった。なぜか涙が出てきた。どこかにいるゲームばかりの子ども、いや大人も、このようにちゃんと遊んでいたらもっと違うだろうにと思う。夏休みは子どもが一度むけるチャンスだ。我々大人はよい手助けをしたいものだ。

(S)



ミニギャラリー3ヵ月

「和田奈緒美展」では、“細胞”を表現した作品を、参加型の作品など様々な形で展示し、ギャラリーを通りかかった人を喜ばせていました。

「akane個展 Ne-zooといっしょ」では、大きなグルグル耳のネズミの男の子、Ne-zoo（ネズー）のかわいらしいイラストが心を癒してくれました。

「河合悦子展」では、“色”と“隆起”で四季折々を表現した油彩画が、見る人の想像力をかきたてました。

「どの作品もそれぞれの作家の思いが伝わり、温かな気持ちになりました。」という感想がよせられています。

なお、ミニギャラリーの展示内容は医療センターHPでもご覧いただけます。

◆「和田奈緒美展」(5月)◆



◆「akane個展 Ne-zooといっしょ」(6月)◆



◆「河合悦子展」(7月)◆



編集後記

夏の高校野球が始まった。毎年、母校の応援に地方大会から球場に足を運ぶ。久しぶりの顔に会って昔に戻り思い出話に花が咲く。1つでも多く勝ってほしいと願うが県代表は難しい。現役選手の頑張りに声援も心地よい。感動と元気もらえる。今年の優勝はどこ的高校だろうか。暑さ厳しき折、熱中症にご用心を。

発行責任者 川口市立医療センター 大塚 正彦
編集 広報委員会

〒333-0833 川口市西新井宿180

☎048-287-2525(代表)

HP <http://kawaguchi-mm.org>