

# いずみ

【病気のお話】

## 熱性けいれんのお話

- 乳がんは日本人女性が最もかかるがんです ~30代から増え始める乳がん~
- 患者満足度調査結果のご報告
- モニタリングつきのインスリンポンプやっています!!
- 足を見ることから始めましょう
- いずみけいじばん
  - ・ご存じですか!? 筑後市立病院ホームページでも広報誌「いずみ」をご覧ください!
  - ・いずみvol.29新緑号掲載誤りのお詫びと訂正
- ピックアップ
  - ・ねえねえ はね丸くん
  - ・暮らしに活かせる元気のツボ
  - ・きらり☆スタッフ
  - ・美味しく元気に



## 一人でも多くの命を助けよう ~DMAT訓練 P.12~



ご自由にお持ちください



地方独立行政法人  
筑後市立病院

vol.30  
夏号 / 2019

**Present!**  
ソフトドリンク1杯  
無料クーポン付  
裏表紙にソフトドリンククーポンついています  
※院内軽食コーナー(2F)でお食事を注文された方限定

いずみ  
30

いずみ vol.30 2019 夏号 2019年8月発行 発行責任者/地方独立行政法人 筑後市立病院 理事長 大内田昌直 編集担当/経営企画室

## 外来診療の ごあんない

●受付時間 【月~土曜日】8時15分~11時30分(診療開始/8時30分~)  
●休診日 日曜日・祝日・第3土曜日・お盆(8月15日)・年末年始(12月30日~1月3日)  
※ただし、救急患者は随時受け付けています。  
※下記の外来診療医師一覧は2019年7月1日時点のものになります。

診療科	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
新患:内科総合	梶原 雅彦	小野 典之	小野 典之	小野 典之	担当医	担当医
消化器内科	新患 梶原 雅彦	小野 典之	小野 典之	小野 典之	白地 美紀	担当医
	再来 中尾 昂史	白地 美紀	梶原 雅彦	南 真平	田中 寛士	-
呼吸器内科	富岡 竜介 真玉【大学】	時澤【大学】	富永【大学】	富岡 竜介 井上【大学】	石井【大学】	担当医 ※紹介のみ
内分泌・代謝内科	吉満【大学】	中山 ひとみ	森高 かの子	中山 ひとみ	森高 かの子	森高 かの子
循環器内科	新患 大内田 昌直	吉村 彩子	折田【大学】	梅井 秀和	香月 太郎	担当医
	再来 吉村 彩子	大内田 昌直	梅井 秀和	梅井 秀和	大内田 昌直	-
腎臓内科	-	-	-	中野【非常勤】	-	-
血液内科	-	-	-	-	中村【大学】	-
小児科	磯岡 藍子	磯岡 藍子	担当医	磯岡 藍子	磯岡 藍子	磯岡 藍子
神経発達症外来 [お問合先]小児科外来	-	-	中島 正幸 (完全予約) 第3水曜日除く(※)	-	-	-
放射線科	大和 いずみ 城野 奈穂美 友美	大和(不定) 城野 奈穂美 友美	城野 奈穂美 友美	大和 いずみ 城野 奈穂美 友美	大和(不定) 城野 奈穂美 友美	久留米大学医師
外科	勝本 充 吉村 侑里子	中野 昌彦 友枝 (血管外科)	平川 雄介 松尾【非常勤】	中野 昌彦 勝本 充	平川 雄介 橋本 / 吉村 1.3.5週 / 2.4週	友枝 博 (血管外科) 橋本 和晃 大塚【大学】 (不定)(※)
脳神経外科 [お問合先]外科外来	久留米大学医師 午前診療(※) (受付11時30分迄)	-	-	-	-	-
整形外科	井上 貴司 小倉 友介 大本【大学】	中村 英智 白石 絵里子	吉田 健治 (手の外科専門) 小倉 友介	中村 英智 白石 絵里子 溝上【非常勤】	井上 貴司 小倉 友介	中村 英智 (土曜:小児整形専門) 白石 絵里子
麻酔科	-	-	入江 将之 (ハイブリッド)(※)	-	-	-
産婦人科	久留米大学医師 (※)	葉 清泉	葉 清泉 葉 道明 (※)	葉 清泉	葉 清泉 葉 道明 (※)	-
耳鼻咽喉科	久留米大学医師	-	久留米大学医師	中島 格 (完全予約)(※)	久留米大学医師	久留米大学医師
泌尿器科	渡辺 晃太	渡辺 晃太	渡辺 晃太	渡辺 晃太 末金【大学】	渡辺 晃太	渡辺 晃太
眼科	馬場 順子	馬場 順子	馬場 順子	馬場 順子	馬場 順子	馬場 順子

●第3土曜・日曜・祝日は休診  
(※):事前に各科外来(午前中)にお問い合わせください。

### 小児救急外来 八女筑後医師会の小児科医、内科医

●夜間小児救急 【診療日】 毎週月~金曜日 ※ただし、祝・休日、お盆、年末年始は除きます。  
【診療時間】 19時~22時(受付:21時30分まで)

曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
実施病院	公立八女 総合病院	筑後市立病院	公立八女 総合病院	筑後市立病院	公立八女 総合病院	-

●休日診療小児救急 第2・4日曜日:筑後市立病院 第1・3・5日曜日、祝日:公立八女総合病院  
【診療時間】 9時~15時(受付:14時30分まで)



禁煙のお願い  
筑後市立病院は敷地内禁煙と  
なっております。ご理解とご協  
力をお願いいたします。

地方独立行政法人 筑後市立病院  
〒833-0041 福岡県筑後市大字和泉917-1  
TEL.0942-53-7511

<https://www.chikugocity-hp.jp/>



当病院のホームページ  
へは、上のQRコードか  
らアクセスできます。

基本理念  
生涯研修・生涯奉仕

基本方針

- 患者中心、患者第一を最優先に考えた医療を提供します。
- 地域医療のニーズを常にとらえ、変化に対応できる病院をめざします。
- 住民の健康管理に積極的に取り組み、地域連携を推進します。
- 人に尽くすことに誇りを持ち、互いに切磋琢磨しながらチームワークで医療に取り組みます。

ソフト  
ドリンク 1杯

無料クーポン

有効期限:令和元年11月30日

# 熱性けいれんのお話

病気のお話

## はじめに

熱性けいれんは、6カ月〜5歳ごろのお子さんが急な発熱に伴って意識障害、けいれんを引き起こす病気です。通常38℃以上の発熱時に急激に体温が変化するとき起こり、発熱後24時間以内に起こることが多いです。30%近くが繰り返しますが、成長に伴い6歳前後ですとほとんど起こさなくなり経過は良好です。熱性けいれんは日本では小児のおよそ8%にみられます。一部3〜5%がてんかんに移行するといわれます。

## 原因

発育途上の幼弱な脳神経細胞が急な体温の変化に弱いため起こります。通常38℃以上の発熱時に、意識障害やけいれんを起こします。けいれんを起こす他の病気がないことが条件になります。遺伝的な要因もあり両親に熱性けいれんがあると2〜3倍頻度が多くなるといわれます。発熱の原因としては突発性発疹、夏かぜ、インフルエンザなど急に高熱を出す疾患で多

いようですが、高熱をきたす疾患はすべてけいれんを引き起こします。

## 症状や起こり方

発熱の初期に起こることが多く、けいれんにより発熱に気づくこともあります。基本的な症状は意識がなくなり、けいれんを起こすことです。俗に「ひきつけ」と呼ばれるものですが、タイプがあります。急に手足をかたくして突っ張る(強直性けいれん)、手足をびくびくさせる(間代性けいれん)、初めはかたく次第にびくびくする(強直・間代性けいれん)などがあり、体全体



## けいれんを起こしたら

けいれん時の対応が主な治療です。けいれん中や意識がないときは体や顔を横向きにして唾液、吐物などを誤嚥しないような体位にしてください。通常は数分でけいれんは自然におさまり、元に戻ります。繰り返したり、長く続いたり(5〜10分以上)、意識がなかなか回復しないときは救急車での受診が必要です。けいれんがおさまり意識も回復していれば、あわてて受診する必要はありません。病院ではけいれん剤と呼ばれる薬を注射したり、座薬や点鼻薬でけいれんを

## けいれんの予防

とめます。必要に応じて酸素吸入や点滴をしたり、解熱剤を使ったりもします。



## 稀にてんかんへ移行するケースも

熱性けいれんは予後が良好です。年齢とともに再発率は下がり、起こりにくくなります。小学校に入学するころにはほとんどなくなりませんが、時に8〜9歳になっても起こることがあります。熱性けいれんから将来3〜5%がてんかんに移行するといわれています。ことから、てんかんへの移行が考えられ、脳波検査や抗てんかん剤の内服治療が必要になることがあります。



## 検査

熱性けいれん自体では必ずしも検査は必要ではありません。発熱の原因検索が必要です。しかし、けいれんを起こす疾患は多数あり鑑別は必要です。例えば、髄膜炎・脳炎はけいれんや意識障害が起こりますし、低血糖症・低カルシウム血症・先天性代謝異常症・循環器疾患なども同じくけいれん、意識障害を起こします。これらの疾患を疑うときには血液検査、髄液検査、CT、MRI、心電図などの検査が必要になります。また、脳波検査はてんかんと区別するためにも重要な検査です。てんかんは熱がなくても起こり、発作波と呼ばれる脳波での異常がみられることが多く、抗てんかん剤での治療が必要です。



小児科 科長  
いそおか あいこ  
**磯岡 藍子**

【専門分野】  
小児科一般

【資格・所属学会など】  
日本小児科学会認定小児科専門医

に起こったり、半身や四肢の一部に起こったりします。また手足に力は入らずにだらりとして意識だけがなくなることもあります。

このような「ひきつけ」のとき、目を見開いて虚空を見つめ焦点が合わなかったり、左右に偏っていたりします。また呼吸が不十分なため全身の色が悪くなり(チ

けいれんの予防として、シアゼパムという座薬を使います。発熱の早期(37.5〜38℃以上で使用)に使用するとけいれんが予防できることが多いです。今までに2回以上のけいれんを起こしたことがあるお子さんでは予防投与を考慮します。なお、発熱時に解熱剤を使用することはけいれんの予防にはつながりません。

熱性けいれんは小児では一般的な病気です。初めての発熱、保護者は驚き、うるたえ、あわてるものが多いです。あわてるのは当然です。見た目がかわいいです。冷静沈着に対応できるならばいいですが、初回の場合はそうはいきません。そういうときは救急車を呼んで病院を受診しましょう。

何か分からないことがある時は、小児科にご相談ください。

# 乳がんは日本人女性が最もかかるがんです

～30代から増え始める乳がん～

放射線科 温友美



## 撮影について

当院では、専用の装置を使って4名の女性診療放射線技師が撮影しています。乳腺を広げて撮影するために、左右の乳房を片側ずつ圧迫板で挟みます。痛みを伴う方もいますが、その場合は診療放射線技師に申し出てください。

## 読影について

マンモグラフィ読影はマンモグラフィ検診認定医により行なわれ、当院では3名の医師で読影しています。検査では、石灰化の他に腫瘤影(しこりの白い影)、乳腺の歪み(構築の乱れ)等を観察します。

### ●石灰化について

乳腺の中にカルシウムなどが沈着したものをいいます。良性と悪性のものがあり、石灰化の形態、大きさ、数や分布で診断していきます。

### ●腫瘤影について

線維腺腫のような良性疾患もありますが、がんの場合は不整形であったり、辺縁が不明瞭であったりします。とくにスピキュラ(鋸歯状変化)といって周囲組織を巻き込むような線状構造物がみられると、がんの可能性が極めて高くなります。

\*局所的非対称性陰影(FAD)というものもあります。正常乳腺の一部の場合のことが多いですが、しこりの可能性も考えられる所見です。

### ●歪み(構築の乱れ)について

正常乳腺の陰影に引きつれやスピキュラの所見が見られた場合、良性のこともありますが、がんの可能性が高くなります。

## 精密検査について

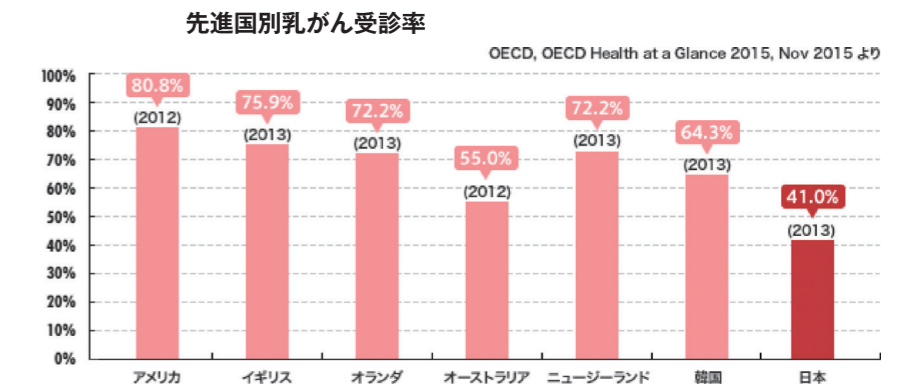
マンモグラフィでは、カテゴリ1から5の判定を行ないます。カテゴリ3以上を要精査とします。通常、受診者の約8%の方が相当します。精密検査を受けた人の中で、乳がんと診断されるのは約4%であり、その他大多数は異常なしとの診断となります。すなわち、マンモグラフィ検診受診者のうち、約0.3%の方が乳がんと診断されています。精密検査が必要な場合は、必ず受診しましょう。

## 最後に

早期乳がんの治療は、進行がん比べて身体への負担が少なく、治癒率も高くなります。安心のためにも、がんの早期発見のためにも、定期的な検診を受けましょう。また、自覚症状がある方や要精査となった方も、検査ができる医療機関を受診することが望めます。

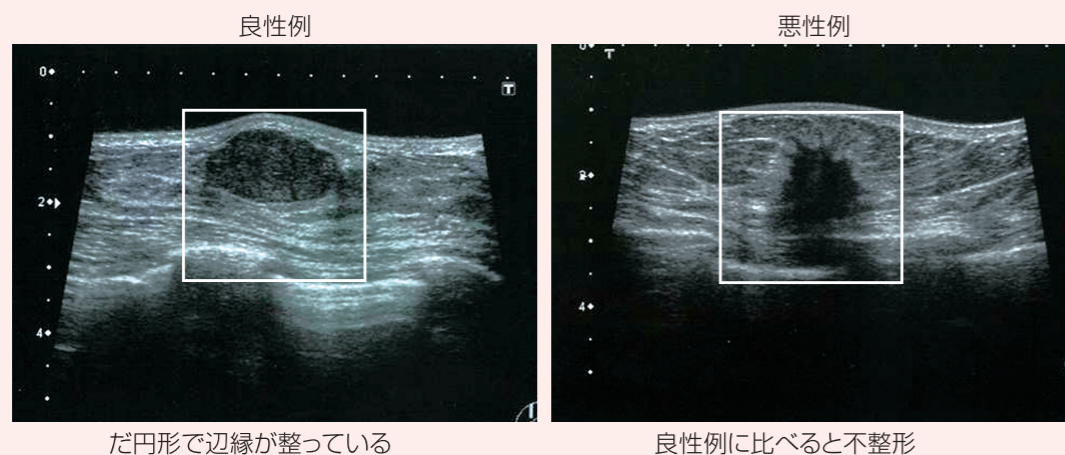
## 乳がん検診について

乳がんの発生は世界的に増加し、日本においても食事や生活様式の欧米化により、年々増加傾向にあります。乳がん検診の目的は、早期発見により死亡率を下げることにあります。多くの先進諸国では、マンモグラフィによる乳がん検診が推奨されていますが、先進国の中で日本の乳がん検診受診率(2016年)は40%台と極めて低いのが実状です。さらに、福岡県の乳がん検診受診率(2016年40～60歳)は、全国平均以下となっています。



## 検診乳腺エコー(超音波)検査始めました

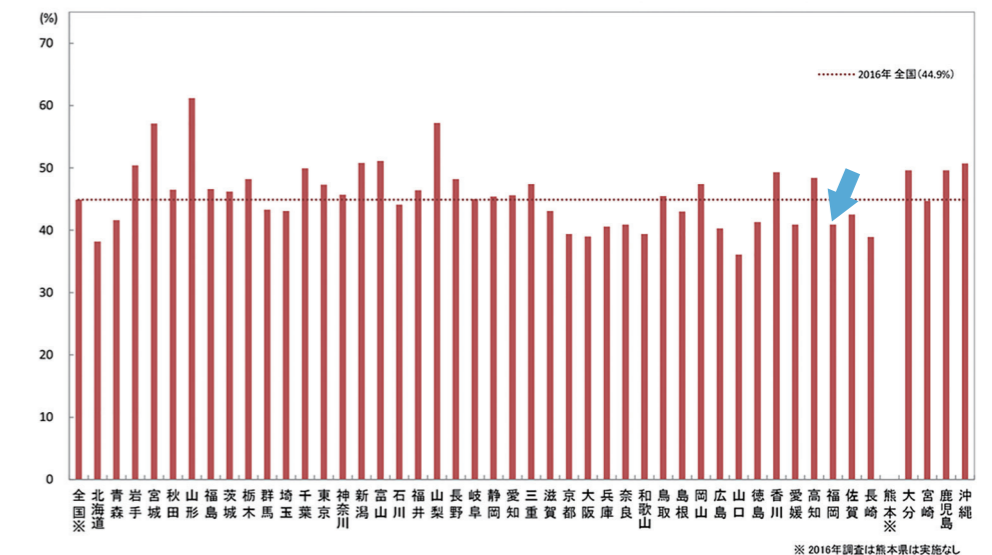
乳がん検診の2次検査として行なっていましたが、平成31年4月より検診でもオプションとして乳腺エコー検査を受けられるようになりました。エコー検査は、ゼリーをぬって人には聞こえない高周波の音波を体にあて、跳ね返ってきた情報を画像に映し出す検査です。乳腺が多い場合、マンモグラフィでは腫瘍がわかりにくくなる場合がありますが、エコー検査は乳腺の多さに関わらず腫瘍の形や内部を観察することができます。乳がん検診でマンモグラフィに加えてエコーの検査を受けると、早期乳がんの発見率がマンモグラフィのみの1.5倍になるという報告\*1もあります。当院には乳がん検診超音波検査実施技師が在籍し、精度の高い検査を行なっております。一度、検診で乳腺エコーを受けてみられてはいかがでしょうか。



\*1 「がん対策のための戦略研究:超音波検査により乳がん検診の有効性を検証する比較試験(J-START)」

## 乳がん検診受診率(40～69歳女性) 2016年

国民生活基礎調査より国立がん研究センターがん対策情報センターにて作成。いずれも過去2年の受診有無。



## マンモグラフィについて

乳がんを発見するために行われるX線(レントゲン)撮影をマンモグラフィと言います。しこりとして触れる腫瘍や特に石灰化を伴う早期乳がんを見つけることができます。1回の撮影で乳房が受ける放射線量は、東京-ニューヨーク間往復の飛行機内で受ける自然放射線量の約半分に過ぎません。放射線被ばくというデメリットより、乳がんの早期発見というメリットの方が大きいと考えます。ただし、妊娠中や妊娠が疑われる場合は避けた方がいいでしょう。

# 患者満足度調査結果 のご報告



2018年11月1日から30日まで外来患者さん・入院患者さんへ満足度アンケートを実施しました。期間中、外来を受診または退院した患者さん全員にアンケート用紙を配布し、ロビーと病棟に設置した回収箱にて回収、集計しました。集計結果を一部抜粋してご紹介いたします。

今年度も日本医療機能評価機構の満足度調査活用支援事業を利用し、当アンケートを実施しております。皆様からのご意見、ありがとうございました。お褒めの言葉、お叱りのお言葉など、すべて貴重なご意見として今後の病院運営に役立ててまいります。

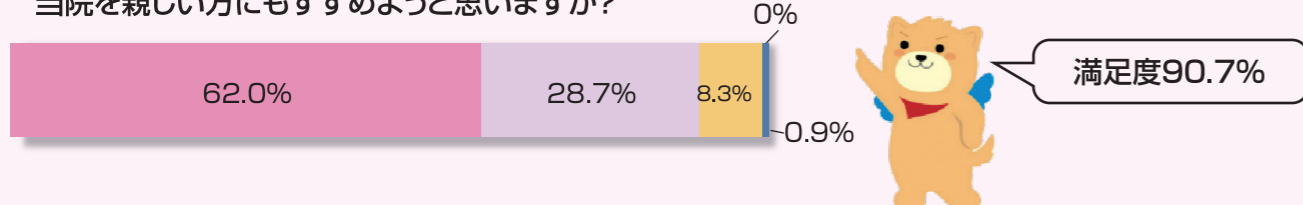
## 入院患者さんの結果

回答数 108件(2018)  
※項目ごとに無回答は除外して割合を算出しています  
 ※端数処理のため、構成比が100%にならない場合があります

■とても満足 ■やや満足 ■ふつう ■やや不満 ■とても不満  
※満足度:「とても満足」「やや満足」の合計の割合で算出しています。

### ●総合満足度

当院を親しい方にもすすめようと思えますか?



### ●満足度の高い項目

医師との対話(病状・治療などに関する説明)に満足しましたか?  
 満足度:93.5%

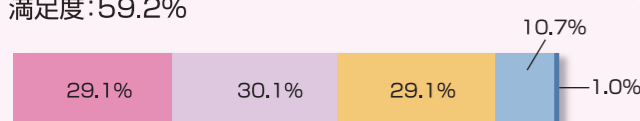


看護師の対応に満足しましたか?  
 満足度:91.7%



### ●満足度の低い項目

食事の内容に満足しましたか?  
 満足度:59.2%



病室・浴室・トイレなどに満足しましたか?  
 満足度:83.8%



## 入院患者さんよりいただいたご意見と回答

- Q トイレの便座が私にとって低く感じました。術後3日間くらいでも、補高便座があると良いかと思えます。(各患者様の様態で違うかもしれませんが...)
- A 病棟でお過ごしの際に不便に感じる事がありましたらスタッフにお申し付けください。快適に過ごしていただけるよう対応させていただきます。
- Q 痛みの程度をよく尋ねられるのですが、「10のうちいくつですか」と聞かれるが「10」で何を基準にしているか分からないので「手術直後の痛み」「この症状がで一番痛い時」などより具体的に示してもらえればと思います。
- A 答えにくい質問をしまい申し訳ありませんでした。患者さんがお答えしやすい心がけます。質問が分かりにくい場合は是非スタッフにおっしゃってください。
- Q 食事が非常に参考になった。野菜食がおいしかったです。
- A 感想ありがとうございます。必要な方には管理栄養士が食事指導を行なっています。是非スタッフにお声かけください。
- Q ナースの皆様が明るくとてもよかったです。お世話になりました。その他のスタッフの皆様も笑顔がすてきでした、ありがとうございました。
- A これからも患者さんに元気になっていただける接遇を心がけます。ご感想ありがとうございました。



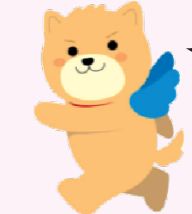
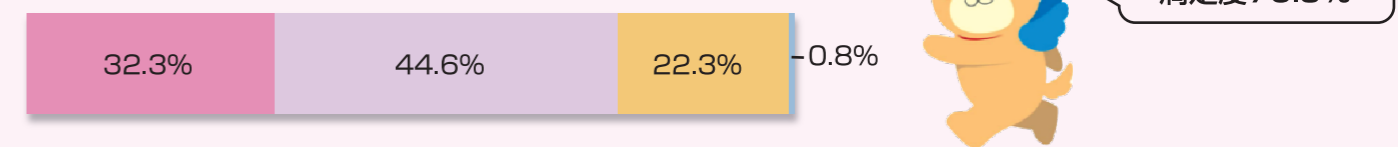
## 外来患者さんの結果

回答数 130件(2018)  
※項目ごとに無回答は除外して割合を算出しています  
 ※端数処理のため、構成比が100%にならない場合があります

■とても満足 ■やや満足 ■ふつう ■やや不満 ■とても不満  
※満足度:「とても満足」「やや満足」の合計の割合で算出しています。

### ●総合満足度

筑后市立病院を親しい方にもすすめようと思えますか?

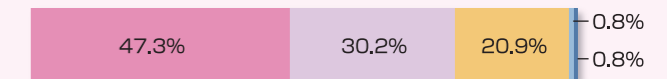


### ●満足度の高い項目

事務職員の対応に満足しましたか?  
 満足度:80.1%

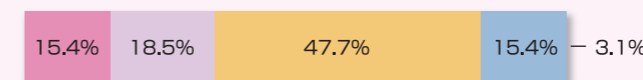


看護師の対応に満足しましたか?  
 満足度:77.5%



### ●満足度の低い項目

診察までの待ち時間に満足しましたか?  
 満足度:33.9%



診察時間に満足しましたか?  
 満足度:50.4%



## 外来患者さんよりいただいたご意見と回答

- Q バリウムを飲んだ後すぐ水が飲みたい、画像センター受付横にサーバーがあるのをすっかり忘れて、表の受付まで行ってしまいます。画像センターに着いた時点でサーバーがある事を一言お伝えください。
- A 検査後に水分を摂っていただく事はとても重要です。お声かけをするよう徹底いたします。
- Q 病院内清潔感有り。受付スタッフがテキパキ対応してくれて気持ち良かった。
- A 院内の清掃は毎日時間を決めて行ない清潔を保つようにしています。行き届いてない場所がありましたら是非ご指摘をお願いいたします。



# ねえねえはね丸くん♪



皆さんから筑後市立病院にお寄せいただくご意見やご質問にお答えします。



パネコ

**Q.** ねえねえはね丸くん♡  
喉が渴いたんだけど、飲み物はどこで買えるのかな？

**A.** 1階の救急外来と2階に自動販売機、2階にはコンビニと、その奥には軽食コーナーがあるよ。やっぱり、お勧めはコーヒー！宇治抹茶ラテも美味しいよ♡



ポネコ

**Q.** 軽食コーナーでは、お食事ができるって？どんなメニューがあるのかな？

**A.** 一番のお勧めは、地元の野菜をつかったチャンポン！！女性スタッフが愛情こめた「お袋の味」が楽しめるよ。他にも日替わり定食やうどん、カレーもおいしいよ。



はね丸くん

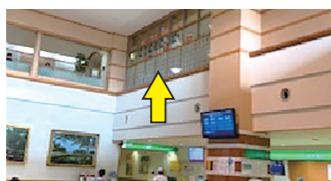


はね丸くん

※軽食コーナーにてお食事の際は、裏表紙に掲載の「ソフトドリンク無料クーポン券」をぜひご利用ください。



左側は売店。  
軽食コーナーは売店の奥にあります。



正面玄関から見て、2階のこの場所に、売店と軽食コーナーがあります。

売店は昨年からコンビニとして生まれ変わりました。定期的にドリンクサービスクーポン券や割引期間セール等を開催し、入口又は店内に案内を貼り出してお知らせしております。

## きらり☆スタッフ

当院で活躍する様々な職種のスタッフを紹介していきます

### ☆これが私のしごとです

令和元年となる記念すべきこの年に、心理職初の国家資格、公認心理師が誕生しました。臨床心理室2名ともに合格し、今年度より「臨床心理士」および「公認心理師」の資格をもって業務にあたっております。私たち心理士は、医師から依頼を受け、患者さんやそのご家族の心の問題解決のサポートをしています。治療過程で生じる不安や落ち込みなどの気持ちに寄り添いながら、少しでも皆さまが心穏やかに過ごせるように、スタッフや関係者と連携して支援を行っております。また、当院職員が生きいきと働くための環境づくりや、地域へ外向き健康講座をさせていただくなど、メンタルヘルスや地域活動にも尽力させていただいております。



臨床心理士  
秋本 由佳  
(臨床心理室)

☆私の「元気のもと」  
犬や小動物など、動物たちとのふれあい。地元球団の応援。温泉でゆっくり過ごすこと。

## 診療科の紹介 外科



### 【医師紹介】

中野 昌彦(統括診療部長)  
友枝 博(心臓血管外科科長)  
勝本 充(消化器外科科長)  
平川 雄介(外科科長)  
橋本 和晃  
吉村 侑里子

### 【外来診療】

月曜日～土曜日 8時15分～11時30分まで  
(診療開始時刻 8時30分)

当科の主な対象疾患は、胃や腸、肛門、肝・胆嚢・膵、ヘルニアなどの消化器の疾患を中心に、乳がんを含む乳腺疾患や気胸などの肺疾患、さらに動脈瘤や静脈瘤、動脈閉塞などの血管系の疾患まで対応可能になっております。特に下肢静脈瘤に関しては、レーザー治療を数多く行なっています。

特色は、内視鏡を用いた低侵襲な腹腔鏡手術を数多く施行していることです。開腹手術に比べ患者さんの術後の苦痛は劇的に軽減しております。また、常にオンコール体制になっており、24時間緊急手術に対応可能です。

### (主な疾患)

胃がん、大腸がん、胆石、ヘルニア(脱腸)、虫垂炎、痔(いぼ痔、切れ痔等)、下肢静脈瘤、閉塞性動脈硬化症、四肢末梢動脈瘤、深部静脈血栓症、急性動脈閉塞、腹部大動脈瘤 など

### いずみエッセイ

## 「Peugeot 1007」

医療機器安全管理室 菊池直樹



一目惚れをし、2006年7月にわたしの愛車となりました。“1007”は両側電動スライドドアを装備し、ピニンファリーナがデザイン担当した車でカラーリングも素晴らしく、トランスミッションはセミオートマチック機構の5速「2トロニック」でパドルシフトによる運転を楽しめる車です。

カーステレオが1DINタイプしか装着できないタイプでしたが、MDは絶対に聴きたい！でも地デジ、DVDも付けたいと相談し、1DIN×2のナビを自分が提案しディーラーより「グローブボックスにステアをこまましてイケそうです！」とお互い楽しみながら商談してから13年が経ちました…。

我が子は、産まれた時から乗っていたので“1007”に愛着があります。車の色はタコマイエロー。覚えやすい色な

ので、幼稚園のお迎えでは子供達にすぐ覚えられて「お迎え来たよー！」と、みんなが我が子を呼んでくれます。呼ばれた本人は遊び足りない不満顔。指定席には、お気に入りのおもちゃが配置してあり自分の空間となっています。トラブルも色々ありました、スライドドアが自動で閉まらない。でも大丈夫、手で閉めれば問題無し。路面電車の線路上でエンストしたこともあります。でも慌てません、エンストする状況はいつもと同じなのでチョイッと対応。昨年の猛暑の中エアコンが壊れちゃった。よし、保冷剤などで一時しのいで部品交換!!

今では全ての出来事がいい思い出です。最終走行距離は、169,638Km地球4周チョイを“1007”と一緒に走りました。

わたしの人生にとって“1007”は最高の名車です。

# 足を見ることから始めましょう



西4階病棟看護師 太田早知子(糖尿病療養指導士)

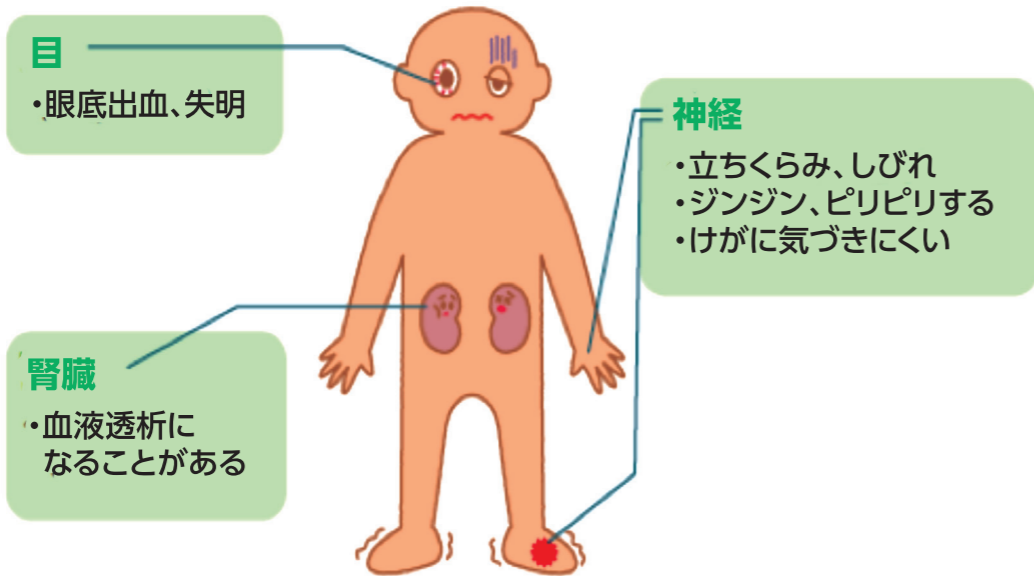
皆さんは糖尿病神経障害という言葉をご存じですか。「糖尿病神経障害」、「糖尿病網膜症」、「糖尿病腎症」を糖尿病3大合併症と呼び、その中でも1番最初に出現すると言われているのが糖尿病神経障害です。

では、どんな症状があるのでしょうか。足の痺れや感覚が鈍くなることが主な症状となります。そのうえ糖尿病による末梢循環障害により、

- ①皮膚のバリア機能が低下し白癬（水虫）の発症や、胼胝（たこ）や鶏眼（魚の目）ができやすくなる。
- ②ももとの腰痛や膝の痛みだけでなく、痺れや感覚鈍麻が原因で歩行状態が悪くなることにより爪が厚くなる、巻き爪になる。
- ③最悪の場合、怪我をしたことに気がつかず、壊死してしまい、切断を余儀なくされる。などが起こることがあります。

糖尿病の患者さんの中には、視力の低下により足を見ることのできない方や、腰・膝の病気や肥満によって前屈が難しく足を触れない方もいます。これらにより症状の発見・処置の遅れにつながってしまうことがあります。

当院では毎月第2・4木曜日に完全予約制で看護師によるフットケア外来を行なっています。ここでは医師と連携を取りながら、ご自身で切ることができない方の爪切りや胼胝（たこ）、鶏眼（魚の目）の処置を行ったり、糖尿病神経障害の程度を知るために簡単な検査を行ないます。また、症状に合わせて指導を行ないます。『足が汚いから見せたくない』とおっしゃる方も、一度フットケアを受けられると2度、3度と受診していただいています。ふだん私達の全体重を支えてくれている足。最後まで自分の足で歩けるように少しでもお手伝いさせていただけると幸いです。



これらは糖尿病の合併症で、糖尿病神経障害、糖尿病網膜症、糖尿病腎症といえます。

糖尿病ケア2017 vol.14 no.9.

## フットケア外来

●毎月第2・4木曜日 14時～ 完全予約制 ●場所:内科外来  
受診ご希望の方は、受診外来又は内科外来へお申し出ください。糖尿病の方ではなくとも、症状に応じて対応させていただきます。お気軽にご相談ください。

# モニタリングつきのインスリンポンプ やってます!!

内分泌・代謝内科 統括診療部長 中山ひとみ

糖尿病は血液中の糖が多くなる病気です。すい臓からインスリンというホルモンが十分でないことが主な原因です。特に1型糖尿病では、すい臓からインスリンがほとんどでないため飲み薬では効果がなくインスリン治療が生命を維持するために必要です。

1型糖尿病のインスリン治療にはペン型の注入器を使っ 1日に何回かうつ方法とインスリンポンプ治療があります。どちらも強化インスリン療法といわれますがポンプ治療の方が健康な人のインスリンのでかたにより近づけることができます。筑後市立病院ではこのインスリンポンプ治療を行なっています。インスリンは血糖を下げる唯一のホルモンですが、血糖を上げるホルモンは数種類あり、両方のバランスで血糖が変化します。また、血糖値は肝臓、腎臓、脳や筋肉、脂肪などの影響をうけます。食事のときには血糖の上昇を感知して素早くインスリンが作用しないといけません。

インスリンポンプはお腹の皮下に細いチューブでインスリンを持続的に注入する治療法です。あらかじめ24

時間その人にあった速度で持続的にゆっくり注入されるように設定しておき、食事の時には食べる内容に応じて手動で早送りします。

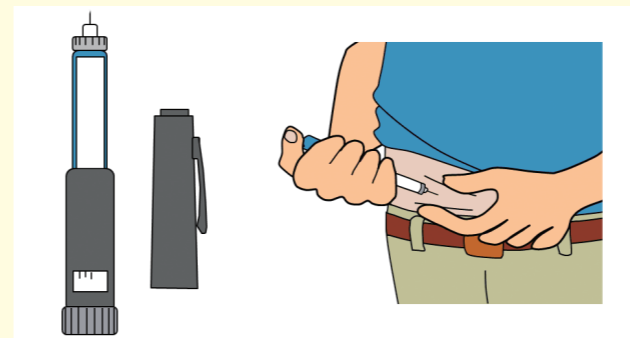
持続皮下グルコースモニタリングといって、皮下組織の糖の濃度をリアルタイムにポンプ本体に表示して低血糖ではないか今後血糖が下がるのではないかを示す機能があり、アラームを鳴らしポンプを自動的に中止させ、上昇するとまた再開する機能も備わっています。重症低血糖が減るので安心して治療を受けることができます。医療技術はめまぐるしく発達していて、この技術は人工臓腑につながるものとして国際学会でもとても注目されています。

日本で使えるインスリンポンプの種類も増えて、持続皮下グルコースモニタリングはインスリン以外の治療法にも役立てられています。

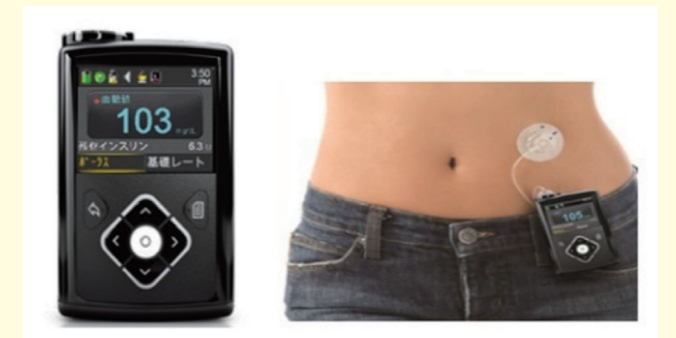
この新しい治療を受けるには病状についての条件があり医療機関も限られています。

興味のある方は筑後市立病院内分泌・代謝内科にぜひお問い合わせください。

ペン型インスリン製剤の使い方



ペン型インスリン製剤



インスリンポンプ



持続皮下グルコースを反映したインスリンポンプ

## お問い合わせ

地方独立法人 筑後市立病院「内分泌・代謝内科外来」  
〒833-0041 福岡県筑後市和泉917番地1  
TEL:0942-53-7511(代表)



H30年度 診療科別手術件数(主たるもの)

Table with 6 columns: 科 (Department), 手術名 (Operation Name), 件数 (Number of Cases), 手術名 (Operation Name), 件数 (Number of Cases), 手術名 (Operation Name), 件数 (Number of Cases). Rows include 外科 (Surgery), 心臓血管外科 (Cardiovascular Surgery), 整形外科 (Plastic Surgery), 泌尿器科 (Urology), 消化器内科 (Gastroenterology), 循環器内科 (Cardiology), 眼科 (Ophthalmology), and 産婦人科 (Obstetrics/Gynecology).



福岡県総合防災訓練 地震による倒壊家屋からの救助訓練が行なわれた。

筑後市総合防災訓練

防災訓練(DMAT)の報告
5月26日開催の筑後市総合防災訓練と6月2日開催の福岡県総合防災訓練に当院DMATが参加しました。
筑後市総合防災訓練は、筑後市で最大震度6強の地震発生を想定して実施されました。その中で当院DMATは、地震による停電の影響で路線バスや乗用車の衝突事故が発生し、救出された傷病者に対して、観察や緊急処置を施す現場活動訓練を行いました。DMATが活動するようないざ、迅速にその的確に活動できるよう日々の訓練を継続していく必要があると思われました。

MEDICAL NETWORK

医療ネットワーク

皆さんの健康を支える 地域の診療所や病院をご紹介します。

まちのお医者さんと役割分担して連携しています

まちのお医者さん「かかりつけ医」



普段の受診 日頃の健康管理

筑後市立病院



検査・治療・手術・入院・救急など

うえまつめんたるくりにつく うえまつメンタルクリニック

[理事長・院長] 上松 謙



診療科目 心療内科・精神神経科

Table showing clinic hours for Uematsu Mental Clinic by day of the week.

休診日 日曜日、祝日、年末年始、お盆期間

ご案内事項

2019年4月に開院しましたメンタルクリニックです。初期段階、軽症のメンタルヘルス疾患に対応いたします。予約診療制で、初診は30分間の枠を設定しておりますので、今までの経過、症状の推移を十分な時間をかけてひもとき、対処法をともに考えていきます。

当クリニックは、メンタルヘルス疾患の早期発見、早期治療を目標としております。内科、耳鼻科、脳神経外科、整形外科などの身体科で異常がないと診断されたにもかかわらず、症状が持続する場合、不眠、不安感などのちょっとした心と体の変調を捉え、重症化する前の段階で治療につなげられたらと考えております。

電話番号 0942-80-7890 FAX 0942-80-7891

所在地 〒833-0041 福岡県筑後市和泉639-1

医療法人翔山会 やまもと内科循環器科医院

[理事長・院長] 山本 喜一郎



診療科目 内科・循環器内科・呼吸器内科・消化器内科

Table showing clinic hours for Yamamoto Hospital by day of the week.

☆木曜日のみ14:30~18:00 ◇土曜日 9:00~13:00

休診日 日曜日・祝日・お盆・年末年始 土曜日午後

ご案内事項

- 在宅支援診療所の登録医療機関
学校心臓病2次精密検査医療機関
企業健診、特定健診等を行なっています。
日本内科学会認定内科医
日本循環器学会循環器専門医
日本心臓病学会特別正会員(FJCC)

元々、心臓病専門医であったため、高血圧・心不全・狭心症・不整脈などの治療が得意です。糖尿病、脂質異常症、動脈硬化などの生活習慣病の治療も併せて行なっています。また、久留米大学の医師と連携して、往診・訪問診療を行なっています。

電話番号 0942-51-1110 FAX 0942-51-1135

所在地 〒833-0033 福岡県筑後市上北島312-7



# いずみナビ

INFORMATION



## 健康出前講座

を開きませんか?

当院のスタッフが地域へ出向き無料で講演いたします。

- 対象 / 筑後市や近隣の団体等
- 人数 / 30名以上(目安)
- 日時 / 月～金曜日 10時～16時(60分程度)

詳しい内容は外来に設置しているチラシやホームページをご覧ください。

お問い合わせ先:

経営企画室(0942-53-7511)

## 病児保育施設

### ちっこハウス

事業目的

生後3か月から小学6年生までのお子さんが病気の「回復期」などで、集団生活が困難であり、かつ、昼間家庭で育児できない場合に「一時預かり」を行うもので、保護者の「子育てと就労の両立」を支援し、児童の健全育成を目的としています。

場所

病児保育施設「ちっこハウス」  
筑後市大字和泉917-1(筑後市立病院横)

受付/利用時間

月～土曜日  
7時30分～18時30分  
(第3土曜日と祝日、8/15・12/30～1/3をのぞく)

詳細はお問い合わせください。

TEL.0942-52-2577



## 編集後記

当院の無料健康講座で、参加の方たちと「女性は男性の3倍話さない」とストレスが溜まる」とのお話を聞く機会がありました。男性は大変だなあと思いましたが、そういった知識があるだけでいつもの夫婦ゲンカが違って来るかもしれません。一度当院の無料健康講座を聞いてみてはいかがでしょうか?

(経営企画室 木下)

院内軽食コーナー(2F)でお食事を注文された方にソフトドリンク1杯プレゼント

・軽食コーナーで注文時にこのクーポンをスタッフに提示してください  
・期限内で何度でも使用できます  
・営業時間:11時～15時(休:第3土曜日、日・祝日、8月13日～15日、12月30日～1月3日)

ご存じですか!? 筑後市立病院ホームページでも  
広報誌「いずみ」をご覧ください!

Point  
1

見逃した!?  
過去の広報誌「いずみ」が見られます!

●それぞれのコーナーをコンテンツ化して見やすく  
いっき見も可能!



Point  
2

もう一度見たい!!  
スマホからでも閲覧可能です!

●気になる症状、今日のおかず、いつでも!どこでも!  
確認できます!



筑後市立病院ホームページ <https://www.chikugocity-hp.jp>

筑後市立病院

検索

または右のQRコードからアクセス



## 誤記のお詫びと訂正

いずみ vol.29 新線号におきまして、以下の記載に誤りがありました。お詫び申し上げますとともに、訂正させていただきます。

- 1 ページ上段 1 行目 (誤) 1977 年 5 月 (正) 1997 年 5 月
- 1 ページ上段 4 行目 (誤) 1994 年 3 月 (正) 1999 年 3 月
- 1 ページ上段 5 行目 (誤) 1994 年 4 月 (正) 1999 年 4 月

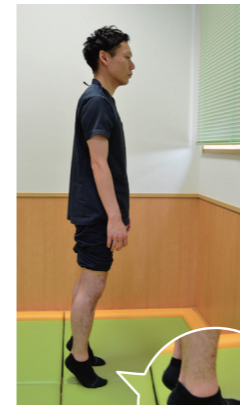
# 暮らしに活かせる 元気のツボ



## ロコモかしこもサビないで

～ロコモ体操～

ロコモ体操とは・・・ロコモティブ シンドローム(運動器の障害により要介護になる  
リスクの高い状態になること)を予防する体操です。



### ③ヒールレイズ

両脚で立った状態で踵を上げて降ろします。10～20回を1日3セット程度行ないましょう。バランスが悪い人は椅子に手をついたり、逆に自信がある人は片足立ちで行なってみましょう。



### ②スクワット

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に注意しておしりを後ろに引くように身体をしめます。膝に負担がかかり過ぎないように、膝は90度以上曲げないようにします。深呼吸をするペースで5～6回、1日3セット行ないましょう。支えが必要な人は、十分注意して、壁や机に手をついて行ないましょう。



### ①片脚立ち

転倒しないように壁や動かかない棚などにつかまった状態で、床に足がつかない程度に片足を上げます。左右1分間ずつ、1日3回行ないましょう。



## 美味しく元気に

### ピリ辛キュウリ

夏野菜の代表としてキュウリのレシピのご紹介です。キュウリは、水分とカリウムを豊富に含み、利尿作用で、体内にこもった熱の排出を促す効果に優れています。カリウム不足は、夏バテの原因の一つと言われ、カリウムと水分の補給に効果的な食材がキュウリなのです。また、シリカというミネラルを含み、肌・爪・毛髪の老化防止や修復作用があることで最近注目されています。塩加減や辛みの加減はお好みで調整してください。冷蔵庫で冷やすと味がなじみます。

塩昆布を入れても美味しいよ。



### POINT

単品で食べるもよし、そうめんや冷やし中華などのトッピングにも合います。



### 材料(2人分)

- キュウリ …………… 2本分
- 漬け汁(塩水) …………… 小さじ1
- 塩 …………… 400ml
- 水 …………… 小さじ1
- 酢 …………… 小さじ1
- 醤油 …………… 小さじ1
- ごま油 …………… 小さじ1
- 豆板醤 …………… 小さじ1/2
- おろしニンニク 小さじ1/2
- すりごま …………… 小さじ2

(106kcal 塩分1.6g)

### 作り方

- ① キュウリはヘタを落とし、割りばし2本で挟んでジャバラキュウリを作る。1口大にカットし、漬け汁(塩水)に10分程度漬けこんで水気を絞る。
- ② タレの材料を全て混ぜ合わせ、①のキュウリを和える。



## 糖尿病教室および試食会

### ■2019年上半期スケジュール

実施日	会場	テーマ	担当
8月22日(木)	2階 多目的ホール	信長と共に食事を考える	管理 栄養士
9月26日(木)	2階 多目的ホール	日常生活のあれこれ	看護師

\*原則として毎月第4木曜日(12:30～)に行ないます。  
(日時・会場は変更になる場合もあります。お問い合わせください。)  
\*参加費:540円(税込)  
\*予約:栄養管理室にご予約ください。  
\*人数に限りがあります。お早めにお申し込みください。  
\*キャンセルの場合は前週の金曜日までにご連絡ください。  
事務局:地方独立行政法人 筑後市立病院 栄養管理室  
電話(0942)53-7511(内線 220)