

さかきばら News

創刊号

2021.4

ご自由にお持ち帰りください



さかきばらNewsの発刊

理事長・院長 榊原 敬

コロナ禍を契機に、世の中が変りつつあります。人口減少社会における働き方改革、温暖化防止/環境保全、デジタル化推進、情報通信の高速化だけでなく、病院再編や医師の偏在、社会保障費の抑制策など医療を取り巻く環境も大きく変化しています。地域に目を向ければ、認知症と独居老人の増加、巣籠生活～体力の低下、受診抑制～病気の発見の遅れなどが問題視されています。医療現場では心臓病・大動脈疾患をはじめ、救急医療の充実が一層重要になっています。最近では、体への負担が少ない低侵襲治療や遺伝子治療が脚光を浴びています。医療の高度化と専門分化が進む一方、極めて狭い領域しか診療できない専門すぎる医師では、高齢化とともに病気の併存が多くなる地域医療を支え切れません。コスト対効果を考え、ある程度幅広く診療できる医師でなければ、地方の医療は支えられません。数少ない有能な人材と限りある財源を上手にやり繰りするためには、病気の早期発見・早期治療に役立つ診療情報だけでなく、病気にならない未病対策や治療後に元の生活に復帰するためのさまざまな取り組みが必要です。地域の実情に合致した地域包括ケアシステムの構築が求められています。

ネット社会ではフェイクニュースと呼ばれる偽情報が氾濫し、正確な情報の見極めは容易ではありません。地域医療を支えている現場の病院からしっかりと的確な情報を発信し、正しい病気の理解と関係者の連携に役立つ情報共有が必要であると感じています。文字ばかりでなくイラストや図表を活かして、読みやすく役立つ広報誌「さかきばらNews」を2021年4月より発刊します。病客さまに寄り添い、心臓病センター榊原病院ならではの情報をお届けします。

お知らせ

7月22日(木・祝)は通常通り診療いたします(外来・検査・手術・リハビリ)



しんぼうさいどう 【心房細動】ってなあに？

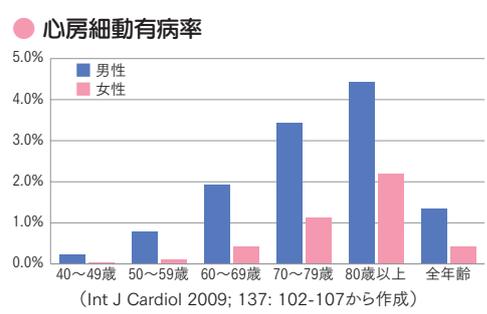


循環器内科 医長 松本 健佑 がお答えします

Q 心房細動ってどんな病気？

A 心房細動とは、心房内に流れる電気信号の乱れによって起きる不整脈で、心房が痙攣したように細かく動く病気です。

日本では100万人以上の方が心房細動を発症していると言われています。また、心房細動は年齢を重ねるとともに増加するので、80歳の男性では4.43%、女性では2.19%に発症していると報告されています。



Q 心房細動がおこるとどうなるの？

A 心房細動では脈拍が乱れ、心房内の血液がうまく流れなくなります。動悸などの症状、心不全、脳梗塞といった問題が起こります。

心房細動を発症すると動悸などの症状が起こりますが、無症状の方も多くいます。症状は無いが健診で指摘された、と受診する方や、『心不全や脳梗塞を発症し、緊急入院して初めて心房細動であったと診断される』方もいます。

心房細動は初期では『発作性』心房細動として発症します。発作性心房細動とは、治療の有無に関わらず7日以内に停止する心房細動です。発症しても停止するまでの間に自覚症状

が無かった場合は気が付かずに心房細動をそのまま放置してしまうことになります。症状が無くても心房細動を発見し、脳梗塞を予防する必要があります。早期に心房細動を発見するには、定期的な脈のチェックが大切です。最近の血圧計は高性能のものが多く、血圧測定時に脈拍のチェックも行う機種もあります。脈拍チェック機能を持った血圧計を使って、日々の血圧と脈拍の測定を行うことにより自分自身で心房細動は発見できます。

Q 心房細動を予防するにはどうしたらいいの？

A 心房細動にならないようにするには、心房細動の危険因子を知ることが必要です。

心房細動の危険因子は、年齢・性別・高血圧症・肥満・喫煙・アルコール消費などがあります。心房細動の予防には、これらの危険因子を治療・除去することが大切です。高血圧症などの疾患や禁煙・節酒など生活習慣への介入が大切です。

具体的には、BMI 30以上で心房細動になりやすくなると報告されています。

BMI 30は、身長160cmで76.8kg、170cmだと86.7kgとなり

ます。太っている方は、今はよくても将来的に困ったことになる可能性がありますので、ダイエットしましょう。

また、1日のアルコール摂取量が10g増えるごとに心房細動の発症リスクが5%上昇すると報告されています。アルコール10gは、おおよそビール250mLです。毎日缶ビールを飲んでいる方は少し減らした方がよいと思います。



地域医療連携推進法人「岡山救急メディカルネットワーク」を

岡山県南東部医療圏(岡山市・玉野市・瀬戸内市・備前市・赤磐市・和気町・吉備中央町)ならびに美咲町・久米南町の救急医療の充実を図るために、心臓病センター榊原病院ならびに岡山東部脳神経外科病院で地域医療連携推進法人「岡山救急メディカルネットワーク」をスタートします。2021年4月1日付で岡山県より県下第1号の認可を受けました。

心臓病・大動脈疾患・脳卒中の断らない救急の円滑な診療連携を行ってまいります。岡山東部脳神経外科病院とは車で約10

分と病院相互が近いことを活かして、迅速な転院をはじめ、病態に応じて医療スタッフの派遣、診療支援など命を救うための医療を機動的に行うことが可能になります(従来は事前調整が必要で緊急時の対応が困難でしたが、地域医療連携推進法人であれば即時対応が可能になります)。もし移動が困難な状態であれば、専門医が他方の医療機関に赴き協働で治療にあたります。さらに診療だけでなく人材育成や物品調達など協力補完して、安心な医療とともに質の高い診療サービスを目指します。

Q 心房細動と脳梗塞の関係はありますか？

A 心房細動による自覚症状の有無は関係なく心房細動は脳梗塞のリスクとなります。

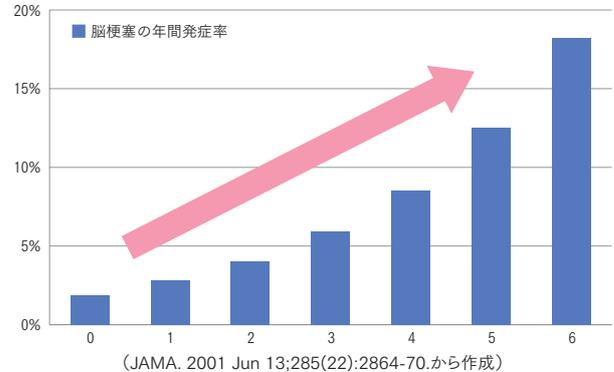
心房細動を発症した場合には脳梗塞のリスクをできるだけ下げることがあります。脳梗塞の危険因子は、心不全・高血圧症・75歳以上・糖尿病・脳梗塞の既往の5項目が有名で、それらを多く持っている人ほど脳梗塞のリスクが増します。これらの5項目を用いた脳梗塞のリスク評価として用いられる「CHADS2スコア」と呼ばれる指標があります。表のチェックのついた項目の点数の合計を計算します。例えば、80歳で高血圧症が指摘されている人は2点です。60歳で糖尿病、脳梗塞の既往のある人は3点となります。

CHADS2スコア チェック表

<input type="checkbox"/> 心不全	1点
<input type="checkbox"/> 高血圧症	1点
<input type="checkbox"/> 75歳以上	1点
<input type="checkbox"/> 糖尿病	1点
<input type="checkbox"/> 脳梗塞の既往	2点
合計	()点

CHADS2スコアが高いほど、脳梗塞の年間発症率が高くなります。心房細動を発症している人で、危険因子が無い人の場合、脳梗塞の年間発症率は1.9%、全て当てはまる人は18.2%となり、おおよそ10倍の発症率となります。脳梗塞のリスクを下げるには、CHADS2スコアを下げる必要があります。

● 脳梗塞の年間発症率(CHADS2スコア)



よそ10倍の発症率となります。脳梗塞のリスクを下げるには、CHADS2スコアを下げる必要があります。

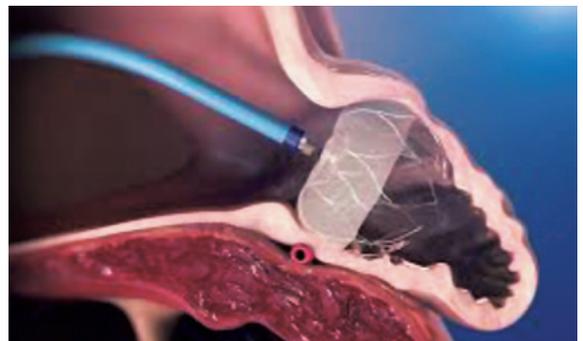
高血圧症や糖尿病に対する治療や生活習慣の改善は、心房細動による脳梗塞のリスクを下げるのみならず、心房細動自体の予防にもつながります。

Q 脳梗塞を予防するには？

A 脳梗塞の予防に血をサラサラにする薬を使用します。これを抗凝固薬といいます。

高血圧症、糖尿病の治療や生活習慣改善の努力をしても、体質などのため、どうしても管理できない場合があります。CHADS2スコアが1点以上の方には抗凝固薬が推奨されます。ただ、抗凝固薬は取り扱いが難しい薬ですので、心房細動の治療方針については循環器内科へご相談ください。

また、脳梗塞の予防に用いられる抗凝固薬には、皮下出血、消化管出血、歯肉出血などの副作用があります。出血のリスクが高い方は抗凝固薬が使えない場合もあります。当院では、そのような方に対する新しい治療(WATCHMAN:左心耳閉鎖術)も行っていますので、ご相談ください。



足から挿入したカテーテルと左心耳に留置したWATCHMAN
©2020 Boston Scientific Corporation. All rights reserved.

スタートします ～救急医療(心臓病・大血管疾患・脳卒中)の充実を図ります

循環器・脳卒中对策基本法

「健康寿命の延伸等を図るための脳卒中、心臓病その他の循環器病に係る対策に関する基本法」(2019年12月施行)

心臓病を含む循環器病と脳卒中の原因と予防策に共通点が非常に多く、いずれも発症後の迅速な治療が改善の鍵となる。リハビリテーションや再発・重症化予防が病客の生活の質の改善に繋がるなど、両者を一括して扱うことは理にかなっています。

この地域医療連携推進法人「岡山救急メディカルネットワーク」は2医療機関でスタートしますが、趣旨に賛同して頂ける医療機関であれば(公立私立を問わず)参加可能です。

連携医療機関のご紹介

岡山東部脳神経外科病院

〒701-2141
岡山県岡山市北区牟佐96-1
TEL:086-229-1188

平成10年5月に、県南東部地域に初めて脳神経疾患に特化した専門医療機関として開設、現在は岡山東部脳神経外科病院と岡山東部脳神経外科東備クリニックの運営を行っています。岡山東部脳神経外科病院では脳神経外科専門医を中心とした専門スタッフによる24時間365日の救急医療体制です。

心臓病センター榊原病院とは本年4月より地域医療連携推進法人を立ち上げ、救急をはじめ連携強化をしております。



診療時間	月	火	水	木	金	土	休診日
8:30~12:00	○	○	○	○	○	○	・土曜日午後 ・日曜日 ・祝祭日
15:00~18:00	○	○	○	○	○	休	

- 診療科目**
- 脳神経外科
 - 脳神経内科
 - 循環器内科 ※非常勤
 - 放射線科
 - リハビリテーション科
 - 麻酔科

榊原病院からのアクセス

車 | 約10分
バス | 宇野バス 美作線 三野校前 乗車→岡山東部脳神経外科病院前 下車

特別メニュー
春

安全でおいしい食事

ご入院中の病者さまにとって、お食事が「安全」「癒し」や「楽しみ」の時間になりますように

春のシラウオ、地産のシャコ、色とりどりの春野菜の減塩メニュー



献立(1例)

- ・菜の花の辛し和え
- ・わらびしんじょう
- ・筍の木の芽焼き
- ・シラウオと春野菜の天ぷら
- ・シャコと黄ニラの酢の物
- ・ご飯
- ・フルーツマトのレモン煮

エネルギー ……556Kcal
たんぱく質 ……23.7g
塩分 ……1.9g
主食量 ……150g

夕食

1食あたり追加料金 **650円(税込)** | 週7日 ※1日でもご利用可能 ※特室は無料

※ご利用には別途追加料金が必要です。
※お申し込み・ご質問は看護師へお申し付けください

