



日本医療機能評価機構  
認定番号 JCI1452号  
http://machida-city-hospital-tokyo.jp/

# まちだ市民病院

クォーターリー (季刊)

## Dr's message

### 小笠原 健文 歯科・歯科口腔外科担当部長にきく

初期治療は地域で、専門的治療は市民病院でー医療連携ー

◎ 歯科の仕事はイメージできるのですが、歯科口腔外科ではどのような診療をされているのですか。

▲ 歯科口腔外科は歯科の一分野で親知らず等の抜歯やがんの治療、インプラント、障がい者診療の他、リスクが高い有病者の手術を行なっています。

◎ 地域の病院や診療所との連携はいかがでしょうか？

▲ 紹介患者の割合は約60%と市民病院のニーズの高さが窺えます。地域の診療所で解決が難しい専門的な疾患を任せていただいております。市民病院と地域の診療所との間で明確な機能分担ができています。

◎ 開業医に向けた講演会を開催しているとのことですが、インプラント

▲ 年3回程度ですが、インプラント

トや口腔外科など関心の高いテーマについて、みなさん熱心に聞きに来てくださいます。

◎ 最近インプラントが話題になっています。

▲ 市民病院では地域の診療所から紹介された難しい症例を行うことが多いです。骨に穴を開けるわけですから、解剖学的な知識が求められます。

◎ 先生は警察に協力して身元確認のための歯牙鑑定もされているそうですね。

▲ はい。月1回程度、身元確認の依頼があります。もちろん私個人が引き受けているわけではなく、科として請け負っています。東日本大震災でも被災地を訪問し、身元確認のお手伝いをしました。

◎ 市民病院は歯科臨床研修施設でもあります。

▲ 市民病院の研修医は年30本くらい抜歯を経験しています。これは大学病院と比べても非常に多い件数です。障がい者診療や麻酔科での全身管理の研修などスキルアップを図る機会がたくさんあります。口腔外科学会の研修施設でもあり、認定医を取得することもできます。

◎ 障がい者が受診できる施設は少ないのでしょうか？

▲ 多くはありません。市内では健康福祉会館で毎週水・木曜日に歯科診療が受けられます。当院では通常の障がい者診療の他、毎週木・金曜日に全身麻酔や静脈内鎮静法が必要な患者さんを対象に診療をしています。

◎ 昔はムシ歯になるとすぐに抜歯する印象がありました。現在はどうですか？

▲ 治療より予防へ、というのが歯科全体の風潮です。最初の消化器官として歯をはじめとした口腔機能をできるだけ残したいと考えています。ただ、残念ながら市民病院の場合は抜かざるを得ない症状を治療することが多いです。

◎ 今後の目標は？

▲ 歯科医であっても患者の全身状態を見て対処しなければならぬ時代になりました。患者さんのニーズに何でも応えられるような人材を育成していきたいと思えます。また、総合病院ならではの入院患者向けの口腔ケアも充実させていきたいですね。

## 病気ガイド

舌の痛み  
歯科・歯科口腔外科

玉井 和 樹

不定愁訴は、「適切な診察や検査をおこなっても、その原因や病態を現代医学では明らかにできない症状」と定義されています。一般的に、口腔内の不定愁訴として出現しやすい身体症状の中で、私たち歯科口腔外科医が遭遇する疾患には、舌痛症、口臭症、口腔乾燥症、味覚障害、口内痛などがあります。この中には、口腔内に明らかな器質的な異常(口内炎、カンジタ症、舌癌、口腔乾燥による乳頭の消失、歯の鋭縁などの局所的因子による疼痛等)を呈するものもありますが、特に、舌の痛みに関しては、これら目に見える異常を呈しないものが舌痛症と診断されています。

舌痛症は、一般的に40歳以降の更年期の女性に多く、症状は舌先部から舌全体にかけて認められ、特に舌側縁部から舌根部にかけてピリピリ、チクチク、ヒリヒリといった慢性的な痛み、灼熱感やしびれが生じる病気です。舌痛症の診断において、前述の他疾患を見逃さないためにも舌痛の原因となる局所的因子がある場合は、その治療を優先してから行うことが原則です。また、特に精神症状の強い患者さんに対しては、精神科との連携も考慮する必要があります。治療にあたっては、私たち歯科口腔外科医による器質的原因のスクリーニング(疑わしい疾患を探索する検査)を受けてください。

市民公開講座 (12月7日開催)

# 糖尿病 最新の話



内分泌・糖尿病担当部長  
**伊藤 聡**

糖尿病とは血糖値が慢性的に高くなる病気です。放置しますと動脈硬化が起こり、ひいては合併症に至ります。治療の目安になるのは血糖値です。しかし血糖値は食事や運動の影響を受け、一日の中でも大きく変化します。従いまして1〜2ヶ月の平均の血糖値を表す指標としてHbA1c（ヘモグロビン・エイワンシー）を用います。今までは「血糖値とHbA1cは低ければ低いほどいい」として、HbA1cを下げるようにしてきました。確かに糖尿病の診断直後からHbA1cを積極的に下げると、心筋梗塞が13%減るなど、メリットがあります。しかし、近年、HbA1cは



低ければ低いほどいいという考えに疑問がもたれています。患者さんの状態にかかわらず、HbA1cを下げた結果、低血糖が多くなり、体重が増えて、かえって死亡率が上がったという報告も出てきました。それらを踏まえて2013年現在では、HbA1cの目標値は患者さんの状態によって6%未満、7%未満、8%未満の三つのいずれかを指すこととなり、糖尿病治療の目標である合併症を予防して健康な人と変わらない人生を送るためには7%未満を目指すということになっています。

# 糖尿病で失明しないために



眼科医長  
**保坂 大輔**

糖尿病による眼の合併症で最も重大で、失明につながる恐れのある合併症が糖尿病網膜症です。現在は失明原因の第2位になっています。糖尿病を発症してから10年ほどすると、約半数の患者さんが糖尿病網膜症を合併します。高血糖により毛細血管が障害され、初めは小さな眼底出血がみられる様になります。さらに進行すると毛細血管の閉塞範囲が広がり、網膜が虚血（酸欠のような）状態になります。この時期になると眼科的な治療（レーザー治療）が必要となりますが、それでも放置すると新生血管が生じて硝子体出血をおこしたり、増殖膜が生じて網膜剥離

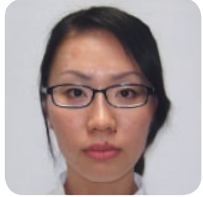
をおこしたりします。ここまで進行すると失明の危険性が高くなり、硝子体手術などの治療をしても残念ながら見にくい状態が残存します。

糖尿病網膜症で一番問題となるのは、重症になるまで自覚症状が出ない事です。他の眼疾患では視力低下に気づいて病院にかかるのが普通ですが、糖尿病網膜症では症状が出た時点ですでに適切な治療時期を過ぎてしまっています。糖尿病で失明しないために一番大切なことは、糖尿病と診断された時点ですぐに眼科を受診し、症状がなくても指示された間隔で定期的を受診することです。

## 新任医師紹介

- ① 診療科
- ② 趣味
- ③ 自己PR

カサミサキ  
スア  
明日香  
大坪



- ①麻酔科
- ②読書
- ③今後とも頑張りますので、宜しくお願いします。

# 町田市民病院からの お知らせ

## KYT（危険予知トレーニング）を実施しました

2013年10月28日から31日にかけて、町田市民病院で働く全職員を対象にKYTを実施しました。KYTは危険へのリスクセンスを高め、安全な医療を提供することを目的として毎年行なっているものです。輪注ポンプの取り扱いから正しい手洗いの仕方まで、病院職員がリスクを回避する行動を取ることで、医療を受ける側である患者さんのリスクも低下します。安心・安全な医療を提供し続けるために、今後ともKYTを実施していきます。





スタッフ集合写真



### 手術前後の患者さんをサポート

東棟の6階には50床の外科系の病棟があります。『外科イコー手術』というイメージの通り、手術をされる患者さんはもちろんですが、手術の後、治療を継続する患者さんの看護もしています。食道から胃・十二指腸・小腸・大腸、肛門・膀胱・肝臓・胆嚢などの消化器から、肺や乳房・甲状腺・鼠径ヘルニアなども手術の対象です。看護師は、患者さんの手術にむけての準備から、手術後の痛みの緩和、退院後の生活についての指導まで手術全般のケアを行っています。

消化器の手術を受けた患者さんの中には、生活習慣を変えなければならぬ方も多くいらっしゃいます。例えば胃の手術後は、小さくなった胃のために、今までのように一度にたくさん量を食えることができません。一日3回の食事の量を少なくして6回に増やし、一日分の栄養を分割して補うようになります。栄養士との栄養相談の後、一口の分量や飲み込むまでの咀嚼回数や時間など、私

第3位、女性では第2位(2011加傾向で、がんの中でも男性では

## 人工肛門(ストーマ)って何?

食の欧米化に伴い、日本でも大腸がんと診断される患者さんが増加傾向で、がんの中でも男性では

人工肛門(ストーマ)を作る手術を受けられる患者さまへ		様 2012年4月改定									
		手術日									
入院経過	入院当日	手術前日	手術後	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6~10日目	(退院日) 12日前後	
安静・活動生活	病院内自由	病院内で過ごすください	ベッド安静	病院内自由	病院内自由	病院内自由	病院内自由	病院内自由	病院内自由	病院内自由	
食事	食事が出ます	食事が出ません	水を飲まないでください	医師の指示により	流動食→五分粥	全粥→常食	常食	常食	常食	常食	
内服	常用している内服薬は継続して頂きます	下剤を内服します	内服は中止となります	水分開始とともに再開する内服薬があります	水分開始とともに再開する内服薬があります	水分開始とともに再開する内服薬があります	水分開始とともに再開する内服薬があります	水分開始とともに再開する内服薬があります	水分開始とともに再開する内服薬があります	水分開始とともに再開する内服薬があります	
排泄	シャワー浴	シャワー浴	体をかきま	体をかきま	体をかきま	体をかきま	体をかきま	体をかきま	体をかきま	体をかきま	
注射・点滴	あり	点滴をします	朝から点滴をします	一日中点滴をします	一日中点滴をします	一日中点滴をします	一日中点滴をします	一日中点滴をします	一日中点滴をします	一日中点滴をします	
検温	1回/日検温	朝7時	朝7時	朝7時	朝7時	朝7時	朝7時	朝7時	朝7時	朝7時	
検査	必要時検査が勧められます										
治療・処置	人工肛門の位置を決めます	洗剤に替替え、ストーマを貼ります	ストーマを貼ります	ストーマを貼ります	ストーマを貼ります	ストーマを貼ります	ストーマを貼ります	ストーマを貼ります	ストーマを貼ります	ストーマを貼ります	
患者・家族への説明・教育	口外科医師より手術の説明(家族同席)	口外科医師より手術の説明(家族同席)	口外科医師より手術の説明(家族同席)	口外科医師より手術の説明(家族同席)	口外科医師より手術の説明(家族同席)	口外科医師より手術の説明(家族同席)	口外科医師より手術の説明(家族同席)	口外科医師より手術の説明(家族同席)	口外科医師より手術の説明(家族同席)	口外科医師より手術の説明(家族同席)	

退院後も、人工肛門の指導やケアを継続的に行っています。

病棟には『皮膚排泄ケア認定看護師』という人工肛門について専門の資格を持っている看護師が在籍しています。入院中はもちろん

2年厚労省統計)と多い病気で、大腸がんのために肛門から排泄が出来なくなってしまう場合、お腹に腸の出口を作ることがあります。これを「人工肛門(ストーマ)」といいます。お腹に専用の袋をつけて排泄する事になりますので、排泄習慣が大きく変わってしまいます。患者さんが退院後の生活でお困りにならないように、手術後の心身の状態が落ちた頃より、セ

循環器科部長 黒澤利郎 日本人の死因の第1位は悪性新生物すなわち癌、そのあと心疾患、肺炎、脳血管疾患と続きます。このうち心疾患と脳血管疾患の多くは動脈硬化の結果引き起こされ、また死に至らない脳卒中で苦しんでいる方もたくさんいます。この動脈硬化を進展させる要因が高血圧症、糖尿病、脂質異常症(高コレステロール血症)、喫煙で、そのため世界中でこれらの予防や治療に取り組み、禁煙運動が行われているのです。

さて高血圧ですが、血圧正常とは家庭血圧が135/85mmHg未満でかつ診察室血圧140/90mmHg未満です。両方が基準値以上なら高血圧です。上の血圧でも下の血圧でもこの数字を上回らないことが肝心です。家庭血圧で一番大切なのは朝起床後1時間以内、排尿後ちよつと一休み、そして食事や薬を飲む前の血圧です。そして家庭血圧が正常にもかかわらず診察室での血圧が高い方を白衣高血圧といい、逆に診察室血圧が正常でも家庭血圧が高い方を仮面高血圧といいます。つまり仮面高血圧は診察室で測った血圧では見つけ出せず、しかもこの仮面高血圧は未治療高血圧と同じくらい脳卒中の確率が高いのです。診察室血圧が高くても将来心臓発作や脳卒中を起こしやすいかどうか判らない、家庭で測定した朝の血圧が高い人は心臓発作や脳卒中を起こしやすい、ということ。家庭で毎日測定した血圧が十分に下がってこそ有効な高血圧治療なのです。是非、日々の血圧を家庭で測定し、そのデータを基に主治医と相談しながら血圧管理を行うようにしましょう。

### 家庭血圧測定のおすすめ

# 基本理念

## 患者さま中心の医療

患者さまの人権を尊重し、「患者さま中心の医療」ならびに「患者さまと共に創り出す医療」を目指します。

## 安全で良質な医療

医療従事者によるチーム医療を展開し、健全経営に努め、医の倫理を守り、安全で良質な、心のこもった医療を遂行します。

## 地域社会に貢献する医療

公的な基幹病院としての使命を果たし、医療連携を推進し、教育・研修活動と市民の健康増進の啓発に努めます。

# 患者様の権利

町田市民病院は、すべての患者様の生命と健康を守るため、次に掲げる権利を尊重し、患者様との信頼関係に基づき、協働して医療に取り組んでまいります。

1. 基本的人権が尊重され、良質で適切かつ安全な医療を公平に受ける権利があります。
2. 病気、検査、治療、看護、見通しなどについて、わかりやすい言葉で、納得できるまで説明と情報提供を受ける権利があります。
3. 十分な説明と情報を受け、治療方法などを選び、または、拒否する権利があります。
4. 個人の情報が厳密に保護され、自分のプライバシーが尊重される権利があります。
5. 自分が受けている治療や診断について、他の医師の意見を求める権利があります。

# 患者満足度アンケート結果

当院の医療サービスに関して患者さんの評価や満足度を把握するため、アンケート調査（設備・環境、医療安全、食事、職員の対応等）を実施いたしました。実施にあたり、多くの患者さんやご家族にご協力をいただき厚くお礼申し上げます。

なお、アンケートは無記名で設問（原則5段階評価）と自由意見で構成しました。

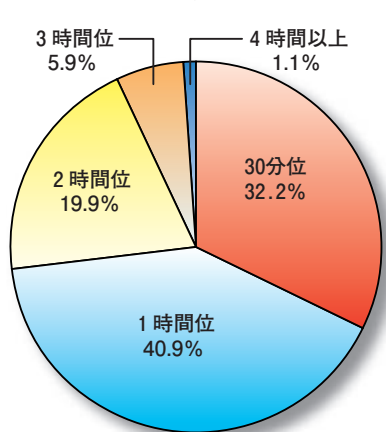
## ● 外来アンケート（回収444人分）

【全項目の平均評価】4.31（前回4.04）

高かった項目「職員の対応」  
低かった項目「案内表示」

昨年度の外来アンケートで評価の低かった待ち時間について、受付から診察までに要した時間をお聞きしたところ図1のとおりでした。

図1 受付から診察までの時間



併せてお聞きした「どの程度の時間まで許容できるか」という設問では、74%の方が1時間以内であれば許容できるとの回答でした。

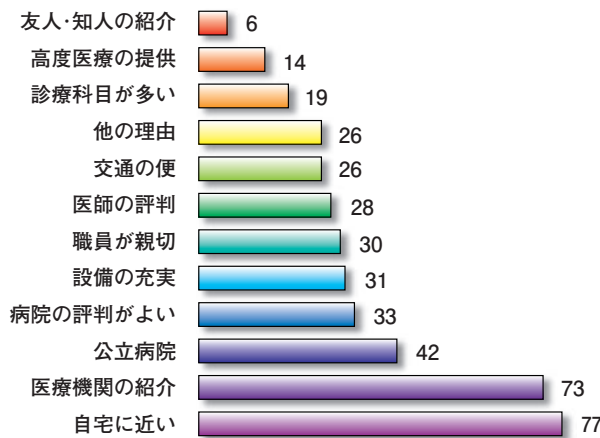
## ● 入院アンケート（回収203人分）

【全項目の平均評価】4.49（前回4.27）

高かった項目「療養環境」  
低かった項目「職員の対応」

入院患者さんが当院を選んだ理由は図2のとおりで、かかりつけ医などの医療機関からの紹介が上位につけました。患者さんが、かかりつけ医（一次医療機関）を受診した後、町田市民病院（二次医療機関）で紹介されるという医療連携の仕組みが広まってきているように思われます。

図2 入院患者さんが当院を選んだ理由（複数回答可）



今回は昨年度のアンケート結果を受け、上記待ち時間に関する設問等、評価の低かった項目について重点的に回答を得るなど、アンケート内容に改良を加えました。また、自由意見欄には今年も患者さんからの確なご意見、ご要望を沢山いただきました。これら調査結果を参考に業務改善に取り組み、更なる医療サービスの向上に繋がってまいります。

# つくって元気！ 楽笑レシピ

## 牡蠣のミルクスープ “海のミルク”とも言われる冬の食材、牡蠣。スープで体の中から暖まりましょう。

### ＜材料（2人分）＞

- 牡蠣 6～8個
- ほうれん草 50g
- 玉ねぎ小 1/2個
- 人参中 1/4本
- 水 200ml
- 牛乳 150ml
- 淡色味噌 小さじ1強
- オリーブオイル 小さじ1
- 塩、こしょう 少量

### ＜作り方＞

- ① 牡蠣は塩（分量外）をふって汚れやぬめりをとり、冷水で水がキレイになるまですすぎ、ザルに上げる。分量の水を鍋に沸かし、牡蠣を入れ5分程ゆで、ゆで汁と牡蠣をわけておく。
- ② ほうれん草は下ゆでし、3～4cmにカットする。玉ねぎは薄切りに。人参はいちょう切りにする。
- ③ 鍋にオリーブオイルを熱し、玉ねぎ、人参を炒め、ゆで汁を加えて野菜が柔らかくなるまで煮る。
- ④ 牡蠣、ほうれん草を加え、牛乳を入れてひと煮する。
- ⑤ 味噌を加え、塩、こしょうで味を整えてできあがり。

### ★ワンポイントアドバイス★

- ☆味噌を入れずに仕上げると、あっさりとした味わいになります。
- ☆牡蠣はカルシウムや鉄、タウリン等様々な栄養素が含まれています。とくに豊富な亜鉛は、不足すると味覚障害や免疫機能の低下にもつながる重要なミネラルです。

1人分157kcal・塩分1.2g  
町田市民病院栄養科：鈴木

