すべては患者さんのために

みなみなねっと

2023 12月号

発行：社会医療法人 将道会 総合南東北病院

〈写真：BLS（一次救命処置）研修が行われました〉
詳しくは2ページをご覧ください

- てんかんについて　脳神経内科　浪岡 靖弘
- BLS（一次救命処置）研修が行われました
- 山口和之さんのいきいきコラム
  AI・ICTが変える医療・リハビリテーション
- ワンポイントリハビリ　ゴムバンドを使った運動
  リハビリテーション科　理学療法士　白石 陽樹
- わたしのまちの頼れるクリニック
  ——三浦クリニック
- レシピ紹介　コーンチャウダー

社会医療法人 将道会 総合南東北病院
〒989-2483 宮城県岩沼市里の杜1丁目2番5号
TEL：0223-23-3151　FAX：0223-23-3150

随時更新中
当院ホームページへアクセス
岩沼　総合南東北病院　検索
http://www.minamitohoku.jp/

てんかんについて

総合南東北病院
脳神経内科　浪岡 靖弘

てんかん、と聞くとどのようなことを思い浮かべるでしょうか。なかなかイメージのつかない方も多いかもしれませんが、医療者では突然意識を失ってけいれんする疾患というイメージの方が多いでしょうか。

てんかんは、脳の神経細胞が過剰に放電することにより、けいれんや意識を失うなどの発作が一時的に出現し、その発作を繰り返すことが特徴である疾患です。

生涯で1回でも発作を経験する人は人口の約10%、てんかんの診断となる人は約1%で日本には60万～100万人（1000人に5～8人）いると言われています。

発作の内容は人それぞれであり、意識を失うこと以外にも、腕や脚をガクガクさせる・突っ張らせるようなけいれん、口をもぐもぐさせてぼーっとする、言葉が出なくなる、初めて遭遇することが前に経験したかのように感じるなど、放電する脳の部位に応じて様々な症状が出現すると考えられています。（この症状があるからてんかん、というわけでは必ずしもありません）

また、特に高齢者の方ではけいれんは伴わないものの、ぼーっとする症状や意識の悪い状態が続く発作がみられることもあり、これもまた必ずしも「意識が悪いからてんかん」というわけではありませんが注意が必要です。

治療としては、内服薬による治療が一般的です。内服薬による治療で約70%の方が発作を抑えられているといわれています。

2000年以降、以前と比べると比較的副作用の少ないてんかんのお薬が増えてきていることもあり、以前と比べると治療の選択肢は増えてきました。

その他にてんかんの方では、薬代など医療費の負担を軽減する自立支援医療制度、福祉・就労支援サービスや各種減免のための精神障害者保健福祉手帳の活用、特に内服による治療でも発作がつづいている方の場合は障害者年金制度の活用など生活を支える福祉制度があります。

気になることがあれば日本てんかん協会のWebページや、医師や病院の相談員にもご確認ください。

まだまだ、身近にてんかんの方がいないと情報にふれる機会も少なく、人によってはてんかんに対する認識が不十分なばかりに理解を得られなかった経験のある方もいるかもしれません。最近では毎年3月26日のパープルデーなど普及活動も活発になってきています。より多くの人にてんかんのことを知ってもらい、理解し合える社会になればと思います

BLS（一次救命処置）研修が行われました

令和5年10月13・17・25日の3日間、一部職員向けの救命講習「BLS研修会」が行われました。救急看護認定看護師 西谷佳功さんをはじめ、医療安全管理室・院内蘇生委員会の看護師らが講習にあたりました。心肺蘇生法の手順やＡＥＤの取り扱い方などが説明され、シミュレーターを用いて受講者も実践的に学びました。

講師の西谷さんは「救命処置において一番重要な胸骨圧迫は、強く・早く・絶え間なく・完璧な圧迫介助が重要なポイントです。」と話し、受講者もポイントを意識しながら実技に取り組みました。

研修終了後、受講者からは「胸骨圧迫の強さや早さを体で覚えることができた。」「一次救命処置の一連の流れを再確認することができた。」「AEDの手順について理解することができた。」といった声が聞かれました。この講習会は毎年10月頃実施され、職員の知識と技術の習得に努めています。

山口和之さんの いきいきコラム

AI･ICTが変える 医療･ リハビリテーション

山口 和之 やまぐち・かずゆき

元衆議院議員・元参議院議員・南東北グループGM・理学療法士・介護支援専門員。30数年前、福島県立医科大学病院から南東北脳神経外科病院（現在の一般財団法人 脳神経疾患研究所附属 総合南東北病院）のリハビリテーション部門立ち上げに招聘される。以後、予防、治療、リハビリテーション、地域ケアにおいて当グループの発展に尽力。

近年、医療をテクノロジーの力で支える取り組みが注目されています。診療でのAI（人工知能）活用もその一つです。症例についての膨大なデータをAIが学習することで、診断にかかるまでの時間を大幅に短縮することや、医師が指摘できない原因をAIが発見することも可能になります。治療開始までの時間を短縮することや治療の選択肢が増えるなど、患者側にもメリットがあります。もちろん、患者との対話の中から状態の変化に気づくことや、患者の精神的な支えになることはAIなどのテクノロジーでは代替できません。医療がいかにAIやビッグデータをツールとして活用することができるのか、医師の働き方もテクノロジーの進化とともに大きな変革期を迎えています。

平成30年4月にオンライン診療も診療報酬に組み込まれ保険適用となりました。テレビ電話などを使って患者と通信し診療します。遠隔医療と言えば、へき地や離島などを想定していましたが、地域に限定することなく、自宅でオンライン診療を受ける枠組みが作られました。ただ、どんなケースでも保険適用となるわけではなく、主な疾患が糖尿病や高血圧など慢性疾患であること、同一の医師が6か月間継続して診療し、状態が安定していると判断しているなど、一定の条件が必要になります。保険適用の対象となる患者も限られます。

この状況を受けて、対象疾患の見直しなどが検討されていますが、どこまでをオンラインで保険適用にしていくかが大きな課題になっていきそうです。在宅診療でもオンラインを組み合わせ、これまで月2回訪問していた訪問診療を月1回の訪問と月1回のオンライン診療に切り替えることも多くなりました。移動時間の削減で受け入れ可能な患者の数を増やすこともでき、訪問看護ステーションやケアマネジャーなどとの連携を図ることや、緊急対応などにより多くの時間を割くことができるようになるでしょう。医療やリハビリテーションを必要とする患者を誰一人取り残さないためにICTを活用し、医療やリハビリテーションを身近に感じられる社会環境づくりが求められます。

ワンポイント
リハビリ

ゴムバンドを使った運動

リハビリテーション科　理学療法士　**白石 陽樹**

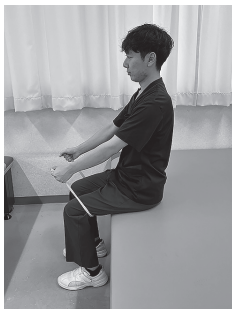
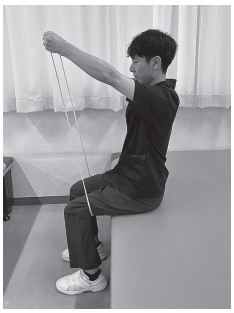
今月は筋力を維持するためのトレーニングとして、室内で簡単にできるゴムバンド（※）を使った運動をご紹介します。

※ゴムの抵抗を負荷として利用し、筋力トレーニングなどに使用するゴム製のトレーニング用バンドです。100 円ショップや福祉用具施設、スポーツ用品店などで購入できます。

1. 上半身のトレーニング

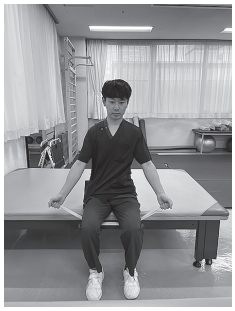
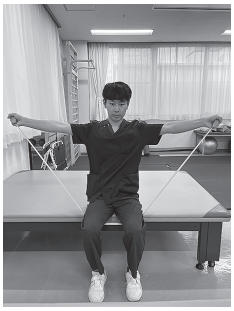
・腕を上げる運動

①ゴムバンドを太ももの下に通し、両手でバンドの端を持ちます。
②両手を天井の方へ上げます。
→肩を動かす筋肉（三角筋や肩甲挙筋）を鍛えることで肩こりの軽減が期待できます。

・腕を横に広げる運動

①ゴムバンドを太ももの下に通し、両手でバンドの端を持ちます。
②両手を横に広げ、肩と水平の高さまで上げます。
→肩を横に広げる筋肉（三角筋や棘上筋）を鍛えることで肩こりの軽減が期待できます。

2. 下半身のトレーニング

・足を横に開く運動

①両足を揃えて椅子に座り、ゴムバンドを太ももに結びます。
②膝をゆっくり横に開きます。
→お尻の筋肉（中殿筋）を鍛えることで歩く際の安定性が向上し、転倒の予防に繋がります。

・足首の運動

①ゴムバンドを両足の指と土踏まずの間に引っ掛けて、バンドの端を両手で持ち上げます。
②つま先を床につけるようにして上下に動かします。
→ふくらはぎの筋肉（腓腹筋・ヒラメ筋）を鍛えることで、歩行時の足の振り出しがスムーズになることが期待できます。

・各運動を10回1セットとし、3セットを目安に行います。

ポイント

・少ないセット数でも毎日継続して実施するよう心がけてください。
・痛みがある日や体調が優れない日は無理せずに中止しましょう。

【参考文献】1）伊藤克浩，中谷知生，他：理学療法ガイドライン．医学書院，2021，pp597-598，605-606
2）神崎恒一：高齢者の転倒予防．日本老年医学会，2010；47：137-139

＜登録医紹介＞

わたしの まちの

頼れるクリニック

三浦クリニック

院　　長	三浦　俊治
住　　所	亘理郡亘理町字新町53-2
電話番号	0223-33-1811
診療科目	透析科、内科、外科、消化器科、肛門科

当クリニックは今年8月で開院して丁度20年になりました。

総合南東北病院の皆様にはこの20年間、様々にサポートしていただき誠にありがとうございます。特に患者様の紹介、逆紹介ではいろいろご指導いただき大変助かっております。この場を借りて御礼申し上げます。

私は25年間の勤務医経験後の開業でしたので、当初は「これから20年ゆっくりと診療を」と考えておりました。しかし東日本大震災や新型コロナウィルス感染症の蔓延などの大事件が繰り返されるのは想定外でした。勤務医の時とは全く異なる「忙しさ」を経験しております。

透析医療は1人週3回、どのような事があっても医療提供を続ける必要があります。従ってライフラインを脅かす地震や台風にはいつも「ドキドキ」させられておりました。また患者さんがCOVID-19に感染しても透析を休むわけにはいきません。

そこで安心して透析医療を続けるために、5年前に自家発電機を装備しました。さらに新型コロナウィルス感染症の診療に対応すべく昨年9月に新診療棟を新築致しました。新診療棟では発熱外来専用の診療室を用意しました。また透析部門では隔離透析用病床を2床にし、複数の透析患者様の感染にも対応可能と致しました。災害や感染症に対応した施設と自負しております。

今後も引続き地域医療に貢献すべく当クリニック職員とともに日々努力してまいりますので何卒よろしくお願い申し上げます。

Q 医師になったきっかけ
A 私の母は私を出産後6ヶ月、39歳で他界しました。原発巣不明のがん性腹膜炎でした。その時18歳だった兄は医学部に進学しました。その兄に勧められて医師の道を選択しました。（兄は18歳年上です）

Q 現在地で開業した理由
A 亘理郡内に透析施設がなかったためです。

Q 日常診療で心掛けている事
A 早期発見、早期治療。

Q 特に力を入れている診療分野
A 総合診療。

Q 休日の過ごし方
A ゴルフやテニスで汗を流し、ビールを飲む。

Q 座右の銘
A 融和

Q 尊敬している人
A 全ての恩師、富田幸男先生（研修医時代の恩師）、葛西森夫先生、田口喜雄先生、岡崎肇先生、関野宏先生、Dr. Rapaport（NY州立大学）

Q 子供の頃の夢
A 国際航路の船長、受験勉強しているうちに近眼が酷くなり断念。

現在医師3名、外来看護師6名、透析看護師7名、臨床工学技士4名、合計20名の医療スタッフで人工透析と一般外来の診療を行っております。

受付時間	月	火	水	木	金	土
9：00～12：00	○	○	○	○	○	○
14：00～17：30	○	○	○	16時迄	○	16時迄

※日曜・祝祭日は休診になります。

レシピ紹介

寒い季節に温かい

コーンチャウダー

栄養管理課

[材料　4人分]

じゃがいも……1個
玉葱……1/2個
人参……1/2本
ブロッコリー……1/4個
ベーコン（ハーフサイズ）
……4枚
コーン缶……1缶
コンソメ……1個
水……200cc
牛乳……300cc
サラダ油……大さじ1
小麦粉……大さじ2
バター……10g

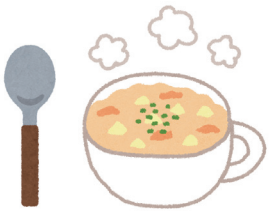
作り方

①じゃがいも、人参、玉葱、ベーコンは1cm大の角切りにする。
②ブロッコリーは小房に切って茹でておく。
③鍋にサラダ油を入れて熱し、①をしんなりするまで炒める。
④③に小麦粉を入れ粉っぽさがなくなるまで全体になじませる。
④水、牛乳、コンソメ、コーン缶を入れ、野菜に火が通るまで中火で煮る。
⑤②とバターを入れ、溶かす。

栄養価（1人分）
エネルギー：190kcal　塩分相当量：1.0g

チャウダーはアメリカ合衆国が発祥と言われています。魚介類やじゃがいも、ベーコン、クリームなどを入れて煮込んだ具沢山のスープです。アサリなどの二枚貝を入れるとクラムチャウダー、白身魚を入れるとフィッシュチャウダー、ベイクドビーンズを入れるとビーンズチャウダーになります。また、生クリームを多く入れたり、トマトを使って作る地域もあります。

寒い時期は温かいスープを食べて身体を内側から温めましょう。



医師紹介

令和5年11月1日付で、当院に着任した医師を紹介します。

渋谷　拓見（しぶや たくみ）
診 療 科…内科
専門分野…循環器
ひとこと…岩沼の地域医療に貢献できるよう頑張ります。
よろしくお願い致します。

10月の救急車搬入件数

岩　沼	52(60)台	仙　南	23(　29)台
名　取	48(44)台	その他	3(　5)台
亘　理	49(57)台	合　計	175(195)台

※（　）内は令和4年10月の件数

個人情報保護法施行により、紙面に掲載されている写真はご本人の承諾を得て掲載しております。