

だより

東名古屋病院

第84号

2021年7月発行

理念

私たちは、医の倫理を守り、患者さんの気持ちを尊重し、より質の高い医療を提供します。

基本方針

- ① 患者さんへの医療内容の説明と患者さんの同意を医療の基本とします。
- ② 地域に密着し、心の触れ合いを大切にした医療を提供します。
- ③ 常に自己研鑽に励み、医療人としての専門的知識・技術の習得に努め、皆様に信頼される安全で最新の医療を提供します。
- ④ 健全な経営を維持して療養環境の整備に努め、安心して快適に療養できる病院を目指します。



表紙の花「ブーゲンビリア」

CONTENTS

巻頭言／コロナ禍での心のやすらぎ

地域医療連携室だより／障害者手帳について

情報提供／言葉のリハビリでますます健康に
いつまでも自分らしさを忘れずに
～言語聴覚士のリハビリ～

トピックス／『ほくろのがん』の話

栄養管理室からのお知らせ／日本人の食事摂取基準改定と当院の食事について



言語聴覚士の
リハビリ



栄養管理室からの
お知らせ



独立行政法人 国立病院機構
東名古屋病院
NATIONAL HOSPITAL ORGANIZATION
HIGASHI NAGOYA NATIONAL HOSPITAL

〒465-8620

名古屋市名東区梅森坂5-101

TEL 052-801-1151 FAX 052-801-1160

ホームページ <https://higashinagoya.hosp.go.jp/>





コロナ禍での心のやすらぎ

内科系診療部長 山田 憲隆

満開の桜の季節になると人々が花見に訪れ、休日には持参した弁当を食べながらベンチでゆっくり休む姿が見られる。小雨とともに春一番の突風で花びらが散っていく様子も何とも風情があってよい。わずか1～2週間の開花期間であるが、散った後には一気に葉が芽吹いてくる。したたるような新緑の時季になると、つつじやさつきの花が鮮やかに咲き誇る。若葉が目染みくるとはこの風景だろう。夏になるとセミの鳴き声が割れんばかりに聞こえてくる。巨大なカブト虫やクワガタ虫に出くわすこともある。古代ギリシャの医者につつま「ヒポクラテスの樹」に出会うと、身が引き締まる思いになる。高台から夜景を見ると、遠くに高層ビルや東山タワーのライトアップがせん望される。紅葉狩りの季節になれば桜が紅葉する。同じ頃四季桜がひかえめに開花する。秋の花見である。様々な広葉樹も赤、黄、緑と変化し、そのグラデーションが非常に美しい。12月初雪が見られる頃には、紅葉に雪が薄っすら覆われるとこの世の絶景に出会える。藤棚の傍にある凍った池にも雪が降り積もる。翌朝快晴になると真っ青な空と雪化粧で白銀の世界に変わる。

すべて当院の敷地内でみられる四季の移り変わりです。すばらしい自然の中で職員だけでなく、患者さんもこうした環境の中で入院生活ができます。年中自然を楽しむことができます。新型コロナウイルス感染症が日本で発生してから約1年半経過しますが、このような自然の中で心のやすらぎを得ながら過ごせたことが一番の収穫となりました。

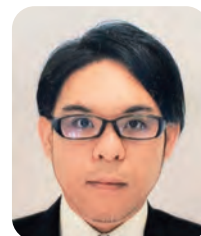
コロナ禍の中社会は分断され、閉塞感がただよっています。新型コロナウイルスはいずれ感染性、病原性が弱まり、季節性インフルエンザや風邪ウイルスのように人間に定着する感染症となるでしょう。新型コロナウイルスは火の見えない火事のようなものです。人流を抑制しなければウイルスはどんどん変異し、感染性、病原性が増してきます。ワクチンは流行収束への希望の光と言えますが、現在接種が進むワクチンはコロナ禍のごく初期に開発されたものですから、変異速度の速いウイルスに対する効果は変わってくると考えられます。ワクチンにより一定程度まで感染者を抑えることはできますが、ワクチンだけではイタチごっこになる可能性もありますので、ワクチン接種後も感染対策を続けていかなければなりません。基礎疾患のない健康な人を対象としたワクチンの発症予防効果、重症化予防効果は確認されていますが、無症候性感染者に対する感染予防効果、罹患やワクチン接種で得られた免疫の持続期間については今後の研究結果が待たれます。副作用の少ないワクチンの開発、さらに治療法が確立されればやがて収束(定着)に向かっていくでしょう。それまで時間稼ぎをするしかありません。

長い自粛生活で心身の不調をきたし、コロナうつになられる患者さんも増えています。正しい情報入手し冷静に行動していくことが肝要です。ウイルスと闘うのではなくウイルスとの共生が必要になります。緑豊かな自然の中は空気がおいしく感じられ、癒されます。皆様といっしょにコロナ禍を乗り越えていきましょう。



地域医療連携室だより

障害者手帳について



医療社会事業専門員 船橋 良太

地域医療連携室には医療ソーシャルワーカーが配置されており、患者さんやそのご家族、地域の介護事業所等からのご相談をお受けしています。

介護保険サービス利用の相談の次に、よくご相談いただくものの一つに障害者手帳の申請相談があります。今回は障害者手帳について簡単にご案内させていただきます。

障害者手帳は、病気やケガ等で何らかの障害を持ち、自立が困難な方や、日常生活に支援を必要とする方に対して自治体から交付される手帳です。一般に障害者手帳は「身体障害者手帳」、「療育手帳」、「精神障害者保健福祉手帳」の3種類の手帳の総称であり、病名や状態によって交付される手帳の種類が異なります。

それぞれの手帳の制度が出来た時期や、制度を定めている法律が異なる為、申請方法や有効期間、受けられる支援の内容も異なりますが、いずれの手帳をお持ちの場合でも障害者総合支援法の対象となり、様々な支援やサービスを受ける事が出来るほか、各自治体や事業者が独自に提供しているサービスがあれば、それらを受けることも出来ます。

身体障害者手帳

身体障害者手帳は身体障害者福祉法の規定に基づき、身体の機能に一定以上の障害があると認められた方に交付される手帳です。原則として更新はありませんが、障害の状態が軽減されるなどの変化が予想される場合には、手帳の交付から一定期間を置いた後、再認定を実施することがあります。

療育手帳

療育手帳は療育手帳制度に基づき、児童相談所または知的障害者更生相談所において、知的障害があると判定された方に交付される手帳です。

※自治体によって呼び方の名前が異なる場合もあります。
名古屋市では愛護手帳

有効期限は自治体ごとに年齢に応じて異なりますので、申請手続きの際には時期の確認をしておくことと安心です。

精神障害者保健福祉手帳

精神障害者保健福祉手帳は精神保健福祉法に基づき、一定程度の精神疾患の状態にあつて、日常生活に配慮が必要な方に対して交付される手帳です。有効期間は2年間で、2年ごとに更新の手続きが必要となります。

申請手続きの詳細は自治体によって異なる為、お住まいの市区町村の公式ホームページをご確認いただくか、窓口への相談等を事前に行つて必要書類をそろえておくことで円滑に手続きを行う事が出来ます。

障害者手帳を提示することで「税金の軽減」「公共料金の割引や助成」「障害者雇用枠の応募」等、様々なサービスが受けられるメリットがありますが、手帳の種類や等級、所得状況によって内容が変わります。詳しくは手帳の交付時に配布されるガイドブックや、市区町村の障害福祉の窓口などで確認をするようにしてください。

障害者手帳を持つことでのデメリットをあげるとすれば「心のバリア」かもしれません。

交付を受けることや、福祉サービスを利用することに抵抗のある方もいらっしゃると思います。取得したことでご自身の障害を受け入れなければという見えないプレッシャーを感じることもあるかもしれません。

手帳の取得は任意であり、必要性を感じた際にはまず主治医の先生に手帳の申請の可否についてご相談いただくのが良いと思います。当院地域医療連携室の医療ソーシャルワーカーも申請方法や更新手続きについてのご相談をお受けしております。お気軽にお越しください。

障害者手帳

言葉のリハビリでますます健康に いつまでも自分らしさを忘れずに

～言語聴覚士(ST)のリハビリ～



言語聴覚士長 吉川 由規

STのリハビリでは、主に声を出す訓練、飲み込みの訓練、コミュニケーションの訓練を行っています。「ぱたから、ぱたから…」と声を出しているのを、どこかで見かけた方もいらっしゃるのではないのでしょうか。なぜ「ぱたから」なのでしょう？

実際に発音してみると、少し意味が分かってきます。「ぱ」と発音してみると、唇は開いたり閉まったりします。

「た」と発音することで、舌の前方部分は口の天井につき、離れる動きをしています。

「か」の発音では、舌の後方部分、「ら」の発音では舌先の部分が動いています。



つまり、「ぱたから」と発音することで、自然と口の色々な部位を動かしているのです。ポイントは、使う部分を意識して大きく動かすこと。何回か繰り返すと唾液も出てきて口腔内が潤ってきます。口の中が乾いては美味しく食べられません。「ぱたから」は美味しく、安全に食べるための準備体操としても有効です。

また、「ぱたか」のそれぞれの音をなるべく早く、一定時間繰り返し発音してもらい、回数やリズム・音の歪みをみることもあります。口唇閉鎖が弱い

と「ぱ」は「ふぁ」に近い音になります。小脳疾患による障害では、速度も遅くリズムも不規則になる傾向があります。

「ぱたから」と言える回数の低下は、「オーラルフレイル」(口腔機能の衰え)を示唆する可能性もあります。滑舌(かつぜつ)の低下、食べこぼし、噛めない食品が増えてきた、軽くむせるようになった等の変化は、ご本人も周囲も見逃しやすい症状です。しかし、進行してくると体重減少や全身の身体機能の衰え・筋力の低下につながることも多いのです。「オーラルフレイル」は早く気づくことで改善が期待できます。

リハビリでは「嚥下(えんげ)障害」の患者様に多く出会います。廃用性(臥床などの長期化等)、脳血管障害、神経・筋疾患など、原因は多岐にわたります。のど仏の位置が下がる、歯の欠損により噛む力が落ちる等、加齢に伴う変化でも飲み込みには不利な状態になります。

嚥下のリハビリ(飲み込みのリハビリ)で基本となるのは、「毎日の口腔ケア」と考えています。私たちは、起きていても寝ていても、食べても食べていなくても無意識に唾液を飲み込んでいます。いったん食べられない状態になると唾液の分泌は減り、口の状態はむしろ悪化しています。特に脳血管障害後は、誤嚥を防ぐための感覚が鈍くなり、睡眠中に口腔内の細菌が唾液とともに気道に入り込む不顕性誤嚥(むせない誤嚥)が、肺炎の原因となることも多いのです。「毎日の口腔ケア」は肺炎予防の第一歩。そして、健康長寿にも欠かせません。



「嚥下障害」といっても、
 噛むのに時間がかかる、お
 茶でむせるようになった、
 食後に胸につかえる感じが
 する等、症状は様々です。
 当院では、正確な評価のた
 めに医師・看護師と協力し
 嚥下造影 (VF検査) や嚥下
 内視鏡 (VE検査) を実施して
 います。食べる姿勢
 や形態を調整したり、食べ
 方を工夫したりすることで、
 機能が改善したくさん食べ
 られるようになる可能性が
 あります。検査については、
 主治医にご相談ください。



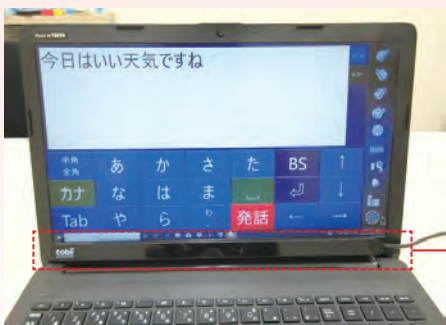
VF画像

言葉によるコミュニケーションの問題は、病
 気や交通事故などによる失語症、構音障
 害、認知機能の障害など多岐にわたり、
 小児から高齢者まで幅広く現れます。



透明文字盤でコミュニケーション訓練中

会話でのコミュニケーションが難しくな
 ってきた方には、生活上必要な言葉
 を集めたコミュニケーションボードの
 作成、またiPadやコンピューター
 による意思伝達装置の導入などを、
 作業療法士 (OT) の先生とも相談し
 ながら進めています。



視線入力装置

これが視線を
 読み取る
 装置です

「うまく話せない」「話が理解できない」「文字が
 読めない」といった症状は、主に左脳の損傷によ
 って生じる失語症状のひとつと考えられます。失語症
 によって言葉を引き出すことが苦手になりますが、
 「その人らしさ」が失われるわけではありません。
 好きなスポーツについては言葉がスムーズに出
 てきたり、お孫さんの名前を書く練習には意欲的
 に取り組めたり…「その人らしさ」を活かした個々
 の訓練を心掛けています。



言語訓練中

言語聴覚士は、2021年3月現在、全国で約3万
 6千人の登録がありますが、国家試験制度が始
 まってから22年、リハビリの中では最も若い部
 門です。声を出さず訓練ですから、こまめな手
 指衛生や言語室の換気、物品の消毒など、日頃
 の感染対策に一層気を付けています。

リハビリは、時に同じことの繰り返し、単調な
 ことも多いですが、皆さん、一緒に頑張ってく
 ださっています。「いつまでも、好きなものを
 美味しく食べられるように」「自分らしさを
 持ち続けられるように」言葉のリハビリを通
 じてサポートしていきます。



『ほくろのがん』の話

皮膚科医師 加藤 愛

当科の外来にも、顔などにできた黒っぽいできものを「皮膚がんではないか」と心配して受診される患者さんがときどきいらっしゃいます。

皮膚がんといえば、一般に『ほくろのがん』のイメージが強いようで、当科への相談も黒っぽいできものに関するものがほとんどです。いわゆる『ほくろのがん』は、『悪性黒色腫(あくせいこくしょくしゅ)』が正式名称で、長ったらしくて発音しにくいこともあり、我々皮膚科医は英名の『メラノーマ』を多用します。

悪性黒色腫
(メラノーマ)

メラノーマの罹患率(1年間に人口10万人あたり何例がんと診断されるか)は2ほどで、乳がんが140くらい、前立腺がんも140くらい、比較的珍しいイメージがある膵臓がんでも30強ですから、メラノーマはとても珍しい病気といえます。名古屋市の人口が約230万なので、1年間に名古屋市内で新たに発生するメラノーマは46例くらいという計算になります。皮膚科医をしていても、数年に1度みるかみないかといったところですよ(ちなみに、皮膚がんを心配して受診される患者さんの多くは『脂漏性角化症(しろうせいかくかしょう)』、俗称『老人性イボ』という良性の病変です)。発症頻度の観点からは、メラノーマは過度に恐れる必要はありません。ただし、メラノーマは転移しやすく、診断がついた時点で既に肺や脳などに転移していることが多い、がんのなかでも悪性度が高く怖い病気です。黒っぽいできものやシミをみたと、患者さん自身でチェックできるメラノーマかどうかの判断材料としては、①形がいびつで左右対称ではない、②まわりの肌色との境目がぼんやりしている、③色が均一ではなく濃い部分と薄い部分が

脂漏性角化症
(老人性イボ)

混在している、④長径が6mm以上ある、が参考になりますが、皮膚がんが心配なら、積極的に皮膚科専門医を受診しましょう。なお、ある程度経験のある皮膚科医であれば、視診だけでメラノーマの診断をつけることができますが、治療は大学病院でなければ難しく、メラノーマが疑われる患者さんは大学病院へ紹介することになります。

ここからは余談です。筆者は競馬が趣味なのですが、馬もメラノーマを発症することがあり、芦毛(あしげ)という灰色っぽい毛色の馬にしかみられないそうです。かの有名な芦毛の怪物・オグリキャップ号の母馬はホワイトナルビー号という芦毛の馬で(芦毛馬は両親のいずれかが芦毛でないと生まれません)、晩年は顔に巨大なメラノーマができていました。芦毛馬にだけメラノーマが発生する現象は、馬好き皮膚科医としては非常に興味深く、生まれ変わることができたら獣医師になってこのメカニズムを研究できたらいいなと妄想しているところです。



日本人の食事摂取基準改定と 当院の食事について

栄養管理室 藤原 沙央理

日本人の食事摂取基準は、健康の保持増進、生活習慣病の予防を目的としてエネルギー及び各栄養素の摂取量について1日当たりの基準を示したものです。5年ごとに改定が行われ、令和元年に「日本人の食事摂取基準(2020年版)」が改定されました。2015年版と大きく変わった点は、高齢者の低栄養やフレイル予防も視野に入れた策定であること、50歳以上の年齢区分が細かく分類されたことが挙げられます。

たんぱく質目標量の下限引き上げ

今回の改定で、50歳以上のたんぱく質の目標量の下限が14～15%(%エネルギー)と引き上げられました。これは、要介護になる手前の虚弱状態・フレイルにたんぱく質不足が強く影響すると考えられるためです。日本人の高齢女性を対象とした研究では、1.2g/kg体重/日以上なたんぱく質を摂取する高齢女性は、0.8g/kg体重/日未満の摂取よりもフレイルになるリスクが低いことが報告されています。

当院の食事について

「日本人の食事摂取基準(2020年版)」の改定を受け、当院の院内約束食事箋の見直しを行いました。また体格や性別によって必要エネルギーは異なるため、きめ細かな食事対応ができるよう昨年6月から順次、食事のエネルギー設定の幅を増やしていきました。

そして、それぞれの食事でもたんぱく質が不足しないよう主菜(魚・肉・卵・豆腐などを利用した料理)の量を調整しています。

たんぱく質は三大栄養素の一つであり、体を作る大切な栄養素です。たんぱく質が不足しないようバランスのとれた食事を心掛けましょう。



参考文献

- 日本人の食事摂取基準(2020年版)厚生労働省
- 「フレイルに対する栄養介入」葛谷雅文(日本転倒予防学会誌Vol.3 No.3:17-20 2017)

食種:常食1,600キロカロリー
1食当たり:たんぱく質24g(15%)



食種:常食1,800キロカロリー
1食当たり:たんぱく質30g(16%)



たんぱく質量の調整のため
主菜を増量

外来案内

診療受付時間／午前8時30分～午前11時まで(緊急の場合はこの限りではありません)

診療開始時間／午前9時～

休診日／土曜日、日曜日、祝祭日、年末年始(12月29日～1月3日)

初診時の特別料金／他の医療機関等からの紹介ではなく、直接当院に来院された患者さまは、初診にかかる費用として、2,200円(税込)をいただいております。ご了承ください。
ただし、緊急その他やむを得ない事情により他の医療機関からの紹介によらず来院された場合にあってはこの限りではありません。

外来診察担当医表(令和3年7月1日現在)

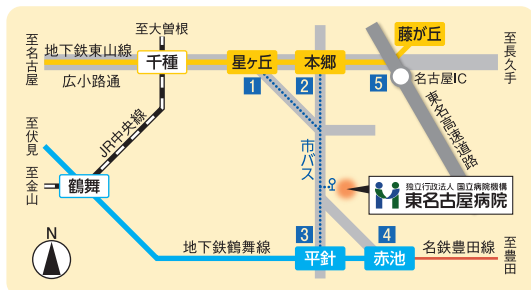
再来診は全科予約制となります。

診療科	月	火	水	木	金
呼吸器内科	初診 佐野 将宏	垂水 修	林 悠太	中川 拓	山田 憲隆
	垂水 修		佐野 将宏		林 悠太
	中川 拓	山田 憲隆	中川 拓/小川 賢二 (第1・3週) (第2・4・5週)	小川 賢二	
呼吸器感染症専門外来		小川 賢二 (第1・3週 13:30~15:30)			
循環器内科	尾崎 令奈		水谷 崇		
脳神経内科	初診 犬飼 晃	横川 ゆき/佐藤 実咲 (第1・3・5週) (第2・4週)	犬飼 晃	饗場 郁子	齋藤由扶子/橋本 里奈 (第1・3週) (第2・4・5週)
	饗場 郁子	片山 泰司	榊原 聡子/片山 泰司 (第1・3・5週) (第2・4週)	齋藤由扶子	榊原 聡子
	横川 ゆき		佐藤 実咲	橋本 里奈	
		奥田 聡		奥田 聡	
消化器内科	横井 美咲	高橋 宏尚	高橋 宏尚/小林 慶子 (交替制)	小林 慶子	高橋 宏尚/小林 慶子 (交替制)
呼吸器外科			山田 勝雄		
外科・消化器外科	渡邊 正範 (第2・4週)	岩田 直樹	渡邊 正範 (第1・3・5週)	永田 博	渡邊 正範
乳腺外科	林 幸枝	遠藤登喜子	小川 弘俊 (午後のみ)		遠藤登喜子/森田 孝子
乳腺・内分泌外科				今井 常夫	
整形外科	金子真理子	堀江裕美子	小杉山裕巨	金子真理子	堀江裕美子
リウマチ科			小杉山裕巨		
脳神経外科					竹内 裕喜
泌尿器科	岡村 菊夫		青田 泰博		岡村 菊夫 (午前 通常診療・13:30~15:30 女性外来)
精神科					亀位 翼
総合内科/膠原病内科	鈴木 道太	梅村久美子/大島加帆里 (第1・3・5週 9:30~) (第2・4週 9:30~)	鈴木 道太		
血液・腫瘍内科(予約制)	清水 一之		清水 一之		神谷 悦功
内分泌内科					深見亜也子
小児科(予約制)	濱口 典子	濱口 典子	濱口 典子	濱口 典子	濱口 典子
皮膚科	加藤 愛	加藤 愛	加藤 愛		加藤 愛
歯科口腔外科	奥村 秀則	奥村 秀則	奥村 秀則	奥村 秀則	奥村 秀則
耳鼻いんこう科※1		伊藤 陽子	伊藤 陽子	伊藤 陽子	

※1:補聴器外来(予約制)／第1・3火曜、木曜 14:00~15:30

- 時間外・休日の救急診療については、お電話にてご相談ください。(052-801-1151)
- セカンドオピニオン外来(予約制)を行っていますのでご利用ください。
- 火・水・木曜午後に一般健診を行っています。(健診受付は14:00~15:00です。)

病院へのアクセス



- 1 地下鉄東山線 星ヶ丘駅からお越しの場合
 - ・市バス③番のりば 東名古屋病院行きまたは梅森荘行き約15~25分…東名古屋病院にて下車
 - ・星ヶ丘よりタクシーにて約15分
- 2 地下鉄東山線 本郷駅からお越しの場合
 - ・市バス①番のりば 地下鉄平針駅行き20~30分…東名古屋病院にて下車
- 3 地下鉄鶴舞線 平針駅からお越しの場合
 - ・市バス①番のりば 本郷行き約10分…東名古屋病院にて下車
 - ・タクシーにて約8分
- 4 名鉄豊田線・地下鉄鶴舞線 赤池駅からお越しの場合
 - ・タクシーにて約8分
- 5 東名高速道路 名古屋ICより車で約20分