

八鹿病院 ニュース

2010年
10月

公立八鹿病院基本理念

『私たちは、地域中核病院として、医の倫理を基本に、質の高い医療と優れたサービスをもって、住民の健康を守り、地域の発展に尽くします。』

タバコの生活習慣病

COPDについて

当院の敷地内禁煙にちなみ、タバコの生活習慣病「COPD」についてご紹介します。



COPDは「たばこ病」

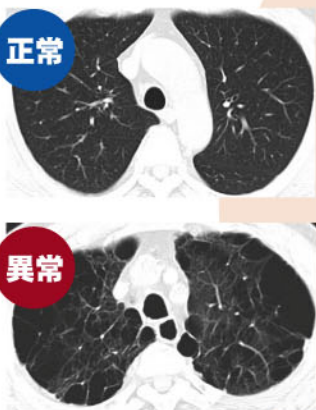
喫煙者の肺の生活習慣病でCOPD(慢性閉塞性肺疾患、肺気腫や慢性気管支炎など)という病気があります。WHO(世界保健機関)では、10年後には世界の死因の第3位になるであろうという予測を発表していますが、日本でも患者数は530万人いると推計されています。しかし実際にCOPDと診断されて治療を受けているのは、約17万人といわれています。

進行すると呼吸が困難に

COPDはタバコ病ともいわれ、喫煙者に多く発生します。最初は咳や痰から始まり息切れが出現し、進行すると呼吸困難のため日常生活に支障が出てきます。最終的には酸素吸入なしでは生活ができません。酸素ボンベが常に必要となります。

健康者では肺を構成している肺

【肺の断面画像 (CT)】



▲COPDでスカスカになった肺

胞は体の大小で変わりますが、平均で4億8千万個もあります。この病気の進行と共に肺胞が潰れてゆき、肺がゴム風船から紙風船のようになって収縮しにくくなり、酸素と二酸化炭素のガス交換に支障が出てきます。息切れを自覚する頃には、肺胞の4〜5割が潰れて病状がかなり進行した状態となっています。それだけに早期発見・早期治療がたいへん重要です。

「肺年齢」で肺の状態を

一般の方にこの病気を分かりやすくするため、一昨年日本呼吸器学会で「肺年齢」という概念が提案され、盛んにCOPDの早期発見や予防等

について啓発活動が行われています。当院でも人間ドックなどでスパイロメトリー(呼吸機能検査)を受けると、この肺年齢が自動的に算出されます。この検査は外見から分からない呼吸機能、肺の健康状態や老化などを知る手がかりになります。

進む禁煙化 当院でも「敷地内禁煙」開始

平成15年5月に施行された健康増進法では、多数の人が利用する施設では、受動喫煙防止に努めなくてはならないという規定が整備されました。養父市でも今年8月から市役所や学校で敷地内禁煙を始めました。

当院でも地域の医療に貢献し、市民の皆様の健康を守る為、またタバコの有害性をより広く住民の皆さんに知っていただく為にも、タバコの値上げに合わせて10月から病院の敷地内禁煙を始めました。喫煙の害を十二分に理解され、病院の敷地内での禁煙に皆様の協力を願います。



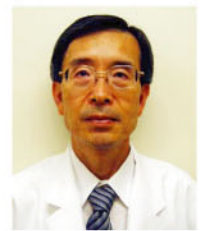
八鹿病院 院長
宮野 陽介



脳神経外科医が 認知症を診る？



はい。
脳神経外科医も
認知症を診ます！



八鹿病院 副院長
脳神経外科

福森 豊和

いてお話しする機会がありました。皆様熱心に聴いておられ、関心の高さに驚きました。

脳神経外科が診る認知症

当院の認知症に対する とりくみ

着任して10ヶ月、主に脳卒中

医として内科の先生と仕事をし

ています。また、脳ドックも増

えて月に20件ほどあります。こ

れら脳卒中の予防と治療は、将

来の認知症発生の予防に貢献し

ていると云えます。

当院では出前講座を行って

いますが、今年1月と6月に「認

知症の予防と薬の飲み方」につ

治療可能な認知症として、慢性硬膜下血腫や本態性正常圧水頭症、良性的脳腫瘍などがありますが、治療は脳神経外科医が行います。

認知症は元々精神科医や脳神経内科医が診てきましたが、脳卒中を中心として脳の病気の専門家である脳神経外科医が役割に立てれば、その増加を少しでも抑えることが出来ると思います。

「最近物忘れが…」と気になられる方、あるいはご家族は、脳神経外科外来へお越し下さい。

アルツハイマー型認知症と 血管性認知症

65歳以上の認知症高齢者数はおよそ240万人で、2021年には300万人を突破すると推定されています。認知症は、アルツハイマー型認知症と血管性認知症とで約8割を占めています。

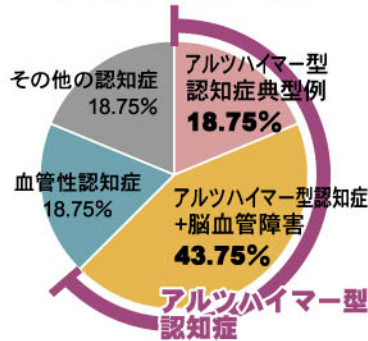
「アルツハイマー病」はアルツハイマー型認知症の基になる病気ですが、顕微鏡でみた脳の変化は、程度の差はありますが誰でも年を取ると出現します。

血管性認知症は脳梗塞や脳出血など脳の血管障害が原因で起こりますが、最近の研究では「アルツハイマー病」で見られる脳の変化が、血管性認知症の発症や進行に影響することが分かってきました。

高齢化に伴い、一大認知症は互いに関連しながら併存することが多く、統計でも認知症の44%が両方の要素を持っています。

脳卒中の危険因子が、高血圧症・糖尿病・高脂血症・多量

＜原因疾患別認知症の割合＞



宮城県大崎市(旧田尻町)
出典: Kenichi Meguro et al: Arch Neurol.59.1109(2002)

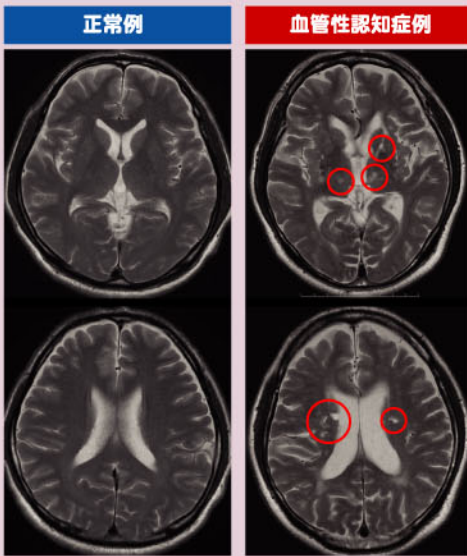
飲酒・喫煙などであることはよく知られていますが、これらが大認知症の危険因子でもあることはあまり認識されていません。

認知症とは



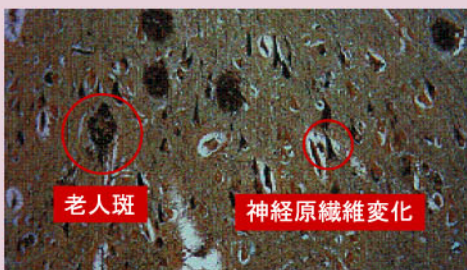
脳や身体の疾患を原因として、記憶・判断力などの障害が起こり、普通の社会生活が送れなくなった状態のことをいいます。

血管性認知症のMRI



血管性認知症では、○印で囲んだ部分に多数の梗塞を認めます。

アルツハイマー型認知症患者 脳の顕微鏡所見



特殊染色をした脳の標本を顕微鏡で見た画像です。老人斑や神経原繊維変化が特徴です。

出典:「カラーアトラス神経病理」医学書院

私たち保健師と一緒に
健康を目指しましょう！



ご利用ください！

特定健康診査 受診券

特定保健指導 利用券

受診券&利用券
どこかに眠ってませんか？

平成20年4月より生活習慣病予防のために始まった新しい特定健康診査・特定保健指導。対象の方には、医療保険者からそれぞれ受診券・利用券が届きます。しかし、実際には届いてもどうやって活用するのかわからず家のどこかに眠らせている方も多いのではないのでしょうか。

生活習慣病を見つめ直す
きっかけ作りを

生活習慣病を予防するためには、内臓脂肪症候群（メタボ）を改善する必要があります。

運動不足や食べ過ぎなど誤った生活習慣によって蓄積された内臓脂肪から様々なホルモン分泌が影響し、高血圧や血糖、脂質代謝の異常を引き起こします。この状態を放置すれば、気付かぬうちに動脈硬化を進行させ、脳卒中や心筋梗塞という怖い病気のリスクが高まります。

まずは自分のカラダを知り、生活習慣を見つめなおすきっかけ作りのため、特定健診・特定保健指導を受けてみませんか。

特定健康診査



国民健康保険、組合健康保険、社会保険など健康保険に加入している40歳から74歳までの方を対象に健診が行われています。

特定健診を受けるには

対象の方に各医療保険者より受診案内(受診券)が届けられます。届いたら医療保険者の案内する場所で検査を行います。

特定保健指導



生活習慣病のリスクが高い方で、生活習慣を改善すれば予防効果が期待できる方を対象に、保健師や管理栄養士がいっしょに考え、健康づくりのサポートをさせていただきます。

特定健診の結果、以下の項目が基準値外の場合対象となり「利用券」が届きます

腹囲 BMI 血糖 血中脂質 血圧 喫煙歴

※健保組合によっては当院との契約がない場合もありますので、各医療保険者にお問い合わせください。
※ご希望の方には当院独自の動脈硬化ミニドック等も合わせて受けていただけます。
※特定健康診査・特定保健指導については、八鹿病院ホームページでも詳しくお知らせしています。

特定健康診査・特定保健指導のお申込み、お問い合わせは健康センターまで

かかりつけ医へ通院中の患者さんへ

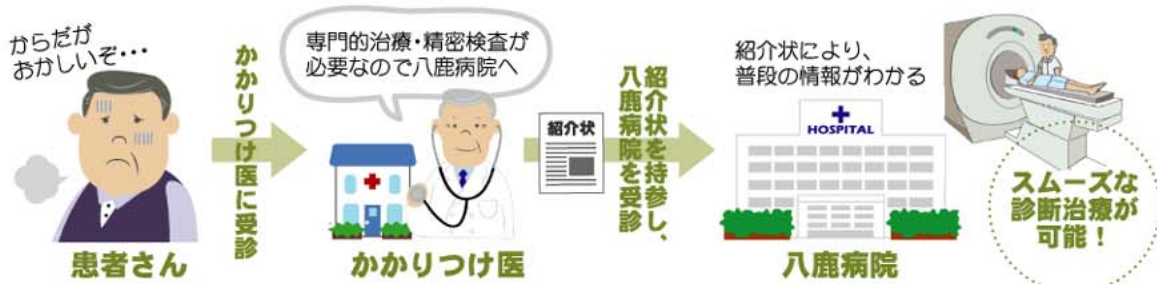
かかりつけ医へ通院中の患者さんが体調の異常を訴えられた時は、直接当院へ来られる前に、まずかかりつけ医への受診をお勧めします。かかりつけ医の先生から紹介状を書いていただいて、それを持参して来院して下さるようお願いいたします。

かかりつけ医でなく 直接八鹿病院を受診すると？

直接当院にこられることによって、普段の病状、投薬状況が不明のため二重検査や二重投薬が生じる可能性があります。

紹介状があれば診断治療が スムーズにおこなわれます

紹介状を持参していただくことで、普段の患者さんの病状・検査の数値・薬の名前など多くの情報が得られ診断治療を円滑に効率的におこなうことができます。



8月11日・20日

1日看護師体験教室を開催



かわいらしい小・中学生が 看護師体験にやってきました！

八鹿小学校5年生6名、養父中学校6名の皆さんが1日看護師体験に当院を訪れました。皆さん熱心に取り組む姿がとてもかわいらしかったです。当院での体験が、将来の夢へのよい一歩となってくれればと思います。



医師異動のお知らせ

【新任医師】～よろしくお祈りします～



【内科】9月1日付
すわ ともはる
諏訪 智治
頑張りますのでよろしく
お祈りします。

【退任医師】～お世話になり、ありがとうございました～

【内科】7月31日付 **早瀬 達也**

禁煙に悩む 皆さんへ 禁煙外来のご案内

【診療日】毎週木曜日 午後2時～ ※予約制
【担当医師】河崎雄司

予約受付・お問い合わせ **内科外来**

