

# 県立新発田病院だより

第50号 2014年7月発行

新潟県立新発田病院

〒957-8588 新発田市本町 1-2-8  
TEL.0254-22-3121 FAX.0254-26-3874  
<http://www.sbthp.jp/>

## 【当院の基本理念】

1. 県北の急性期高度医療を担い、質の高い医療を提供します。
2. 患者さんに優しく安全で信頼される病院を目指します。
3. 保健福祉・医療機関と連携して地域の基幹病院としての役割を担います。
4. 教育・研修を積極的に行ない、医療の未来に貢献できる人材を育てます。

## 目次

- P 1. 巻頭言  
P 2. 医療情報：ウイルス性肝炎を知ろう  
P 3. 病院トピックス：夏の水分補給について、ミニクイズ  
P 4. 患者さんの声、患者さんの権利、編集後記

## 下越地域の高齢化と地域包括ケア

事務長 小林 敬



二王子の雪もすっかり消え、日に日に夏の気配が濃くなっています。この4月から事務長となりました小林です。どうぞよろしくお願ひします。

さて、現在、新発田病院では、医療機能の一層の充実を図るため、様々な取組みを進めています。今年5月には、これまでの10対1看護体制からより医療密度の濃い7対1看護体制（概ね入院の患者さん7人に看護師1人の体制）への移行、6月には新しい医療情報（電子カルテ）システムの更新、そして、今後は、急性期を脱した患者さんの円滑な在宅復帰を目指す「地域包括ケア病棟」の整備や最新の癌検査機器PET-CTの導入などを予定しています。

患者さんをはじめ地域の皆様には、これらの整備に伴い、いろいろとご不便をおかけすることもあるかと思いますがご理解ご協力をお願いいたします。

こうした取組みは、病院の機能と経営基盤を高めるとともに、もう少し長期的な視点からは、団塊の世代が75歳を超え、高齢者の医療・介護ニーズが急速に拡大する「2025年」に向け、新発田病院が地域の基幹病院としての役割を果たしていくためにどうしても必要なものです。

下越地域（新発田・岩船地域）の今後の高齢化の状況（2025年以降の姿）はどのようなもののでしょうか。

|       | 2010年    | 2025年    | 2035年    |
|-------|----------|----------|----------|
| 総人口   | 220,000人 | 186,000人 | 162,000人 |
| 75歳以上 | 34,000人  | 40,000人  | 40,000人  |

総人口が2025年までに約15%、2035年までには約

25%減少する一方で、75歳以上の人口は15%以上増加し、2025年から2035年がそのピークとなります。2025年には5人に1人、2035年には4人に1人が75歳以上という高齢化社会となります。また、世帯状況も65歳以上の4割以上が一人か二人暮らしとなるという推計もあります。

常に複数（多数）の疾病を抱え、急性期を脱しても一定の療養や介護が必要であり、いつまた悪化するかわからない。一方で家族介護に多くは望めず、地域とのつながりも少ない、そんな高齢者像が見えてきます。増大する高齢者の医療・介護ニーズにどう対応していくかが大きな課題となっています。

こうしたなかで現在、国、県、市町村が進めているものが2025年を一つの目標とした「地域包括ケアシステム」の整備です。医療、介護、予防、住宅、生活支援（食事、買い物、見守りなど）の各サービスが一体的（包括的）に提供され、誰もが住み慣れた地域で暮らし続けられる社会づくりを目指そうとしています。

「地域包括ケア」の実現には、医療面では、在宅訪問医療（看護）とそれを支援する病院、急性期の病院と回復期の病院、長期療養の病院などがそれぞれの機能を分担しながら連携していくことが重要といわれています。

新発田病院では、機能強化と地域連携の取組みを進めています。急性期・高度医療の提供と円滑な在宅復帰への支援を通じて「地域包括ケア」の一翼を担うことができると考えています。これからも地域の皆様のご支援、ご協力をお願いいたします。

# ウイルス性肝炎を知ろう

消化器内科 津 端 俊 介



ウイルス性肝炎（B型慢性肝炎、C型慢性肝炎）に対する知見は、研究の進歩とともに日々変化しています。

かつては、ウイルス性肝炎であってもGOTやGPT（肝臓が障害を受けた際に高くなる血液検査データ）が80を超えなければ大丈夫と考えられていました。それが近年では、男性では30程度、女性では20程度が基準値とされています。さらに、これらの基準値内に数値がおさまっていても、ときに肝硬変や癌に進行することがありうることもわかってきました（ごく稀ではありますが）。そのため、ウイルス性肝炎といわれたことのある方は、日頃の検査値がいかなる値であっても、定期的な画像検査・血液検査を継続するべきといわれています。もちろん、必要に応じて治療も行います。

「ウイルス性肝炎だが大したことはないので病院にかかる必要はない」「“キャリア”なので心配無用」などと以前に言われたことのある方、今は新たな知見の中で治療基準や検査方針が見直されています。ぜひ今一度、医療機関を受診してみてください。そして、血液検査や画像検査を通じて今の肝臓の状態を再評価して、最新の指針に従った検査・治療方針を受けてください。

何も症状がないから大丈夫、ではなく、症状のないうちからしっかりと医療機関を受診していただきたいと思います。気づいたら病気が進行していた、ということのないようにしてください。同じ理由で、検診で肝機能異常を指摘されたという方も、自覚症状の有無にかかわらずぜひ一度医療機関を受診ください。

治療も日々進歩しています。学会や厚生労働省から治療ガイドラインが公開されており、病気の進行具合やウイルスの性格などを踏まえた適切な治療（時に治療を行わずに経過を見る場合もあります）をご提案できるようになっています。十分に医療機関とご相談ください。

ウイルス性肝炎の方の中には、日々負い目を感じて過ごしているという方がいらっしゃいます。「人と同じ取り箸は使わない」「孫を抱っこしないよう娘から言われた」「風呂は家族の中で最後に入る」。私の患者さん方から実際にうかがったことばです。しかしこれらはすべて誤解です。

ウイルス性肝炎は、血液を介して感染します。そのため、傷の手当、カミソリなどの共有、性交渉などには確かに注意が必要です。それから献血は行わないでください。確かにこれらの注意事項はありますが、逆に正しい知識さえあれば、全く普通に日常生活をお送りいただけます。定期的な検査・適切な治療・正しい知識のもとで、皆様が幸せで健やかな日々をお過ごしになることを祈っています。



## 夏の水分補給について

日に日に暑さが増してきました。みなさま水分補給はしっかりできていますか。夏は汗をたくさんかき、脱水になりやすい季節です。水分不足が原因でドロドロ血にもなりやすくなっています。水分補給について考えてみましょう。

夏には冷やしたジュース！とお考えの方、ジュースには砂糖がたくさん含まれていることを忘れないでください。砂糖が含まれていると余分なエネルギーを摂取してしまうだけでなく、胃にたまりやすく水分の吸収が悪くなります。通常の水分補給はお茶や水をお勧めします。スポーツなど大量に汗をかく場合、ナトリウムなどのミネラル補給をする必要があります。そんなときにはスポーツ飲料がおすすめです。ただし、スポーツ飲料には砂糖も入っているので飲みすぎないように注意しましょう。

夏は喉が渴いたと感じる前から、あるいは暑い所に出る前からのこまめな水分補給が必要です。特に入浴後や起床時はたくさんの汗をかいており、身体の水分が不足しています。目覚めの一杯、寝る前の一杯を習慣づけるようにしましょう、また、動いていると忘れがちですが運動時も汗をたくさんかいているので、15分に1回は水分を摂るように心がけましょう。

賢くこまめに水分補給を行い、元気に夏を乗り越えましょう。



### ミニ クイズ



熱中症に関するクイズです。

○か×でお答えください。

- ① 直射日光のあたらない室内にいれば熱中症にはかからない。
- ② のどが乾いたら緑茶をのむとよい。
- ③ 体を冷やすために、おでこではなく、首すじに氷などをあてる。

回答は4ページにあります。



## 投書箱から

### 《患者さんの声1》

看護師さんにとっても良くしていただき、大変ありがとうございます。ただ、廊下を歩いている時に目が合っても素通りされます。あまり気分の良いものではありません。

仕事の時はそんな余裕はないと思いますが、平時は軽く会釈するなど、心掛け一つで私たち患者もより気持ちよく安心して入院生活が遅れるはずです。

### 《回答1》

ご意見ありがとうございます。病室内だけでなく廊下を歩いている時も看護師の視線や笑顔がとても大切だということを再度気付かせていただきました。いつも笑顔を忘れず、患者さんの安心につながるよう心掛けていきたいと思ひます。

### 《患者さんの声2》

食事の献立でただムニエルとかではなく、魚の名前を書いてください。

### 《回答2》

ご意見ありがとうございます。魚の入荷状況によりなかなか指定の魚が揃わないため表示を控えておりました。表示が困難な場合もありますが、今後はできるだけ表示するよう努めてまいります。

### 《患者さんの声3》

「看護師さんありがとう×1000倍です。」と言っても足りないくらいです。

患者一人一人と向き合い、心が通う素晴らしい仕事をされています。またもや、ありがとう。

### 《回答3》

お褒めのお言葉をありがとうございます。お言葉を励みに、今後も患者さんに満足していただける看護ケアに努めてまいります。

### 患者さんの権利

- 患者さんならびにご家族は、患者さんの病状、医療の内容につき十分な説明を受けることができます。そのうえで患者さんは、自らの希望する最適な治療を選択する事ができます。
- 患者さんは、プライバシーを守られ、個人として尊ばれる権利があります。国籍、人種、信条、社会的身分、経済的状态などによる差別を受ける事はありません。
- 患者さんは、安全で快適な療養環境の提供を受けることができます。また患者さんならびにご家族は、自らの希望・意見を述べる事ができ、それを尊重される権利があります。

### ミニクイズ ～回答と説明～

- ① × 死者の半数が室内というデータがあります。こまめに室温調整をしましょう。
- ② × 高齢者は、のどの渇きを感じにくく、隠れ脱水になりやすいといわれています。また、緑茶はミネラルに乏しく、利尿効果もあるため逆効果となります。のどの渇く前からミネラルの多い麦茶などをこまめにとりましょう。
- ③ ○ 体温を下げるには、大きな血管が近くにある首すじや腋の下を冷やすと効果的です。



## 編集後記

本年3月に新発田病院のホームページがリニューアルされました。今後この「新発田病院だより」もホームページに掲載していく予定です。私たち編集担当者3名もリニューアルされ、記事の構成に手探り状態ではありますが、より良い紙面となるよう努力していきますので、よろしくお祈いします。

### 《編集委員》

|       |       |       |       |       |       |
|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 清野 康夫 | 三井田 博 | 浅野 堅策 | 保坂 裕紀 | 齋藤 操  | 菊池 美紀 |
| 五十嵐啓子 | 渡辺 和子 | 和田 恵梨 | 片岡 吉和 | 小見 正之 | 関原 隆  |