

けんころ

地方独立行政法人
岐阜県総合医療センター
Gifu Prefectural General Medical Center

- 令和3年10月発行
- 令和3年 秋号
- 発行責任者 滝谷博志
- 編集 総合医療センター広報委員会

ご挨拶

岐阜県総合医療センター

副院長兼高度先端医療部長

荒井 正純



ときに果たしてどんな状態になっているかについて不安を感じる人も多いのではないのでしょうか。

人間の遺伝子には老化のプログラムが組み込まれており、どんな細胞・臓器においても加齢とともに機能が衰えてくることは避けられません。私の専門である循環器内科の分野でも、心臓弁膜症、心房細動、心不全といった80歳過ぎから急速に発症頻度が高まる疾患を見る機会が明らかに増加していることを日々の診療で実感します。また、病気により寝たきりにならなくても、加齢とともに認知機能は低下し、骨がもろくなると同時に筋肉量も低下して、自立した生活そのものが不可能になるケースも増えています。

「人生100年時代」。皆さんはこの単語を聞いたことはありますか？イギリスのグラットンという研究者が、2007年に日本で生まれた子供の半数が107歳より長く生きるであろうと発表したので受け、この「人生100年時代」が現実味を帯びて取り上げられるようになっていきます。既に日本政府は4年前から有識者による人生100年時代構想会議なるものを立ち上げ、来るべき超高齢化社会を見据えた経済・社会システムの構築に取り組み始めています。グラットン氏の見通しに対しては懐疑的な意見も多くありますが、実際に日本の90歳以上の人口は2017年に初めて200万人を超え、超高齢化社会はまさに現実になるうとしているのです。

では、皆さんは自分が100歳まで生きられるとしたらどう思いますか？長生きできることは最大の喜びですが、一方で自分が100歳になった

「健康寿命」は、2016年時点で、男性が72歳、女性が74歳です。健康寿命と平均寿命の差をいかに縮めるかが人生100年時代の課題であり、当院のような急性期病院でも、皆さんが病気に罹らないように予防医療に取り組むことやたとえ病気になるとしてもその後スムーズな社会生活をおくれるように支援することが重要な任務となると考えています。

これまで述べたようなことを踏まえて、2021年度の岐阜県総合医療センターの健康祭では健康寿命の延伸をメインテーマに取り上げます。今年オンラインでの配信となりますが、多くの方々にご参加いただき、人生100年時代をいかに迎えるかを一緒に考える機会にできれば幸いです。

患者さんの権利と責務

患者さんに次の権利と責務があります。

1. 平等に安全で良質な医療を受ける権利
2. 十分な説明と助言のもとに自分自身の医療を決定する権利
3. セカンドオピニオンを受ける権利
4. 個人のプライバシーが守られる権利
5. 医療従事者と協力して医療に参加する責務

臨床倫理指針

1. 患者さんの人権、意思を尊重し、有益かつ公平な医療を行います。
2. 治療方針の十分な説明と同意に基づいた医療を行います。
3. 患者さんの個人情報と保護し、医療者の守秘義務を遵守します。
4. 治療にかかわる法令を遵守し、ガイドラインに準じた医療を行います。
5. 院内の各種委員会（倫理委員会、治験審査委員会、臓器提供委員会など）の審議結果に基づいた医療を行います。

岐阜県総合医療センターの理念

県民の皆様方に信頼され、患者さん本位の安全で良質な全人的医療を提供します。

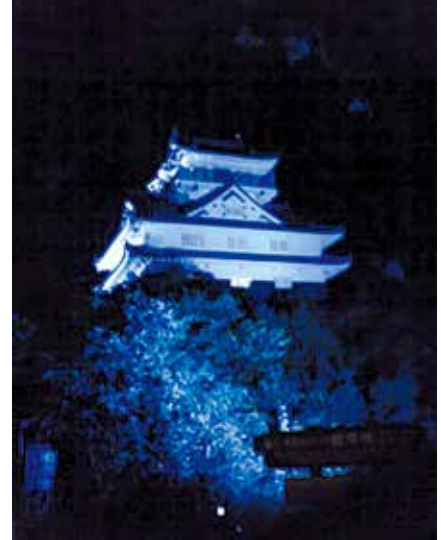
岐阜県総合医療センターの基本方針

1. 岐阜県の基幹病院として急性期を中心とした医療を担当します。
2. 科学的根拠に基づく医療の提供と医療安全に努めます。
3. 必要な医療情報を広く公開し、医療の信頼性を確保します。
4. 地域の医療機関や福祉施設との連携を重視します。
5. 迅速かつ確実な医療とともに、効率的な病院運営に努めます。
6. 医学的知識、医療技術の研鑽に努め、医学や医療の進歩に寄与します。

🍁 インスリンの話

糖尿病・内分泌内科 部長 大洞 尚司

1921年カナダのトロント大学でインスリンが発見されてから、今年はちょうど100年目です。それまでは糖尿病の根本的な治療薬はありませんでしたが、インスリンが治療薬として実用化されたことにより多くの命が救われました。しかし、そのインスリンに「どうしてもなくなった時の怖い最終手段」とあまり良いイメージを持たれていない方も多くみえます。確かにそのようなイメージのまま使用された時代もありましたが、最近は初期からの治療薬として手軽に使用されるようになってきました。特に非常に高血糖であった場合には、まずインスリンを使用して血糖改善後に内服薬に変更したほうが、最初から内服薬で治療するより上手くいくからです。また、最近のインスリン注射器や自己血糖測定器の操作手技は簡便となり、インスリン治療を外来で始めることも多くなりました。新しい製剤が次々と登場しており、これからもインスリンはより身近な治療薬として普及するものと考えられています。ちなみにインスリン発見者の一人であるバンティング博士の誕生日11月14日は世界糖尿病デーに制定されており、毎年その日の前後には世界各地の施設がシンボルカラーである青色にライトアップされます。



世界糖尿病デーで青色に
ライトアップされた岐阜城

🍁 形成外科からのご案内

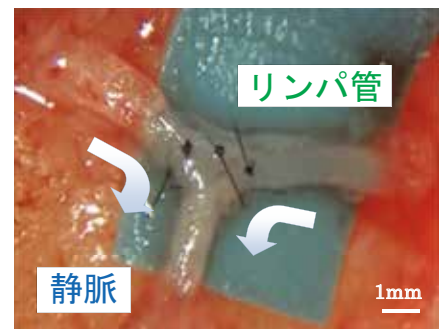
形成外科 部長 小野 昌史

診療内容を具体的に想像し難い科ではありますが、新規開設より6年を経て、ますます多くの患者さまに、ご理解、ご信頼を預かり、診療を受けて頂けている事に、日々感謝しております。

救命に直接は関わらないながらも、手術を通じて生活の質向上に取り組む科である事から、しばしば医療における第3次産業と喩えられますが（やはり具体的な診療内容を想像しにくい喩えです）、多くの診療科、他職種の方々、地域の先生方のご協力により、少しずつ態勢が出来上がって参りました。

当院は小児医療センターと、がん拠点病院を併設している部分が大変ユニークであり、幸運な事に形成外科は双方の診療に関わっております。唇裂、耳介や手足などの先天奇形に対する形成術、乳房、頭頸部の組織欠損、顔面の皮膚欠損などに対する再建術が挙げられ、キズアトや変形を最小限に抑える事にも留意しております。

その他、顔面骨の骨折、眼瞼の下垂による視野の問題、リンパ流を原因とする上下肢の浮腫（リンパ管の圧を細静脈へバイパスして逃がす手術につき、当院で新規購入した顕微鏡で撮影した画像を示します）など、少しでも形態や症状が良くなる可能性があるのでは、と思われた場合には、引き続き、ご相談を頂ければ幸いです。



当院は母乳育児を推進しています

新生児内科 部長 山本 裕

2015年、当院は「赤ちゃんにやさしい病院 Baby Friendly Hospital (BFH)」に認定されました。ユニセフとWHOは「母乳育児を成功させるための10カ条」を採用し、それを実践する病院など産科施設をBFHとして認定しています。日本国内では当院を含め66施設が認定を受けています(2019年8月現在)。

母乳育児は妊娠中から始まりますが、近年新型コロナの影響で十分な産前教育が受けられず、全国で母乳育児率が低下しているようです。当院ではすこやか妊娠生活、おっぱい教室などで産前教育を行っています。赤ちゃんが生まれたら、できるだけ早くお母さんと触れ合い、一緒にいることができます。おっぱいもいつでも好きなだけあげられます。常時、助産師がお手伝いします。

我々新生児内科の医師は平日に産科病棟に伺い、赤ちゃんの診察を行い、母乳育児をサポートしております。新生児センターに入院中の赤ちゃんに対して、なるべく早く母乳を開始し、薬剤師と連携して、お母さんへのお薬の母乳移行が赤ちゃんへ影響しないことを確認しています。当院の全職員すべてが「当院における母乳育児支援の方針」を学んでおり母乳育児の応援団です。妊婦の皆様、安心して当院でご出産下さい。



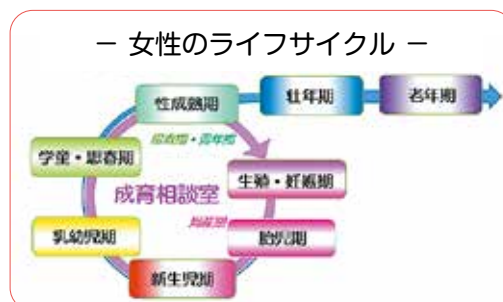
産科病棟の赤ちゃん診察の様子

成育相談室 (思春期・青年期相談室 周産期相談室) 開設

産科・胎児診療科 松井 雅子

婦人科 鈴木 真理子

プレコンセプション(受胎、新しい命を授かること)ケアをご存じですか。最近全世界的に注目されている考え方で、思春期前から生殖可能年齢にあるすべての人の健康管理を提供することです。早い段階から妊娠、出産の知識を持ち、自分の体を知り、健康な生活習慣を身につけることは、妊娠を計画している女性だけではなく、自分自身の未来、そして将来の子供たちの長期的な健康増進につながっていきます。みなさんと共に考え少しでもお役にたきたいという思いから、産婦人科専門医によるカウンセリング外来を開設しました。月経関連の相談、妊娠準備に関すること、産後の悩み等、産婦人科医師に相談したい内容は基本的になんでも相談にのらせていただきます(詳細はホームページをご覧ください)。妊娠前の早い段階から一緒に問題意識を持って前向きに取り組むこと、また、妊娠中・産後には母子の心身のケア・サポートを行うことでご本人と次世代にわたる健康を守っていきたくと思っています。産婦人科外来までお気軽にお問い合わせください。





看護部からのお知らせ

「患者さんや家族に QOL の視点に立った水準の高い看護を提供します」

～その人らしい生き方の実現のために～

がん看護専門看護師 藤内眞理

当院でがんと診断され、治療を受けるあらゆる時期の患者さんを支援しています。患者さんやご家族の、療養上の心配ごとや不安に対して一緒に考え、解決していきます。がんと共に生きる多様な道程の中には、どの治療を受けていくのがよいのか、治療を受けながらどのように生活をしていったらよいのか、痛みや苦しみをなく過ごすためにはどうしたらよいか・・・様々な心配事や不安が生じることがあります。患者さん一人一人の生活や生き方を大切に、安心して治療や入院生活、自宅での生活を送ることが出来るように、お手伝いさせていただきます。

現在のやりがいは『看護師として、患者さんそしてそのご家族の人生そのものに関わっていく』ということ。患者さんがより良い人生を過ごすためのプロセスに、何らかの形で多少なりとも貢献できることです。もちろんこれは、がん看護専門看護師としてだけではなく一看護師としてのやりがいでもあると思っています。



こんにちは 栄養部です

～朝食が血糖コントロールの決め手「セカンドミール効果」～

第40回

日々患者さんよりお話を伺う中で「食事を少なくしているが血糖値が高い(または痩せない)」という言葉が耳にすることがありますが、血糖の急激な変動が一因となっていると考えられます。今回はその変動を防ぐ考え方として「セカンドミール効果」を紹介します。これは、最初にとる食事(ファーストミール)は次の食事(セカンドミール)後の血糖値に影響を及ぼすという考え方です。

クイズ

Q 昼食(セカンドミール)後の血糖値が上がりにくい朝食はどちらでしょうか？

1



エネルギー：294kcal
炭水化物：36.2g
食物繊維：1.4g

2

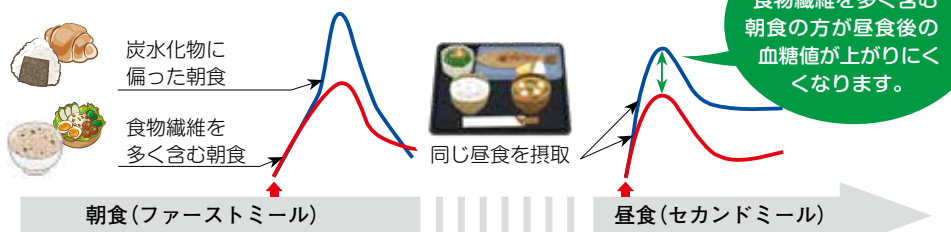


エネルギー：365kcal
炭水化物：37.6g
食物繊維：2.9g

正解は 2 です。

朝食には、野菜等食物繊維を加えて食べるのがポイントです。確かに1の方がカロリーは低いですが、炭水化物の割合が多く、セカンドミール後の血糖の変動はグラフのように大きく上がります。野菜以外に急激な血糖上昇を防ぐ効果が高い食品に豆類がありますので納豆や大豆を取り入れてみることもおすすめです。

セカンドミール効果 血糖値の上昇イメージ



広報紙「けんこう」第43号をお届けします。
取り上げてほしい情報などありましたら、お気軽にご意見をお寄せください。

岐阜県総合医療センター 広報委員会

〒500-8717 岐阜市野一色4丁目6番1号
TEL.058-246-1111 FAX.058-248-3805
Eメールアドレス info@gifu-hp.jp
ホームページアドレス <https://www.gifu-hp.jp>