

雪わり草

安曇野赤十字病院広報誌



日本赤十字社
Japanese Red Cross Society

2018 54号

Contents

- 02 糖尿病性腎症重症化予防に
向けての取り組み
- 04 治験のおはなし
- 05 職場紹介
- 06 地域の診療所紹介
- 07 トピックス
- 08 着任者の紹介



表題（愛称）雪わり草

冬の厳しさに耐え
春の訪れを告げるように
雪を割って可憐な花を
咲かせる雪わり草。
この小さな花の希望を持って
逆境に耐え抜く力強さを
紙面に載せ、地域の皆さまへ
お届けしたく
「雪わり草」と名付けました。
花言葉：忍耐・信頼・はにかみやなど

写真解説

「初夏の常念岳」

5月中旬に堀金へ出かけた時に、目の前に見えた常念岳。水を張った田んぼが鏡のようになり、山や空が綺麗に映っていたので、思わず車を止めてシャッターを切りました。雪渓が残る山に夏の訪れを感じます。

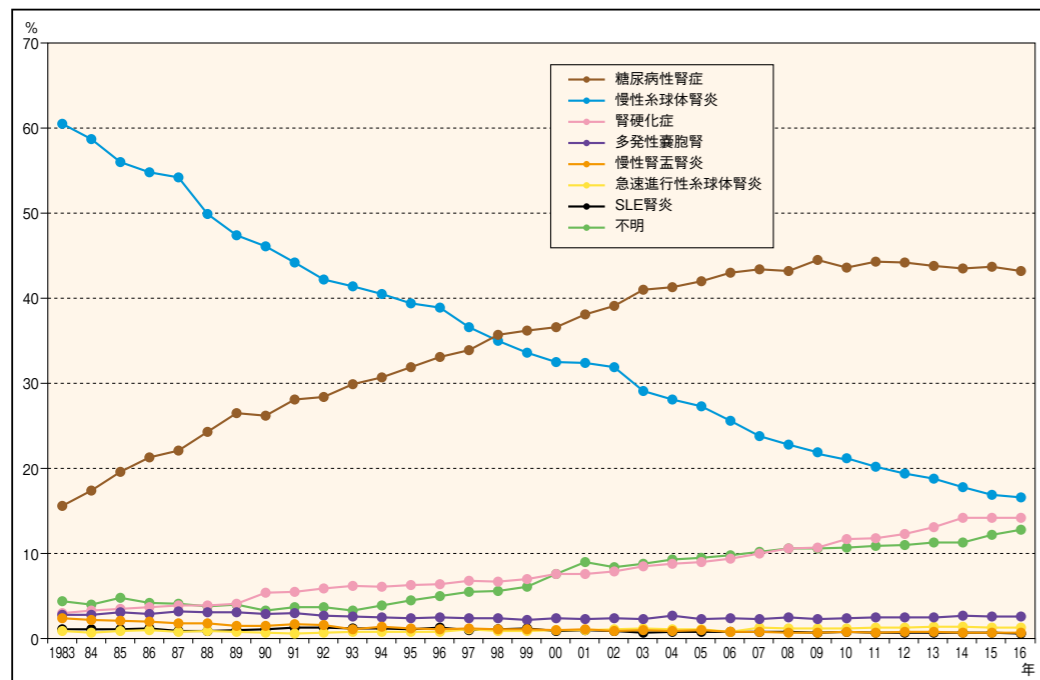
撮影者：古畑昭光さん

平成28年12月から平成29年8月まで脳梗塞の治療とリハビリで、当院に入院されていました。現在は自宅でリハビリを続けながら、色々な場所へ出かけ写真撮影をされています。



この広報誌は地球にやさしい再生紙を使用しています。

導入患者の主要原疾患の推移



- 取組内容**
- ① 受診勧告…特定健診の結果、医療機関受診が必要であるが、未受診の国保被保険者に対して、安曇野市が医療機関への受診を促します。
 - ② 保健指導…生活習慣の改善が必要な方を抽出し、かかりつけ医の同意を得た上で、安曇野市の保健師等が保健指導を実施します。
 - ③ かかりつけ医と専門医の連携…かかりつけ医と専門医が、病状に応じて患者を紹介・逆紹介し、情報交換をしながら治療を行います。

取組内容

これに基づき各市町村単位でプログラムを実践することとなりました。安曇野市でも、医療機関と保険者の連携の枠組みを構築し、本プログラムの趣旨に基づき保健指導の実施について、当面は安曇野市国保被保険者を対象として取組が開始されます。



これらの 取り組みにより、糖尿病性腎症の重症化による人工透析への移行を防ぐことで、安曇野市の健康寿命の延伸と医療費の増加抑制が期待されます。

糖尿病は生活習慣の改善によって重症化を予防できます。受診勧奨とされ、保健指導の対象となった際には、プログラムに従って対応に応じて下さるようお願いいたします。

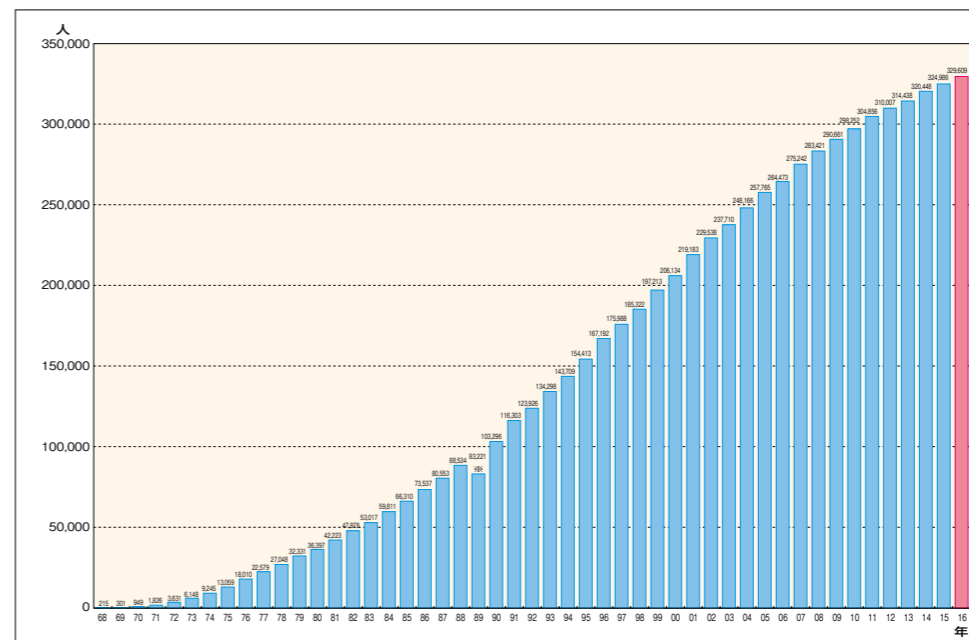
糖尿病性腎症重症化予防に向けての取り組みが始まりました

今回はちょっと堅い話ですが、とても重要なことですので本紙面もお借りさせて頂き解説させていただきます。

第一内科部長
床尾 万寿雄



慢性透析患者数の推移



※ 1989年の患者数の減少は、当該年度にアンケート回答率が86%と例外的に低かったことによる見掛け上の影響である

高齢化が

進む中で生活習慣病と社会

環境の変化に伴う糖尿病患者数の増加が課題となっています。糖尿病は網膜症・腎症・神経障

害などの合併症を引き起こし、QOLの低下のみならず医療経済的にも大きな負担となります。(人工透析患者の医療費は、一人当たり年間約500万円か

わが国の

透析患者数は

年々増加し続け、2016年末で約33万人に達しており、国民385人に1人が透析を受けていることとなります。そして最も多い原疾患は糖尿病性腎症で40%以上を占めるようになっていきます。新規導入患者数も1998年以降は第1位で、糖尿病が原因で毎年約1万7000人が新たに透析に導入されています。このため、国では糖尿病性腎症による年間新規導入患者数の減少を目標として様々な取組を進めることとなりました。

日本医師会

と日本糖尿病対策

推進会議、そして厚生労働省は、平成28年3月に「糖尿病性腎症重症化予防に係る連携協定」を締結し、「糖尿病性腎症重症化予防プログラム」がスタートしました。

かるとされています。

「治験」のおはなし

治験事務局

現在我が国では、1年間におよそ40〜50種類の新しい薬が誕生していますが、未だに有効な治療法がない病気に対しては新薬の開発が強く望まれています。今回は、新しいお薬が誕生するまでの過程についてご紹介します。

最 初に薬となる可能性のある物質を発見し、化学的に作り出すための研究からスタートします。次に動物での有効性や安全性を確認し、まず健康な成人での安全性を調べます。その後、患者さんのご協力のもと、目的とする疾患に対して有効か、患者さんが用いても安全性を確かめます。

製 薬メーカーから依頼された治験は院内の治験審査委員会での審査と承認を経て、患者さんに治験への参加の同意を得た上で行います。**治験とは**

新薬を開発する上で、薬の効果や安全性を確認して国の承認を得ることを目的に行われる臨床試験のことです。その結果を厚生労働省が厳しく審査します。厚生労働省に承認されれば、ようやく患者さんが使える新薬の誕生となります。ここまでの過程には10年以上の歳月と、200億円以上の費用がかかりますが、**その中で新薬が開発される成功率はわずか2万分の1とも言われています。**

当 院では2006年に始まり、今日までに200人

以上の患者さんに治験にご協力頂いています。より良い新薬が誕生するためには、皆さんの理解と協力が必要です。日本では、治験と聞くと「人体実験」「副作用が怖い」といったマイナスのイメージを抱いている方も多く、その結果、ご協力頂ける患者さんがなかなか集まらず、新薬開発のスピードは海外に比べまだまだ遅い現状があります。

私 たち治験コーディネーターは、病院で行われる治験がスムーズに実施できるよう、医療機関や製薬会社、院内



治験コーディネーターによる同意説明の様子

スタッフとの間に立って調整役を務めます。また、治験に参加される患者さんの体調管理やメンタルケア、スケジュール管理も大切な仕事のひとつです。

皆 さんも担当医から治験についての紹介を受けることがあるかもしれませんが、将来同じ病気で苦しむ患者さんの治療に役立つ新薬の誕生に期待し、治験へのご理解とご協力をお願いします。

当事業所の特徴は

病院や訪問看護との連携がスムーズに図れることから、要介護者の他に持続の点滴や麻薬による疼痛緩和、また悪性腫瘍、癌終末期で高度な医療が必要な方を多く担当させていただいております。



退院前の住宅調査

サービス提供地域は

安曇野市全域
松本市梓川地区、その他の地域については要相談

日々の活動を通じて感じていること

少子高齢化が進み高齢者のひとり暮らしや高齢夫婦のみの世帯が増える中、介護保険制度の改正により、高齢者がいつまでも、自宅で暮らせるようボランティアやNPO法人、民間団体、協同組合等での介護予防活動が盛んになってきています。認知症であっても少しの手助けで、今の生活が続いていられるような体制づくりに地域全体で取り組み、認知症カフェやサロンでの活動も徐々に増えてきています。しかしご利用者様やご家族様の家庭環境や背景は様々です。個々にあったプランニング、望む在宅支援実現には、私たち自身の資質の向上が大切だと日々感じています。

事業所の目標は

私たち介護事業所スタッフ



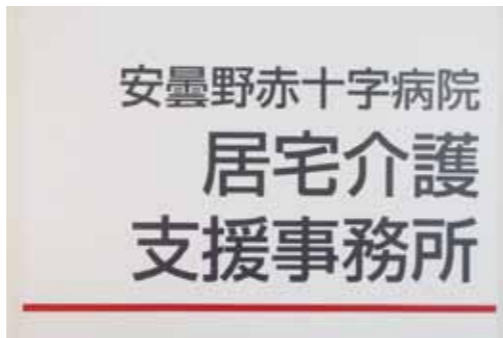
は、ご利用者様本人の尊厳・自己決定を尊重し、多種多様なサービスの提供により、ご利用者様ご家族様が満足を得られ、ひいては、医療を通じて地域に貢献できる居宅介護支援事業所の実現を目標に頑張りたいと思います。



居宅介護支援事業所スタッフ一同

安曇野赤十字病院居宅介護支援事業所では

介護保険のサービスを利用されるご利用者様の希望、傷病の状態やご家族様の介護状態に応じ、適切な居宅サービス計画(ケアプラン)を作成します。また滞りなくサービスが提供されるよう、さまざまな介護サービス事業所、関係機関、地域との連絡や調整をおこない家での生活が続けられるよう支援する事業所です。



■スタッフ体制

介護支援専門員2名(ケアマネジャー)

毎号地域の診療所を紹介させていただいております。かかりつけ医の参考にしていただければ幸いです。

トピックス

健康まつり 2018 を開催しました

『安曇野赤十字病院 健康まつり 2018』を6月24日(日)に開催し、今年も多くの皆様にお越しいただきました。メインの消化器内視鏡センター長 中村 直 医師による健康講座も、多くの方々にご聴講いただきました。ステージイベント、各種測定、体験イベント等も好評で、お子様からご高齢の方まで幅広い年代の方にお楽しみいただくことができました。今回早く終了してしまったイベントもあり、次回はさらに多くの皆様に楽しみ健康に親しんでいただけるイベントを用意してお待ちしております。



健康まつり2018でも好評頂きました

薬膳カレーのレシピを紹介します

山下 修 副院長 直伝レシピ
「男のカレー」 活力回復・生活習慣病予防

山芋のムチン、アルギニン、アミラーゼとニンニクは、疲労回復、精力増強、免疫力向上、新陳代謝を促し、男性を元気にします。カレー粉に含まれるフェニリックというスパイスは生活習慣病予防によいとされ、男性機能を回復させるといわれています。

【材料(4人分)】

- 豚肉…120g、玉ねぎ…160g、ニンニク…4g、しょうが…4g、カレー粉…4g、オリーブオイル…10g、トマト缶…100g、ドライトマト…少々、りんご…16g、チャツネ…少々、ローリエ…1枚、たかの爪…0.2g、みそ…16g
- ☆野菜スープ(野菜の余りや皮のゆで汁) …160g
- A ターメリック…6g、コリアンダー…0.8g、クミン…1.6g、ブラックペッパー・ナツメグ・サフラン…少々
- B プチトマト 4個、長芋 80g、ごぼう 80g

【作り方】

- ①オリーブオイルで豚肉を炒め、白っぽくなってきたらミキサーなどでみじん切りにした玉ねぎ、ニンニク、しょうがをいれ、さらに炒める。
- ②香りがでたらカレー粉とAを加え、①になじむまで炒め、トマトのざく切り、すりおろしりんご、ドライトマトのみじん切りを加え炒める。なじんだら、野菜スープ、ローリエ、みそを加える。
- ③5分ほど煮込んだら、Bを加え、さらに5分煮込みできあがり。

山崎 綾野 医師 直伝レシピ
「女のカレー」 若返り・ダイエット効果

大豆のイソフラボンが女性ホルモンを活性化し、豚肉は疲労回復、新陳代謝を促進、干しシイタケは豊富な食物繊維とビタミンD、葉酸でダイエット、むくみ、老化防止によいとされています。サフランは女性の月経不順、更年期障害によく、古来より珍重されています。

【材料(4人分)】

- 豚ひき肉…160g、玉ねぎ…240g、ニンニク…4g、しょうが…4g、干しシイタケ…6g、トマト缶…200g、りんご…32g、サラダ豆…80g、オリーブオイル…2g
- A カレー粉…8g、ターメリック…2.4g
- B クミン…0.1g、ナツメグ…0.2g、コリアンダー…0.1g、サフラン・ブラックペッパー…少々、中濃ソース…6g、トマトケチャップ…16g、濃口しょうゆ…16g、水…92g

【作り方】

- ①オリーブオイルでミキサーなどですりおろした玉ねぎ、ニンニク、しょうがを焦がさないように香りがでるまで炒める。
- ②①に豚ひき肉を加え炒め、白っぽくなったらAを加え炒め、なじんだら水、トマト缶、すりおろしりんごを加え5分ほど煮る。Bとサラダ豆を加え、味を調えできあがり。

ヴェリタス堀金診療所

〒399-8211
長野県安曇野市堀金烏川5029番地
☎0263-87-6700
http://www.veritas-horigane.com/



OutLine

【診療内容】
内科・外科
【診療時間】
月・火・木・金曜日
9:00~12:30、16:00~18:00
水・土曜日
9:00~12:30
【休日】水曜午後、土曜午後、日曜、祝日

インタビュー

—当院について

院長の庭本博文と申します。当院の「ヴェリタス」はラテン語の「真実」という意味で、若い頃に留学したハーバード大学のロゴマークでもあります。私は大阪府出身で昭和57年に信州大学を卒業後、兵庫医科大学第一外科で25年間消化器外科医として診療、教員、研究に従事してきました。2006年に信大の同級生が開設した松本市笹賀の品川医院の院長として信州にもどってきました。久しぶりの信州はその良さを改めて実感させてくれています。さすが移住したい県No.1です。アルプス連峰の素晴らしい眺望、旬の野菜果物、そばの美味しいこと。夏は関西とは比べ物にならないくらい過ごしやすいです。



庭本博文院長

—診療所の専門、特色

内科と外科を標榜し、感染症、高血圧、高脂血症、糖尿病などの生活習慣病、軽外傷、小手術、痔核、そして在宅支援診療所として訪問診療にも力を入れております。初めての方が気軽に何でも相談できる、ここに来れば何とかしてもらえる、そんな総合診療を目指して

る5年が過ぎました。関西から来た新参者をあたたかく迎えていただき、思い切った安曇野に開業して良かったと思っております。私の患者様は皆真面目です。血圧手帳を渡すとちゃんとつけてくださるし、毎朝経鼻内視鏡を行なっています。遅れてくる人はほとんどいません。県民性でしょうか、助かっています。



笑顔で迎えて下さった院長先生をはじめスタッフの皆さん、お忙しい中ありがとうございました。北アルプスの山々を背景にした開放感のある診療所で、院長先生のお人柄がさらに雰囲気明るくしているように感じました。ますますの活躍をご祈念いたします。

—地域の皆さんへひとこと
安曇野赤十字病院様はこの地域の基幹病院として私たち開業医にとって心強いかがりです。診療レベルの高さとスタッフ様の人柄など安心して紹介できる病院として頼りにさせて頂いております。ちなみに脳神経外科の宮武先生は同級生でそれも心強いです。私も微力ながら協力させていただきます。今後とも益々発展してゆかれることを期待しております。

着任者を紹介します



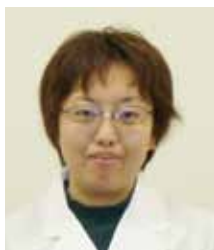
内科・総合診療科 医師
村山 秀喜

今春から総合診療内科に着任しました村山と申します。
堅苦しそうな診療科の名前ですが、何でも屋のイメージが良いと思います。「どんな診療科に診てもらったら良いのか？」といった時にお役に立てると思います。当科では難しい場合には院内外の診療科と連携していきます。地域・院内の連携をお手伝いする診療科と思っています。実は以前に循環器内科として旧病院の時分に勤務していました。その後の診療で心臓リハビリテーション、メタボリックや老年医療なども勉強させて頂きましたので、地域の皆様の病気改善だけでなく健康増進にも役立ちたいと思います。また当院で禁煙外来の開設を準備中です。もともときれいな安曇野の空気をさらにより良く呼吸して頂きたいと願っています。どうぞよろしくお願い致します。



救急科 医師
秋田 真代

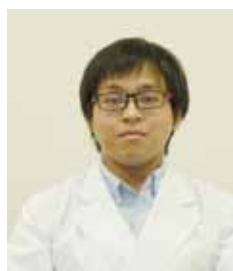
4月より救急部に勤務しております秋田と申します。安曇野へは学生時代によく通ってスポーツやドライブをした思い出があり、この度このような形でご縁ができたことを非常にうれしく思っております。
救急外来を受診される方は、病気やけがで突然日常と違う環境に置かれることになり不安も一層強いのではないかと思います。そのような気持ちにも寄り添えるよう日々努めてまいります。早く慣れて少しでも地域の皆様のお力になれるよう頑張りたいと思いますので、どうぞよろしくお願い申し上げます。



泌尿器科 医師
加賀美 慧帆

4月より泌尿器科に着任いたしました加賀美と申します。生まれは山梨県ですが、信州大学を卒業し、卒後臨床研修を経て信州大学泌尿器科教室に入局し、現在泌尿器科医3年目となります。実は2014年に研修医として当院で研修させて頂きました。当時の姿を記憶されている方々（特に食堂のお姉様方）に「久しぶりね！」と声をかけて頂くたびにありがたく感じております。安曇野周辺は泌尿器科の病院が少ないため、毎日大勢の患者様が当科に受診されます。その困っておられる症状も病気も本当に多岐にわたるため、薬でよくなるのか、手術が必要なのか、緊急の入院が必要なのか考えながら、毎日慌ただしく診療しております。皆様が毎日穏やかに過ごせるお手伝いをできるように努めてまいります。どうぞよろしくお願いいたします。

着任臨床研修医



前田 保瑛 医師



中井 亜美 医師



中村 麻理恵 医師