かすみがうら

第220号
＜毎月１日発行＞
■ 発行所 ■
霞ヶ浦医療センター
かすみがうら編集局
〒300-8585
土浦市下高津2-7-14
Tel：029-822-5050
Fax：029-824-0494
E-Mail & WebSite
201-kasumi.main@mail.hosp.go.jp
https://kasumigaura.hosp.go.jp/

もの忘れ外来が受診しやすくなりました

＜脳神経内科科長＞

～山本　詞子～

　はじめに、神経内科は「脳神経内科」に名前を変更していく事が、平成二九年に日本神経学会で決定しました。これまで、精神科や心療内科と混同しやすかったものを、脳や神経にまつわる疾患をみる科である事をわかりやすくする為です。当院では、令和二年八月より表記を脳神経内科に変更しました。

　当院脳神経内科では、毎週火曜午前にもの忘れ外来を設置しております。高齢社会や、認知症に関心を持つ方が増加した為か、最近では初診予約が入りにくい状況が続いていました。その為、令和三年二月より、診療人数を増加させ、初診枠を新たに設置する事で、初診の方が予約を入れやすくしました。

　もの忘れ外来に受診される方は様々です。ご家族から認知症を心配されて受診される方、ご本人が何となくもの忘れが気になってきた方、運転免許の更新時のテストでひっかかってしまった方、介護保険の利用を考え始めた方等、受診される方それぞれに目的があります。また、他のかかりつけの先生に既に認知症と診断され治療を行われている方でも、専門的な評価を希望されたり、認知症の進行で困り事が増えたりして受診される方もいます。認知症の診断・評価の為には、主に血液検査、頭部MRI、脳血流検査を検討します。もの忘れの方においては、「治るもの忘れ」を見逃してはいけないと言われています。血液検査では、ビタミン欠乏症や甲状腺ホルモン異常症がないか、頭部MRIでは脳の形を確認し、治療すればもの忘れが改善する病気が隠れていないか判断します。勿論、受診してから必ずこれらの検査が必要になるわけではありません。問診、診察での結果をご説明し、安心されて検査を希望されない方もいらっしゃいます。もの忘れが気になる方は、気軽にご相談ください。

　診断後の流れも様々です。内服治療を続けて通院される方、もとのかかりつけの先生に他の薬と一緒に処方を希望される方、内服治療は行わずに、定期的な経過観察のみ行う方、などいらっしゃいます。

　また、昨年言語聴覚士が赴任した事で、より詳しい認知機能検査が行えるようになりました。全員ではありませんが、必要な方には、短い外来時間には行えない詳しい認知機能検査を、リハビリテーションの形で行う事ができます。生活の工夫や、ご家族の接し方の指導も行えます。希望される際にはご相談ください。

　最後にお願いです。もの忘れ外来の初診では、生活全般のお話を伺う為、問診票の記入、診察に時間がかかります。お時間に余裕をもってお越しください。また、特にもの忘れの自覚に乏しい方は、状況のよく分かるご家族とご一緒に受診してください。

●もの忘れ外来
火曜午前
完全予約制
（診療情報提供書がなくても
予約できます）

眼瞼下垂症とは

＜形成外科＞

～阿部　加代子～

　最近見えづらくなってきた。もしかしたら眼瞼下垂症が原因かもしれません。

　眼瞼下垂症とは、上まぶたが十分に挙げられず黒目にかかる事で見えづらくなる状態を言います。

　眼瞼下垂は主に先天性眼瞼下垂、後天性眼瞼下垂、偽眼瞼下垂に分類されます。原因や程度により治療法や治療効果等が異なります。

　先天性眼瞼下垂は、まぶたを上げ下げする筋肉の発達異常やそれを動かす神経の発達異常の為に生まれつきまぶたが下がっている状態です。大半が片側だけに症状があります。

　後天性眼瞼下垂は、もともとは普通にまぶたが開いていた人が少しずつまたは急にまぶたが下がってきた状態です。殆どの場合はまぶたを上げ下げする筋肉やその末端部の腱が伸びたりゆるんだりしてしまう事による腱膜性（けんまくせい）眼瞼下垂で、加齢やハードコンタクトレンズの長期装用により生じる事が多いです。腱膜性以外には、神経障害や外傷が原因の場合もあります。

　偽眼瞼下垂とは本当は眼瞼下垂ではない状態で、眉毛下垂（顔面神経麻痺等により眉毛の位置が下がってしまう）や眼瞼痙攣（神経障害により自分の意思とは関係なくまぶたが閉じてしまう）、眼瞼皮膚弛緩症（まぶたの皮膚のたるみ）、眼球陥凹、小眼球症等により、一見眼瞼下垂のようにみえてしまう状態です。

　当院形成外科では、月曜日に眼瞼下垂症の手術を実施しております。眼瞼下垂の原因に応じて挙筋前転法（ゆるんだまぶたの筋肉と腱を縫い縮める）や前頭筋吊り上げ術（太ももの筋膜をまぶたに移植し、おでこの筋肉の力を利用してまぶたを動かす方法）、皮膚切除術（まぶたの皮膚の一部を切り取ってたるみをとる）等の手術を行います。手術の種類にもよりますが、局所麻酔で約一〜二時間の日帰り手術が一般的です。日帰り手術が難しい方は入院での治療もご案内しております。手術後一週間はまぶたが腫れます（殆ど腫れがなくなるまでに一ヵ月以上かかる事もあります）ので、同窓会や面談等の行事がある場合は手術の日程を考えたほうがよいでしょう。手術後は約半年間まで一〜三ヵ月毎の定期診察があります。また、必要に応じて術前や術後に眼科での診察をご案内する事があります。

　眼瞼下垂症かもと思ったら、一度形成外科の外来へご相談ください。

入院患者荷物受渡し窓口の設置について

＜庶務係長＞

～尾形　優～

　院内感染防止を目的として、紹介受付カウンターにおいて、入院患者さんの荷物の受け渡しを実施しています。病棟へ荷物を持って上がる負担を無くすとともに、感染のリスクを少しでも軽減する為、ご協力をお願い致します。

●受付時間
一三時～一四時三〇分

●受付日
毎日実施
（土・日・祝日も受付）

●受付場所
紹介受付カウンター

●対応の流れ
来院されたら、紹介受付カウンターへお声掛け頂き、「荷物預かり表」を記載して頂いた上でお預かり致します。
洗濯物等の受け渡す物がある場合は、病院スタッフが持ってまいります。

　ご家族から入院患者さんに連絡をとりたい場合は、その場で申し出てください。病棟担当者が紹介受付カウンターに来て直接ご家族と話すか、内容を病棟担当者へ伝える事とします。

　上記時間外で荷物のお渡しに来た場合は、夜間窓口までお声掛けください。

特別メニュー紹介 肉うどん

＜栄養管理室長＞

～石井　民子～

●一月二一日（木）
特別メニュー　昼食
・肉うどん
（豚肉、卵、なると、長葱、人参）
・若布レタスサラダ　しそ風味
・グレープフルーツ

　一年で一番寒さが厳しくなる時期―「大寒」は今年一月二〇日から「立春」の二月二日までです。三寒四温を繰り返しながら、少しだけ春の兆しを感じられる時期でもあります。

　急激な気温の低下は、自律神経のバランスが乱れる事で、体温の調整が難しくなり、体調不良を起こしやすくなります。温かいうどんは、消化がよく、主な成分が炭水化物なので、身体を動かすエネルギー源となり、身体を温めます。

　具だくさんにすると更にその効果は上がります。卵や豚肉には血や筋肉等の材料になるタンパク質は勿論の事、ビタミンB群が豊富に含まれ、うどんの炭水化物をエネルギーに変えてくれます。また、長葱を一緒に加える事でビタミンB１の吸収率を高めます。長葱特有の香りは、血行をよくしてくれる作用もあります。人参は、橙色のβーカロテンがたくさん含まれていて免疫力を高めてくれます。

　最後に、めん類を食べる時は、塩分の摂りすぎに気をつけましょう。鰹節や昆布の出汁を濃い目にとり、旨味成分を含んだ肉や野菜、海藻、きのこ等の具を加える事で、調味料の量を控えても美味しく作る事ができます。

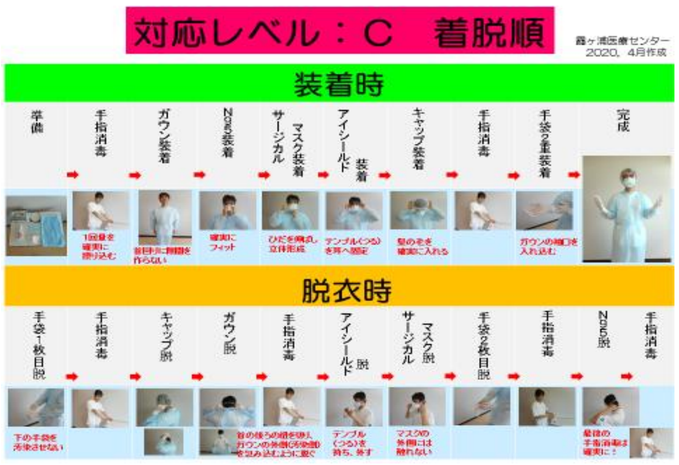
コロナ病棟について

＜副看護部長＞

～礒崎　まゆみ～

当院でCOVIDー19陽性患者（以下、コロナ患者）の入院を受け入れてから約二カ月が経ち、一月二一日までに六七名の患者さんを受け入れています。今回は、準備も含めてその経過と現状をご報告します。

令和二年九月、陽性患者を受け入れる事が決まり、各病棟から集められた看護スタツフと受け入れの準備がスタートしました。陽性患者が療養生活している、C対応の防護具が必要なレツドゾーンと、防護具を必要としないグリーンゾーンで導線を考えながらゾーニングを行い、同時にPPEの着脱の訓練を開始しました。


対応レベル：C　着脱順
霞ヶ浦医療センター 2020．4月作成
装着時
準備
手指消毒
1回量を確実に擦り込む
ガウン装着
首回りに隙間を作らない
N95装着
確実にフィット
サージカルマスク装着
ひだを伸ばし立体形成
アイシールド装着
テンプル(つる)を耳へ固定
キャップ装着
髪の毛を確実に入れる
手指消毒
手袋2重装着
ガウンの袖口を入れ込む
完成
脱衣時
手袋1枚目脱
下の手袋を汚染させない
手指消毒
キャップ脱
ガウン脱
首の後ろの紐を外し、ガウンの外側(汚染面)を包み込むように脱ぐ
手指消毒
アイシールド脱
テンプル(つる)を持ち、外す
サージカルマスク脱
マスクの外側には触れない
手袋2枚目脱
手指消毒
N95脱
手指消毒
最後の手指消毒は確実に！

実際に入院要請が開始するまでは発熱患者等急性期の患者や短期手術や検査等の患者を受け入れ、コロナ受け入れ病棟としての開棟と平行しながら準備をしてきました。また、人工呼吸器や気管内挿管の勉強会は急変時の対応だけではなくエアロゾル感染のリスクが高まる状況下でのシミュレーションも含め行つてきました。

初めは、緊張していたスタツフもトレーニングを重ねるごとに自信を持てるようになってきたと思います。

外から入院した患者をレッドゾーンへ渡します

レッドゾーンスタイル♪

一一月二四日、いよいよ受け入れが開始となりました。準備はしてきたものの初めての受け入れは緊張していたと思います。搬送車の誘導や人払い、エレベーターの操作等事務の方との連携、協力も不可欠でした。

ここからは、日々行つている事をお話しします。

一般の病棟と大きく違う事は、掃除やリネン交換も看護スタツフが行つているという事です。清掃は、レツドゾーンもグリーンゾーンも看護師が行つています。配膳、下膳、ゴミの回収も看護ケアと並行して行わなければなりません。

N95マスクを装着し防護具を着用しての業務は、通常より体力と神経を使います。途中でトイレに行きたくなつた場合は、脱衣して他のスタツフと交代しなくてはなりません。ですからレツドゾーンに入る前にトイレを済ませる事は必須です。

患者さんは、レツドゾーン内で生活して頂くよう説明しています。自由に外に出られない為一般病棟入院より我慢して頂く事も多いです。食事は、栄養科からディスポの容器で届きます。食後は残つた食事とともにPーBOX（医療用廃棄物）でのゴミ対応となっています。

レツドゾーンで接触したものは紙類でも持ち出す事ができません。どうしても持ち出す場合は、四八時間触れずに待機場所に保管しなければなりません。ゴミの場合、全てPーBOX（医療用廃棄物）に入れて、蓋を養生テープでシーリングし、ゴミ袋に入れグリーンゾーンに出します。更に、待機場所で四八時間以上経過したのちにゴミの回収となります。

レッドからグリーンへゴミ出し練習

コロナ病棟では、レツドゾーン、グリーンゾーンの看護師間の連携も不可欠です。グリーンゾーンの看護師は、指示受けや注射の準備、清拭タオルの準備等を行いレツドゾーンの看護師が患者さんとの接触の機会を減らせるような業務を行います。

現在は、二病棟で受け入れを行つており、四階では、主に重症・中等症者の受け入れをし、三階では軽症の受け入れを中心に退院支援を行つています。レツドゾーンとグリーンゾーンの協力が必要なように両病棟スタツフが連携する事も重要だと考えています。今後も、専門職として必要な知識やスキルを磨きながらコロナ病棟の運営に取り組みたいと思います。

今月の書評

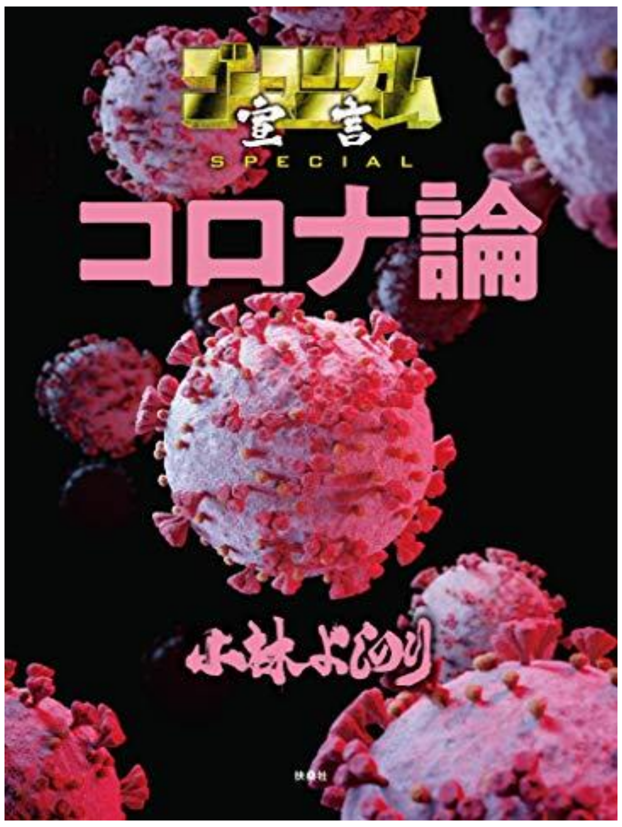
扶桑社

「ゴーマニズム宣言スペシャル　コロナ論」

小林よしのり　著

＜小児科＞

～山口　真也～


ゴーマニズム宣言
SPECIAL
コロナ論
小林よしのり
扶桑社

著者は知る人ぞ知る、王様は裸だと言い続けてきた漫画家です。初めは「東大一直線」、「お坊ちやま君」といったギャグマンガの作者でしたが、一九九二年からゴーマニズム宣言という思想マンガを書き始め、地下鉄サリン事件が起こる前からオウム真理教の危険性を訴えてオウム信者からVXガスで狙われたり、薬害エイズ問題の際に問題提起をしたり、その後「戦争論1〜3」によつて東京裁判史観で左傾化した日本の言論空間に大きな風穴を開けました。大変な読書家で、専門外のテーマをじつくりと勉強して、おかしな事はおかしいと、いわゆる「常識」にとらわれずに歯に衣着せずマンガにして批判しますので、敵も多い方です。

今回紹介する「コロナ論」は昨年の八月に出版されたもので、新型コロナ感染症の脅威をことさらに煽るマスコミと「専門家」達、それに便乗する政治家達を徹底的に糾弾する内容です。

新型コロナの感染者の八割は人にはうつさない、日本では新型コロナによる死者の数は海外に比べて遙かに少ない、マスクの飛沫防止効率は高くない、等の事は最近よく知られるようになりましたが、それでもマスクをしないと外を歩けないとか、繁華街を歩いていると非国民扱いされるというような日本の同調圧力を、著者は戦時中と同じ全体主義だと切つて捨てます。季節性のインフルエンザでは毎年三〇〇〇人が死亡しており、その合併症による間接的な死亡も合わせると死者は年に一万人になるとされていますが、誰もインフルエンザの事でコロナのような騒ぎを起こしません。なぜインフルエンザよりも感染力が弱いコロナの為に経済を全て止めて失業者の山をつくり、国民生活を犠牲にしなくてはならないのか。

昨年から続くこのコロナ騒ぎにはおかしな点がたくさんありますが、それを声に出して言いにくい世の中の風潮に対して、「おかしな事はおかしい!」と声を上げる著者は流石だと思います。蛇足ですが、小生が昨年二月から毎月患者さん向けに書いてきたコロナ関連の記事を当院ホームページの小児科のサイトにエツセイとして載せてあります。それをお読みになると、この「コロナ論」で書かれている事と殆ど同じ内容である事がおわかり頂けると思います。よろしければ、併せてご覧ください。

【糖尿病教室及び減塩教室のお知らせ】

各教室は、新型コロナウイルスの影響を考慮し、

当面の間、お休みさせていただきます。