

# すこやか

神戸百年記念病院広報誌  
kobe Century Memorial Hospital

VOL.  
**56**  
2015.3

INDEX

- COPD (慢性閉塞性肺疾患) について
- 黄疸について
- 観桜会のお知らせ
- 柳原えびす大祭「救護所での看護」
- 看護日誌
- 診療日カレンダー
- 名誉院長の炫き ● 医師紹介
- お知らせコーナー ● 漢字クイズ



当院は平成11年より(財)日本医療機能評価機構の認定を受けております。

日本医療機能評価機構

## COPD (慢性閉塞性肺疾患) について - 8日間の入院で今までと異なった生活習慣を身につける -

内科部長 保木宏之



COPDとは、別名タバコ病といわれるほど、タバコと密接に関わりがある肺が侵される病気です。肺だけでなく全身疾患ととらえられています。WHOによると2013年の世界での死亡原因の順位は第4位、2020年には第3位になるだろうと予測されています。日本では2013年の死亡原因は第9位ですが、確実に上昇が予測されています。また、2011年の厚生労働省による調査では約22万人がCOPDと診断されていますが、約500万人が受診すらしていないとの予測です。死に至る病であるのに多くの人がほったらかしにしているというのが現状です。当院では上羽理事長から、COPDパス入院を行ったらどうかという発案があり、2013年より基本的に第2火曜日より8日間の入院COPDパスを導入しています。医師、看護師、理学療法士、心理士、事務員がそれぞれ持ち味を発揮してチーム医療を行っています。それぞれの声を紹介します。

**看護師:** COPDの主な原因は喫煙と言われています。長年に渡り有害な煙を吸い続けてきたことで肺が炎症を起こしている状態で「肺の生活習慣病」とも呼ばれます。ダメージを受けた肺は元に戻りにくく、進行していく病気のため、私たち看護師は禁煙を始め、食事や薬のことなど日常生活の送り方について主に指導を行なっております。病状が悪化すると呼吸困難を生じ酸素が手放せなくなり、日常生活が制限されてしまいます。この病気を進行を予防することが出来るので、なかなかタバコが止められない方や、今ある症状(咳や痰・息切れ)でお困りの方は一度内科外来にお越しください。



**理学療法士:** COPD治療においては、軽症から重症の方まで、運動療法が推奨されています。息切れがすると体を動かすのがおっくうになりますが、動かさないと筋力が弱ってさらに動かなくなり、結果としてより息切れが強くなるという悪循環に陥りがちです。無理のない範囲で体を動かして悪循環を改善することが大切です。リハビリテーションでは入院時に呼



吸機能や身体機能を評価し、まずはご自身の体の状態を理解して頂きます。その後、それぞれに合った運動療法を選択し、入院中に運動習慣をつけることを目標としています。

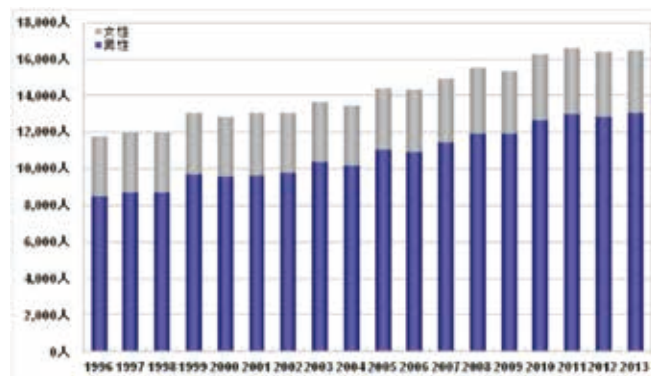
**心理士:** COPDは日常生活と密接に関係している病気です。そのため、治療を受けられる方の生活背景や性格に応じた治療・リハビリテーションを進めてゆく必要があります。また、COPDの方の約26%に「うつ」が併存しているとされており、うつはCOPDを悪化させる要因ともなります。心理士は心理検査と個別面接を通じて、生活習慣や個人の性格に応じた治療目標の設定、リハビリテーションの動機づけ、うつ傾向への対応などを提供しています。



息切れなどの症状のある方、無症状でも長年タバコを吸っておられる方、一生でほんの8日間、勉強しながらリハビリテーションを行い、今後の生活の方向転換をしてほしいと願っています。あなた自身の為、ご家族を始め周囲の方々の為、COPDチームがお待ちしております。



日本におけるCOPD死亡者数(1996-2013年)



(出典:厚生労働省 人口動態統計)

連携医療機関の皆様へ

当院での診療を希望される患者さまがいらっしゃいましたら、地域医療連携室へお問い合わせ下さい。



# 黄疸について

顔を見てわかる病気の一つに黄疸があります。顔の色はもちろん眼球の白い部分（眼球結膜）が黄色くなります。また尿の色が柿の実のような褐色になり気づくこともあります。他の症状として体がだるい（倦怠感）、全身の皮膚がかゆい等があり、重大な病気が隠れている可能性があります。血液検査では、血中のビリルビン濃度が上昇します。2.0mg/dl（正常値1.0mg/dl）以上は顕性黄疸といい、素人でも黄色いのがわかります。ビリルビンは赤血球の中のヘモグロビンからつくられます。古くなった赤血球が脾臓で破壊され、酵素の働きで間接型ビリルビンに変化し、さらに血流に乗って肝臓へ運ばれ、別の酵素により直接型ビリルビンに変化します。最後に胆汁となって胆管に排出されます。黄疸にはこの代謝経路の障害される部位により三つのタイプがあります。

- ①肝前性：ビリルビンのもととなる赤血球がたくさん壊される病態で溶血性貧血等です。
- ②肝性：肝臓の細胞が壊されたりして肝臓の働きが障害される病態です。肝細胞性黄疸ともいわれウイルスやアルコール等が原因となる急性肝炎、慢性肝炎、自己免疫性肝炎等で、さらに病態が進行した肝硬変でみられます。肝臓は沈黙の臓器といわれ手術で80%切除されても正常に働けます。つまり肝硬変等で黄疸が出現している時期は非代償期

外科部長 西岡昭彦

と言われ、かなり病状が進行し危険な時期といえます。

- ③肝後性：胆汁うっ滞性黄疸ともいわれ、原発性胆汁性肝硬変、原発性硬化性胆管炎、薬剤性肝障害等があり、さらに胆汁の流れのどこかに閉塞がある病態をとくに閉塞性黄疸といいます。胆石症、胆嚢炎や乳頭部癌、膵頭部癌等の悪性腫瘍でみられます。胆石症では胆嚢にできた石が胆管に落ち、胆汁が十二指腸に流れだすところを塞ぐことで黄疸がでます。放置すると命を落とすこともあります。胆石を持っている人は年間4%弱に腹痛等の症状が出てきます。最近では腹腔鏡下胆嚢摘出術という傷が小さく整容性にすぐれ痛みも軽度で患者様への負担が少ない方法で治せます。大事になる前に治療するのも必要です。



最後に①黄疸は体の黄信号!!時には赤信号となる。②黄疸とは肝臓の悲鳴である。③黄疸には癌が隠れている可能性がある。とにかくすぐに病院へ行きましょう。

第15回

## 観桜会開催のお知らせ



4月1日に当院リハビリ公園にて観桜会を開催いたします。平成13年の開催以来毎年開催しており、入院・外来患者様やご家族、地域の方々と病院関係者が交流を図る良い機会となっております。おでんやたこ焼きなど恒例の屋台も出る予定です。美味しいものを食べながら綺麗な桜を楽しみませんか?開催の詳細が決まりましたら院内掲示にてお知らせいたします。皆様お誘い合わせの上お越し下さい。



月刊 神戸っ子

# KOBECCO

神戸が大好きな皆さまのためのタウン誌です。  
神戸のホテル各社、有馬温泉の旅館の客室に「KOBECCO」を置いていただいています。

年間購読しませんか?

定価 500円(本体価格463+税) 年間購読料 / 6,000円(500円×12回+送料)

購読、広告協賛の  
お問い合わせは...

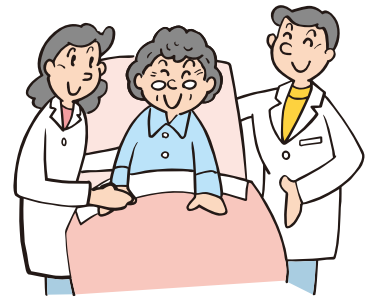
株式会社 神戸っ子出版  
〒650-0033 神戸市中央区江戸町104 旧居留地タイホービル6階  
TEL.078-325-1751 FAX.078-392-1225  
<http://kobecco.oide.or.jp>



## 看護日誌

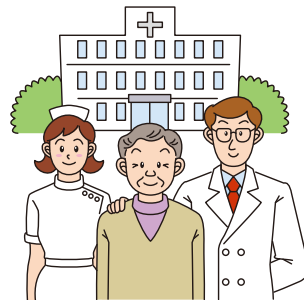
5階病棟師長 西谷由香子

疾病を患ったり、外傷を負い、入院される患者様の中には、入院前より日常生活動作が低下してしまったり、退院後も医療的処置が必要になる方がいます。また、退院後の生活環境、介護・看護環境を整えることが困難で、入院期間が延長する方もいます。特に高齢者は、このような傾向が多く見られます。



当院では、患者様、ご家族が安心してスムーズに退院できるように、入院時からスクリーニングを実施し、退院後の生活を想定し、退院支援、退院調整が必要な患者様を把握しています。そして、早期から看護師、医療ソーシャルワーカー、理学療法士などが関わっています。その中でも、患者様の療養生活の中で一番近くにいる看護師は、患者様やご家族の話聞き、意向を他職種に伝え、調整しています。また、日常生活動作ができるだけ自立できるように援助・指導したり、時には励まし、時には共に

喜んだり、看護の力を発揮して関わっています。不安や疑問などお持ちでしたら、看護師へ声をおかけください。



## 柳原えびす大祭 『救護所での看護』

新春の候、今年も当院は、えびす大祭での救護所活動を行いました。沢山の屋台や縁起物の露天が連なる風景は、子供の頃のワクワクさを思い出させてくれます。私が担



当した1月10日は、本戎にあたり天気も良かった為、大勢の人たちが参拝に訪れていました。夕暮れからライトアップされた参道を歩く人達の活気が高まっていくのが、肌に伝わってきます。普段、院内での看護は、ある程度予測をして患者様と関わる事が出来ますが、救護所ではいつ?どのような人が来られるか予想もつきません。不安に駆られながらも、気持ちを引き締め待機していました。早々、たこ焼きの鯿節が喉に張り付いて苦しいと訴えられた方が来所されました。お祭りならではの出来事ですが、救護所を頼り、信頼を寄せ来られている方に全力でアセスメントを行いました。幸い大事には至りませんが、この貴重な経験を今後の看護に活かしていきたいと思

います。

5階病棟看護師 菅原克己



### 診療日カレンダー

3月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

休診日

4月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

5月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

神戸百年記念病院 半日ドック (約2時間30分で終了します)



忙しい方のための生活習慣病予防・  
がんの早期発見に!!



お申込みはドック予約係へ

検査内容：胃透視・心電図・腹部エコー・血液検査・胸部X線・一般計測・問診等

TEL:078-681-6111

検査費用：38,000円(税別) 検査終了時間：12時30分位

(内) 1664



### 名誉院長の の 呟き

現在、男性80才、女性88才が平均寿命とされていますが、私が医師になった頃は平均45才とされ、随分と長命になったと驚いています。戦国時代に活躍した武将の黒田官兵衛は、昨年1年間、大河小説の主人公として楽しませてくれました。彼は天文15年(1546)に播磨に生まれ、後年秀吉に仕えましたが、それ以前、竹中半兵衛は数々の武勲により、秀吉の軍師として迎え入れられておりました。彼は黒田官兵衛の才能を見抜き、秀吉の次に天下を窺うのは官兵衛といった逸話があります。しかし官兵衛が有岡城から放出される前、36才の若さで病没しました。その墓は三木市の神戸寄りにあります。黒田官兵衛は竹中半兵衛の後を継いで、秀吉の軍師として活動し、本能寺の変に際しては備中大返しを献策し、山崎の合戦で大勝し、秀吉の天下取りに貢献し58才で亡くなりました。こうした歴史上、有名な軍略家の物語は何時迄も心に残ります。

### 医師 紹介



平成26年4月より、ここ神戸百年記念病院で研修をさせていただいている藤田和也と申します。初期研修の2年間をこちらでお世話になります。知識、経験はまだまだ未熟ではありますが、患者様一人一人と真摯に向き合い、日々研鑽を重ねています。宜しくお願い致します。  
臨床研修医 藤田 和也

### お知らせ コーナー

**糖尿病教室** 午後3時30分～ 場所：本館3階ロビー

**ミニコンサート** 午後4時～ 場所：本館1階ロビー

3月27日(金) シックディと低血糖について  
～シックディ(病気の日)対策～

3月26日(木) コーラスコンサート 出演：みさきコーラス  
4月23日(木) ピアノコンサート 出演：三浦奈津美  
北野真理子

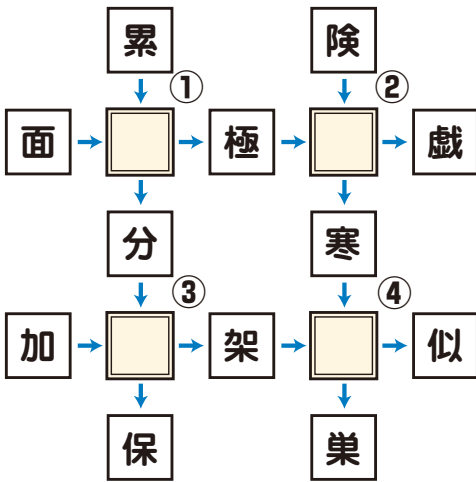
☆参加費用は無料です。どなたでも自由にご参加ください。

どなたでも自由にお越しください。  
コンサートの日程は都合により変更になる場合がございますのでご了承下さい。

### Quiz

### 漢字 クイズ

四角に入る漢字をお答え下さい。  
上から読んでも、左から読んでも全て2文字の熟語になります。



### 解答記入欄

①

②

③

④



### 応募締切り

平成27年3月31日  
(消印有効)

### 応募方法

はがきにクイズの答えと、郵便番号・住所・氏名・TEL・ご意見・ご感想をご記入の上、神戸百年記念病院「すこやか編集部」までお送り下さい。抽選で3名の方に図書カードを進呈致します。当選者の発表は、発送をもってかえさせていただきます。

### 編集後記

3月は「別れ」と「出会い」の季節です。我が家の娘も小学校を卒業し、真新しい制服に身を包み中学生になります。子供たちの成長は明らかな変化として分かりやすいですが、大人が成長するには努力が必要だと思います。ややもすると「あっという間の1年でした」ということになりかねません。このあたりで新年に立てた壮大な「今年の抱負」を、実現できるように若干の修正をして今年の小さな成長と変化を目指そうと思います。(取りあえず10キロダイエットは5キロに修正です。)

医療法人社団 顕鐘会  
神戸百年記念病院 すこやか編集部

編集責任者 楠 徳郎  
〒652-0855 神戸市兵庫区御崎町1-9-1  
TEL (078)681-6111(代)  
FAX (078)681-6118  
<http://www.kobe-century-mh.or.jp/>

前回の答えは「理路整然」でした。多数のご応募をいただきありがとうございました。今回もふるってご応募ください。

### 神戸リゾートの時間へ



▼ご宿泊予約専用ダイヤル

**078-325-8111**  
(受付時間 9:00~22:00)

▼ご宴会予約専用ダイヤル

**078-325-8119**  
(受付時間 10:00~19:00)

<http://www.kobe-orientalhotel.co.jp>

神戸メリケン 検索



神戸メリケンパークオリエンタルホテル  
〒650-0042 神戸市中央区波止場町5-6  
TEL.078-325-8111(代表)