

# シンフォニー

地域と医療が奏でる♪

NO.  
**57**  
May

年3回発行(1月・5月・9月)



2024年度  
新入職員  
73名

今年度は総勢73名の新入職員が入職しました。  
オリエンテーションを経て、各部署へ配属されています。  
どうぞよろしくお祈りします。

内訳

初期研修医	8名	看護師	32名	理学療法士	4名	薬剤師	5名
放射線技師	6名	視能訓練士	1名	臨床検査技師	3名	事務	7名
管理栄養士	1名	作業療法士	4名	臨床工学技士	2名		

特集：糖尿病治療／高精度放射線治療

# 未来の医療体制の取り組み 「糖尿病診療DX化」

DX デジタルトランスフォーメーションのことを指します。医療の現場において、デジタル技術を活用することで、医療の効率や質を向上させることを目的とする。



2018年から「AIホスピタル」という政策で医療のDX化が進んでいます。身近なところでは、オンライン診療が解禁されました。さらに2024年12月に保険証はマイナ保険証になります。これによりオンライン認証体制が整えられ、薬剤や検査情報などを医療機関・薬局などと共有できるシステムの稼働が計画されています。かかりつけ以外の医療機関へ急病での受診時や、オンライン診療でも、「情報がなくて困る」ことがなくなる未来が来るかもしれません。未来の医療にむけて当院の糖尿病診療DX化への取り組みを紹介します。



2024糖尿病療養チーム集合写真

2023年から自己血糖測定器を「ワンタッチベリオリフレクト」へ交換しています。これはBluetooth機能でデータを送受信でき、さまざまなアプリと連携して自己管理に活用しやすくなりました。栄養指導の場面でも、「シンクヘルス」というアプリを活用し始めています。これは食事、血糖推移や薬剤情報などをクラウド上で共有でき、それらを活用して質の高い生活指導の実践に挑戦しています。無償の機能に限りませんが、栄養指導時に活用したい方は教えてください。



持続血糖測定器の領域では、1型糖尿病の方が多く使用中のフリースタイルリブレ(以下リブレ)に加え、DexcomG6も使用可能になりました。低血糖予測アラームなどリブレにない機能もあります。

インスリン分泌の枯渇した糖尿病の方が適応のインスリンポンプ療法もミニメド™770Gシステムからミニメド™780Gシステムへ更新しています。基礎インスリン自動調整機能に加え、新たに補正インスリン自動投与機能が付加されました。これは様々な要因により、血糖が上昇した際にインスリンポンプが自動で計算し、注入してくれるものです。さらに定期的な較正の必要がなく、血糖測定に伴う穿刺の頻度を減らすことができます。

拡大する糖尿病診療に対応するため、糖尿病専門医の佐々木裕伸先生にも加勢いただき、さらに質の高い医療を皆様に提供できる体制を拡充しましたので、今後ともよろしくお願いたします。

# 放射線治療の種類と方法



放射線治療は手術、抗がん剤と並んでがんの大切な治療(標準治療)の一つです。局所治療として根治治療から緩和治療まで、形態と機能を温存しながら治療できるという特長があります。当施設は埼玉県がん診療指定病院として、放射線治療専門医と共に患者さまが安心して治療を受けられる体制を備えています。

このたび、放射線治療の充実を図るために、腫瘍に集中して一度に高線量の放射線を照射する『定位放射線治療(ピンポイント照射)』、放射線の強さに強弱をつけることができる『強度変調放射線治療(IMRT)』をご紹介します。

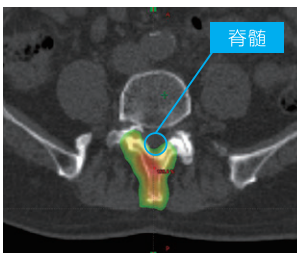
## 定位放射線治療

定位放射線治療は腫瘍に集中して一度に高線量の放射線を照射する技術です。腫瘍の広がりや大きさが限局的な場合、手術に代わり用いられる治療の選択肢で、重要な正常臓器を避けながら、腫瘍へ少ない回数で高線量の放射線を使って治療を行うことができますのが最大のメリットです。

定位放射線治療はオリゴ転移(限局性の少数転移)、転移性脊椎腫瘍においては近年の研究により特に効果が認められております(疼痛緩和・生存率の向上など)。他にも肝臓、肺、すい臓、腎臓、前立腺、脳の腫瘍の治療にも用いられています。

骨への照射の比較

	3DCRT (従来の照射)	定位照射
照射回数	1回・5回・10回	1回・2回
照射線量	8Gy・20Gy・30Gy	20Gy・24Gyなど

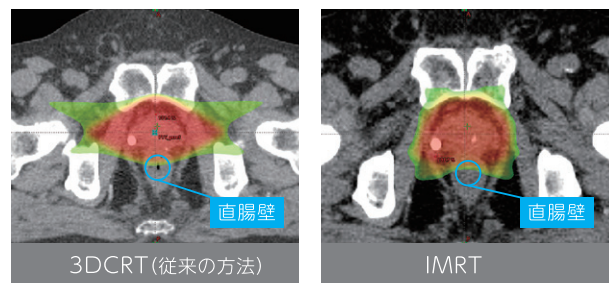


リスク臓器を避けて放射線を当てたい箇所にのみ高線量を当てることができます。

## 強度変調放射線治療(IMRT)

強度変調放射線治療(IMRT)では照射中にマルチリーフコリメータを移動させることで、照射野内に放射線の強弱をつけることが可能となり、周囲の正常組織への照射を減らすことができるため、副作用を減らして放射線を腫瘍に照射することができます。また、医学物理士、放射線治療品質管理士のスタッフが日頃から精度管理を行い、安心・安全で質の高い放射線治療を提供しております。さらに、近年では事故防止のため、第三者機関によるリニアック出力の確認が推奨されるようになり、当施設も精度管理の一機関による確認を受け、証明書をいただいております。

当施設の3DCRTとIMRTの比較



前立腺の治療の場合、IMRTは3DCRT(従来の方法)よりも、直腸をよけて前立腺にのみ高線量を当てることができます。

今後とも地域の皆様に安心・安全に治療を受けて頂けるようにスタッフ一同日々精進してまいります。



血液浄化センター 岡田 栄子医師

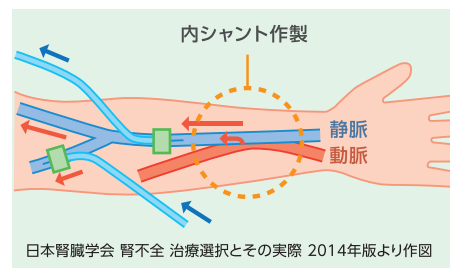


## 透析治療に関する専門的治療のご紹介

### バスキュラーアクセスとは

透析シャントをこのように呼びます。透析シャントは血液透析を行うために使用される血管経路を示します。透析機器と繋げることで、血液を濾過し、体内の老廃物や余分な液体を除去し戻すために使用されます。血液透析療法には必須であり、その管理は患者さんの予後（今後の見通し）に影響を与えます。

バスキュラーアクセスの種類は、①シャント（自家動静脈瘻）②人工血管移植③上腕動脈表在化（非シャント型）④カフ付きカテーテルがあります。



当院では、すべてのバスキュラーアクセスの作成また再建に対応しております。血液透析治療は、週3回2本の穿刺針を穿刺するという行為を繰り返すため、経時的に内膜肥厚（血管の内側の壁が厚くなる）や癒痕狭窄（針を刺すことを繰り返すことにより起こる傷跡で狭くなる）、静脈弁（静脈の内側にある血液の逆流を防ぐふた）の、静脈弁の肥厚、瘤形成（血管壁の薄くなった所にコブができること）などのトラブルが生じてきます。このようなトラブルは、透析効率が低下し透析関連合併症につながります。バスキュラーアクセスは透析患者さんの命綱であり、安定したバスキュラーアクセスは非常に重要です。CNS (Canadian Society of Nephrology) では血流量500ml/min未満、ベースの血流量から20%減少した場合はバスキュラーアクセス狭窄（狭くなる）を疑うとされています。

日本透析医学会では「慢性血液透析用バスキュラーアクセスの作製および修復に関するガイドライン」を提唱し、狭窄病変に対しては経皮的シャント拡張術（血管を広げる）という、カテーテル治療が第一選択と位置付けられています。

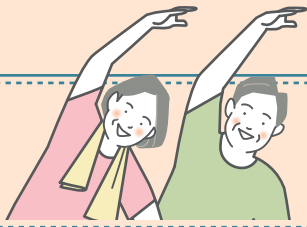
当院では定期的にエコー検査を行い、血流量などが適切かどうかバスキュラーアクセスの機能評価しております。

### 狭窄病変に対しては透析シャント拡張術というカテーテル治療を行います。

使用しているバスキュラーアクセスを長持ちするために、繰り返し治療が必要な場合も多く、当院ではバスキュラーアクセス血管内治療認定医を所得しており薬剤コーティングバルーンカテーテルを使用することができますので、長期開存率を高めることが可能となりました。また、カテーテル治療で改善しない場合も、速やかに外科的再建を行い、透析中断なくストレスフリーな治療を心がけています。バスキュラーアクセス機能を維持し、透析効率を高めることにより、患者さんの健康に有益を付与することに違いありません。

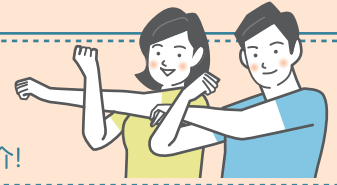
患者さんそれぞれが異なった血管状態であり、治療に対してはオーダーメイドに対応しています。

血液浄化センタースタッフと最適な治療法を選択し、患者さんに寄り添った治療を心がけて、満足していただくように、今後も努力していきたいと思っております。



# 健康たいそう講座

当院リハビリテーション科スタッフがおすすめの体操をご紹介します!



## 3秒に1人転んでいる!?

65歳以上の高齢者では約3秒間に1人が転倒し、1分間に1人以上が骨折していると言われています。

- 転倒・骨折は認知症や脳血管障害と並んで、主要な要介護要因となっています!
- 男性に比べて女性は、転倒・骨折により介護が必要となる割合が高くなっています!

## やってみよう転倒リスク評価!



質問紙を用いて、自身が転倒しやすい状態かどうかチェックしてみましょう!

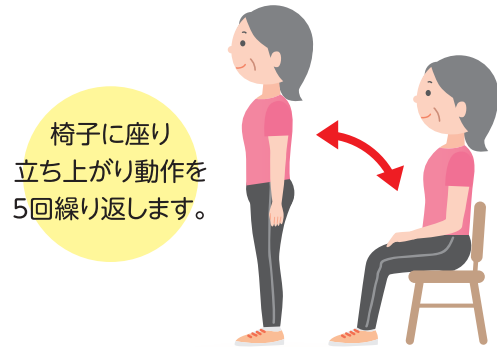
質問項目	はい	いいえ
過去1年間に転んだことがある	5点	0点
歩く速度が遅くなったと思う	2点	0点
杖を使っている	2点	0点
背中が丸くなってきた	2点	0点
毎日お薬を5種類以上飲んでいる	2点	0点

合計点が6点以上になると、転倒しやすい状態と考えられます。

出典:鳥羽研二他. 日本老年医学会雑誌 2005 Okochi J, et al. Geriatr Serontol Int 2006 を基に作成



椅子からの立ち上がりで足の機能をチェックしてみましょう!



椅子に座り立ち上がり動作を5回繰り返します。

12秒以内で完了できれば、足の機能が保たれています。

出典:Chen LK, et al.J Am Med Dir Assoc. 2020

## 転倒予防のトレーニング

転倒予防にはバランス能力と筋力の向上が大切です。

### 1 スクワット

太ももの筋力を強化しましょう。立ち上がりや階段昇降などに不可欠な筋肉です。



10~15回2セット

”ちょっときつい”  
くらいの負荷がオススメ!

#### POINT!

- 肩幅に足をひらく
- 膝がつま先よりも前に出ない
- 股関節をしっかり曲げる

### 2 片足立ち

立ったまま靴下や靴の着脱がしにくくなるとバランス能力低下のサインです。

片脚立ち運動でバランス能力を向上させましょう。



片足10秒ずつ3セット

”日常の空き時間”  
に取り入れるのがオススメ!

#### POINT!

- 転倒予防で何かにつかまる
- 余裕があれば指先で支える
- 背筋を伸ばす



いずれの運動も、膝や腰に痛みがある場合は無理せず、医師や理学療法士にご相談ください!



認知症看護認定看護師の役割は、認知症の人の生命や生活の質を見極め、本人の尊厳を尊重し、認知症の発症から終末期までの過程にわたる病状管理、療養生活環境を最適なものにする、看護の質の向上を図ることです。



認知症看護認定看護師 塚田 麻貴子

認知症看護認定看護師の役割は、認知症の人の生命や生活の質を見極め、本人の尊厳を尊重し、認知症の発症から終末期までの過程にわたる病状管理、療養生活環境を最適なものにする、看護の質の向上を図ることです。

現在、認知症看護認定看護師として院内で活動に取り組んでいます。患者さんのベッドサイドに出向き、会話などコミュニケーションを通じ療養生活での困りごととは何かを考えます。また、認知機能を評価して困りごとに対する介入方法を検討し、病棟スタッフと共有しています。また、更に医師、看護師、薬剤師、リハビリテーション療法士、管理栄養士など多職種で認知症ケアカンファレンスを実施して、最適な介入方法の検討を行っています。その他、認知症看護の知識の向上をはかるため勉強会の実施も行っています。

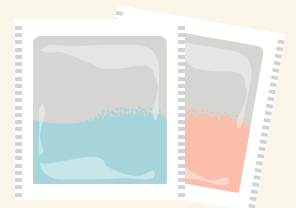
高齢化率は29%を超え、約3人に1人が65歳以上という日本は超高齢社会を迎えています。それに伴い、認知症の人の数も増加していくことが考えられます。認知症や認知機能が低下している方が、少しでも安心して入院生活を送ることが出来るように今後も邁進してまいります。



## 薬剤師のつぶやき..



### 薬はどこに保管する？ 常温、室温って何度のこと？



まもなく夏が始まりますね。みなさん、薬は適切な温度で管理できていますか？薬の中には暑さや直射日光に弱いものがあります。薬局で薬をもらうときに冷蔵庫で保管するように言われたことがある方もいるのではないのでしょうか。適切に保管をしなければ必要な薬効が得られないことや、薬がだめになってしまうこともあります。

**多くの薬は室温で保管するように決められていますが、室温とは何℃のことでしょうか？**

実は1℃から30℃のことを表しています。同じように常温は15℃から25℃、冷所は1℃から15℃を表します。近年の夏は日差しも強く、連日35℃を超えてしまうことも珍しくありません。部屋の中でも1日を通して日陰で涼しい場所に薬を保管するようにしましょう。湿気に弱い薬もありますのでそこには注意が必要です。今一度、ご自身でお使いの薬の適切な保管場所を確認して、暑い夏に備えていきましょう。



# 栄養 アラカルト

## 夏バテ対策について

梅雨が終わるといよいよ夏本番。気温の暑さで食欲が低下する、怠さを感じるなどの症状が出てくる方もいらっしゃるでしょう。そのような「夏バテ」を予防する為の対策についてお話します。

### ★旬の野菜を食べる

旬のものは味がよく、色鮮やかな野菜が多いため視覚からも食欲を増加させることができます。夏野菜はトマトやナス、キュウリ、オクラなどがあります。

### ★ビタミンB1を摂る

疲労回復効果がある栄養素です。豚肉や玄米や枝豆にも含まれています。

### ★酸味やスパイスを効かせる

お酢などの酸っぱいものや唐辛子などの辛い物は食欲を増加させる作用があります。

### ★こまめに水分を摂る

汗で体内の水分が失われ、脱水症状を引き起こす可能性があります。



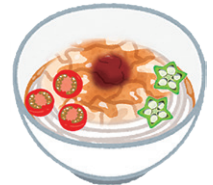
## 夏野菜と豚しゃぶのさっぱりそうめん

### 材料2人前

- そうめん ……………2束
- オクラ ……………2本
- 豚肉 しゃぶしゃぶ用 ……160g
- めんつゆ ……400ml
- ミニトマト ……………4つ
- 梅干し ……………2つ

### 作り方

- ① 沸騰させたお湯の中で、豚肉をしゃぶしゃぶし、お皿に上げておく。
- ② オクラを茹でて5mm幅に切る。ミニトマトは半分に切っておく。
- ③ そうめんを茹で、冷水で締めたのちによく水気を切って、1人前ずつ皿に盛る。
- ④ ③の上に①と②と梅干しを盛り付け、めんつゆを掛ける。



※イラストはイメージです

\\ お好みでみょうがや小葱などをかけてお召し上がりください //



当院の行事食を紹介します。他にも郷土料理やスイーツを毎月提供しています!





- ひなちらし
- 清まし汁
- 春野菜の土佐煮

- 菜の花の辛子和え
- 桜もち



- 桜うどん
- 天ぷら盛り合わせ (ナス、南瓜、アスパラ)

- 菜の花のお浸し
- さくら杏仁



- 桜献立

- スイーツデー
- にんじんムース

## 近隣施設紹介



### なかむら耳鼻咽喉科クリニック

土呂駅東口駅前が開業しています。水色のぞうさんのマークが目印のクリニックです。当院は耳鼻咽喉科で、みみ・はな・のどの一般的な診療を行っており、補聴器相談や発熱外来も行なっております。生後1ヶ月の赤ちゃんから高齢の方まで幅広い年齢の方が受診されていますが、どちらかというと、ちびっこちゃんのほうが多いかもしれません。当院で対応できない精密検査や入院治療が必要な際は、彩の国東大宮メディカルセンターへご紹介することが多く、いつも迅速にご対応いただき感謝しております。当院は小さなクリニックですが、小さいクリニックならではの患者様が安心して受診できるような温かい雰囲気を目指して、スタッフとともに日々頑張っております。みみ・はな・のどでお困りの際は、ぜひご来院ください。

医療機関名	なかむら耳鼻咽喉科クリニック
住所	埼玉県さいたま市北区土呂町2-12-20 コスモスクエア3階
電話番号	048-663-3387
院長	中村 真美子
外来時間	【午前】 月・火・水・金曜日 9:00~12:30(受付時間12:30まで) 土曜日 9:00~13:00(受付時間13:00まで) 【午後】 月・火・水・金曜日 15:00~18:30(受付時間18:15まで)
駐車場	23台完備



## がん相談支援センターのご案内

高齢化が進んでいる昨今、日本人の2人に1人は一生のうちに何らかのがんにかかると言われております。がんと診断された場合、不安や落ち込み、生活面への心配事などを誰に相談したらよいのだろうと思う方も多いと思います。そのようなときは、ぜひ「がん相談支援センター」をご利用ください。当院は埼玉県がん診療指定病院であり、がんについて様々なことを相談ができる「がん相談支援センター」を設置しています。

がん相談支援センターでは、がんのことやがんの治療について知りたい、今後の療養や生活のことが心配など、がんに関わる質問や相談をお受けしています。患者さんやご家族、そのほか地域の方々など、どなたでも対面または電話により無料で利用することができます。がんについて詳しい看護師や生活全般の相談ができるソーシャルワーカーなどが相談員として質問や相談をお受けしており、気持ちによりそいながら、これからのことを一緒に考えるお手伝いをしています。



### ■ 診療実績

(2023年12月～2024年3月平均)

入院稼働率	96.3%	救急搬送件数	511件/月
1日平均入院患者数	300.6人	手術件数	276件/月
平均在院日数	14.7日	紹介患者数	800件/月
1日平均外来患者数	550.4人		

### ■ 病院理念

私たちはホスピタリティの精神で患者さまと感動を共有し、高度の急性期医療で地域に貢献します。



### ■ 基本方針

1. 職員ひとりひとりの成長を支援する
2. 医療の質を高める努力を継続する
3. すべての顧客（ステークホルダー）の満足度を高める
4. 健全な経営を行う

### ■ 交通案内図



JR	宇都宮線・湘南新宿ライン・上野東京ライン 「土呂駅」東口より 徒歩約11分
東武アーバンパークライン	「大宮公園駅」より 徒歩約9分
自動車	首都高速埼玉新都心線「さいたま見沼」ICより 約18分 東北自動車道「岩槻」ICより 約21分

