

ひかり

Kikuna Memorial Hospital
News Letter

vol.103
2018.3

ご自由にお持ちください

Contents



- 特集
サルコペニアとその予防
- みなさまの声にお答えします
- KMH-NEWS-
- KMH-TOPIC-

サルコペニアとその予防法

寒かった冬も終わり暖かな春となりました。皆さんは如何お過ごしでしょうか。春になるとご自身の体型が気になるかたも多くいらっしゃるかと思います。テレビでは結果にコミットする某CMが流れていますが、今回のテーマは体型・筋力にまつわるお話です。

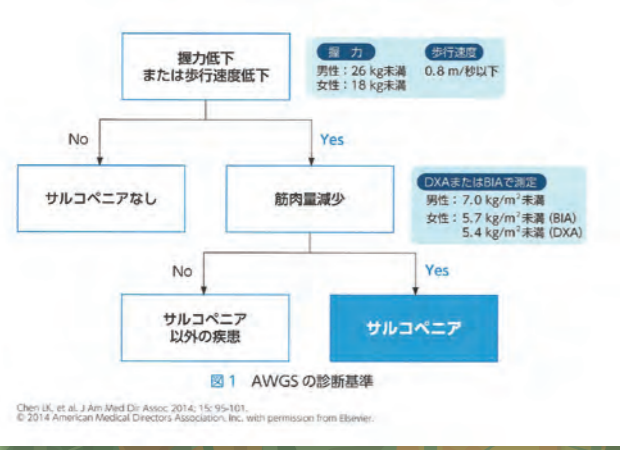


外科 医長
清水 一起

サルコペニアとは？

私は当院で消化器外科の診療に携わっています。消化器外科の診療の中心は手術になりますが手術は近年の医学の進歩に伴いどんどん侵襲（負担）の少ない手術が開発されています。しかしながら侵襲が少ないとはいえ高齢者の方には大きな負担です。日本は急速な高齢化社会を迎え高齢者の方に如何に安全に手術を受けて頂くかが大きな課題となっています。

皆さんはサルコペニアという疾患をご存じでしょうか。サルコペニアとは1989年に米国のRosenberg医師が提唱した概念でSarx（筋肉）とPenia（喪失）というギリシャ語から作られた造語です。筋量と筋力の進行性かつ全身性の減少に特徴づけられる症候群で身体機能障害・QOL低下・死のリスクをともなうものと定義され、欧州サルコペニア・ワーキンググループ（EWGSOP）が2010年作成した世界初の診断基準を基に2014年アジア・サルコペニア・ワーキンググループ（AWGS）のアジア人向けに発表した診断基準では握力低下または歩行速度低下を認め筋力量減少を合併するとサルコペニアと診断されます。



握力・歩行速度・筋量はそれぞれ、左図の数値まで減少していることが判断の基準になります。

◀左図はサルコペニアの診断基準
(画像出展：サルコペニア診療ガイドライン)

一次性と二次性とは

サルコペニアは原因により一次性サルコペニアと二次性サルコペニアに大別されます。一次性サルコペニアは加齢のみによるもので、二次性サルコペニアは活動に関連するもの、疾患に関連するもの、栄養に関連するものに分類されます。消化器癌の患者さんは通過障害などにより低栄養に陥りサルコペニアを合併しやすく予後を悪化させると考えられます。また、サルコペニアにより術後合併症が起こりやすくなると予想されます。

一次性サルコペニア	加齢性サルコペニア	加齢以外に明らかな原因がないもの
	活動に関連するサルコペニア	寝たきり、不活発なスタイル、(生活)失調や無重力状態が原因となりうるもの
二次性サルコペニア	疾患に関連するサルコペニア	重症臓器不全(心臓、肺、肝臓、腎臓、脳)、炎症性疾患、悪性腫瘍や内分泌疾患に付随するもの
	栄養に関連するサルコペニア	吸収不良、消化管疾患および食欲不振を起こす薬剤使用などに伴う、摂取エネルギーおよび/またはタンパク質の摂取量不足に起因するもの

▶右の図は一次性と二次性の原因の違いをまとめた表 (画像出展：サルコペニア診療ガイドライン)

予防方法について

それではサルコペニアを予防し手術合併症を減らすにはどうすれば良いでしょうか。栄養と運動が重要になります。食事については1日に体重1kgあたり1.0g以上のタンパク質摂取が推奨されます。また、運動並びに活動的な生活が筋力や筋量の維持に有用であるとされています。

当院では、栄養サポートチーム（NST）が栄養状態の改善を目的に介入を行っています。当院のNSTは医師、看護師、薬剤師、管理栄養士、臨床検査技師、リハビリテーションスタッフからなり週1回の回診を行っており、タンパク質やアミノ酸豊富な補助食品の提供などを行っています。また、リハビリテーションスタッフを中心にレジスタンス運動を含む運動療法が行われています。



カギはこの2つにアリ!

さいごに

やっと暖かくなりました。家に閉じこもらずお散歩、お花見に出かけみては如何でしょうか。その際には焼き鳥などを頂くのも良いかもしれません。



みなさまの声にお答えします。

2017年も、みなさまよりたくさんのご意見・ご感想を頂きました。
今回は、みなさまの声に対する当院の取り組みをご紹介します。

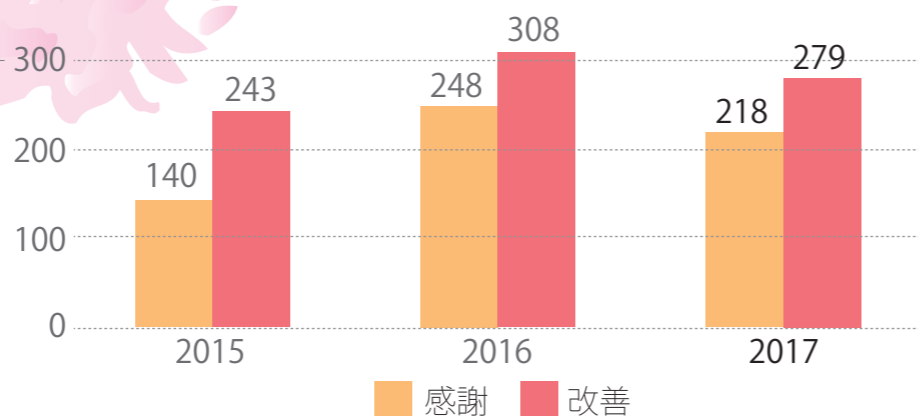
ご意見・ご感想の職員への周知について

投書箱のご意見は原則毎日回収し、
院長・看護部長・事務長・該当部署で回覧しています。
また、一部は職員食堂前に掲示し、職員への周知を図っています。
退院時アンケートも毎週、病院幹部が集まる会議で報告し、
この会議で改善策を計画・実施しています。
すべての投書箱・退院時アンケートのご意見は、
毎月、患者サービス委員会（CS委員会）で全所属長に報告され、
各職員へ伝達されます。
この委員会でも、ご意見に関する改善策を検討しています。

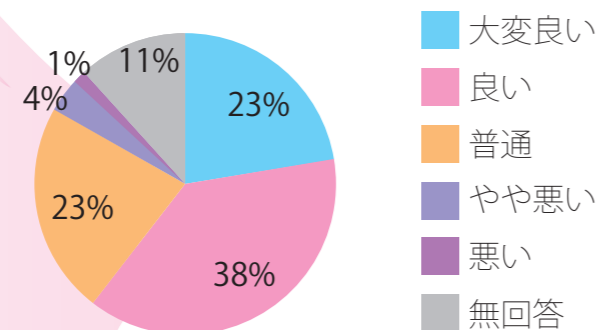


ご意見・ご感想の内訳

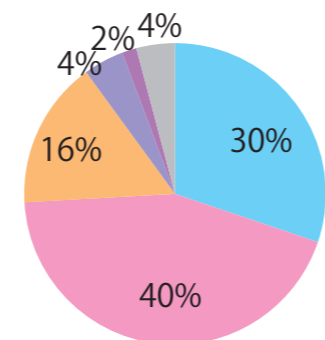
投書箱・退院時アンケートのご意見・ご感想は、
年々増加しています。
施設上（狭い・トイレが少ない・温度調整等）、
ご不便をおかけしていることもあり、「改善」
が「感謝」を上まわってはいますが、「感謝の
声」も少しずつ増えてきました。今後も、多くの方から感謝の声が
頂けるよう、職員一同、努力してまいります。



地域における評判
(退院時アンケート 2017)



満足度
(退院時アンケート 2017)



～実際にいただいたご意見から～

院内にコンビニがほしい。

コンビニの導入を検討しましたが、消防法によりスペースを広げることができないため、現時点では難しい状況です。
病院と致しましては、みなさまの売店に関するご要望・ご意見をお聞きし、改善をすすめさせていただきます。
売店に関するご意見・ご要望もお気軽にお寄せ下さい。

大部屋の環境について

当院の大部屋は、開院時の基準のため、6人部屋と狭く、ご不便をおかけしております。
緊急入院や高齢患者様の入院に伴う治療や介護度にあわせたお部屋の移動等には、いつもご協力頂き大変感謝しております。
入院中、大部屋の環境で不快な点やご心配なことがありましたら、看護師や病棟師長にお申し出ください。
対応可能な範囲で調整させていただきます。

接遇について

職員の言動によりご迷惑をおかけし、大変申し訳ございません。
該当する職員には、直接指導をさせていただくとともに、患者様・ご家族の素直な思いを知り、心ある対応ができるよう、職員の接遇改善に努めてまいります。
これからも率直なご意見・ご感想をお寄せください。

～投書箱・総合相談窓口へご意見をお寄せください～

これからも、たくさんのお声をお待ちしています。
投書箱やアンケートとともに「総合相談窓口」でもお話をお伺いします。
お気づきの点がありましたら、是非、ご利用下さい。



菊名記念病院のHOTな
ニュースをご紹介します。



NEWS 1/4 新年初顔合わせ

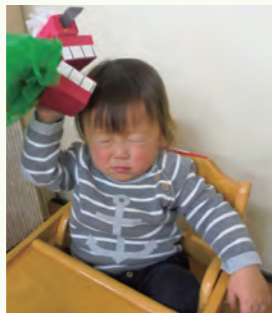


2018年のスタートとして、今年も新年顔合わせを病院屋上にて行いました。地域のみなさまとのつながりを大切にし業務に努めて参ります。



NEWS 2/5 保育室 お正月

新年の挨拶をした後で、鏡餅の話や正月遊びの紹介に興味津々に聞いていた子どもたち。ししまいが出てくると反応は様々でした。カチカチとかんでもらった後は笑顔いっぱいでした。元気いっぱい、楽しく過ごしていきたいと思っています。今年もよろしくお願いいたします！



NEWS 3/23 保育室 雪あそび

真っ白な雪に興奮気味の子どもたち！お部屋の中に雪を持ってきて、雪あそびをしました。コップに入れたりお団子を作ったり…感触を楽しみながら冬の自然を満喫して遊ぶことができました。



NEWS 4/24 NST・褥瘡委員会 合同勉強会

毎月、職員を対象に NST 委員会が開催しているNST勉強会。1月は「褥瘡と栄養管理」をテーマに NST 委員会と褥瘡委員会が合同で勉強会を開催しました。褥瘡が発生しやすい要因～発生してしまった時の褥瘡の状態・栄養状態の見方～褥瘡の状態に合わせた1日の栄養量や積極的に摂りたい栄養素のことなど、盛り沢山な内容でした。出席された職員は熱心に耳を傾け、メモを取り、講師に質問する姿も見られました。



NEWS 5/31 参加無料 当日参加 OK! 第31回 公開市民講座

「ヒートショック～温度差が血管に与える影響と引き起こされる病気、予防法について～」山元なお香（慢性心不全認定看護師）今年の冬は例年になく寒く、家の中でも温度差を感じています。ヒートショックという言葉は浸透してきましたが、急激な温度差が心臓系のトラブルに発展します。今回は特に入浴前後のヒートショックを防ぐための方法をいくつかお話ししました。



NEWS 6/2/2 保育室 節分会

プスプス保育室にも毎年恒例の鬼がやって来ました！掛け声練習をしている所に鬼が現れ、泣き出す子どもや怯えながらも豆を投げる子どもと…反応は様々でした。最後は皆で、はいチーズ！色画用紙を使って、恵方巻づくりにも挑戦しました。



参加無料 当日参加 OK! 次回の公開市民講座のお知らせ

3/14 第32回 公開市民講座 “救急車を呼ぶまでにできること”

～もし身近な人が急変したら～
講師 当院 集中ケア認定看護師 茶畑 亜矢子

4/21 公開市民講座 スペシャル版 “健康イージーダンス”

～ダンスが初めての方・ご高齢の方でも安心です 身も心も健康になりましょう～
講師 TRF SAM 氏

詳しくは当院ホームページをご覧ください <http://www.kmh.or.jp/>

NEWS 7/2/7 初午祭

今年も当院屋上にて菊名神社宮司様をお迎えして初午祭を執り行いました。菊名記念病院では患者様が一日でも早いご回復を願い、職員もまた健康で過ごせるようにと代表職員が祈願しました。



NEWS 8/3/6 平成29年度医療安全強化月間取り組み発表

- ◆ 取り組み優秀部署
第1位 栄養科「配膳前チェックの標準化による配膳ミス減少の取り組み」
第2位 E5「内服管理ルールの見直し」
第3位 W3B「患者の転倒・転落を防止する取り組み」

- ◆ 医療安全管理室賞
*E6 (内視鏡) *外来 *臨床検査科
- ◆ スローガン大賞
看護部「急いでやるより正確に 焦ってやるより丁寧に」





会田記念リハビリテーション病院の 名称が法人変更につき新しくなりました。

平成30年2月1日より、『医療法人 三星会 茨城リハビリテーション病院』と名称を変更し、新たにスタートすることとなりました。これを機に職員一同新たな気持ちで、リハビリテーション医療の拡充と共に引き続きグループ内はもちろん、地域との連携を図りながらリハビリテーションを主体に患者さん・ご家族の方々の期待に応えられるよう職員一同努力してまいります。今後ともより一層の変わらぬ御支援ご指導をよろしくお願いいたします。



医療法人三星会

茨城リハビリテーション病院



【病院概要】

法人名 : 医療法人 三星会 茨城リハビリテーション病院

法人変更日: 平成30年2月1日

病床数 : 病棟数: 4病棟 病床数: 178床

標榜診療科: リハビリテーション科、内科、整形外科、神経内科、脳神経外科

施設 : 理学療法室、作業療法室、言語聴覚室、一般撮影室、CT、MRI、心電図、脳波検査 等

関連施設 : 茨城リハビリテーション病院デイサービスセンター、地域リハビリセンター茨城リハビリテーション病院デイケア、茨城リハビリテーション病院訪問看護ステーション、茨城リハビリテーション病院ケアサービス

【住所・電話】

〒302-0112

茨城県守谷市同地字仲山 360

TEL : 0297-48-6111(代表)

FAX : 0297-48-6116

Email : info@irh.or.jp

http://www.irh.or.jp

【QRコードはコチラ】



窓口負担金 変更のお知らせ

平成30年4月1日より、診療報酬改正に伴い窓口負担金に変更になります。どうぞご了承くださいませよう、お願い申し上げます。

編集後記

もうすぐ春ですね♪ 3/1 台風並みの強風となった近畿・東海・関東地方も春一番が吹きました。夕方から夜にかけて、東京都心で15.7メートル、横浜市で20.6メートル、千葉市で21.5メートルの最大瞬間風速を観測しました。春の訪れを知らせる春一番ですが、融雪洪水や雪崩・突風などが発生しやすく、事故も起きやすいので、吹かないほうがいいのかもかもしれません(笑)みなさまも色々な春を感じ楽しみましょう。 広報 根岸

当院の基本理念

私たちの病院の使命—Mission—
質の高い急性期医療を通して地域社会に貢献します。



日本医療機能評価機構
認定病院 (3rdGVer.1.1)



JQA-QMA14243
ISO9001:2015
認証取得病院



ピンクリボン運動
を応援します。



地域医療支援病院
菊名記念病院

〒222-0011 横浜市港北区菊名 4-4-27

TEL : 045-402-7111(代) FAX : 045-402-7331

URL : http://www.kmh.or.jp/ E-mail : kikuna@kmh.or.jp