

かしま

ほっと HOT ほっと hot 通信

8月号 Vol.379

令和6年(2024年)8月1日発行

■編集/かしま病院広報企画室
■発行/社団法人 養生会

〒971-8143
福島県いわき市鹿島町下蔵持字中沢目22-1
tel.0246-58-8010(代) fax.0246-58-8088

ご意見・ご感想は...
上記住所へ郵便、またはE-mailでお送り下さい。
かしま病院広報企画室まで
kouhou@kashima.jp

ホームページ <https://www.kashima.jp>

かしま病院

検索

スマートフォンをご利用の方は、
QRコードを読み取り、アクセスしてください。
PCサイトと同じ内容をご覧頂けます。



1-2 巻頭特集

「キッズ医者かしま2024」を
開催しました!

「健康ハートの日」のイベントに
参加しました!

3 コラム ひんがら目 (206)

『鑄型気管支炎

痰が気管支内で詰まり、木の枝のようになりました』

呼吸器科 部長 山根 喜男

ようこそ家庭医療へ!

リハビリPOST

「股関節の健康講座」を開催しました
かしま荘通信

お盆休みの外来診療のお知らせ

当院のお盆休みの外来診療日について、
下記の通りご案内いたします。

8月 August						
10日 土	11日 日	12日 月	13日 火	14日 水	15日 木	16日 金
診療	山の日 休診	振替休日 休診	休診	休診	休診	診療

16日(金)から通常通り外来診療を行います。
ご迷惑をおかけしますが、
ご理解の程よろしくお願いたします。

巻頭特集

小学生職業体験プログラム

「キッズ医者かしま2024」を開催しました!

最初のプログラムはBLS (basic life support) 研修です。突然人が倒れたときなどの緊急時には救急車を呼びますが、BLS研修では救急車の到着までにできる救命処置を学びます。意識や呼吸状態を確認して、胸骨圧迫(心臓マッサージ)やAEDの使用などをすれば、命が助かる可能性が高まります。胸骨圧迫は大人でもしっかりと力を入れる必要がある動作です。体が小さな子供たちは、力の入れ方に苦戦しながらも皆真剣に取り組んでいました。BLS研修を終えた後の振り返りでは「家族が倒れたときに助けられそうです」という声が挙がっていました。



BLS研修



令和6年7月27日(土)に「キッズ医者かしま」を開催しました。キッズ医者かしまとは、小学生に医療を身近に感じてもらうために、毎年夏休み期間に開催している医療体験プログラムです。2009年にスタートし、コロナ禍の中止期間を経て13回目の開催となります。今回は、小学1年生から6年生の15名が親子で参加しました。参加した子供たちは新任研修医になりきり、5人1グループの3グループに分かれてプログラムに取り組みました。

院内見学

病院では、医師や看護師以外にも、患者さんのリハビリを担当する理学療法士、血液や尿などの検体を分析する臨床検査技師、CTやMRI装置の操作をする診療放射線技師など、様々な資格を持ったスタッフが専門性を発揮して業務にあたっています。

入院病棟、リハビリ室、薬局、ME室（医療機器を管理する部署）なども見学して、病院では患者さんのために様々な職種の人々が働いていることを学びました。

院内見学



リハビリ室



MRI室



入院病棟



血液検査室



ME室



薬局

診察体験

病院外来には、毎日様々な症状の患者さんが受診します。診察体験では、子供たちが先輩医師のアドバイスを受けながら模擬患者さ

んを診察して、体調不良の原因を探ります。診察室に入ったら、患者さんを呼び出すところからスタートします。問診では、どんな

診察体験



胸の音を聴いています。



喉の腫れはどうか？

修了式

修了式



修了式の石井敦院長の講評では、学んだことを振り返った後に「今日の実習に取り組む様子を見させ

ていただきました。修了できると認めただ方に修了証をお渡ししますので、名前を呼ばれた方は前に来てください。」と話がありました。皆少し緊張した面持ちになりましたが、次々と名前が呼ばれていき無事に全員が修了となりました。「今日の体験で医療に興味を持った方がいたら、将来ぜひ地域の医療と一緒に支えていきましょう」との言葉で締めくくり、全プログラム終了となりました。

症状で受診をしたのか、いつから症状が出たのかなどを詳しく聞き取ります。

問診の次は、体温計や血圧計などを使ってバイタル測定をしたり、聴診器で胸やお腹の音を聞いたり、お腹を押して痛みがないかなどを確認して、カルテに記入していきます。

問診と検査の結果から病名を判断するのですが、グループ内で診断予想が分かれることもあり、3グループそれぞれが風邪、熱中症、胃腸炎の診断をすることができました。診察体験の後の振り返りでは、実践したことを医師になった時に役立てたいという意見が挙がっていました。

病院に行く待ち時間は静かにしなくてはなりませんし、注射や採血などで痛い思いをすることもあるので、病院が嫌いという子も多いと思います。今回のような機会を通して病院の良い所も知ってもらい、医療に関わりたと思う人が一人でも増えたら幸いです。参加者の皆さん、貴重な夏休みに学びに来てくれてありがとうございます。



ハートはともだち! 8月10日は健康ハートの日

「健康ハートの日」のイベントに参加しました!

健康ハートの日とは心臓病・脳卒中の予防の日として8月10日(ハートの日)に定められています。このプロジェクトは、日本心臓財団、日本循環器学会、日本循環器協会、日本 AED 財団の4団体で共催しています。

毎年Jリーグと協力し試合日に各地で啓発活動を行っています。

7月6日(土)の「いわきFC vs 大分トリニータ」戦に合わせてJ2リーグでは初のイベントを開催しました。

当院からは循環器内科医師である中山大先生や中山文枝先生はじめ医療スタッフが参加しました。日本循環器学会の禁煙啓発キャラクター “すわん君” も来てくれました。

ブースでは心臓病・脳卒中予防のために

- ① 健康ハート10ヶ条を調べる
- ② 胸骨圧迫の方法を確認する
- ③ AEDの場所を確認する
- ④ 健康診断の結果を見直す

という4つの中から「今日からできること」を選んでくださった方に抽選で選手のサイン入りグッズをプレゼントしました。

みんなの命、自分の命を繋ぐという意識を持っていただけましたら嬉しいです。

7月6日(土) ハワイアンズスタジアムいわき



鑄型気管支炎

痰が気管支内で詰まり、木の枝のようになりまし

60歳代のY子さんは、肺がん検診で左右両側の下肺に異常な陰影が見つかり、近医を経て当科に紹介されました。

よくよく訊いてみますと、その5年くらい前から時々咳があり、気管支喘息の診断で治療を受けてきたそうです。最近では、粘り気のある痰が出るようになったとのことでした。

CTを撮りますと、左右の肺の下葉の気管支が太くなり中身が詰まっているように見えました。

息を吐くときにゼイゼイと喘鳴が聴取されました。気管支喘息で痰が詰まっていると考え、気管支拡張剤とステロイド剤の吸入を開始し、吸入した後に横に寝転がり、回転して右胸を下にして左胸を下にして、また腹這いにもなって、体位変換で痰を出すように指導しました。

しかし、一生懸命努力されたにもかかわらず、10日後に撮ったレントゲン写真では改善が見られませんでした。

さらに1週間後に気管支鏡を行いました。両側の下葉気管支には白色の粘稠な痰が詰まっていた。吸引しようとしたが痰が奥深くまでつなかっていて引っ張り出せません。鉤口鉗子で痰をつまみ出そうとしたが、柔らかくてつまみ出せません。痰の奥に水を注入して水圧で押し出そうと試みましたがうまくいきません。患者さんにとっては痰ではない気管支鏡でしたが、原因が粘稠な痰であるとわかっただけで終わりました。



妙案が浮かばず、吸入と体位変換を繰り返すことを2か月続け幸運を期待しましたが、成果はありませんでした。経験豊富な太田西ノ内病院呼吸器内科の松浦圭文先生に相談したところ、アスペルギルスという真菌が原因だろうから、真菌の検査をしたうえでフレドニンの内服を開始したらどうか、とのアドバイスを頂きました。

アスペルギルスの検査は陰性でしたが、真菌でなくても何らかの強いアレルギー反応で気管支が収縮し粘稠な痰が締め付けられて出てこないだろうと推測し、フレドニンの内服を試みました。

そうしたところ、少しづつ粘稠な痰が咯出できるようになりました。時には、気管支の鑄型のような樹枝状の痰が出たそうです。Y子さんは木の枝のようにながった痰を、スマホに記録して見せて下さいました。数週間後に撮ったCTでは異常陰影は完全に消失していました。ただし、フレドニンを完全にやめると、痰が再び粘っこくなり咯出しにくいとのこと。少量のフレドニンを続けました。

文献によりますと、これは鑄型気管支炎とよばれ、痰による粘液栓が鑄型のように気管支を閉塞して発生するそうです。ステロイドや気管支拡張剤の吸入では閉塞している部分に薬が届かないので効果がなく、内服や注射などの全身療法が必要でした。アレルギーに関与する好酸球が特殊な細胞死を引き起こし、細胞核から放出された網状DNAの粘り気が非常に強いことが原因だそう。真菌やインフルエンザでも起こるらしいのですが、それだけでなくいろいろな好酸球性気管支炎で起こるようです。

(呼吸器科部長 山根 喜男)

ようこそ 家庭医療へ!

～ いわきに生きる家庭医療への挑戦 ～

第174回

高齢者が運転し続ける理由

石井 敦 病院長



昨今、高齢ドライバーによる交通事故が社会問題となっていますが、なぜ事故が増え続けているのでしょうか。それは高齢ドライバーが自分の運転能力の低下に気づかずに運転をしていることにあります。「自分は運転が上手で無事故無違反の優良ドライバーだ」という自己認識が影響しているようです。自分のことを客観的に見られずに、高く自己評価してしまう傾向が強いというわけです。

高齢者の交通事故の多くは、運転操作を忘れるというよりは、神経伝達速度の低下により、交差点や発進時などでの突発的な場面に瞬時に反応することが無自覚に遅れるために発生するという報告があります。75歳以上では咄嗟の踏み間違え事故のリスクが8倍に跳ね上がるというデータもあります。

更に、高齢者が運転をやめたくない理由として、自己効力感（自分の考えたことが思い通りになる感覚）が関係しています。最近は日常のいたるところでIT化が進み、普段の暮らしの中で、高齢者が自己効力感を覚える場面が減ってしま

す。高齢になると体力が落ちて、外出するのにもひと苦労ですが、車を使えば自分の思い通りに移動できて、どこへでも行けます。車を運転することは、自己効力感を感じられる数少ない機会となっています。警察庁の「運転免許証の自主返納に関するアンケート」によると、75歳以上の約70%が「自主返納しようと思ったことはない」と回答しています。

したがって、免許自主返納は難しい課題ですが、例えば車をこすってしまったなど、本人が運転に不安を感じた時が良い機会となります。ただし、その際に本人を責めたり、能力の低下を指摘することは慎んで、本人が「運転はもうしなくてもいいかな」と自主的に運転をやめることを決断できるようサポートすることが重要です。運転をやめる代わりに趣味や自治会活動などに積極的に関わられるように配慮すれば、「自己効力感」を損なうことなく、いきいきとした生活を送ることができるとでしょう。

かしま病院では、2008年度から家庭医を志す研修医や地域医療実習を行う医学生を受け入れています。このコラムを担当する医師の石井敦は日本プライマリ・ケア連合学会認定指導医として、研修医・医学生の指導を行っています。



第161回

誤嚥性肺炎

皆さんは、食事中におせやすくなったと感じることはありますか? 8月号では「誤嚥」や「誤嚥性肺炎」の症状、予防・対策についてお話しします。

「誤嚥」とは本来、食道を通らなければならない食物や唾液

が誤って気管に入ってしまうことをいいます。そして「誤嚥」によって細菌が気管支や肺内で増えることで起こる肺炎を「誤嚥性肺炎」といいます。老化や脳血管障害の影響で飲み込み力が弱くなってしまう（嚥下障害）ことが原因で引き起こされます。誤嚥性肺炎の症状はいくつかありますが、代表的なものとして①発熱②痰量の増加③ゴロゴロとした声（湿性嚙声）④食欲不振などが挙げられます。高齢者の場合は症状が出にくく発見まで時間がかかってしまう方もいるため、日常生活の変化に気をつけることが大切です。

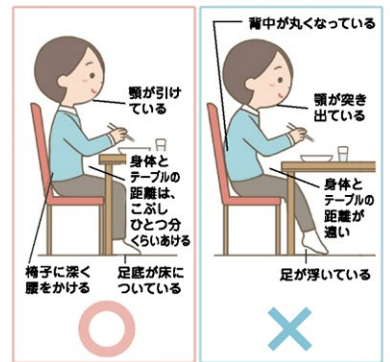
「誤嚥」とは本来、食道を通らなければならない食物や唾液

次は予防策です。今回は3つ紹介します。

- ①口腔内を清潔に保つ - 口の中の細菌を減らし肺などに細菌が侵入することを防ぎます。
- ②食形態を調整する - 硬い物やパサパサした物など飲み込みにくい食品は、良く煮込み柔らかくしたり、とろみをつけたりするなどの工夫が有効です。
- ③姿勢を調整する - 座って食べる際はしっかり両足をつけ、顎を引いた姿勢を取りましょう。

誤嚥性肺炎は加齢に伴い、誰にでも起こりうる問題です。おいしく楽しい食事を継続していくために、少しでも誤嚥性肺炎を理解し、予防に努めていきましょう。

言語聴覚士 梶山美波



かしま荘通信

カラオケで大盛り上がり! 7月19日(金)



7月19日(金)、歌唱クラブでカラオケを実施しました。瀬戸の花嫁や青い山脈などみんなで歌える歌で盛り上がり、その後は個人でリクエストされた曲を歌っていただきました。歌うことはストレス発散になるご様子で、皆様に大変楽しんでいただけました!

鹿島公民館連携講座

7月5日(金)

「股関節の健康講座」を開催しました



令和6年7月5日(金)9時半より鹿島公民館にて、当院の整形外科・石井聖也医師が講師となり、地域の方向けに「股関節の健康講座」を開催しました。定員40名のところ当日は47名の方にお越しいただき、大盛況となりました。

講座では股関節の痛みの原因や最新の治療法を中心に紹介しました。その後の質問タイムでは、股関節の手術に関する質問や症状についてのお悩み等多くの質問をいただき、石井医師より一つずつ丁寧に回答しました。