

美原通信

2006年11月

第20号

脳卒中の再発予防 ～糖尿病～

美原記念病院 神経内科 永島 隆秀

こんにちは。秋の味覚が大変に美味しい季節となりました。秋刀魚やキノコ、柿など、すべてが輝かしく食卓を彩り、何を食べてもおいしく感じます。しかしながら、このあふれる食欲をこらえ、今回は糖尿病のお話です。

糖尿病は、古くから口渇・多飲多尿を生じる消耗性疾患として知られています。18世紀頃には、この病気の患者さんが糖分を含んだ甘い尿を出すことがわかっていました。原因は、膵臓から分泌され血糖を低下させる「インスリン」の作用不足です。インスリン作用不足の原因は、さらにインスリン供給不足と、組織のインスリン感受性低下（インスリン抵抗性）に分かれます。実際には、この二つの機序の関与の程度が患者さん毎に異なるため、その病型を分類して治療を選びます。糖尿病の治療は、インスリンを補い血糖をさげるものと、インスリンの抵抗性を改善するもの、食後の血糖上昇を抑えるものに大別されます。

血糖は200 mg/dlを超えると、体に毒性を持ちます。これは猛毒です。血糖に弱い臓器から順次、障害を受けます。糖尿病の慢性合併症として特有の3大疾病は、網膜症（失明の原因）、腎症（腎不全・人工透析の原因）、神経障害（四肢のしびれや麻痺）です。従来の研究で、これらは血糖を低く保つことで進行を抑制できることがわかっていました。

一方、糖尿病の合併症で問題となるもう一つの合併症、「動脈硬化症」は、ただ血糖を押さえても十分には進行を抑制できないことが、最近の研究でわかってきました。なぜかという、血中のインスリン値が高いほど、インスリンそのものが血管にダメージを与えてしまうためです。また、食後の過血糖を適切に押さえなければ、組織そのものの虚血や酸化ストレスを抑制できないこともわかりました。脳卒中、とくに脳血栓症にはこの動脈硬化が大きく関わります。糖尿病コントロールの指標である採血検査（ヘモグロビン A1c: 過去1～2ヶ月の平均血糖）は、目標値として6.5以下であれば3大合併症は予防できることになっています。ところが、見た目のヘモグロビン A1c値が下がっても、食後過血糖が改善していなければ血管合併症は防ぎ得ません。そのために、脳卒中の再発予防ではインスリンを増やす前に、食後に血糖が上がりやすい原因である、インスリン抵抗性を改善することを優先します。

実際の治療では、それぞれの薬剤が十分な効果を発揮できるかどうか、膵臓のインスリン分泌能力が残っているか、インスリン抵抗性がどの程度なのか、などを検査で調べて治療を選びます。毒薬をてんこ盛りに飲んでいれば、いくら解毒剤を大量に使っても体の負担は増えるだけです。

治療の大原則は適切なカロリー制限（食事療法）です。腹八分目をこころがけ、食品の種類を多くすること、脂肪分は控えめにする、食物繊維を多く含む食品（野菜・海草・きのこなど）をとるようにすることも重要です。朝、昼、夕食を規則正しく、ゆっくりよく噛んでたべることも意識してください。運動は、血糖の利用を促進して、インスリン抵抗性を改善する最大の治療ですが、合併症によっては制限が加わることもあるので、主治医にご相談ください。

美味しい食事を摂ることは、人生の醍醐味の一つです。しかし、重篤な脳卒中を発症すれば、食事どころかベッドから起き上がることもできなくなる可能性があります。糖尿病は、大変な病気ですが、食べていけないものがあるわけではありません。どんなものでも、量を控えて、自分にあったカロリー量を心がければよいのです。皆さんが健康的で楽しい時間を過ごしていくため、その食事をもう少し考えて作ること、適切な治療を受けることを願って結びとします。

- Contents -

表紙	脳卒中の再発予防～糖尿病～	
報告	保安の充実&離院防止対策……………	3
	国土交通省協力事業開始……………	4
	夏祭り……………	5
	インターネットホームページ……………	6
リハビリ講座	「杖について」……………	7
外来診療医一覧表	……………	9



財団法人脳血管研究所関連施設

美原記念病院



372-0006

群馬県伊勢崎市太田町 366

TEL 0270-24-3355

FAX 0270-24-3359

美原診療所



372-0048

群馬県伊勢崎市大手町
6-23

TEL 0270-25-0112

介護老人保健施設 アルボース



372-0006

群馬県伊勢崎市太田町 427-3

TEL 0270-21-2700

FAX 0270-21-2704

高齢者地域支援センターみはら ・居宅介護支援事業所 みはら



372-0006

群馬県伊勢崎市太田町

TEL 0270-20-1551

FAX 0270-21-2704

特別養護老人ホーム アミーキ



379-2217

群馬県伊勢崎市磯町 435-1

TEL 0270-20-2121

FAX 0270-20-2197

訪問看護ステーション グラーチア



372-0006

群馬県伊勢崎市太田町 427-3

TEL 0270-21-2703

FAX 0270-21-2704

ホームページアドレス <http://www.kakaa.or.jp/mihara/>

理念「愛・和・学」

- ◎ 患者様に対して優しさといたわりの心を持とう。
- ◎ 職員は、互いに助け合い、協力し合う心を持とう。
- ◎ 自分自身に対して、向上心を忘れず、学ぶ心を持とう。

基本方針

1. 患者さまにとって良きパートナーとして、信頼できる医療を提供します。
 - ・インフォームドコンセントの徹底
 - ・患者の権利・責務、選択権、自己決定権の尊重
 - ・積極的な情報開示
2. 全てのスタッフがその専門性を活かして、安心できる医療を提供します。
 - ・チーム医療の推進
 - ・全病院的医療安全対策、感染対策、褥瘡対策の実施
3. 常に最新の情報・技術を取り入れ、最先端の医療を提供します。
 - ・IT化の推進
 - ・EBMの実践
 - ・研究活動の活性化
4. 地域のニーズに応え、当院の特色を活かした医療を提供します。
 - ・他医療機関との連携推進
 - ・地域住民に対する健康講話等の開催

保安の充実&離院防止対策について

設備用度課長 田村 和幸

美原記念病院は9月1日より時間外出入口に防犯監視カメラを設置するとともに、来院・帰院の際に利用されるすべての出入口の利用を大幅に制限することにいたしました。

皆様も新聞・報道等でご存知と思いますが、昨今、学校や病院に不審者が侵入し、犯罪を起こして大きな被害が出ています。病院を管轄する群馬県医務課も医療監視の事前注意事項に「医療機関は不審者の侵入による犯罪・事故を防止するために適切な処置を講ずること」と義務づけています。

元来、病院というところは、不特定多数の方が24時間出入りします。そのためにすべての出入口を時間で施錠するのは困難といわれてきました。当院も地域の救急を担う、救急指定病院として、24時間体制をとっているため、出入口の管理が十分とはいえませんでした。

今回、この管理を充実させるためにソフト面・ハード面の対策を実施することにしました。ソフト面では事務当直者の勤務体制とマニュアルを変更しました。ハード面ではパニックオープン式電気錠（火災時自動開錠）を導入し、夜間9時から早朝7時まではすべての出入口が施錠され、事務当直者に声を掛けてから出入りする方法に変えました。

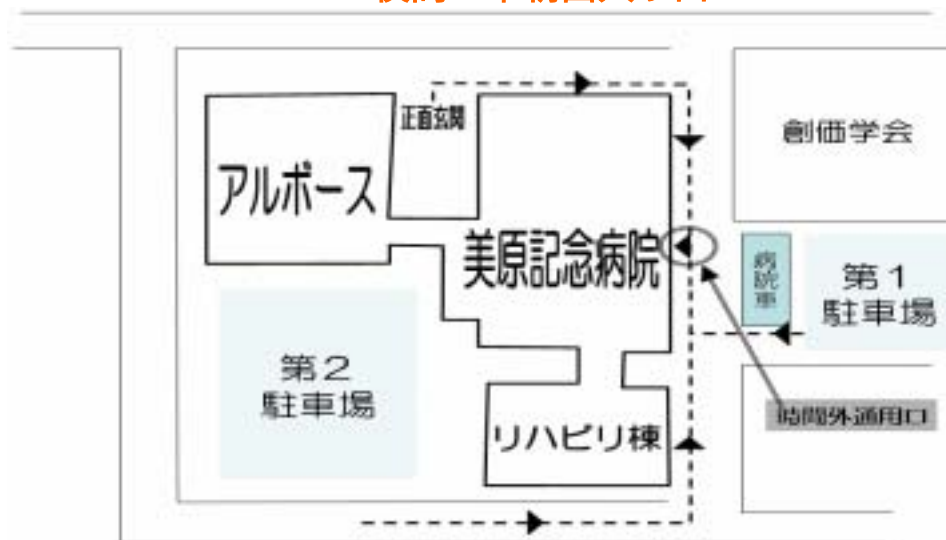
また、看護部からは別な視点から施錠管理が必要ではないかとの意見がありました。それは入院患者さまが離院（院内から無断で院外に出てしまう）される問題への対応の意見でした。当院は脳血管障害を起因とした疾病をお持ちの方が多く入院され、患者さまは様々な症状を呈しています。中でも高次脳機能障害や認知症等といった症状には、自分が今どこにいて、何をしているのかわからなくなってしまう方もいます。他の病院でそのような方が離院し、交通事故で負傷した事例もございます。現実には当院でも2～3ヶ月前に離院があり、職員が総出で探し、無事に事無き得たこともありました。このような時間外の離院についても施錠管理で解決することが可能です。

現在、体制を変更して約1ヶ月経ちますが、大きな問題もなく過ぎていきます。われわれ医療従事者は患者さまに安心と安全を提供することも大きな使命です、今回の対策は直接的な医療のことではありませんが、同様に重要なことであり、有効に活かしていきたいと思います。

次ページに夜間9時から早朝7時までの出入り口を図で掲載いたします。駐車場からは点線の通りの順路となり、皆様にはお手間が増え、大変ご迷惑をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。



夜間・早朝出入口



国土交通省協力事業開始しました！！！！

地域医療連携室 大塚 彰太

国土交通省より重度後遺障害者短期入院協力病院の指定(当院含め全国 32 ヶ所)を H18 年 4 月 20 日に受け、群馬県で初めて短期入院制度が利用できるようになりました。

短期入院制度とは自動車事故により重度の後遺障害を受けられた方と介護されているご家族さまに対する支援目的として短期入院される際にかかる費用の助成(独立行政法人自動車事故対策機構が実施)を行う制度です。

当院において、短期入院の対象となる患者さまは、脳及び脊髄を損傷し、独立行政法人自動車事故対策機構が実施している※介護料の「特Ⅰ種」及び「Ⅰ種」を受給されている方になります。1 回の入院は 2 日以上 14 日以内となっており、年間合計 30 日まで利用可能です。入院中は医師による診察、在宅介護技術指導、患者さまのお体の状態にあわせた看護ケア・リハビリ等を提供させていただきます。また、当院ではレスパイトケア(介護疲れ等によるご家族さまの休息)目的の入院もお受けしております。入院費の助成につきましては患者移送費と差額室料、食事負担金について入院 1 日につき 1 万円を上限とし、介護料とは別に支給されます。

お申し込み・お問い合わせは当院 地域医療連携室 大塚までご連絡下さい。

※介護料とは、独立行政法人自動車事故対策機構が実施している支援制度です。自動車事故により脳、脊髄又は胸腹部臓器を損傷し、重度の後遺障害が残り、日常生活における動作に常時介護又は随時介護が必要な方であり、自賠責保険等において「特Ⅰ種」「Ⅰ種」「Ⅱ種」の後遺障害等級認定を受けた方が対象となります。また、それと同程度の障害を受け、事故後 18 ヶ月以上経過し、症状固定と認められる方も対象となり、支給されます。介護料についてのお問い合わせは自動車事故対策機構又は最寄の各支所へお問い合わせ下さい。

群馬支所連絡先 高崎市問屋町 4-5-4 高崎トラック会館内

tel : 027-365-2770 fax : 027-365-2771

夏祭りの

地域交流推進委員 黒田 昌宏

去る 8 月 18 日(金),毎年恒例の財団法人脳血管研究所主催の夏祭りが開催されました。この夏祭りは,地域の皆様との交流と日頃の感謝の思いを込めて,平成 8 年から開催され,今年で 10 回目となりました。参加者も 870 名を超え,ご参加いただいた皆様に心より御礼申し上げます。今回は,『残念ながら参加できなかった』『来年は出てみたい』という方のために,簡単に内容をご説明させていただきます。脳血管研究所の夏祭りは,お祭りには欠かせない露店(焼きそば・ジュース・フランクフルト・アイス)はもちろんのこと,キーホルダー作りなどの遊びのコーナーや生活習慣病をテーマにした健康相談などがあります。催し物の中心となるのは,「八木節」や「だんべえ踊り」などの踊りです。今年は,「燈華連」「上州八木節ムクドリ会」「三郷地区婦人会」「華だんべえ会」「上州八木節会」「ダンピアいせさき」の皆様から披露していただきました。また,アルボースの利用者と職員がひとつになって歌や踊りを披露いたしました。夏の暑さを吹き飛ばす,大変見ごたえのある催し物となりました。脳血管研究所の夏祭りは,踊りや抽選会などの催し物も多く,キーホルダー作りや健康相談コーナーなど楽しめること間違いなしです。また来年も皆様のご参加を心待ちにしております。そしてさらに地域の皆様と交流を深めていきたいと思っております。

最後になりましたが,当日ご協力頂いたボランティアの皆様,ご参加いただきました来賓の方々ならびに地域の皆様に,心より感謝申し上げます。



インターネットホームページご紹介

システム管理課長 佐藤 智則

昨今、パソコンの普及とともにインターネットの世界も身近なものになってきました。

当財団では、美原記念病院・介護老人保健施設アルボースとしてホームページをご用意し、患者様や利用者様をはじめ、そのご家族の方や地域の皆様への情報発信の場として活用しております。

美原記念病院のホームページでは、この病院がどんな病院なのか、どんな治療ができるのか、病院についての様々な情報や患者さまから頂いたご意見なども掲載しております。最近ではトップページに外来診察インフォメーションとして、外来診察の休診や代診情報の配信、また、携帯電話でも閲覧できるページも作成いたしました。さらに求人情報部分では、看護師募集のプロモーションビデオも掲載しております。ぜひ一度ご覧ください。

アルボースのホームページでは、施設概要からご利用方法、看護・介護部の紹介や施設内で行われるイベント予定の情報から、施設としての取り組みも紹介させていただいております。今回、アルボースとしてのプロモーションビデオを作成し、掲載しておりますので、こちらもぜひ一度ご覧いただき、アルボースの雰囲気を知っていただけたらと思います。

また、関連施設として、特別養護老人ホーム アミーキもホームページを開設しており、施設案内など写真を多数使用して分かりやすく紹介しております。

ホームページに掲載している情報（抜粋）

美原記念病院

- 外来診察：受付時間、休診日
臨時休診案内
診察医一覧
- 医師紹介
- ガンマナイフ治療紹介
- 入院案内：入院手続き、携帯品
面会時間
入院費お支払い方法
- 脳検診（脳ドック）案内
- リハビリ案内
- 交通案内
- 診療実績
- 患者さま Q & A
- 患者さまの声
- 行事紹介
- お問い合わせ先
- 病院職員募集

介護老人保健施設 アルボース

- 施設概要：住所、TEL、FAX
- 介護保険サービス御利用方法
- 介護保険サービス御利用料金
- 交通案内
- イベント紹介
- 利用者状況
- お問い合わせ先

特別養護老人ホーム アミーキ

- 施設概要：住所、TEL、FAX
- 介護保険サービス御利用方法
- 介護保険サービス御利用料金
- 交通案内
- イベント紹介
- 主な取り組み紹介
- お問い合わせ先



美原記念病院

<http://www.kakaa.or.jp/mihara/>



介護老人保健施設 アルボース

<http://www.kakaa.or.jp/mihara/arbos/>



特別養護老人ホーム アミーキ

<http://e-amici.org/>

ホームページにより様々な情報を得ることができるようになりましたが、情報は当財団も情報を発信する側として、皆様には有益で新鮮な情報を常に発信し続けて行くよう努力してまいります。皆様のご意見・ご感想をお待ちしております。

リハビリ講座 「杖について」

リハビリテーション科 理学療法士 常田 康司

当院は脳血管疾患の専門病院ですので、杖を使用している患者さまがたくさんいらっしゃいます。杖には様々な種類があり、上手に使いこなせば生活をより豊かにしてくれる道具です。今回はその杖についてのお話です。

種 類

ひとくちに杖といっても、一般的なT字杖（一本杖）、四つの脚がある四脚杖（小さいものから大きいものまであります）、ロフトランド杖、松葉杖など様々な種類があります。

役 割

杖には以下のような様々な役割（効用）があります。

1. 支持点の増加（2本の足にプラスされる） 2. 支持基底面の拡大（身体を支える底辺が大きくなります） 3. 荷重の軽減・免荷（痛みがある場合に膝や股関節への負担を減らします） 4. バランスを崩したときのとっさの支え 5. 探索機能（視覚障害がある方） 6. 心理的安心感（足のこわばりが減ることもあります） 7. 他者へのアピール（障害を知らせる） など

選 び 方

杖は身体の状態や環境など様々なことを考えて選ぶ必要があるためリハビリスタッフへ相談することをお勧めします。

杖側の要素としては、手で持つところの握りやすさ、重さ（材質）、伸縮か固定か、折りたたみかどうか、機能重視かデザイン重視か、などが挙げられます。

使 い 分 け

杖はどの場面でも1種類の決まったものを使った方がいいというわけではありません。異なった種類の杖を所有し、環境や動作に合わせて使い分けた方がいい場合もあります。また、杖は使わない方がいいと思っている方もいらっしゃいますが、杖を使って移動範囲や持続距離、安定性、スピードなどが向上する場合は積極的に使用した方がいいです。膝や股関節に病気がある人には、例え杖を使用しないで歩けても関節の保護のために使用を勧める場合もあります。

長 さ の 決 め 方

杖の長さは、「普通に立った状態で杖を持つ方の手の手首の高さ」に合わせます。この方法だと、背中が曲がってきた場合にも対応できます。

手 入 れ（点検）

杖の地面に接する部分には滑らないようにするゴムがついています。このゴムがすり減ってくると転倒の原因になります。もしすり減っていたら交換しましょう。



T字杖



四脚杖（小）



四脚杖（大）



ウォーカーケイン

外来診察医一覧表

平成18年10月1日現在

		月	火	水	木	金	土
神経内科		美原 盤	富田 裕	永島 隆秀	美原 盤	美原 盤	富田 裕
					永島 隆秀		五味愼太郎
脳神経外科		平賀 健司	赤路 和則		秋山 ^(第1・2・3・5)	谷崎 義生	
					赤路 ^(第4)		
整形外科				山口 徹			非常勤医師
内科				美原 樹			
リハビリ		藤本 幹雄	水野 勝広 13:30～ 予約制		藤本 幹雄		
特別外来	神経難病			美原 盤 13:00～ 予約制			
	リハビリ 入院相談		藤本 幹雄 14:00～ 予約制				
	もの忘れ					美原 盤 14:00～ 予約制	
	ボトックス						美原 盤 午前 予約制
	パーキンソン病						大平 貴之 午前 予約制
	脳血管内治療				赤路 和則 14:00～(第4)		
	セカンド オピニオン						担当医 14:00～ 予約制
	ガンマ ナイフ	☆ ご相談に応じて実施いたします。					

※毎週土曜日の五味医師の診察は、「頭痛外来」を兼ねております

○ 受付時間 午前8時30分～午前11時30分

○ 休診日 日曜日、祝日

※年末年始、お盆による休診日や担当医の変更は院内掲示板にてお知らせいたします

※受付時間・休診日ともに、急患の方は、この限りではありません

○ 面会時間 3階：午後1時～午後7時 4・5・6階：午前9時～午後7時

○ 支払い 入院費等の支払いは午前9時～午後5時までに済ませ下さい