

糖尿病看護認定看護師紹介

糖尿病看護認定看護師 志賀 和美



皆さんは、「糖尿病」と聞いてイメージすることは何ですか。生活習慣が悪い人になる病気、太っている人になる病気、好きなものが食べられなくなる病気、というイメージを持つ方が多いようです。統計では日本の成人人口の6人に1人が糖尿病または糖尿病予備軍と言われてます。

私が、糖尿病患者さんと出会ったのは15年前です。内科病棟に配属となり、入院される糖尿病の患者さんに、食事や運動のこと、生活のこと等、一生懸命に指導しました。しかし、入院中にデータが改善して、意欲的になっていた患者さんが、数か月から1年程度再び糖尿病が悪くなり入院になる、ということが多くありました。

また、治療を途中で中断される人も少なくありませんでした。思い出してみると、その頃の糖尿病治療は、必要なことを生活の中に取り入れていくこと、つまり生活を治療に合わせる事でした。自分の生活を変化させていくことは簡単なことではありませんので、どうしても無理が出てくるのだと思います。現在では、治療のバリエーションも増えて、治療を生活に合わせる、つまり、どのような生活をしているかで治療を選択していけるようになりました。それでも、食事の制限や治療を継続していくことは大変なことです。糖尿病看護認定看護師の役割は、糖尿病の患者さんが、自分の力で、または家族のサポートを受けながら、治療と、できるだけ自分らしい生活を続けられるように支援していくことです。

当院には、糖尿病療養支援チームがあります。医師、薬剤師、看護師、栄養士、臨床検査技師、理学療法士、事務職が、それぞれの専門知識を出し合い、患者さん一人一人に合った治療を検討しています。また、毎月1回の糖尿病教育入院や糖尿病教室の運営、毎年11月には世界糖尿病デーにちなみ「糖尿病予防フェスタ」を開催し、地域住民の方への啓蒙活動に取り組んでいます。これからも、糖尿病をもつ患者さんが、その人にあった方法で、その人らしく治療が続けていけるように支援していきたいと考えています。



糖尿病療養支援チームのみなさん



武蔵野赤十字病院

No.49

2016年 夏

〒180-8610
東京都武蔵野市境南町1-26-1
TEL 0422-32-3111
季刊 情報誌

Eye むさしの



毎日の早朝ミーティングで一日がスタート 整形外科スタッフのみなさん

お知らせ



「肝臓病治療の進歩と日常生活」

日本肝臓学会・肝疾患診療連携拠点病院 平成28年度市民公開講座

日時：平成28年7月24日（日）
時間：14：00～16：00（開場 13：30）
場所：武蔵野公会堂ホール 定員350名
*申込方法：FAXまたは電話/締切日：7/15（金）
*FAXの場合、講座名・住所・氏名・年齢・電話・あれば質問を記入
*定員に達した場合、早めに締め切る場合があります

問合せ先：東京都肝疾患診療連携拠点病院
武蔵野赤十字病院 肝疾患相談センター
0422-32-3135（電話・FAX共通）
土日祝を除く 9：30～16：00

おまちしています！



肝疾患相談センターオリジナル
マスコット ヘパリィちゃん

基本理念

- 病む人への愛
- 同僚と職場への愛
- 地域住民と地域への愛
- 地球、自然、命への愛

基本方針

- (1) 患者・家族から信頼される安全な医療を提供します
- (2) 地域中核病院としての機能向上を図ります
- (3) 地域の医療機関・行政と連携して市民が安心して住める地域づくりを進めます
- (4) 質の高い医療を提供するため、安定した病院経営を継続します
- (5) 働きがいがあり、成長を実感できる職場をつくります

診療のご紹介



最近の調査では日本人の平均寿命は85歳を超え、世界有数の長寿国です。しかし健康で生活していける寿命＝「健康寿命」は72歳前後と言われ、この約十数年の医療や介護が必要な期間が社会的な問題となっています。

ご自身の将来を考えて不安に思われたり、ご家族の介護でご心配を抱えていらっしゃる方は多いでしょう。

整形外科治療の究極の目標は、この「健康寿命」をできるだけ伸ばすことです。整形外科で治療している主な症状・疾患は、

- (1) 手足のしびれや痛み・動きにくさを生じる腰部脊柱管狭窄症や、頸髄症、椎間板ヘルニアなど。
- (2) 膝や股関節の痛みで歩行や生活に支障を生じる、変形性膝関節症・股関節症、
- (3) 肩の痛みや動きの悪さを生じる腱板断裂や肩関節症。
- (4) ケガにより生じる骨折や脱臼など。

に大きく分類されます。

これら以外にも列挙しきれないくらい数多くの疾患がありますが、要するに体の痛みや機能の低下のために生活に支障を生ずるすべての病気を扱っているのが整形外科なのです。

これらの疾患は、適切な時期にきちんと治療を行うことにより、生活の質を保つことが可能です。体の機能が全くなくなってしまうのは、回復を期待することは現在の医療では困難です。痛みやしびれなどで生活の質が下がってきたと感じになったら、早めに手術を含めた治療を検討する必要があります。

当科は常勤医10名と後期研修医1名の体制で外来・入院診療および手術を行っています。年間の手術件数は1400件を超え、ほぼ毎日が手術日です。そのため現在当科では手術を中心に全力を挙げて患者さんの治療に当たっております。診察の結果、保存治療（薬による治療やリハビリなどの治療のことです）を実施することになった患者さんについては、地域の医療機関に紹介して治療に当たっていただいています。もちろん紹介先の医療機関とは常に、密接な連携をとっておりますのでご安心ください。体の機能や痛みについてご不安のある方はぜひ一度、かかりつけの先生からご紹介いただき、当科を受診していただくことをお勧めいたします。

整形外科 副部長 原 慶宏



ごえんせいはいえん 誤嚥性肺炎ってご存知ですか！

慢性呼吸器疾患看護認定看護師 矢野自加美子

加齢とともに身体は衰えていき、呼吸機能系では肺活量が少なくなり、咳をする力も弱っていきます。また歯の欠損や入れ歯の不具合、筋力の低下で飲み込みがうまくいけなくなり、食べ物が気管に入りそうになってむせやすくなります。

食べ物や唾液などが気管に入ることを誤嚥（ごえん）といいます。そして、誤嚥が原因で起こる肺炎を誤嚥性肺炎（ごえんせいはいえん）といいますが、加齢と共に誤嚥性肺炎（ごえんせいはいえん）患者の割合が増加しています。

誤嚥性肺炎発症は、発熱、咳や痰が増えることで身動きするにも苦痛を伴います。

また、経口の食事も困難となるなど、様々な悪影響を招き全身状態を悪化させてしまいます。



誤嚥性肺炎（ごえんせいはいえん）の予防

1. お口の中をきれいにしましょう。
2. 食べる前には誤嚥（ごえん）しない工夫、姿勢をしましょう。
 - ①椅子に座り、しっかりかかとを床につけましょう。
 - ②前かがみになりすぎないようにしましょう。
3. 食べた後はすぐに寝ないようにしましょう。
4. 噛む力や飲み力を維持しましょう。
 - ①入れ歯は合っていますか。
 - ②奥歯はきちんと噛み合っていますか。
 - ③日頃からお口の周りの筋肉を鍛えて、衰えを防ぎましょう。