

ふ・れあい

Human♥Communication

2016
10月・秋号

Vol.25

人と心に響き合う

清恵会グループ広報誌

FREE

ご自由にお持ちください

特集

循環器の病気

—その症状と予防と治療法—

健康と美容の
ワンポイントアドバイス
「おくちの体操」



社会医療法人 清恵会

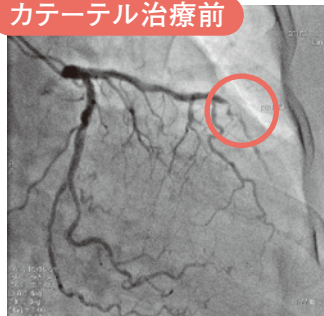
特集 循環器の病気 —その症状と予防と治療法—

虚血性心疾患の代表的な一つは、狭心症（きょうしんしょう）です。階段を上る、早足で歩く、坂道を上るなど、通常より激しく動いたときに動悸、息切れ、胸の痛みや圧迫感といった発作が繰り返し起きますが、激痛というほどではなく、多くの場合、数分から十数分で収まります。いわば心臓が発するSOSのような症状で、病状が悪化すると安静時にも現れることがあります。

もう一つは、心筋梗塞（しんきんこうそく）です。動脈硬化や血栓などで冠動脈が詰まり、血流がほとんど止まって心筋が壊死する疾患です。狭心症よりも激しい胸の痛みや締めつけられるような苦しさや長時間続きます。心筋梗塞を発症した患者の

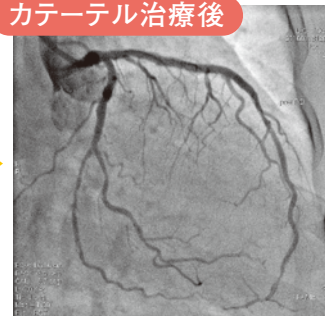
〈虚血性心疾患の一例〉

カテーテル治療前



冠動脈が詰まっている

カテーテル治療後

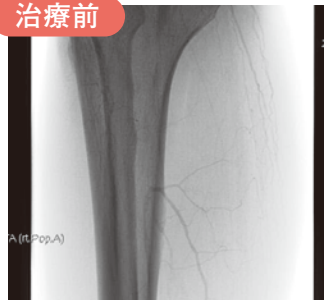


血流が回復

3人に1人が何の前兆もない急性心筋梗塞だといわれており、一般的に心臓まひ、心臓発作と呼ばれることもあります。心筋梗塞の治療は緊急を要します。一分一秒を争う事態であり、早急な対応が必要です。治療が早ければ早いほど心臓へのダメージが少なくて済みますので、胸の痛みを感じたらすぐに受診してください。ただし一命を取り留めても、心拍が乱れる不整脈、心臓の働きが弱くなる心不全などの後遺症や、そのほか心臓弁膜症、心筋症、心臓の病気などの合併症を引き起こすことがあります。

〈下肢閉塞性動脈硬化症の一例〉

治療前



足の動脈が動脈硬化により詰まっている
（黒く太い影はすねの骨）

治療後



血流が回復

手足の動脈に関する疾患で代表的なものとしては、下肢閉塞性

手足の血管の病気

循環器系の疾患は、心臓の病気だけではありません。近年増加しているのが、末梢血管疾患（まっしょうけっかんしつかん）です。末梢血管とは、木の枝のこずえのような末端の血管のことであり、主に手足の動脈・静脈を指します。

循環器は、体内で心臓と血管が一つの閉鎖回路を形成し、血液を循環させることから、こう呼ばれます。心臓は血液を臓器に送り出すポンプの役割を果たし、隔壁で左右の壁に仕切られています。その左の部屋から全身の諸臓器に栄養や酸素などを運び、全身の各部から老廃物を運んで右の部屋に集めます。

では、循環器系の疾患とは、どのようなものでしょう。まず拳

心臓の病気

古川 明日香

清恵会病院 循環器内科医長

2003年3月、近畿大学医学部卒業。大阪大学医学部附属病院 内科に入局。日本生命済生会日生病院 内科、市立堺病院 内科（主に循環器）、桜橋渡辺病院 循環器内科、市立堺病院 循環器内科を経て、2015年清恵会病院。

日本内科学会認定内科医、日本循環器学会認定循環器専門医、日本心臓リハビリテーション学会心臓リハビリテーション指導士、日本禁煙学会認定指導医



特集

循環器の病気

—その症状と予防と治療法—

循環器って、体のどこにあるの？ 循環器内科って、どんな病気をみるの？ そんな言葉をよく耳にします。循環器をわかりやすく一言でいうと、心臓と血管です。人体のなかめです。

循環器内科で診る疾患としては、狭心症、心筋梗塞、心不全、心臓弁膜症、心筋症、不整脈、大動脈瘤、大動脈解離、肺塞栓、下肢深部静脈血栓症、高血圧など、さまざまです。透視シヤントの狭窄に対しての血管拡張術を行ったりもします。

今回の特集は、皆さんの疑問にお答えするため、循環器の病気についてお話ししましょう。





運動負荷検査を行うトレッドミル(手前)と心臓超音波検査の機器(奥)

心疾患は、安静にしているとときには症状がなくても、坂道や階段を登ったときなどに症状が現れることもよくあります。そのような場合、病院内で軽い運動を行ってもいい、負荷のかかった心臓の状態を心電図や超音波検査で確認します。当院では、自転車エルゴメーターやトレッドミル(ルームランナーのような機械)による運動で検査を行います。

◇運動負荷検査

心エコー検査とも呼ばれます。体の外から心臓に向けて超音波を発信し、そのエコー(反射波)を受信して心臓を画像化する検査方法です。拍動している心臓の状態をそのまま観察することができ、動きや形に異常がないかを診断します。超音波は人体に無害で痛みなどもないため、乳幼児や妊婦の方でも安心して検査を受けることができます。

◇心臓超音波検査

この病気は高齢者、喫煙者、脂質異常の人、糖尿病や透析患者さんに多く見られます。食の欧米化に伴い病気の罹患率も高くなっています。注意すべきは、この病気を発症した人の約50%が冠動脈疾患を、約25%の人が

性(かしへいそくせい)動脈硬化症があります。これは、足の動脈に動脈硬化が起こり、血流が悪くなることで発症する病気です。無症状の場合も多いのですが、初めての症状としては、長時間の歩行がふくらはぎのだるさのため難しくなる間歇性跛行(かんけつせいはこう)という症状が現れます。足の冷え、しびれ、痛みなどから自覚することもあり、重症の場合は足が壊死し、切断しなければならぬ場合もありますから、決してあなどれません。



大切なのは 動脈硬化の予防

脳の血管の疾患を合併するといわれていることです。

おわかりの通り、虚血性心疾患も末梢血管疾患も、主な原因は動脈硬化です。年齢とともに動脈が老化して弾力性が失われたり、動脈の内側にコレステロールなどの物質が沈着して血管の狭窄(すばまつて狭いこと)や閉塞(閉じて塞がること)を招き、血流が滞る状態を動脈硬化といいます。高血圧症、糖尿病、脂質異常、喫煙、肥満などによっても起こります。この動脈硬化を防ぐことが、循環器系疾患の予防につながります。

では、どうすれば予防できるのでしょうか。それは、生活習慣を見直すことに尽きます。

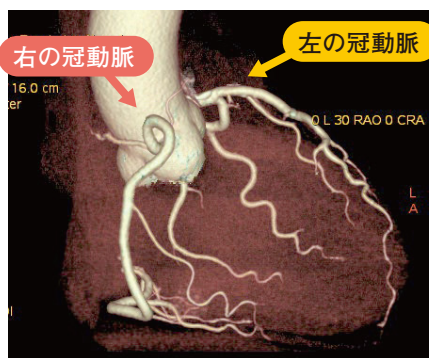
- ◆ バランスの良い食事をとる。
 - ◆ 適度に運動すること。
 - ◆ ストレスを避けること。
 - ◆ 過度な飲酒をしないこと。
 - ◆ たばこを吸わないこと。
 - ◆ (受動喫煙も避けること)
 - ◆ 規則正しい生活を送ること。
- などです。食事については、コレステロールや脂肪分、塩分などのとり過ぎに注意し、玄米などの未精製穀類、野菜や果物や海

◇24時間心電図検査

心疾患の症状は、一日中続く場合もあれば、一日のうちの数分だけしか現れない場合もあります。来院したときは大丈夫だったのに、家に帰ると痛み出す。このようなときには、小さな心電図計をつけて24時間経過していただきます。特に、心拍が乱れる不整脈の検出に優れた検査法です。

◇心臓CT検査 心臓MRI検査

CTとは、人体の断面を画像化して調べる検査法です。心臓CT検査の場合は、心臓に血液と酸素を供給している冠動脈を調べます。冠動脈の精密検査は、以前であれば入院して行うカテーテル検査が必要でしたが、近年の画像診断装置の発達により、今では外来でのCT検査が可能に



心臓CT検査の画像

藻類、多価不飽和脂肪酸の摂取を増やすこと。特に身近なものとして、血液をサラサラにするといわれているDHAやEPAを多く含むイワシやサバなどの青魚を食べましょう。

循環器の主な検査法

私たちの心臓は、例えるなら拳くらいの大きさです。その小さな臓器が1日に約7200リットルの血液を全身に送り、80年間の人生では約29億回も拍動を繰り返し、一瞬たりとも休むことなく一生働き続けます。ときには不調や変調が生じることもあるでしょう。それが大事に至らないよう、胸の痛みなど、気になることがあれば早期に検査を受けてください。特に主婦や高齢者の方は検診を受ける機会が少なく、体の異変に気づいたときには症状が進行している場合もあるため、定期的な健康診断などの受診をお勧めします。一口に循環器系疾患といっても、前述のように心臓の病気、手足の血管の病気、また高血圧症など、さまざまです。それらを正確に診断し、治療法を決定するためには、専門的な検査が必要となります。左記は、清恵会病院でも行っている循環器の主な検査法です。

なりました。

※血管を描出する造影剤を用いるため、検査前には血液検査による腎機能検査や造影剤アレルギー歴の確認が必要です。

また、清恵会病院では、エックス線を使わずに人体の断面像を調べることでできるMRIの最新機器も備えているため、心臓のMRI検査も可能です。

◇末梢血管の検査

足の動脈硬化についても、もちろん検査が可能です。例えばABI検査は、腕と足の血圧を同時に計る検査法です。通常、腕よりも足の血圧の方が高い値を示しますが、下肢の動脈が動脈硬化などで狭くなっていたりすると、足の血圧が低い値になります。また、超音波を用いる血管エコー検査でも、血管の狭窄や血流の速さを計測することができます。



ABI検査は両手両足の血圧を同時に測定する

機能回復、社会復帰、再発を防止—
心臓リハビリテーション



一般の方々には、まだなじみの薄い言葉かもしれませんが。心臓リハビリテーションとは、心疾患、動脈疾患、心不全などの患者様をあらゆる面からサポートし、病気の再発を防止するとともに患者様の社会復帰を目指す取り組みです。

以前であれば、“心臓病を患ったら、なるべく安静に”というのが一つの常識でした。しかし、そればかりでは筋力や体力の低下を招き、ともすれば生きる気力さえ低下してしまいかねません。たとえハンディキャップを負ったとしても、その人らしく生きること、QOL（生活の質）を向上させることが大切です。病気以前と変わらぬ状態で社会復帰できればベストです。そのため、病状や回復時期に合わせた運動指導、生活指導、心のケアなどを総合的に実施するのが心臓リハビリテーションです。

清恵会病院でも、入院・外来を問わず対象の患者様に心臓リハビリテーションを行っています。循環器内科医を中心として、看護師、理学療法士などの専門医療職が一つのチームになり、運動指導によってADL（日常生活動作）の回復・維持に努めるなど、一人ひとりの患者様をサポートしています。



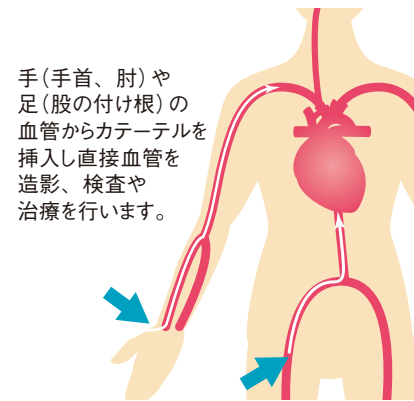
**救急から慢性疾患まで
当院の体制**

以上のように、心臓と全身の血管に関する疾患を専門に診療するのが「循環器内科」という診療科です。

循環器系の疾患は急性の場合が多く、不安定狭心症、心筋梗塞、大動脈瘤、大動脈解離など一刻を争う場合もあり、処置が遅れれば生命にかかります。そのため、当院では循環器内科医が救急医療から慢性疾患治療

まで幅広く対応。高血圧や糖尿病など、循環器以外の疾患との合併症も起こり得るため、他の専門医や救急スタッフ等と連携を図りながら、検査、薬物療法、手術、リハビリテーションまで総合的に診療しています。

また、清恵会病院は、日本循環器学会が認定する日本循環器学会専門医研修施設でもあります。



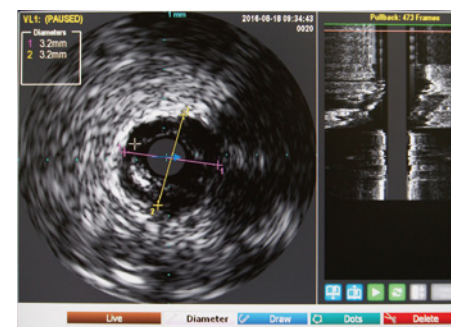
手や足の血管からカテーテル（医療用の細い管）を挿入して冠動脈まで進み、カテーテルの先端から造影剤を注入して心臓をエックス線撮影するのが心臓カテーテル検査です。なるべく患者様への負担を少なくするため9割以上の方は手首の動脈からのカテーテル検査を受けていただいています。治療後すぐに歩いてトイレに行ったりすることもできます。

検査では1秒間に15フレーム（画像）を撮影することで動画映像となり、血管が狭くなっている箇所や詰まっている箇所などがその場ですぐにわかります。詳細な検査結果が得られるため、その後の治療方針を決定する大きな材料ともなります。

また、心臓カテーテルは検査だ

心臓カテーテルによる
検査と治療

けでなく、冠動脈などに狭窄や閉塞が認められる場合には血管を塞いでいる血栓の吸引、狭窄箇所を広げるバルーン拡張、ステント留置術などの治療も行います。治療の際には全例で血管の中を超音波で検査し、狭くなっている部分の血管の硬さや柔らかさ、細かい情報を事前に調べ、血管のサイズを計ります。カテーテルによる検査と治療は、手足の末梢血管疾患においても威力を発揮します。



血管の超音波検査の画像

◇大動脈内バルーンポンピング
intra-aortic balloon
pumping ; IABP

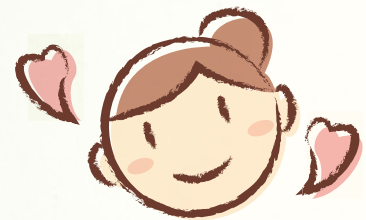
先端にバルーン（風船）をつけたカテーテルを挿入し、心臓に近い大動脈にバルーンを留置します。そして、心臓の動きに合わせてバルーンを拡張・伸縮させる

◇経皮的な心肺補助
percutaneous cardiopulmonary
support ; PCPS

大動脈内バルーンポンピングと同じく、補助循環法の一つです。文字通り心臓と肺の二つの機能を補助する人工心肺装置であり、心肺停止状態など、極めて致命的な病状や重症の患者様に対して用います。



ことで血流を回復するとともに心臓の働きを助ける補助循環法です。バルーンは1日に約10～15万回、拡張・伸縮を繰り返します。心臓の血管が重篤な場合や心不全の悪化があれば使用します。



ナース・フェイス Nurse Face

私の看護、私の思い

認定看護師の知識と技術を患者様のために

私は、糖尿病看護認定看護師として外来に勤務しています。糖尿病看護認定看護師の役割は、患者様が糖尿病と上手に付き合いつながり、その人らしく生活していけるよう支援することです。それは、血糖測定データから治療プログラムの調整、食事・運動・薬物療法における管理・精神的支援まで多岐にわたり、患者様の人生に深く関わることもあります。

現在私は内科外来で医師・管理栄養士と共に糖尿病を正しく理解し



宮崎 清美

清恵会病院 看護師 主任 糖尿病看護認定看護師

ていただき、合併症の発症や進行を予防することを目的に「糖尿病透析予防外来」を行っています。また、外来でのインスリン治療がはじまる患者様への技術指導やフットケア合併症予防指導（主に足病変予防）を担当しています。

指導を担当した患者様の経過が順調で、自己管理ができている姿を見るのは、とても嬉しく思える瞬間です。患者様から「ありがとう」と感謝の言葉をいただいたり、頼りにされていると感じたときには、さらに頑張ろうと元気をもらえます。

やりがいも、そして責任も大きいですが、患者様が笑顔で楽しい日々を過ごしていけるよう一番身近な相談相手となり、患者様一人ひとりの療養生活について共に考え、その人が持つ力を信じ支えになりたいと思っています。

今後は私の知識と技術をスタッフに伝えることで糖尿病患者様を支援できる人材育成に力を注いでいきます。

医心 伝心

医の最前線から
第二十五回

より安全で確実な医療を提供するために

リハビリと整形外科を担当

リハビリテーション科の外来と整形外科の外来および手術が私の主な担当業務です。今は私が執刀することはあまりありませんが、若手の医師たちに、教科書に載っていない実践的な知識や技術、ちょっとしたコツなどを伝えていきたいと思っています。

清恵会病院の整形外科では月、



水、金、土の朝8時からカンファレンスが行われ、緊急手術を除くすべての手術症例の検討を全員で行います。毎回熱い議論が交わされ、手術術式は全員の総意として決定されます。そのため主治医によつて術式が変わるようなことはありませんし、若手の医師たちにはたいへん勉強になっているようです。

専門は骨折治療とスポーツ整形です。いずれにおいても診断、治療、リハビリテーションに至るまで、切れ目のないトータルなケアを提供していきたいと考えています。

病院外の活動としては、大学時代に体育会空手道部に所属していた関係で、年に数回、大阪府空手道連盟関連の選手権大会、公認段位審査会、審判講習会などの帯同医師をしています。拘束時間は長いのですが、一流の技を間近で見られるのが役得といったところです。

私の目指す医療

私の母校である大阪市の立大学の整形外科教室では、新入医局員は入局の際に「ヒポクラテスの誓い」にならって誓いを立てます。その一節に「私は能力と判断の限り患者に利益すると思う養生法をとり、悪くて有害と知る方法を決してとらない」とあります。これが、私が目指す医療の理想であり原点だと思っています。今後より安全で確実な医療を提供できるよう努めます。

至福のひととき

4年ほど前に海釣りを始めました。最初は年寄りの娯楽と思っていましたが見事にはまってしまう。自分で釣った旬の魚や市場に出回らない幻の魚を、堺の包丁で調理して食べるのは至福の時間です。



吉田 玄

清恵会病院 リハビリテーション科
部長 兼 骨折治療センター長

1986年、大阪市立大学医学部卒業、整形外科教室入局。大阪市立城北市民病院（現大阪市立総合医療センター）。1992年、大阪市立大学大学院医学研究科博士課程修了。弥栄町国民健康保険病院（現京丹後市立弥栄病院）。1996年、大阪市立弘済院附属病院。1998年、大阪府立中河内救命救急センター。1999年、大阪市立大学医学部附属病院救急部。2003年、大阪市立大学医学部整形外科。2004年、島田病院。2012年、市立柏原病院。2016年、現職。

日本整形外科学会整形外科専門医、日本整形外科学会認定スポーツ医、日本救急医学会救急科専門医、医学博士。

地域医療ネットワーク

清恵会病院と共に地域の医療を支え合う
医院・クリニックをご紹介します。

患者様の不安を安心に変える、納得の医療を 整形外科よねだクリニック

- 診療科目／整形外科、リウマチ科、リハビリテーション科
- 診療時間／9:00～12:30、16:00～19:30
- 休 診 日／木曜、土曜の午後、日曜、祝日
- 開 院 年／2015年
- ホームページ／<https://yoneda-cl.com>

堺市堺区向陵西町4-11-15
三国ヶ丘駅前ビル1階
☎072-233-3131



▲医療専門のインテリアデザイナーと相談しながら、色使いやライティングなど、まるでカフェのようなイメージを追求しました。

まず、じっくりと患者様のお話を伺い、疑問にお答えし、当院での治療に納得し、満足して帰っていただけるよう心掛けています。手術と手術以外での治療の両方について、十分な説明と私の考えをお伝えし、患者様と一緒に考えていくようにしています。

患者様に納得と満足を

また、関節リウマチも抗リウマチ薬、生物学的製剤を使って積極的に治療しています。骨粗鬆症の診断には腰椎と大腿骨の両方で正確な骨密度を測定し、血液検査で骨の形成と吸収のバランスを確認して、患者様の病態に合った薬剤選択をすることで「骨折の予防」を目標に治療しています。

よねだクリニックを開業してからは、足の病気（外反母趾、扁平足、足底筋膜炎など）に悩む患者様も多く診ているため、足の外科学会に入会し、新しい知見を取り入れて治療に当たっています。オーダーメイドインソールの作成もその一つです。

最も得意な分野は手外科

私は整形外科専門医であり、整形疾患全般、外傷、骨粗鬆症を診察していますが、日本手外科学会手外科専門医という専門資格を持っていますので、整形の中では手外科が最も得意な分野です。

医療や患者様に対する思い

整形外科は疼痛を有する疾患が多いため、その原因をしつかりと究明し、正確に診断し、患者様に納得していただけるよう努力しています。ただ、整形外科的に正確な病名を付けることができなかったり、他科（内科や外科）の疾患を疑う場合もあります。また、外科的な方法でしか治療できない疾患もあります。当院よりも他の医療機関の方が適切と判断したときには、速

診療の中心となる疾患

当院は整形外科の専門クリニックです。病名でいうと、肩こり（頸椎症）、腰痛（変形性脊椎症、椎間板ヘルニア、脊柱管狭窄症）、膝関節痛（変形性膝関節症）などの変性疾患が患者様の半分以上を占めます。



変性疾患からスポーツ障害・外傷まで
おので整形外科
堺市堺区竜神橋町2-1-5 第5中西ビル1F
☎072-225-0220

- 診療科目／整形外科
- 診療時間／9:00～11:45、16:30～18:45
- 休 診 日／水曜と土曜の午後、日曜、祝日
- 開 院 年／2000年
- ホームページ／<http://www.onode.com/>



また、当院の大きな特色として、スポーツ障害、スポーツ外傷の診療があります。これは、私が病院勤務時代に、ある企業の外科相談医としても仕事をしていた時期があり、その頃からアスリートの治療に関わるようになりました。その流れで、現在も学生さんのスポーツ障害、スポーツ外傷の患者さんを数多く診療しています。

清恵会病院とのかかわり

また、当院で診断した患者様を他の医療機関に紹介し、その患者様が手術をすることになった場合、許可を得て手術の見学やお手伝いなどをすることもあります。他の医療機関の技術や医療機器などに触れることも、今後のための勉強になります。

清恵会病院とは、すでに何年も前から病診連携をしていただいており、手術が必要な患者様も引き受けていただき、手術の見学やお手伝いもさせていただいております。入院や緊急の対応も速やかに快く引き受けてくださるので、いつも感謝しております。



▲院長の斧出安弘先生

開業してまだ1年ちょっとです。ので、年数の経過とともに少しずつ目標は変わってくると思います。しかし、初心を忘れず、地域で一番信頼される医院になりたいと思っています。

清恵会病院とのかかわり

清恵会病院は、移転される前は当院から最も近い病院だったこともあり、大変お世話になっていました。CTやMRIをはじめとする検査を依頼したり、各診療科に専門診をお願いしたりしています。

整形外科の先生方とは同じ大阪市立大学医局の同門ということもあって、昔から大変お世話になっていました。整形外科カンファレンスに参加したり、患者様の相談に乗っていただいたり、ときには急な症例の診療などをお願いしています。逆に手術後の創処置や経過観察、保存的治療の患者様のリハビリテーションなどを当クリニックで担当するなど、良好な病診連携が図れていると思います。

また、平成27年1月より、清恵会病院の木曜日の外来診療を私が担当しています。



▲院長の米田昌弘先生

看護学生の 社会人基礎力

第1看護学科

看護基礎教育ではエビデンス（根拠）を意識した看護実践ができるように、考え抜く力、前に踏み出す力、そしてチームで働く力の社会人基礎力が必要になります。しかし現状は、希薄な体験のまま青年期に達している学生が多いため、入学後、看護基礎教育に加え、社会人基礎力を強化していくことが教育の現場で求められています。

看護教育の現場で学生の社会人基礎力を伸ばし、そして看護職として社会に送り出すためには何が必要でしょう。

人とのかかわりの中で育つ基礎力 「人とのかかわり」の中で「さまざまな経験を通して」

7月23日・29日・30日の3日間開催した看護学科のオープンキャンパスに、受験生と保護者の皆様、計134名が参加してくださいました。

第1看護学科の学生が主体となり、「フィジカルアセスメント※」「沐浴」「BLS（一次救命処置）」のブースに分かれて看護体験とミニ講義を実施。体験後の交流会では、学生たちが受験生だった頃を思い出し、参加者の質問に答え、相談に応えました。初めての経験にも関わらず、場の雰囲気盛り上げることができ、参加者アンケートの意見・感想もとても好評でした。

※問診・打診・触診などで患者様の身体に触れながら、症状の把握や異常の発見を行うこと。



ミニ講義



BLS（一次救命処置）



人形を使ったフィジカルアセスメント

学生たちは、看護技術のデモンストレーションや講義をしてみて、相手に伝える難しさやチームで計画的に取り組む大切さを実感したようです。1回目は緊張も強く、少しおどおどした様子もありましたが、回を重ねるごとに工夫があり、堂々としたプレゼンテーションでした。一步一步成長している姿を見て、今後が楽しみです。

このように、本学院の看護学科では、各学年の進度に合わせて段階的に社会人基礎力を身に付けることができるよう、楽しく、ときには厳しく、一人ひとりの学生の個性を尊重したかかわりを大切にしています。

地域における
介護事業部の役割

清恵会三宝病院に介護事業部ができて今年で丸5年が経ち、この6月には感謝祭を開催しました。

介護事業部の活動としては地域の方々との交流、近隣の開業医や他の事業所との交流を積極的に行ってきました。その中で地域のニーズをつかみ、介護事業の役割を果たせるよう取り組んできました。

具体的には家族会の開催、地域の方々にデイケアを知っていただくための催しなどを行い、介護および当事業所の強みでもありハビリの情報も発信してきました。そうして6年目を迎え、地域の中での私たちの存在や役割も、少しは確立できてきたのではないかと感じています。

今後も病院の中にある介護事業所という特色を生かしながら、地域の集いの場にも積極的に参加することで「医療」と「介護」の両面から、より地域の皆様にサポートし、貢献していけるよう努力したいと考えています。



体操教室

さんさんデイケア
5周年感謝祭

血管年齢や骨密度の測定、体力測定などの健康チェック、体操教室、演奏会、模擬店などを実施し、地域の方々との交流と情報交換を行いました。また、「安心して元気に暮らせる地域のつくり方」をテーマに、外部から講師を招いての講演会も開催しました。



作業療法士による講演の様子



親睦会の様子

家族会

デイケアを利用されているご家族様同士が交流できる場として親睦会を開催しました。また、介護事業部の作業療法士（OT）による「転倒予防」をテーマにした講演と、自宅でできる体操についてもお話ししました。

おかげさまで、
5周年を迎えることができました

清恵会三宝病院
介護事業部



vol.12 CE 安心・安全な治療を支える、機器の点検

CEとは**クリニカルエンジニア**の略で、臨床工学技士のこと。ME（メディカルエンジニア）とも呼ばれる、**医療機器の専門医療職**です。

病院内では、さまざまな医療機器が使用されています。日々進歩する医療機器の使用にあたり安全性と信頼性を維持し、患者様に質の高い治療を行うことができるよう、チーム医療の一翼を担うスペシャリストとして日々業務を遂行しています。

今回は医療機器の点検業務についてご紹介します。

点検には、大きく分けて日常点検と定期点検とがあります。

1 日常点検

- 機器を使用する前に安全装置・警報装置の確認と動作点検。
- 機器の使用中は医師から指示された投与量および警報・動作設定が正常であることを時間ごとに確認。外観・作動点検。
- 使用後は患者様に状態変化がなく安全に使用できたことを確認。外装やコード類の清掃などを実施。

2 定期点検

- 機器の性能を維持するための点検として、1年間使用された機器を詳細に点検し、消耗部品の交換などを実施。

- 漏れ電流測定。

定期点検項目の1つに**漏れ電流測定**があります。漏れ電流とは、理論上流れない電流ですが回路や素子の特性上、流れてしまう電流のことです。現在の機器製造技術では、この電流を完全にゼロにすることは困難とされており、ごく微量の漏れ電流が発生してしまうため、正常範囲（流れても人体に影響のない範囲の電流）を決めて、その範囲内であるかを点検しています。

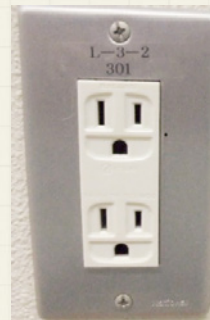
写真は漏れ電流測定の様子です。このように専用の点検装置を使って、漏れ電流が正常範囲であるかを測定します。



しかし、点検を確実に行っても、予期せぬ漏電がないとは言いきれません。そこで、さらなる安全機構として、医療機器には3Pコンセントが使用されています。3Pコンセントは、万一漏電しても人体に電気は流れず、地中に逃がしてくれるアースが備わったコンセントです。



▲3Pコンセント(プラグ)



▲3Pコンセント(壁面)

二つの口腔ケアを知っていますか？

口腔ケアには、「**器質的口腔ケア**」と「**機能的口腔ケア**」があります。器質的口腔ケアとは、いわゆる“歯みがき”や“入れ歯のお手入れ”のことで、おくちの中をキレイにするのが目的です。機能的口腔ケアというのは、おくちの周りのマッサージやトレーニングを行うことで、おくちの機能の回復を目的としたものです。こちらも大切なのですが、あまり知られていません。

二つの口腔ケアを行い、おくちを清潔に保つとともに健康な機能を維持することで、肺炎やインフルエンザなどの感染症予防にも役立ちます。

やってみよう!自分でできる機能的口腔ケアの方法 あ・い・う・べー体操とパ・タ・カ・ラ体操

あ～



①「あー」と口を大きく開く。

い～



②「いー」と口を大きく横に広げる。

う～



③「うー」と唇をとがらせ、強く前に突き出す。

べ～



④「べー」と舌を突き出し、下に伸ばす。

パ・パ・パ・パ



①唇を破裂させるように「パパパパ」と発音する。

タ・タ・タ・タ



②舌の先を歯切れ良く「タタタタ」と発音する。

カ・カ・カ・カ



③舌の奥をのどに押し付けるように「カカカカ」と発音する。

ラ・ラ・ラ・ラ



④舌をしっかり巻いて「ララララ」と発音する。

これらの体操は、噛む力・吸う力・飲み込む力を向上させ、ムセを防ぎます。また、唾液の分泌を促す効果もあり、免疫力の増加にもつながります。その他にも、口元を引き締めたり、首回りのたるみを解消したりと、美容面への効果も期待できます。

健康と美容の
ワンポイント!
アドバイス

～その13～

「おくちの体操」

機能的口腔ケアをはじめよう

清恵会病院
歯科口腔外科 科長
下出 孟 史



数分でできる
簡単なトレーニングです。
食事前に行うなど、
毎日続けることが
大切です。

清恵会グループのご紹介

清恵会病院

急性期機能病院

〒590-0064 堺市堺区南安井町1丁目1番1号

清恵会本部

☎ 072-223-8199 (代)

清恵会訪問看護ステーション

訪問看護・
訪問リハビリテーション

〒590-0065 堺市堺区永代町2丁目3番9号

☎ 072-232-6074

清恵会向陵クリニック

人工透析外来

〒590-0024 堺市堺区向陵中町6丁目2番11号

☎ 072-257-3131

清恵会グループの
WEBサイトもご覧ください



<http://seikeikai.or.jp/>

清恵会

検索

清恵会三宝病院

複合型慢性期機能病院

〒590-0903 堺市堺区松屋町1丁目4番地の1

☎ 072-226-8131 (代)

さんさんデイケア三宝

通所リハビリテーション

〒590-0903 堺市堺区松屋町1丁目4番地の1

きらきら訪問リハ三宝

訪問リハビリテーション

清恵会三宝病院 介護事業部

☎ 072-225-0066

清恵会医療専門学院

看護師・准看護師養成校

〒591-8031 堺市北区百舌鳥梅北町2丁目83番地

☎ 072-259-3901

清恵会第二医療専門学院

理学療法士・
診療放射線技師養成校

〒590-0026 堺市堺区向陵西町4丁目5番9号

☎ 072-222-6226

患者様送迎 新ルートを試行運行中



試行運行のため7人乗りのミニバンです
(ご乗車の方6名様+ドライバー1名)

新しい
運行ルート

清恵会病院および清恵会三宝病院にて受診・ご入院される患者様の利便性の向上を図るため、9月5日(月)、新たな送迎ルートの試行運行を開始いたしました。既存の路線である「三国ヶ丘駅=清恵会病院」「堺東駅=清恵会病院」と併せて3路線となっております。ぜひご利用ください。

南海本線七道駅前 = マンション「ブランズ・ヴェリテ堺七道」の前 =
清恵会三宝病院 = 南海本線堺駅前 = 清恵会病院

時刻表は各病院やホームページ等でご確認ください。