—丸の内病院 広報—

# まるのうち

No.31
2013年12月20日
発行

『ピロリ菌』知っていますか? ……2
第5回病院祭『まんまる祭』開催 ……3
『リバーサイドまるのうち』オープン ……4
電子カルテ導入について ……5
『いつでも どこでも だれでも メディエーション』を目指して……6
冬野菜で風邪を引かない身体に ……7

## 病　院　の　理　念

1. 私たちは、患者さん中心の医療を地域の医療機関と協力し推進いたします。
2. 高度の専門技術により、地域の皆さまの疾病管理と疾病予防に努力いたします。
3. 公益性を有する社会医療法人にふさわしい診療活動に努めます。

## 理念に基づく基本方針

・私たちは、患者さんの一人ひとりの要望を尊重し、信頼関係に基づいた医療を提供いたします。
・私たちは、地域の医療機関と密接に連携し、医療チームとして最善の医療を提供いたします。
・私たちは、常に医療技術の研鑽に努め、安心で安全な医療を実践いたします。
・私たちは、地域に開かれた病院づくりと健全な経営に努めます。

社会医療法人 雨生会
丸の内病院

特集 1

# 最近話題になっている「ピロリ菌」知っていますか?

中村 直(なかむら なおし)
医学博士
日本消化器病学会専門医
日本消化器内視鏡学会専門医・指導医・評議員
丸の内病院診療部長 同消化器病センター長

## ピロリ菌について

「ピロリ菌」というのは、ヒトの胃の中でしか住めない細菌で、多くはこどもの頃(2〜5歳ぐらいまで)に両親や兄弟から感染すると考えられています。成人になってから新たに感染することはほとんどありません。ですから現在60歳でピロリ菌がいる人は、約55年間胃にピロリ菌が住んでいた(持続感染していた)ということになります。また、母親から子供に感染する場合が最も多いというデータがあり、乳児期に密接に接触することが原因と考えられています。これから結婚、妊娠を考えている女性はこの点に注意して、自分にピロリ菌がいるかいないか関心を持ってほしいと思います。胃に入ったピロリ菌は慢性胃炎をおこし、胃の粘膜を徐々に薄くします。これを萎縮(いしゅく)といいます。萎縮した粘膜は発がんのリスクが高いといわれています。ピロリ菌の感染が治ると萎縮が止まり、徐々に元の胃に戻り始めます。現在では、ピロリ菌に感染した慢性胃炎は「ピロリ胃炎」として保険で治療(除菌療法)が可能です。

## ピロリ菌の診断は?

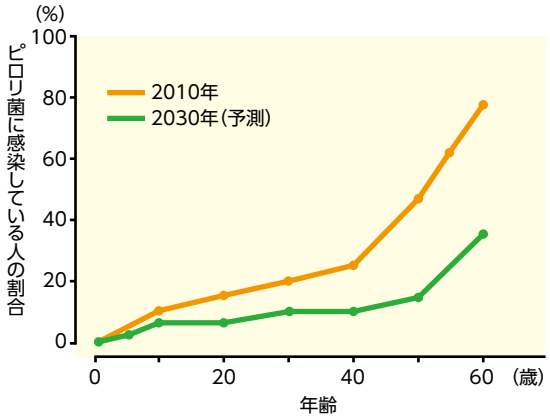
ピロリ菌が胃にいるかいないかを調べる検査は次の様なものがあります。①ピロリ菌抗体検査(血液検査)、②尿素呼気試験(息で検査)、③胃粘膜生検(内視鏡で胃粘膜を採取する)、④便中抗原検査(検便)などです。これらの検査を保険で行うにはルールがあり、胃カメラ検査で「慢性胃炎」の診断がされた場合に限られます。つまり胃カメラを行う前に、これらの検査を保険診療で行うことはできないのです(人間ドックや自費診療では可能です)。

慢性胃炎の診断は主に胃カメラでないと困難で、胃が痛くなって医者へ行き診察だけで「慢性胃炎だね」と診断された場合は、正確には慢性胃炎ではありません。胃バリウム検査でも慢性胃炎の診断は可能ですが、現在の保険のルールでは胃カメラでの確認が必要です。人間ドックで行った胃バリウム検査で一度でも慢性胃炎と診断された方は、胃カメラ検査で確認を行うことをお勧めします。

## ピロリ菌の治療法は

2種類の抗生物質と胃酸を抑える薬を7日間継続して内服すれば、80%の方が除菌できます。残りの20%の方はもう一度抗生物質を変更して除菌を行う「二次除菌療法」で除菌できます。ただ、二次除菌を行っても除菌できない方が約5%出てきます。この5%の方は自費診療にはなりますが、三次除菌を行うことができます。7日間の内服中の注意点はしっかり継続することと、除菌薬を内服している間はお酒やタバコをやめていただくことです。これが除菌率を高めるコツです。

### ■日本人のピロリ感染率の過去と将来予測




【北海道大学 浅香 正博 特任教授の研究報告】

特集 2

# 10月19日（土）第5回病院祭「まんまる祭（まつり）」を開催しました!!

「つなげよう人と人との結びつき　もっと笑顔にもっと楽しく」をテーマにした今回は、恒例の健康チェックや屋台の他、講演会や音楽ライブなど盛りだくさんのメニューを用意しました。当日は多くの方にお越しいただき、当院に親しみを持っていただくとともに、地域の皆さんとの繋がりを深められたと感じています。

①大盛況の屋台・ゲームコーナー
②お仕事体験・展示コーナー
③オープニングを飾った信濃国松川響岳太鼓
④和泉家志ん治師匠の落語
⑤飯島克巳先生の講演会

# サービス付き高齢者向け住宅「リバーサイドまるのうち」がオープン

**平成25年10月、社会医療法人抱生会が運営するサービス付き高齢者向け住宅「リバーサイドまるのうち」が松本市島立にオープンしました。**
**サービス付き高齢者向け住宅とは平成23年に国土交通省・厚生労働省が所管する「高齢者すまい法」により高齢者の居住の安定確保のために創設された制度です。**
**建物はバリアフリー構造、一定の面積と設備を備え、ケアの専門家による安否確認サービス、生活相談サービスを行う賃貸契約形式の住宅です。**

## ●複合施設ならではの充実ケア

リバーサイドまるのうちでは、1階に訪問看護ステーション、ヘルパーステーション、居宅介護支援センター、リハビリ専門デイサービス「常念望」、小規模多機能型居宅介護施設「四季の風」を併設しています。また、奈良井川対岸には社会医療法人抱生会丸の内病院があり、ご入居の方々に対して多様なサービス、多様な職種のスタッフがサポートできる体制を構築しております。医療と介護による支援により、安心、安全で快適な生活ができるような体制づくりを行っています。

## ●地域の皆様へ

私たちは、生活上の安全･安心と健康を確保するために、医療や介護のみならず福祉サービスを含めた様々な生活支援サービスが日常の場で適切に提供できることを目指しています。リバーサイドまるのうちがそんな地域づくりの一助になればと考えております。

**ご入居を検討したい、お話を聞いてみたいなどご相談がございましたらお気軽にお問い合わせください。**

お問い合わせ　**0263-87-8150**　受付時間／9:00～17:00(平日)

連載 第2回

# 電子カルテ導入について

情報システム部 部長
リウマチ科 科長
山﨑 秀　医師

## 平成26年2月から電子カルテが稼働いたします

いよいよ電子カルテ稼働の時期が近付いてまいりました。電子カルテというと皆様方は、診察室にあるパソコンを思い浮かべられると思いますが、パソコンは情報を入力したり閲覧するための端末に過ぎません。実際には電子カルテに検査器械や診断機器をネットワークを利用してすべてつなぎ、オーダや情報のやりとりをし、それを保存しておく病院情報システム（図参照）が整備されることになります。今回はこれまでの進捗状況と病院情報システムが整備されると何が変わるのかをお知らせいたします。

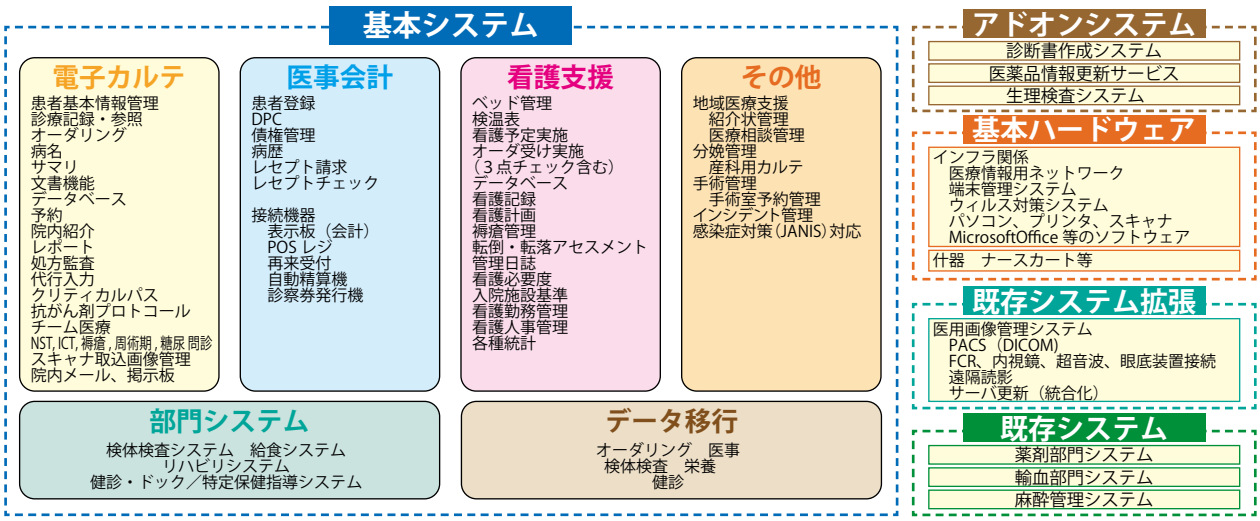
## これまでの進捗状況

平成24年4月病院情報システム導入プロジェクトが始動しました。9月に一般財団法人医療情報システム開発センター（MEDIS-DC）に導入支援を依頼し、その指導のもとに既存システムの調査、運用フロー、文書･帳票類を確認の上、ベンダ選定作業に入りました。平成25年3月ソフトウェアサービス社のシステムを基幹システムとした導入予定システムが決定し、9月から本格的な準備作業に入り、ネットワーク工事、サーバーの設置、マスタの設定はほぼ終了し、現在、操作研修等稼働に向けた最終作業に入っています。

## 電子カルテが導入されると何が変わるのか

紙カルテと違って電子カルテは院内どこにいてもすべてのスタッフが必要な情報を入手することができ、迅速に判断し治療を進めることができます。また情報端末で確認することにより薬の取り違えなどのミスをなくし、より安全な医療を行うことができるようになります。現在稼働に向けて作業を進め、2月には滞りなく診療が継続されるように準備しておりますが、稼働後しばらくの間は情報端末の入力にやや手間取り診療時間や待ち時間が延びる可能性があります。院内一丸となって準備を進めておりますので患者様にはご理解の程よろしくお願い申し上げます。

―病院情報システム構成図―



# 「いつでも どこでも だれでも メディエーション」を目指して

**「医師や看護師が忙しそうで、聞きたいことが聞けない…」「何か言うと嫌われるんじゃないかな…」「クレーマーと思われるのでは?」などと感じたことはありませんか?**
**「患者さんに説明したつもりなのにご理解いただけない…」と思ったことはありませんか?**
**医療メディエーターは、医療対話仲介者とも言います。患者さん側と医療者側双方の語りを、いずれにも偏らない位置で「共感的」に受け止め、当事者同士の対話の促進をとおして、情報を共有し認知の齟齬(ズレ・くいちがい)の調整を支援する役割を担っています。**

「医療メディエーション」和田仁孝/中西淑美 著より

## 院内メディエーション研修修了1期生

患者さん役、医療者役、メディエーター役になりきってロールプレイをします。相手の気持ちになりきった時に、初めて心の奥のいろいろなことに気づきハッとします。

当院には医療メディエーター導入編を受講している職員が、院長·副院長を含め78名、医療メディエーターの認定を受けている職員が8名います。
また、トレーナー研修を受講した職員が1名いるため、2012年からは院内研修も行われており、院内研修修了者は63名になりました。「いつでも　どこでも　だれでもメディエーション」が実現する日も、そう遠くはないでしょう。
医療における対話の促進は、医療の安全とも深いつながりを持っていると言われています。
まだまだ不足な部分もありますが、一人でも多くの職員が、この「メディエーションマインド·相手の想いに寄り添い受け止めるこころ」を持てるよう、みんなで頑張っていきたいと思います。

山田なおみ
医療メディエーター
医療安全対策課課長

# 冬野菜で風邪を引かない身体に

**冬野菜は身体を温め、消化を助けてくれる効果があると言われています。**
**たっぷり食べて風邪を引かない身体を作りましょう。**

### 冬野菜ってどんなもの?

大根、白菜、かぶ、ねぎ、カリフラワー、ほうれん草、小松菜、春菊、ごぼう、にら、ゆり根など

### 代表的な冬野菜の栄養と選び方

**白　菜**

ビタミンCやミネラルが豊富なので風邪予防や美肌に効果的です。ビタミンCは水に溶けやすいため、煮汁ごと食べられるスープなどにするのがおすすめです。外葉が大きく、しっかりと巻いてあるものを選びましょう。

**ね　ぎ**

特有の辛味であるアリシンといわれる成分が、血行を良くして体を温めてくれます。疲労回復効果のあるビタミンB1の吸収を高める効果もあるため疲れている時には最適です。白い茎が長くて太く、張りのあるものを選びましょう。

**か　ぶ**

消化酵素のジアスターゼが消化を助けてくれます。加熱すると効果が薄れてしまうため、サラダや浅漬けなどにして生で食べるのがおすすめです。葉の部分にもビタミンA、ビタミンC、カリウム等栄養豊富です。葉がみずみずしくて、根が白くてキメ細かいものを選ぶと良いでしょう。

**だいこん**

かぶと同様に消化を助ける酵素が含まれています。またビタミンCが豊富なので胃粘膜を修復する作用があり、胃もたれや胸焼けに効果的です。白くツヤがあり、ずっしりと重いものを選びましょう。

---

生姜入りで身体温まる

## 白菜の豆乳スープ

(1人分80kcal)

**〈材料〉**(1人分)

・白菜　30g　・ねぎ　20g　・ベーコン　10g
・豆乳　100ml　・水　100ml　・鶏ガラスープ　2g
・生姜　2g　・塩　少々　・こしょう　少々

**〈作り方〉**

①白菜は5cm幅、ねぎは小口切り、ベーコンは1cm幅にカットする。生姜はすりおろす。
②水に白菜、ねぎ、ベーコンを入れて煮る。豆乳を加えて沸騰させないよう加熱する。
③鶏がらスープを加え、塩こしょうで味を整える。
④火を止め生姜を加えて完成。

# インフォメーションギャラリー
Information Gallery

## 骨粗鬆症教室のご案内

**いつまでも若々しく元気に過ごすために、骨を丈夫にする生活をしませんか?**

**参加費無料**

**日時** 平成26年　1月10日(金)…食事編　2月14日(金)…運動編
3月14日(金)…薬編
14時～(約1時間)

**申込期限** 教室の前日(木曜日)

**内容**

**食事編**
『食事で骨を強くしよう』
・骨粗鬆症とは?
・食事のポイント フードモデル(食品模型)を使ってカルシウム量を確かめよう。
原則、毎月第2金曜日に開催します。

**運動編**
『運動で骨を強くしよう』
・骨粗鬆症とは?
・運動のポイント 運動の実践 実際に簡単な運動を行います。※動きやすい服装でお越しください。
原則、毎月第2金曜日に開催します。

**薬編**
『薬で骨を強くしよう』
・骨粗鬆症とは?
・どんな薬があるの?　薬の種類や服用方法についてなど当院薬剤師がお話しします。
原則、毎月第2金曜日に開催します。

●申し込みは下記のいずれかの方法でお願いします。
①丸の内病院『栄養課』にお電話ください。　電話 **(0263)28-3003**(代表)
②整形外科外来にお申し出ください。

※当日は病院正面受付前・教室案内板の周辺でお待ちください。教室開始10分前に会議室へご案内します。

## 減塩教室のご案内

**対象** 高血圧症、心臓病、腎臓病等で塩分制限が必要な患者さん(当院で治療されている方)、およびご家族の方

**場所** 丸の内病院　第一会議室　**費用** 集団栄養指導料が必要になります

**日時** 平成26年　1月21日(火)　2月18日(火)　3月18日(火)
14時～(約1時間)

**申込期限** 教室の前週の金曜日

**内容** ・ご家庭でできる減塩のコツについてのお話　・お味噌汁の飲み比べによる味覚チェック
・お味噌汁をご持参いただければ、塩分測定いたします。

●担当医にお申し込みいただくか下記にお問い合わせください。
丸の内病院『栄養課』　電話 **(0263)28-3003**(代表)

社会医療法人 抱生会
丸の内病院
広報　まるのうち　No.31
発行日／平成25年12月20日　発行者／社会医療法人抱生会丸の内病院　発行責任者／中土幸男
住所／〒390-8601 松本市渚1丁目7番45号　TEL.0263-28-3003(代)　FAX.0263-28-3000(代)
URL http://www.marunouchi.or.jp　E-mail kanri@marunouchi.or.jp