

思いやりと優しさのある、良質で安全な医療を提供いたします。

HOKUTO TIMES

社会医療法人北斗会 大洲中央病院広報誌「ホクトタイムス」

No.

62
2020/7



当院の、脳神経外科は
365日24時間体制で救急に対応しています。

Zoom Up!
OzuCentral Hospital



【脳卒中の予防と治療】

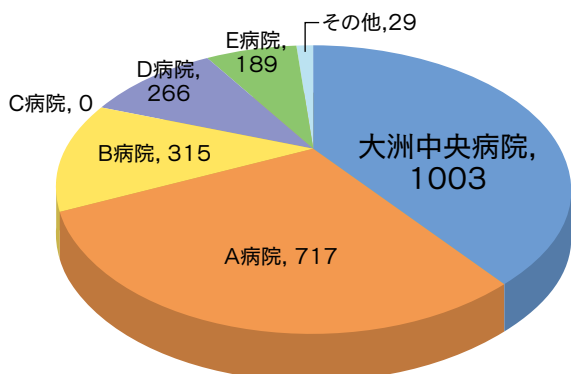
当院は、昭和48年の開院以来、大洲・喜多地区の救急医療を担っており、特に脳神経外科は365日24時間体制で受け入れを行っています。

昨年度の新規入院患者1211名のうち、脳血管疾患患者は310名で、そのうちの約6割は救急搬送されています。特に脳卒中は突然発症することが多く、早期治療と共に予防が重要な病気ですので、今号は、脳卒中をメインテーマに取り上げました。

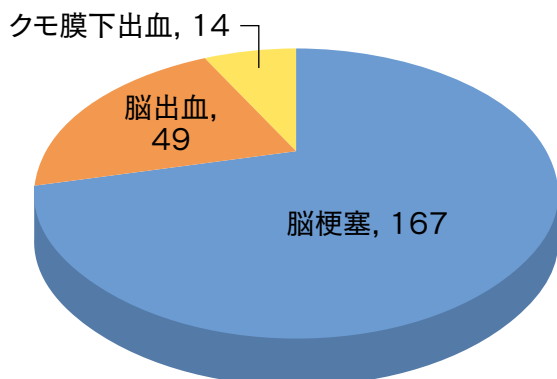
脳卒中とは

脳卒中は、脳の血管が破れたり詰まったりすることで脳組織が障害を受ける病気のことです。日本人の死因第4位を占めます。病型の内訳としては血管が破れる脳出血、くも膜下出血と、血管が詰まる脳梗塞に大別されます。血管年齢の高くなる高齢者に多くみられる疾患群であり、当院の入院患者数をみると大半を脳梗塞が占めています。

医療機関別救急搬送人数(2019年)



脳卒中入院患者の内訳(2019年)



脳卒中は予防が大事

脳卒中を一度発症し脳に不可逆的な障害が及ぶと、程度により様々ですが麻痺・嚥下障害・言語障害（失語症や呂律難）・高次脳機能障害などの後遺症が残り、介護が必要となる可能性があります。特に寝たきり（要介護度5）の原因の約1/3を占めており、健康寿命を短縮させてしまいますので、発症を予防することがいかに重要であるかは言うまでもありません。

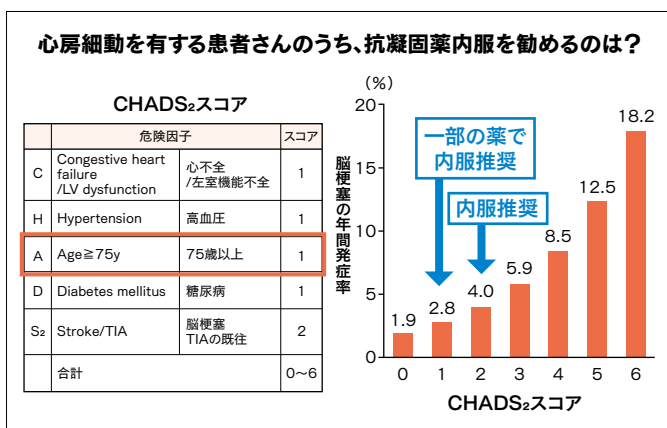
脳出血の原因と予防

脳出血の最大の原因は高血圧症です。比較的稀ですが、その他に脳動脈瘤や血管腫などの血管の異常により起こる場合もあります。健診を受けたり、毎日決まった時間に血圧測定を行うことで、血圧異常を早期に発見し、降圧薬を内服することで適正に血圧を管理することが重要です。また、過剰な飲酒や喫煙はリスクを増大させるとされ、節酒・禁煙が推奨されます。

くも膜下出血の原因と予防

くも膜下出血の最大の原因は脳動脈瘤の破裂です。脳動脈瘤の成因については明らかではありませんが、血管が分岐する部分で血管壁の脆弱性などが考えられています。特定の動脈瘤を除いて、ほとんどは動脈瘤を有するだけでは症状がありません。そのため、大部分の患者さんが破裂時の頭部検査で気づかれます。一定以上の大きさの未破裂脳動脈瘤は、脳ドックなどで頭部MRI検査を受けることで検出可能です。ただし、未破裂脳動脈瘤が見つかった場合でも全例破裂するわけではありません。残念ながら現在の医学水準では、動脈瘤がいつ破裂するのか、あるいは破裂しないかは予測不可能です。しかし、脳出血と同様に高血圧症、過度の飲酒、喫煙が破裂リスクを増加させることが明らかとなっており、これらを改善することが破裂予防において重要です。未破裂脳動脈瘤が見つかった場合には、定期的に画像検査を受け、動脈瘤の大きさや形状変化を把握しておくことで、変化がみられた場合に後述する手術を行うことで破裂予防が可能となります。

脳梗塞の原因と予防



心房細動患者のCHADS₂スコアと脳梗塞年間発症率

脳梗塞は、動脈硬化により血管が狭くなって起こるアテローム血栓性脳梗塞／ラクナ梗塞と、脳の外から流れてきた血栓（血の塊）が脳血管に詰まって起こる脳塞栓症に分けられます。前者の原因は高血圧症、脂質異常症、喫煙、糖尿病などで、予防としてまずは生活習慣の改善を図ることで、効果が乏しい場合には各種治療薬による是正が重要となります。脳梗塞の検出や脳血管の狭さ（詰まっていないか）の程度は、頭部MRI検査で確認可能です。後者の原因は、心房細動などの不整脈や心臓弁膜症などの心疾

患が挙げられ、中でも心房細動は加齢に伴い有病率が上昇し、脳塞栓症の発症リスクが10倍以上も高まります。心房細動では、リスク集積に伴い脳梗塞発症率が上昇することが知られており、CHADS₂ スコア1点以上で抗凝固薬（血液サラサラの薬）を飲む必要があります。しかし、発作性心房細動の場合、普段は不整脈が確認されないため、日常的に自己検脈（手首の内側で1-2分程度脈を測る）を行ったり、動悸や胸の不快感があればかかりつけ医などで心電図検査を受けることが早期検出につながります。

脳卒中を疑えば早期受診を

脳卒中を発症した場合、脳出血・くも膜下出血では頭痛や嘔吐を伴うことが多いです。特に、くも膜下出血では殴られたような激しい頭痛とされ、脳出血では出血部位に応じた神経症状（麻痺・言語障害・意識障害など）も出現します。発症後受診が遅れたり、放置された場合には、出血が持続したり再出血することで状態はさらに悪化し、生命に危険が及ぶ可能性があります。一方、脳梗塞は閉塞血管により症状は多彩ですが、麻痺・言語障害・意識障害の出現が病院受診のサインです。特に脳梗塞の場合は、血管が詰まってから脳梗塞が完成するまでには数時間程度かかりますので、早期に血流を再開させることで脳梗塞の範囲を最小限に留められる（後遺症を軽くする）可能性があります。発症4時間30分以内に限ってはアルテプラーゼ（t-PA）という血栓溶解剤が使用可能ですので、発症後いかに早く治療を開始出来るかが鍵となります。最近では、様々な病院前救護の評価スケールが考案されていますが、FAST（ファスト）チェックを行うことで脳卒中を迅速に疑うことが出来れば、早期受診・早期治療につながり、後遺症を最小限に食い止められる可能性があるのです。

脳卒中 起きたらすぐに 病院へ

F A S T

Face Arm Speech Time

F：上手く、笑顔が作れない（片側が下がる）
A：片腕に力が入らない
S：言葉が出てこない、ろれつが回らない

脳卒中の可能性大!

T：発症（発見）時刻を確認して、すぐ119番を!

FASTチェック

脳卒中の外科治療

脳出血や脳梗塞で、軽症あるいは時間が経過している場合には、薬による治療とリハビリテーションによる保存的加療が選択されますが、くも膜下出血やその他の脳出血・脳梗塞に対しては外科治療の対象となります。当院脳神経外科では以下の治療を行うことが可能です。

脳出血の外科治療

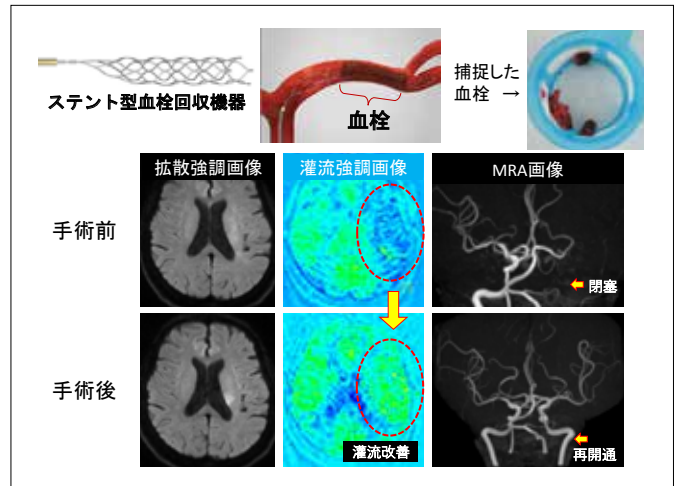
頭蓋骨を一時的に取り外して顕微鏡下に血腫を摘出する開頭手術と、頭蓋骨に小さな穴を開けて内視鏡を挿入し血腫を吸引する穿頭術があります。

くも膜下出血の手術

脳動脈瘤の再破裂予防を目的として、動脈瘤ネッククリッピング術（開頭手術）とコイル塞栓術（血管内手術）があります。いずれも動脈瘤内へ血液が流入しないようにすることが目的です。

超急性期脳梗塞の手術

前述のt-PA治療が無効であった場合や、時間制約により使用できなかった場合で、主幹動脈閉塞（太い脳血管が詰まっている）が確認されている場合、血管内手術による血栓回収療法（血管に詰まっている血の塊を直接機械的に回収する）を選択できる場合があります。この治療は当初発症8時間以内と規定されていましたが、最近では特定の基準を満たせば、発症24時間以内でも有効であることが示され、治療適応の幅が拡大しつつあります。



脳梗塞の超急性期治療：血栓回収療法

<p>大洲中央病院 OzuCentral Hospital</p> <h3>新入職員紹介</h3> <p>2020年度に5名の新入職員が 当院スタッフとして仲間入りしました。</p> <p>【質問事項】…①出身地②趣味・特技③最近ハマっていること ④今一番欲しいもの⑤目標・抱負</p>	<p>作業療法士 金子 明 Kaneko Akira</p>  <p>リハビリ科</p> <ul style="list-style-type: none"> ①愛媛県松山市②趣味はカラオケ、ツーリング、特技は剣道。③コロナの影響もあり最近ではオンライン飲み会④車⑤患者様に満足して頂けるようなリハビリテーションを提供出来るよう精一杯頑張ります。 	<p>作業療法士 山口 友乃 Yamaguchi Yuno</p>  <p>リハビリ科</p> <ul style="list-style-type: none"> ①愛媛県宇和島市②趣味は雑貨屋巡り、読書、映画、散歩。特技は卓球。③筋トレ、ランニング、晩酌。④冷蔵庫⑤患者様が安心してリハビリテーションを受けて頂けるよう、精一杯頑張ります。よろしく御願い致します。
<p>管理栄養士 兵頭 舞 Hyodo Mai</p>  <p>栄養科</p> <ul style="list-style-type: none"> ①愛媛県宇和島市②バスケット③映画鑑賞④スニーカー⑤患者様に信頼されるような管理栄養士を目指して頑張ります。 	<p>管理栄養士 和田 佳歩 Wada Kaho</p>  <p>栄養科</p> <ul style="list-style-type: none"> ①愛媛県大洲市②ピアノ③ドライブ④車⑤患者様のことを一番に考え、食でサポートしていきたいです。 	<p>検査補助 鶴田 莉菜 Tsuruta Rina</p>  <p>検査科</p> <ul style="list-style-type: none"> ①愛媛県松山市②趣味は読書、歌を歌うこと。特技は速読。③料理やお菓子作り④タブレット型PC⑤大洲中央病院に貢献できるように、自己研鑽していきたいです。

からだに効く
レシピ

Point!
具材はお好みでエビなどのシーフードにしてもおいしいです。

大洲中央病院栄養科

焼肉ピラフ


カレーとにんにくの風味が効いた暑い夏にぴったりの1品です。

■材料 (2~3人分)

米	2合	葉ねぎ	1本
水	400ml	にんにく	1かけ
薄切り牛バラ肉	120g	油	大さじ1
たまねぎ中	1/2個	チキンコンソメ顆粒	小さじ2
パプリカ	1/2個	カレー粉	小さじ1
とうもろこし	1/2本	塩・こしょう	少々


■作り方

- ①米は洗って水をきっておく。にんにくはすりおろしておく。牛肉は2cm幅に切る。たまねぎ、パプリカはみじん切りにする。とうもろこしは生のまま包丁で身をそいでほぐす。
- ②フライパンに油をいれ中火にかける。フライパンが温まったら、おろしにんにく、牛肉を入れて炒め、塩・こしょう・カレー粉で下味をつける。牛肉に火が通ったら一度フライパンから取り出しておく。
- ③牛肉を取り出したフライパンでたまねぎ、パプリカ、とうもろこしを炒める。具材に油が回ったら米を入れ、米が透き通ってくるまで炒める。
- ④取り出しておいた牛肉をフライパンに戻し、水を加えて中火で加熱する。ふつふつと沸いてきたら蓋をして、弱火にしてさらに10分加熱する。米の芯が残っているようであれば、水を少し加えて3分ほど加熱する。
- ⑤火を止めて、葉ネギを散らして再び蓋をして7分蒸らす。
- ⑥蒸らし終わったら全体をよく混ぜて出来上がり。



院内美術館


すぐそばにある絵画



『面河溪』
吉崎道治作

詩情ある風景と空気を描く

今回ご紹介するのは、本館2Fリハビリスタッフステーションにある吉崎道治の「面河溪」。徹底した現場主義から生まれる的確な筆致と明快な色彩で表現された情景は、おだやかで爽やかな感動を覚えます。



吉崎道治 (よしぎきみちはる)
1933年北海道生まれ/1954年武蔵野美術大学卒。中村琢二に師事。一水会運営委員。日展審査員。一水会展一水会賞優勝。日展特選2回。

次号は、奥津国道
「ヌイエンヌ川」をご紹介します。

院内感染防止セミナーに参加して

2月28日に開催された、院内感染防止セミナーⅡ「接触感染防止対策～日常生活に潜む感染のリスク～」に参加しました。

セミナーでは、現在世界中に拡がっている新型コロナウイルス感染症(COVID-19)についての説明のあと、接触感染を防止するために日常生活の中で気を付けるべき具体的な行動について学習しました。コロナウイルスなどの病原微生物は、目で確認することができないため、どこで感染するか分からないとても恐ろしいものです。感染を防止するためには、手洗い、うがい、マスクの着用など普段からの予防が大切で、感染症の拡大を最小限に抑えるためには、私達一人一人がどのような対策が必要なのかを正しく理解し、実施することが重要だと再確認しました。

新型コロナウイルスのワクチンや治療薬が開発され、この感染症が早く終息して、世界中が通常の社会活動に戻れるように願っています。



放射線科 西山 公基

防災点検 大規模災害訓練

2月24日に防災点検・大規模災害訓練を実施しました。午前中に行った防災点検では、各部署の職員が参加して、災害用備蓄品の保管場所や使用方法の説明がありました。防災に関する設備や備蓄品は、通常の業務ではあまり気に留めない物ですが、このように防災点検を通して多くの人が知ることで、災害発生時に速やかな対応ができるようになります。また、個々のスタッフの災害意識を高めるためにも、良い取り組みになりました。午後から実施した防災訓練では、震度6強の地震が発生したという想定で、災害対策本部立ち上げから各部署の初動対応など震災初期段階の訓練を中心に行いました。また、今回新たにスマートフォンの連絡アプリを導入し職員の安否確認の演習も行い、実りある訓練となりました。今後も、どのような災害が発生しても対応できる組織作りを目指して取り組んでいきます。



施設管理 濱田 雅弘

愛媛マラソン

2月9日に行われた第58回愛媛マラソンに参加してきました。私が愛媛マラソンを走るのは今年で3回目です。サブスリー(3時間切り)を目標に掲げていましたが、昨年7月に第2子が産まれたばかりで、仕事と育児をしながら練習がまともにできるのか不安でした。しかし育児中の妻の支えもあり、ハーフマラソンや30キロの大会に参加するなど十分なトレーニングを積んで、良い天候のもと最高のコンディションで大会に挑むことができました。また、沿道の人たちの声援や職場の方たちの応援を力にして、とてもしんどかったですが、昨年より約10分記録更新した2時間57分22秒でゴールし、無事に目標達成をすることができました。職場内には、高知マラソンを走った人もいて、後日のマラソン談義も盛り上がりました。来年も仕事と家庭を両立させながら、更なる高みを目指して頑張りたいと思います。



リハビリ科 平井 雄介

外来診療医師一覧表

診療科目	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜	
内科	1診	近藤 賢之	休診日	大久保啓二	大久保啓二	近藤 賢之	大久保啓二	
	2診	岡本 傳男		岡本 傳男	井上 明子	岡本 傳男	岡本 傳男	
	3診	井上 明子		井上 明子	近藤 賢之	大久保啓二	非常勤	
	4診	浅川 建史		清家 愛理	清家 愛理	非常勤	浅川 建史	
外科	1診	森岡 徹	休診日	森岡 徹	森岡 徹	森岡 徹	森岡 徹	
	2診	満谷 臨		満谷 臨	満谷 臨	満谷 臨	満谷 臨	
整形外科	1診	栗田 英明		休診日	栗田 英明	栗田 英明	栗田 英明	藤澤 圭史
	2診							栗田 英明
泌尿器科		清水 公治	休診日		清水 公治	清水 公治	清水 公治	清水 公治
脳神経外科	1診(新患)	西原 潤			西原 潤	西川 真弘	重川 誠二 末廣 諭 (隔週)	橋本 尚樹(第1-3) 戸田 茂樹(第2-4)
	2診(再診)	西川 真弘		西川 真弘	西原 潤			
形成外科				休診日			森 秀樹(第1-3-5) 真田紗代子(第2-4)	

受付時間 午前8時00分～午前11時30分

診療開始時間 午前9時00分～ 担当医師は緊急手術などで変更する場合がありますので、事前にお問い合わせください。(休診になる場合あり)

休診日(7～10月) 救急診療のみ…7月24日(金)
休診日…火曜、水曜、7月23日(木)、8月10日(月)、9月21日(月)お見舞い・面会時間 午後1時00分～午後5時30分
(新型コロナウイルス感染予防のため変更になる可能性がありますので、事前にお問い合わせください。)

◎大洲・喜多地区の一週間の救急当番

- 金～日曜日…大洲中央病院
(日は18:00まで)
- 日曜日…市立八幡浜病院(18:00～)
- 月曜日…市立大洲病院
- 火曜日…市立大洲病院
- 水曜日…加戸病院(昼)、
喜多医師会病院(夜)
- 木曜日…大洲記念病院(昼)、
市立八幡浜病院(夜)

編集後記

私事ですが、新しい家族が増えたことと新居への引っ越しが重なり、ここ最近落ち着く間もなく慌ただしい日々を過ごしています。新型コロナウイルスによる生活の制限も徐々に緩和されてきたとはいえ、感染拡大以前とは生活様式が変わりました。生活の変化や、感染の第2波への対策等まだまだ気の抜けない状況が続いており心配事は絶えません。こんな時だからこそ、地域住民の方に安心して医療を受けて頂けるよう、自分自身の健康に十分注意をして仕事に励みたいと思います。

発行/社会医療法人 北斗会 大洲中央病院

編集/広報委員会

寺尾 光司(事務部長・理事) /
京河 雅史(放射線科長) / 竹岡 照枝(看護師長)
道休 由佳里(看護師長) /
井上 結希(リハビリテーション科) /
大西 修平(リハビリテーション科) /
藤岡 真里子(栄養科) / 谷本 志津(医事課)



社会医療法人 北斗会
大洲中央病院

