

医心伝心 7

July

保健

医療

福祉

分野で社会に貢献します。

一特集一
認知症について
新しいお薬を交えて

■ かかりつけ医を持ちましょう

当院は、地域医療連携を推進しています。当院を受診される場合は、かかりつけ医からの紹介と予約が必要です。ご理解とご協力をお願いいたします。

■ 紹介状持参のお願い

当院は紹介受診重点医療機関です。初診の方は、他の医療機関からの紹介状（診療情報提供書）を必ずお持ちください。紹介状なしで受診された場合、初診時選定療養費（自費）7,700円（税込）がかり、待ち時間が長くなりますのであらかじめご了承ください。

■ 救急外来について

当院の救急外来は、重症度の高い患者さんを優先に診療いたします。円滑な救急医療を行うため、なるべくかかりつけ医か休日診療所、在宅当番医を受診してください。必要に応じて当院にご紹介いただくシステムになっています。

■ 予約変更専用窓口について

予約の変更・確認は、予約変更専用窓口で承ります。ただし、歯科口腔外科の場合は歯科口腔外科外来までご連絡ください。

予約変更専用窓口 0566-25-8103
歯科口腔外科外来 0566-25-8020

NEWS

①

20名の初期臨床研修医が 入職しました

臨床研修センター

当院はNPO法人卒後臨床研修評価機構の認定を受けた臨床研修指定病院です。研修医を育成するにあたり、医療の果たすべき社会的役割を認識させ、基本的な診療能力が身に付けられるよう取り組んでいます。また、保健・福祉など医療と密接に関わる分野についても幅広く知識を身に付けさせ、医師として思いやりのある人格を育てていきます。

指導医のもと、チーム医療での修練を重ね、患者さん中心の良質な全人的医療を実践できるよう推進してまいりますので、ご理解・ご協力いただきますようお願いいたします。



NEWS

②

「救命救急」の技術を競う、 愛知メディカルラリーで3位入賞

救急外来 看護師 野村 杏奈

2月17日(土)に行われた愛知メディカルラリーで、当院の医師・看護師、衣浦東部広域連合消防局の救急隊員で結成したチームが3位に入賞しました。

メディカルラリーとは、医師・看護師・救急隊員各2名から成るチームで、仮想の災害救急現場で模擬診療の技術を競い合うコンテストです。今回は、水素爆発現場の多数のけが人、大やけどを負った子ども、予定外の自宅出産で産声をあげない赤ちゃんなど全8ステージ。1ステージ10分間で、いかに的確に診断し、迅速に治療できたかが審査されます。

過去の出題例をもとに本番までに20回以上練習し、時には同僚にけが人役をお願いしたり、新生児集中ケアの資格を持つ看護師に新生児の心肺蘇生法を教わったりしました。

災害救急現場は、土砂崩落やガス・化学物質が漏れ出るなどの危険な場面もあるため、安全確認・リーダーの指揮・チーム内の情報伝達が非常に重要だと感じています。今回の経験を救急外来やドクターカーでの診療・看護に生かし、知識・技術をさらに高めていきたいです。



広報誌タイトル

医心伝心 [いしんでんしん]

本来「心を以って心に伝う」の意、以心伝心。私たちの業務も患者さんの言葉のみに頼らず、表情、しぐさ、その向こうにある心の訴えに十分に目を向ける「心配り」を大切にすることが「医療安全」はもとより、快適な診療をお届けする基本だと考えます。そんな意を含め「以」を「医」としてタイトルにいたしました。

病院長

み～つけた!

広報誌内に登場しています。
どこにいるでしょうか?
(答えは裏表紙に記載)

3カ所
です!



ひとりでできる リハビリテーション

脚^{あし}を鍛えて転びにくい体をつくろう

理学療法士 福田 七保

加齢や病気による体の変化は、転倒するリスクを高めるといわれています。

転倒してけがをすると、日常生活で介護が必要な状態になってしまいうだけでなく、日々の活動量や食事摂取量も減ってしまいます。すると、さらに筋力や持久力などの体の機能が低下し、より転倒しやすくなるという悪循環が起こります。

転倒の要因の一つである「脚の筋力低下」を予防するトレーニングをご紹介します。ご自宅で簡単にできますので、転倒しにくい体づくりを試してみませんか。

■椅子からの立ち上がり

太ももの筋肉を鍛える運動

椅子からゆっくり立ち上がり、ゆっくり座ります。

ポイント

座る時に、勢いよくお尻を下ろさないようにしましょう。



※注意点

運動中に転ばないよう、ふらつきが気になる方は、手すりや椅子、机などにつかまりながら、無理なく行ってください。

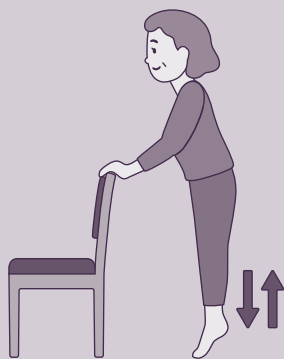
■立って、かかとの上げ下げ

ふくらはぎの筋肉を鍛える運動

立ったまま、ゆっくりとかかとを上げ下げします。

ポイント

姿勢をまっすぐ保つよう意識しましょう。立ったままが難しければ、椅子に腰かけてかかとを上げ下げしてください。



Column

水がなくても大丈夫！災害時の口腔ケア

歯科衛生士 藤原 乃愛

災害時は貴重な水を歯磨きに使うことがためらわれ、口の中を清潔に保つことが難しくなり、虫歯や歯周病などが発生しやすくなります。口の中の細菌が原因で肺炎になることもあり、災害関連死の中でも多くの割合を占めます。災害時の口腔ケアを覚えて、口腔ケア用品を防災グッズに加えておきましょう。

歯ブラシにマウスウォッシュなどの洗口剤（なければ、コップに入れた少量の水）を付けて磨き、歯ブラシの汚れをウェットシートで拭う。これを数回繰り返す。

歯ブラシがない場合は、口腔用ウェットシートを指に巻き付けて歯を擦ったり、洗口剤でこまめにうがいしたりする。

※多くの水が必要なため歯磨き粉の使用は控えた方がよい。



編集委員からこんにちは

いよいよ夏本番、猛烈な暑さです。一方、電車やオフィスは冷房が効いて寒いくらいで、夏バテという方も多いのではないのでしょうか。毎年この時期は、熱中症による救急搬送が増えます。水分・塩分補給を意識的に行い、熱中症にならず夏を乗り切りたいと思います。皆さんも体調の変化に気を付けながら、無理せず素敵な夏をお過ごしください。

広報委員 鈴木 貴雄

認知症について

～新しいお薬を交えて～



副院長
脳神経内科 部長
日本神経学会 脳神経内科指導医 丹羽 央佳

高齢化社会の進展に伴い、認知症の方が増え、2025年には65歳以上の5人に1人が認知症になるといわれています。認知症は、本人が怠けているわけではなく、れっきとした病気です。誰もが認知症になる可能性があるのです。認知症にどう向き合っていくか、社会全体で対応していかなければなりません。

認知症のいろいろ 主な4つのタイプ

認知症によく似た症状を見せながら、別の病気が潜んでいる場合があるため、きちんと診断することが必要です。

例えば、甲状腺ホルモンの低下やビタミンの欠乏は、直接的な脳の病気ではありませんが、脳の機能に変調を来し、認知症のように見えることがあります。また、肝硬変、水頭症、髄膜炎、神経梅毒、うつ病などでも認知症に似た症状が現れることがあります。

これらの病気でなかった場合、認知症性の病気が疑われますが、一口に認知症といってもさまざまなタイプがあります。ここでは主な4つのタイプ①血管性認知症、②レビー小体型認知症、③前頭側頭型認知症、④アルツハイマー病についてご説明します。

①血管性認知症

脳梗塞や脳出血(血管が詰まったり破れたりする)によって脳の機能が低下する病気です。手足のまひや、ろれつの悪さが現れること

が多いです。

失われた神経細胞は元に戻らないため、予防が何より重要です。高血圧、糖尿病、高脂血症の持病がある方は、悪化しないよう主治医の指示どおり薬を服用してください。喫煙はやめ、お酒の飲みすぎは控えなければなりません。また、心房細動という不整脈が見つかったら、血液をサラサラにする薬の服用を検討する必要がありますので、定期的に不整脈がないかをチェックすることが大切です。

②レビー小体型認知症

神経細胞にレビー小体という異常なタンパク質の塊ができ、神経細胞が壊れてしまう病気です。パーキンソン病と「親戚」関係にあり、体の動きが悪くなります。「虫がいる」「知らない人が部屋に座っている」などの幻視がしばしば現れます。パーキンソン病に使う薬などが効くため、ある程度は調子を整えることができますが、神経細胞が壊れるのを止める術はまだありません。

③前頭側頭型認知症

脳の前頭葉や側頭葉の神経細胞が障害される病気です。性格が変わり、無頓着になったりしますが、一方、同じことに執着してしまうこともあります。物事への関心や意欲が低下し、理性的な振る舞いができなくなっていくます。興奮する場合には安定剤を使用します。神経細胞が壊れるのを止める術はまだありません。

④アルツハイマー病

一番患者数が多いのが、アルツハイマー病です。脳に老人班(アミロイド β というタンパク質の塊)や神経原線維変化(タウというタンパク質の塊)ができて、神経細胞が失われていく病気です。

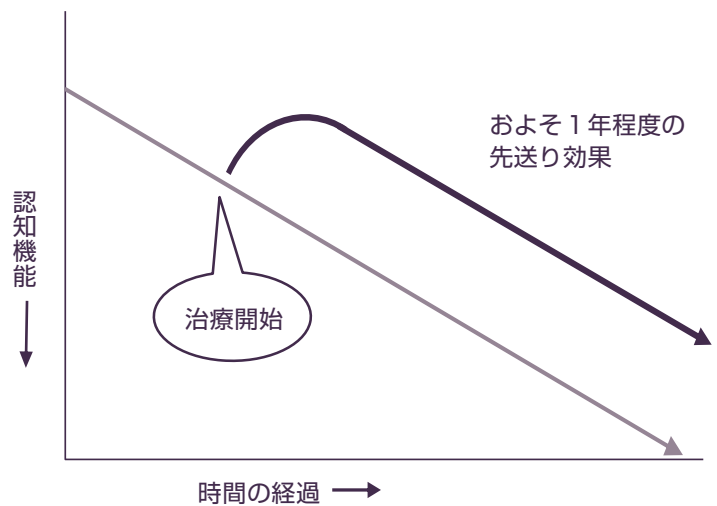
もの忘れから始まり、徐々に進行します。初期は、ぱっと見は普通で、身のこなしも異常ありませんが、記憶や判断、理解などの認知機能が低下すると社会生活に支障を来すようになります。数年後には日常生活に支障を来し、やがては寝たきりとなります。最後は肺炎などで亡くなる人が多いです。

アルツハイマー病の従来の薬

神経から神経へと信号を伝える伝達物質を強化して、脳を活性化する薬があります。現在日本では、アルツハイマー病に対し、4種類の薬が使用されています。

脳の活性化により、一時的に症状が少し良くなる場合がありますが、神経細胞が壊れるのを止めるわけではないので、脳の働きはやがて悪くなってしまういます。病気の進行スピードを変える力はなく、症状の悪化を1年程度「先送り」する治療です(図1)。

図1.従来のアルツハイマー病の薬の効果

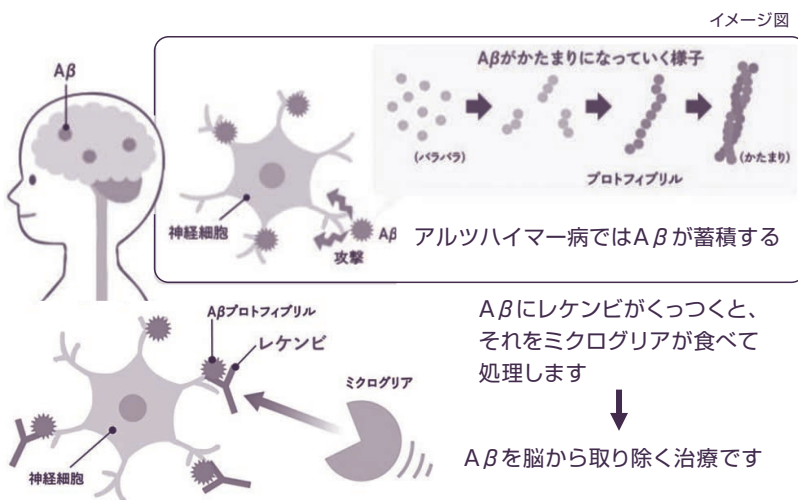


アルツハイマー病の新しい薬、レケンビ

最近、アルツハイマー病で脳に溜まるアミロイド β (A β)を取り除く治療法が誕生しました。アミロイド β がしっかりと固まってしまうと取り除くのが難しいため、しっかりと固まる前のプロトフィブリルという段階を狙った治療です。

このプロトフィブリルにくっつくのが「レケンビ(レカネマブ)」です。レケンビがくっついたアミロイド β は異物として認識され、ミクログリアという免疫細胞が食べて処理します。このようにして脳からアミロイド β が取り除かれます(図2)。

図2.新しいアルツハイマー病の薬(レケンビ)のメカニズム
(エーザイ指導箋:レケンビの治療を始める方とそのご家族へより)

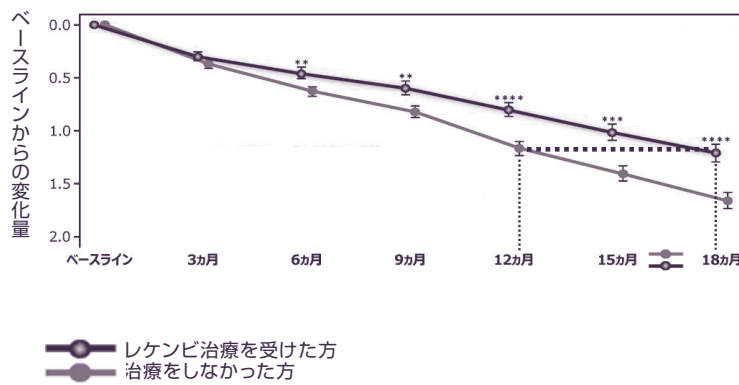


■対象は「ごく初期」に限られる

新しい治療法は、神経細胞が既にある程度壊れてしまってからでは効果がないため、対象は認知症のごく初期段階の方に限られます。さらに、検査でアミロイド β が脳に溜まっていることを確認できた方のみが対象です。

ミクログリアがアミロイド β を食べる時の反応で脳の腫れや出血などの副作用が生じることがあるため、治療前の検査で一定の条件を満たさなければなりませんし、その後も定期的な脳の画像検査が必要です。

図3.アルツハイマー病に対するレケンビの治験成績
(国際共同 301試験 Core Study より)



■**進行を止められるわけではない**
1年半の治療で、治療しなかった方と比べると、平均的には半年程度、進行を遅らせたことが証明されています(図3)。
病気の進行スピードを遅らせることはできませんが、残念ながら、認知症が回復したり、進行が止まったりするわけではありません。アルツハイマー病の原因は、アミロイドβが全てではないからです。
まだ始まったばかりの新しい治療法であり、1年半の治療で遅らせた進行スピードがその後どうなっていくのかが、今後の研究課題です。

地域に住む皆さんが認知症について正しく理解し、早期に適切な支援が受けられる環境



総合相談室 医療福祉相談グループ
医療ソーシャルワーカー
三浦 美香子

認知症の方とご家族が安心できる暮らし

従来の薬よりも、病気のメカニズムに踏み込んだ新しい薬ができたものの、まだ十分ではありません。今後も新しい薬の開発が期待されます。
今から、できる備えとして、高血圧、糖尿病、高脂血症、不整脈などの持病がある方は、治療を受けて悪化させないこと。また、喫煙や飲酒を控えることが非常に大切です。これらは、血管性認知症だけでなく、アルツハイマー病にも良い効果があることが分かっています。日常生活に読書や将棋などの趣味やウォーキングなどの適度な運動を取り入れ、頭や手足を使い続けることで、心身の機能を維持していきましょう。

認知症に備える

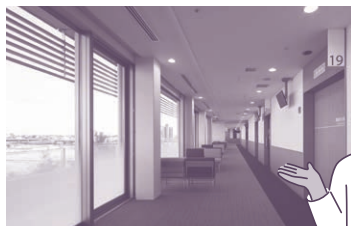
表1.刈谷市のサポート体制(刈谷市認知症ケアパスより一部抜粋)

		あれ？物忘れかな（初期）	そろそろ誰かの見守りが必要（中期）	日常生活に手助けが必要（後期）	常に手助けが必要（後期）
認知症の進行に応じた変化(具体例)		・物忘れ ・同じことを繰り返し聞く ・片付けが苦手になる	・小銭での支払いが苦手になる ・探し物の時間が増える ・食事の支度が1人では難しい	・トイレの場所がわからない ・道に迷って帰ってこれない ・日にちや季節がわからなくなる	・自分で食事ができなくなる ・言葉でのコミュニケーションが難しい ・歩行困難
介護保険		申請の相談			

健診センター

年に1回、人間ドックや
健康診断を受けましょう

完全予約制



女性専用
エリアを設置

TEL 0566-25-8182 受付時間 月～金曜日
8時～16時

<https://www.toyota-kai.or.jp/facility/center/>



40歳過ぎたら特定健診 ～健診は一日、健康は一生～

生活習慣病予防のための特定健康診査(特定健診)。4月から、飲酒・喫煙の頻度や量を、過去も含めて詳しく何うようになりしました。特定健診で生活習慣病のリスクが高いと判定された方に行われる保健指導は、指導を受けた時間や内容だけでなく、腹囲2cm・体重2kg減といった具体的な成果が評価される仕組みになりました。定期的な健診で、生活習慣を見直しましょう。

相談窓口

心配なこと、お困りのことなどが
ありましたら以下の窓口まで

治療や療養上の総合的な相談
医療安全・医療事故に関すること

➡ 患者相談窓口

療養中の不安や
医療・福祉・介護の制度について

➡ 総合相談室(医療福祉)

がんに関する相談
(お電話でも相談可)

➡ がん相談支援センター
(がん相談窓口:0566-25-8110)

受付時間 月～金曜日
8時30分～16時45分

場 所 正面玄関入って右

イベント・教室

当院ホームページ

「広報・イベント情報」をご覧ください



市民公開講座 ※予約不要、どなたでもご参加いただけます

開催日・テーマ 9月19日(木) もっと知りたい! 腎臓のこと

10月17日(木) 夜間頻尿のおはなし～ぐっすり眠れないあなたへ～

時間・場所 13時30分～14時30分 診療棟5階 第1・2会議室

骨粗しょう症教室 ※予約不要、どなたでもご参加いただけます

開催日 8月30日(金)

時間・場所 14時～15時30分 診療棟5階 第3会議室

ひまわりサロン(がんと診断された方とご家族の会) ※予約不要

開催日 7月22日(月)、8月19日(月) (9月は休会です)

時間・場所 14時～15時 診療棟4階 がん情報ラウンジ

水曜会(乳がんと診断を受けた方の会) ※予約不要

開催日 7月17日(水)、9月18日(水)

時間・場所 14時～15時30分 診療棟4階 がん情報ラウンジ

ピアサポーター(がん治療体験者)による相談会

社会保険労務士によるがん患者さんの就労支援のための相談会

身近な相談窓口 地域包括支援センター

を整えることができれば、認知症の方とご家族が住み慣れた地域で安心して暮らすことができるようになります。

地域には、認知症の方やご家族が受けられるさまざまな支援やサービスがありますが(表1刈谷市の場合)、必要な支援や実際に活用できるサービスはその方の状態・状況によって異なります。

こういったサービスを利用するとよいのか迷ったり、介護のことで悩んだりした時は、お

近くの「地域包括支援センター」にご相談ください。ご本人やご家族からお話を伺い、どのようなサービスを受けるとよいのかを共に考え、利用が可能な制度やサービスの紹介、利用までの手続きの支援など、しっかりサポートしてくれます。

■介護の負担、一人で抱え込まず相談を

地域の相談窓口は地域包括支援センターですが、当院では私たち医療福祉相談グループが個別に相談をお受けしています。ご本人やご家族からお話を伺い、必要に応じてサービスや支援をご紹介し、地域の介護施設や医療

機関、地域包括支援センターなどとも連携して「つながりのある支援」を行います。お困りのことがあれば、お気軽にご相談ください。

認知症の方の介護には、心身ともにさまざまな負担がかかります。介護を続けていくためには、介護する方自身のケアも大切です。介護の負担を一人で抱え込まず、周囲の人への相談や、無理せずにサービスや支援を利用するなど、負担を減らす方法もぜひ検討してみてください。



旬を食す Season's Cooking

タコライス

豚肉やトマトは、ビタミンB₁、ビタミンCが豊富で疲労回復の効果があります。
さっぱり、ちょっぴりスパシーなタコライスは、暑い夏にぴったりです！

作り方

- ① 玉ねぎはみじん切りにする。レタスは太めの千切り、トマトは1cmの角切りにする。
- ② ★ケチャップ・ソースを混ぜ合わせておく。フライパンで合い挽き肉、おろしニンニクを炒め、肉に火が通ったら玉ねぎを加えて炒める。
- ③ トマトの水煮缶を入れひと煮立ちしたら、★の調味料を入れて煮詰める。
- ④ カレー粉を入れ、こしょうで味を調える。お好みでチリパウダーを入れる。
- ⑤ ご飯を皿に盛り、レタス、挽き肉、トマトの順にのせ、チーズを散らす。



1人分
399kcal
塩分0.5g

材料（1人分）

ご飯……（お茶碗1杯分：150g）
合い挽き肉…………… 40g
おろしニンニク…………… 少々
玉ねぎ…………… 40g
トマトの水煮缶…………… 20g
★ケチャップ…… 5g（小さじ1杯）
★ソース…… 5g（小さじ軽く1杯）
カレー粉…… 1g（小さじ1／2杯）
こしょう…………… 少々
チリパウダー…………… 少々
レタス…………… 20g
トマト…………… 40g
チーズ（生食可能なもの）… 10g

【豊田会理念】 保健・医療・福祉分野で社会に貢献します

【豊田会方針】 温かい思いをこめた、質の高い保健・医療・福祉サービスを提供します

【病院方針】

1. 患者権利の尊重・患者第一主義
2. 地域中核病院としての機能充実
3. ICT技術の活用
4. 働きがいのある職場づくり・人材育成
5. 研修医・専攻医の育成
6. 持続可能な医療提供
7. コンプライアンス（社会的責任を果たす）

【患者の権利と責務】

私たちは患者の皆さまの権利を尊重し、安全で質の高い医療の提供に努めます。
そのためには、患者の皆さまの主体的な参加が不可欠です。
以下に掲げる事項は、患者さんと医療従事者が守るべき事項です。

【患者の権利】

1. 安心して最善の医療を公平に受ける権利を尊重します。
2. 医療機関を自由に選択し、他の医師の意見を求める権利を尊重します。
3. 治療に関する情報を知り、説明を受ける権利を尊重します。
4. 治療に関する方法を自己の意思で決定する権利を尊重します。
5. 個人の情報が保護される権利を尊重します。

【患者の責務】

1. 自ら選んだ治療方針に沿って医療に参加する責任があります。ご自身の健康に関する情報を医療者にできるだけ正確に伝え、また、同意された医療上の指示に従ってください。
2. 病院の規則を守り、犯罪行為、迷惑行為を行わないなどの社会的ルールを守る責任があります。
3. 検査や治療のために、必要な医療費を負担する責任があります。



ご意見箱

当院に設置しているご意見箱にお寄せいただいた皆さまからのご意見と回答をホームページに掲載しています。貴重なご意見をいただき、ありがとうございます。



病院長み～つけた！ 解答

①3ページ コラム 歯磨きをしている人 ②7ページ 特集内 相談をしている人 ③7ページ 健診センター案内



日本医療機能評価機構の
認定を受けています



卒後臨床研修評価機構の
認定を受けています

ISO15189
2010年11月に認定

刈谷豊田総合病院

検索

<https://www.toyota-kai.or.jp/>

バックナンバーは当院ホームページでご覧いただけます

