

高北維新

第74号
春号

発行日
令和2年
4月27日



糖尿病性じん症重症化予防 プログラムの取り組みについて

医療局長 太田 喜久子

「糖尿病」という病気を、多くの方が聞いたことがあると思います。身体の糖を処理する力が弱って、血液の中の糖（血糖）が正常より高くなる病気です。

主な原因として体質や生活習慣（食事や運動）が関係し、血糖が高い状態が続くと全身に合併症と呼ばれる病気を引き起こします。

合併症は、脳卒中や心臓病、網膜症（目の病気）、足の血の流れが悪くなる病気、じん症（じん臓の病気）など様々ですが、今回じん症について説明します。

じん臓は尿をつくる大事な内臓で、高血糖はじん臓を徐々に傷めます。しかし、じん症の早期では全く症状がなく自分では気づけません。じん症が進むと十分な尿が作られなくなり、透析が必要となります。透析は不要な水分や毒素を取り除く治療法ですが、

患者さんにとって時間的、身体・精神的に負担ともなります。

高知県の透析患者さんは現在約3千人で、その約4割は糖尿病が原因です。今後、糖尿病によるじん症を悪化させないように、日本全体そして佐川町でも行っている対策が「じん症重症化予防プログラム」です。

このプログラムは、特定健診を受けた人でじん症が進む危険性がある（血糖コントロールが悪い、血圧が高い、既にじん臓が弱っている）人に、町の保健師が医療機関への受診や、病院等の食事指導を勧めるものです。当院では平成31年度から佐川町と協力し、対象者の食事や療養指導を行っています。

「食事指導」というとあれこれ制限されるイメージと思いますが、実際は栄養士が個々の人に合わせて行う食事相談です。無理なく長



く続けられる方法を一緒に考えていくものと考えています。
まずは健康診断を受け、そして自分に合った治療や予防法を知ること、糖尿病があっても合併症で困らない生活を目指しましょう。

第33回高知県国保地域 医療学会に参加して

管理栄養士 村上 麻知

「地域保険としての国民健康保険の理念に則り、国民健康保険関係者が一同に参集して地域医療実践の方途を研究し、相互に研鑽を図ること」を目的として、2月22日に高知医療センターで開催された国保地域医療学会へ参加してきました。

今回のメインテーマは、「これからの地域包括医療・ケアー食べることは生きること」です。

特別講演は高知県立大学講師の島田郁子先生が「超高齢社会の日本において食べることがもたらすもの」という演題で、食と栄養についての様々な話

をしてくださいました。

パネルディスカッションでは、香川県からの参加がありました。

香川県のまんのう町琴南地区では、スーパーから遠い場所に住んでいて食材を購入する事が難しい高齢者の人達を、医療介護の関係者が住民の助けも借りながら町のスーパーに無料で送迎をするという活動をしているそうです。

香川県でも高知県でも地域が抱えている問題は一緒なのだと感じました。全ての病院や診療所等で環境がきちんと整っているわけではなく限られた中でそれぞれの地域での工夫が大切だと学びました。

すぐに実践できることもあり、これからの業務に繋げていきたいと思いました。



院内学会開催

高北病院教育研修部会

岡 おか 伊津子 いっご

2020年2月13日(木) 17時45分から、当院3階会議室において院内学会を開催し、56名の職員が参加しました。演題は①金城一則作業療法士より「地域に必要とされる訪問リハを指して」、②新田律臨床検査技師より「検査科における血糖自己測定消耗品管理についてのアンケート調査報告」の2題でした。①では職場環境を整理することで業務遂行の効率化が得られること、また訪問リハビリの利用者さんやご家族の生活の質向上につなげていけることが示唆されました。②について、血糖自己測定をしている患者さんに限らず病気や医療機器と長年向き合っていかなければならない患者さんにとって「小さな困り事も相談しやすい環境」をつくりあげることが大きな課題であると感じさせられました。教育講演では「高齢者の医薬品適正使用」について川上雅史医師からの講演がありました。

来年の院内学会もさらにたくさん職種が参加してしていける会であればいいと思います。



病院食おいしかったです

聖マリアンナ医科大学

研修医 おおいし 大石 まや 茉耶

2月3日から1カ月間、高北病院での研修をする中で4日間検査をさせて頂きました。普段病院で患者さんの食事をオーダーするとはありますが、自分で病院食を食べるのは人生初めてでした。病院食というとなんとなく味が薄いものというイメージを持っていたのですが、実際に食べてみると塩分制限をしている腎臓食でもしっかりと味が付いていて、普段の食事と比べてもあまり違和感なく食べることが出来ました。

また初日に出たゼリー菜は見るのも初めてで、三種類のゼリーがお皿に乗っていたのですが、その見た目からは味が全く想像できず口に入れた後もしばらく何を食べたのか理解出来ず、献立表を見ながら頭を悩ませていたことがとても印象に残っています。

今回検査をさせていただいたことで、患者さんがどんなものを食べているのかということや、栄養科で味付けや盛り付けに色々な工夫をしていることを知ることができ、今後に生かしたいと思います。



龍馬マラソン完走!

看護師

吉川 よしかわ 雅也 まさや

2月16日に第8回龍馬マラソンが開催されました。

今回で2度目の龍馬マラソンに挑戦しました。少しでも速く楽しく走れるように練習をして来ましたが、当日は朝からあいにくの雨で、スタートからゴールまで雨が降り続きコンディションは良くなかったのですが、無事に完走できました。

途中で苦しくなったりやめたいと思うこともありましたが、沿道の応援もあり、おかげで走り切ることができました。

ありがとうございました。
苦しいけど、また挑戦!
来年も走ろうと思います。



退職のあいさつ



整形外科 明神 亮博
みょうじん あきひろ

佐川町にやってきて14年。以前住んだ時を合わせたら16年になります。思えばあつという間でした。

佐川は当家の墓所があり、幼い頃からのなじみの場所です。

人は温かく、小さい町であるはずなのにいろんなモノが揃っていて、好きな酒の酒蔵もあり、なんて便利な町なんだろうと思いました。

まだ心残りがありますが、一身上の都合で退職します。

我流、マイペースの私を見捨てなかった和田院長をはじめ、なんとか一緒に仕事をしてくれた病院スタッフの皆様には感謝に堪えません。

私はこの町この病院がとても好きです。今後の病院をもっと楽しく盛り上げていくてください。

ありがとうございました。

離任のあいさつ



内科 高山 卓
たかやま たくろ

大学では基本的に各診療科のことが中心ですが、高北病院では診療科に関係なくオーラウンドに対応する能力が求められました。大変と思う一方、やりがいも感じ、こういった地域で働かれている一人ひとりの先生方により地域医療が支えられていることをひしひしと感じました。また、一人の医師が倒れてしまうと、地域医療ではたちまち崩壊しかねない事態になるのではないかと感じ、医療スタッフの健康面も重要と思う次第です。自分は内科専修医プログラムに属し、現プログラムでは地域研修1年間が必須となります。高知での3カ月間は非常に有意義であり、今後も継続できないものかと感じます。

高知は魚が美味しいのはもちろん、図書館なども素晴らしく良く利用していました。ありがとうございました。

赴任のあいさつ



内科 佐々木 紫織
ささき しおり

今年の1月から週1回、木曜午後の内科外来を担当させていただきまます佐々木紫織と申します。

出身は幡多郡大月町で高知大学を卒業後、高知赤十字病院で初期研修を行いその後榑原病院勤務を経て、現在は日赤消化器内科に所属しております。

日赤病院では内視鏡検査や病棟業務を行っており、今年の夏に内視鏡専門医を取得できるよう研修中です。

佐川には何回かブルーベリーソフトを食べに来たことぐらいしかありませんが、佐川町の医療に少しでも貢献できればと思っております。

先生方やスタッフの皆様にはご迷惑をおかけすることがあるかと思いますが、どうぞよろしくお願いいたします。

外来診察表



令和2年4月現在

※4月から土曜の診察は、第2土曜のみとなります。(整形外科は休診) ご注意ください。

		月	火	水	木	金	土
内科	午前	おおた きくこ 太田 喜久子	みやざき せいや 宮崎 聖也	うらぐち たけお 浦口 武男	みやざき せいや 宮崎 聖也	おかもと だいまほ 岡本 大輔	第2 午前
		かわかみ まさふみ 川上 雅史	おおた きくこ 太田 喜久子	かわかみ まさふみ 川上 雅史	ふじい たかあき 藤井 貴章	おおた きくこ 太田 喜久子	
		わたなべ ちあき 渡部 千秋	かわだ ますい 川田 益意	かわだ ますい 川田 益意	かわだ ますい 川田 益意	くらもと しゅう 倉本 秋	
			※9:00 特定健診		※8:30 人間ドック ※9:00/15:00 特定健診		
内科	午後	たけうち せいしょう 武内 世生	うらぐち たけお 浦口 武男	みやざき せいや 宮崎 聖也	ささき しおり 佐々木 紫織	かわかみ まさふみ 川上 雅史	
					わたなべ ちあき 渡部 千秋		
整形外科	午前	わだ ゆきひさ 和田 幸久	わだ ゆきひさ 和田 幸久 (8:30~9:30までに 受付をされた方)	わだ ゆきひさ 和田 幸久	わだ ゆきひさ 和田 幸久 (8:30~9:30までに 受付をされた方)	わだ ゆきひさ 和田 幸久 (手術あれば休診)	休 診
		たかや しょうご 高谷 将悟 (10:00~)	こづき ひろき 古月 拓己 (9:00~)		わだ ひろゆき 和田 紘幸 (10:00~)	みょうじん あきひろ 明神 亮博 (手術あれば休診)	
	午後		15:30~17:00 わだ ゆきひさ 和田 幸久	14:00~16:30 わだ ひろゆき 和田 紘幸 (手術あれば休診)	15:30~17:00 わだ ゆきひさ みょうじん あきひろ 和田 幸久・明神 亮博		
産婦人科		ふじしま かずのり 藤島 一典					第2 午前
外科		14:00~16:30 だばな けん 駄場中 研		14:00~17:00 だばな けん 駄場中 研		14:00~17:00 ふくどめ いあん 福留 惟行	
小児科						9:00~12:00 なかやま しょうじ 中山 将司	
脳神経外科		第2・第4水曜日 14:00~17:00		うえば ゆうすけ 上羽 佑亮			
循環器内科		第1~第3金曜日 9:00~17:00		やまさき なおひと みやかわ かずや ありま なおき 山崎 直仁・宮川 和也・有馬 直輝			
		第4金曜日 10:30~15:30		おち ゆり 越智 友梨			

※人間ドック・特定健診は事前に予約が必要です。



診療スケジュールは変更される場合がありますので事前にお電話でご確認ください。



佐川町立 高北国民健康保険病院

地域包括医療・ケア認定施設

〒789-1201 高知県高岡郡佐川町甲1687番地

TEL 0889-22-1166 FAX 0889-22-2047

http://www.town.sakawa.lg.jp/kouhoku_hospital

◆編集後記◆ 今年入学や卒業等の節目の年を迎えられた方々は、コロナウイルス感染拡大に伴う自粛などで大変な思いをされたことと思います。「春風や 鬨志抱きて 丘にたつ」高浜虚子の代表作です。まだまだ自粛ムードは続きそうですが、この俳句と同じ心持ちで期待あふれる新年度を迎えられますようお祈り申し上げます。

●開設	昭和26年2月
●病床数	一般40床 地域包括16床 床療養42床
●診療科目	内科・循環器内科・消化器内科・呼吸器内科・糖尿病内科・外科・整形外科・産婦人科・小児科・脳神経外科・放射線科・リハビリテーション科

診療時間について (原則)

■月～金曜日

8:30~12:00 13:30~17:15

(受付時間 8:00~17:00)

■土曜日 (第2)

8:30~12:30

(受付時間 8:00~11:30)