

Social medical corporation hokuto

★広報誌★

ほくと7

seven

73

VOL.

3月号

<http://www.hokuto7.or.jp>



循環器内科

「特集」

高橋医師による研修医指導風景

- NEW -
2019.02.04
着任

[診療科紹介]
循環器内科

皆さん、こんにちは。簡単ですが、新体制になった循環器内科の紹介をさせていただきます。2月より赤津先生と沼崎先生の3名体制で診療を行っています。心疾患に関する標準的な治療から高血圧等の診断・薬物治療まで診察させて頂いています。動機・息切れ・胸痛など、少しでも気になる症状があれば、ご相談ください。地域住民の皆さんに、一番適した治療方法を提案できるよう、努力していきたいと考えています。
(北斗病院 循環器内科 医長 高橋 一泰)



心疾患の早期発見

北斗病院の
心臓ドック
動脈硬化検査 (ABI/PWV) で全身の血管も検査

検査に関するご予約・お問い合わせ
北斗検診センター
直通TEL 0155
47-7777
●受付時間/平日▶9:00~17:00

園芸療法12ヵ月 7



十勝自立支援センター 園芸療法士
介護老人保健施設 かけはし **剣持 卓也**
植物のある環境や植物を育てることを用いて、対象となる方々の心身機能維持、回復に取り組む。日本園芸療法学会認定・専門認定登録園芸療法士。
老健かけはしBlog(ブログ)
園芸療法の取り組みやかけはしのイベント情報等、随時更新。ぜひご覧ください。



contents

- 02 園芸療法12ヵ月 専門家が教える 健康レシピ
- 03 ピックアップ
- 04 特集 循環器内科
- 08 HOKUTO NEWS
- 12 各種お知らせ

3月「春の匂い」

3月に入ると最高気温が0℃を上回る日が増えて、雪どけが進んでいきます。次第に雪が減って地面が現れると、辺りに土の匂いが漂ってきます。雪と寒さで息を潜めていたものが、春の訪れと共に少しずつ呼吸を始めるように、それは生命の息吹を感じられる瞬間でもあります。そして、ずいぶん柔らかくなった風に、そうした春の匂いを感じると、気持ちは落ち着かなくなっていく。

出会いと別れの多い季節を何度も経験したせいなのか、それとも動物としての本能のせいなのか、芽吹きを前に、心はざわつきます。それに重ねて、園芸を趣味とするひと、農業を仕事とするひとたちは、いつから種まきや畑仕事を始めようかと、気が気ではありません。チェコの国民的作家であるカレル・チャペックは「園芸家12ヵ月」という本で、そわそわとして落ち着かない春の園芸家を描いてみせましたが、その滑稽ながらも愛おしい姿は、園芸を嗜むひとなら誰しも深く共感できるものです。

まるで長い間会うことのでなかった思慕を寄せる相手によく再会できるかのごとく、厳しい冬の期間が長いからこそ、北国の春は愛おしく、心を強くざわつかせるのでしょう。この特別な季節をどのように取り入れようか、北国での園芸療法実践にも胸が高まる思いです。

専門家が教える
**健康
レシピ**
第10回

身体の芯からぽかぽか! 冬ののり切るあったか献立

みょうがと舞茸の炊き込みご飯



- 材**
- 米…………… 150g(1合)
 - 舞茸…………… 40g
 - みょうが…………… 30g
 - 油揚げ…………… 15g
 - ★醤油、酒、みりん…………… 各大さじ1
 - …………… ~トッピング~
 - 大葉…………… 適量 (二人前)

- 作り方**
- ①米は研いで30分間水に浸した後、ざるにあげておく。
 - ②油揚げは熱湯にくぐらせて油抜きし、4mm角程の粗みじん切りにする。舞茸は食べやすい大きさに分け、みょうがは千切りにする。
 - ③炊飯器に米と★を先に入れてから、1合の目盛まで水を加え軽く混ぜる。
 - ④準備した②の具材を上に乗せて炊く。
 - ⑤炊きあがったら全体を混ぜて器に盛り、お好みで千切りにした大葉をのせる。

栄養価

エネルギー……………333Kcal
たんぱく質……………7.2g
脂質……………2.5g
塩分……………1.3g (一人前)

きのこ類には血管拡張作用のあるナイアシンが豊富に含まれており、さらにみょうがの血流促進効果により冷え性改善が期待できるレシピです。細かく切った油揚げを加えることでコクと旨味がプラスされ、おいしく仕上がります。

管理栄養士 後原 史歩





10月より稼働を始めた第2AG室

北斗病院の循環器内科は2月 から新体制で再始動！ 心血管疾患の早期発見と迅速な治療に取り組んでいます！



循環器内科
赤津 智也



循環器内科
高橋 一泰



循環器内科
NEW 2019.02.04 着任 沼崎 太

治療は、心疾患に関する標準的な治療方法に、ほぼ対応しています。治療の内容は患者さんによって異なりますが、低侵襲(身体への負担が少ない)で質の高い標準治療の選択を心がけています。

が心配されてくるのも同様の年齢です。発症する前に病気を発見し、発症しないように対応していくために、血圧が高い方や健康診断などで肥満を指摘された方、喫煙歴がある方などは、自覚症状がなくても受診してみたいかたがたでしょうか。自分の動脈硬化の状態を確認し、今後の健康管理の「きっかけ」にして貰えればと考えています。

「心臓ドック」も、我々循環器内科の医師が担当していますので、もしもドックで治療が必要な結果が出たときも、そのままスムーズに治療へ引き継ぐことができるので安心して受診していただけます。

もうひとつ、北斗病院の循環器内科では週2回、不整脈専門の医師が外来診療を担当しています。また、月数回の不整脈の専門治療を実施しています。地域の医療機関の先生におかれましては、精密検査や専門治療が必要な患者さんがいらっしゃいましたら、ぜひご紹介ください。

—新体制でスタートした循環器内科。 各先生より、これからの抱負をお聞かせください

〈赤津 智也〉 私はしばらく検診(心臓ドック)を中心に担当していましたが、3人のチーム体制で新たな循環器内科の診療体制をスタートすることになりました。できるだけ循環器における標準治療に沿った診療を行い、患者さんに一番適した治療の選択を心掛けていきたいと思っています。

〈高橋 一泰〉 今後、医師も増員される予定で、さらに充実した診療体制となる計画です。柱となる赤津先生を筆頭に、新たに着任された沼崎先生と一緒に、循環器内科の標準治療を支えていきたいと思っています。

〈沼崎 太〉 着任からまだ日が浅いので、まずは北斗病院の新体制に慣れることからですね。

赤津先生と高橋先生がおっしゃるとおり、患者さんの意向に沿ったベストな治療方法の選択ができるよう努めてまいります。

—ありがとうございました

北斗病院の治療内容にご質問などありましたら地域医療連携課までお気軽にお問い合わせください。

る心筋梗塞や不安定狭心症の可能性があります。循環器専門の医師でなくてもよく知られる症状ですが、過去にも症状があった方で、頻度が多くなってきたと感じる方などは注意が必要です。北海道民の皆さんは、具合が悪い場合はだいたい何でも『こわい』と表現します(笑)。心臓のせいもあれば、そうでない場合もありますから、『こわい』ときにはあまり悩まずに受診してみてください。

—実施している検査と治療方法を教えてください

来院されたらまず、患者さんの状態を把握するために検査をします。心電図などの基本的なものから、256列の高性能CTを使って冠動脈や下肢の血管などを撮影します。どの検査を実施するかは患者さんの症状によりますので、その状態に合わせて適切な検査を選択しています。CT検査は、短時間で精度が良好な画像が撮影できるため、迅速な診断が可能です。当日に結果が分かる場合も多いので、その結果によって治療が必要な箇所が見つければ、入院して治療する準備に入ります。

〈主な検査〉

- 血液検査
- 心電図検査
- 超音波検査(心臓エコー)
- 256列マルチスライスCT

〈主な治療方法〉

- 狭心症や心筋梗塞に対する冠動脈インターベンション(PCI)
- 下肢閉塞性動脈硬化症に対する下肢動脈形成術(PPI)
- 不整脈に対するカテーテルアブレーション治療、ペースメーカー植え込み(CRTD)などのデバイス治療 他

—循環器内科に関連するその他の話題はありますか？

1つは、2018年10月に循環器内科専門の2つ目の心カテ室が新しく完成したことです。単独の診療科で2つのカテ室を持っている病院は少ないと思います。従来の装置を更新し、心血管撮影装置には、FPD(Flat panel detector)を2つ装備したバイプレーン式血管撮影システムを導入し、2方向を同時撮影できるようになりました。これにより、多くの検査・治療が可能となり、万が一緊急の場合でも迅速に対応できるため、さらに充実した体制になっています。

2つ目としては、循環器内科で実施している「心臓ドック」があります。北斗病院の理念のひとつでもある「第二次予防医療」の観点から、「脳ドック」や「がんドック」などの検診体制を充実させていますが、「心臓ドック」を行っている病院はまだそれほど多くなく、十勝管内では北斗病院だけが実施しています。

40歳～50歳代になるとご自身やご家族の健康が気になってくる年齢だと思いますが、心疾患のリスク

—循環器内科はどのような疾患が対象になりますか？

北斗病院の循環器内科では主に、狭心症や心筋梗塞などの虚血性心疾患、不整脈や心不全、高血圧の診断・薬物治療などを対象に診察をしています。虚血性心疾患は、冠動脈の動脈硬化が主な原因で、喫煙や高血圧、糖尿病などが危険因子と考えられています。また、これら循環器疾患は心臓だけではなく、足(下肢)の動脈硬化によって起きる下肢閉塞性動脈硬化症に対する治療も積極的に行っています

〈主な対象疾患〉

- 狭心症、心筋梗塞(虚血性心疾患)
- 不整脈
- 下肢閉塞性動脈硬化症
- 慢性心不全
- 心筋症、心臓弁膜症
- 深部静脈血栓症、肺動脈塞栓症

よくいわれる症状は、動悸、息切れ、胸の痛みなどです。ひと言に動悸といってもさまざまで、特に問題のない動悸もあるかもしれません。瞬間的なものもあれば、走った後に脈が速くなることもあるでしょう。循環器疾患(心血管疾患)では症状が徐々に現れることもありますので、長時間に及んで辛いと感じるときや、繰り返し起こる場合など、気になる症状があったら医療機関を受診することをお勧めします。

また、いままで経験したことのない胸部の圧迫感や冷や汗を伴う胸の痛みなどは、急性冠症候群と呼ばれ

自立支援を目指すケアデザイン人工知能

ソーシャルワークセンター長 高田 康範

2017年からAIを活用したケアマネジメントに関する日本初の実証プロジェクトが愛知県豊橋市で開始されました。そして介護保険データを学習したAIが自立支援・重度化防止との関係を検証し「人工知能M A I A」の開発に成功したのです。そのM A I Aを2019年1月より北斗で導入し運用を開始しました。

今年、ケアプラン業界で人工知能によるケアプラン作成のシステムがスタートしました。平成27年度の厚生労働省の「介護支援専門員の業務等の実態に関する調査」で、ケアマネの勤務上の最大の悩みは「自分の能力や資質に不安がある」という結果でした。経験年数5年未満の5割以上と経験10年以上の3割以上のケアマネ達は不安があると回答しています。このような背景の中で、AIによるケアプラン開発は加速していきました。

2017年株式会社CDIは『自立支援を目指すケアデザイナー人工知能M A I A』を開発しました。膨大かつ精緻なデータからケアプランを提案しさまざまな機能で利用者、ご家族、ケアマネの合意形成を支援するものです。



M A I Aで提案されたプランをそのまま利用者や家族に提示

- その特徴は大きく三つです。
- ①プランの提示：推奨プランを3つ提示してくれます。
 - ②容態の予測：プランを実施した場合に利用者の状態を予測し、グラフで「見える化」します。
 - ③比較検討：各プランによる容態予測をリーダーチャートで比較検討できます。

するものではありません。ケアマネ独自で作成したプランとM A I Aを比較することで、気付かなかったプランを見いだす事があります。その新しい視点こそが自身の振り返りを促し、自信を持つ事に繋がっていきます。M A I Aから得られた有効なプランの一部を自身のプランに加え修正したベタープランの提案に進んでいきます。

作成の精度は確実に上がっていくものと思います。現状では数十万件の基データから導かれるプランでしかありませんが、この先何十倍にもデータ量が増える事によって、そのプランの精度も益々上昇することが期待できます。それに伴ってケアマネの力量も牽引されていきます。実績を評価できる時期はしばらく後になりますが、このシステムの活用によって、身体改善や自立に向けた未来が垣間見え、利用者も家族もより多くの希望が生まれていくことが期待できます。

平成30年度 第5回消防症例検討会

地域医療連携課 主任 金森 真樹

2月13日(水)、管内の全消防署を対象に当院では今年度2回目となる消防症例検討会が開催されました。

症例検討会は、とがち広域消防局救急隊員研修計画に基づき実施されており、救急活動の一連を指導医師と振り返り、医学的見地から指導・助言を受けることにより、救急隊員の知識の向上及び技能の向上を図るとともに、安全安心に繋がる救急サ

ービスを十勝の住民に提供することを目的として開催されています。

現在は北斗病院を含む3医療機関の持ち回りで年6回開催され、今年度5月に1回目を開催、今回2回目の開催となり、管内より89名の救急隊員が参加されました。

今回は、「中札内消防署」、「帯広消防署」、「新得消防署」から脳卒中疑い等の症例が発表され、当院脳血管治療センター黒岩副センター長と脳神経外科天白副部長より指導・助言をさせていただきます。

また、救急隊員同士でも積極的に意見が交わされ活気ある症例検討会となりました。

症例検討会は医師と救急隊員の情報交換の場としての機能も果たしておりますので、北斗病院では引き続き症例検討会の開催協力を続けていきたいと考えております。



New Face

糖尿病外来 本庄 潤 Honjou Jun

こんにちは。京都出身で、15年前北海道に来てすっかり気に入って、そのまま居ついてしまいました。薬だけに頼りすぎない糖尿病治療を目指しています。

略歴 1998年滋賀医科大学卒。2004年から2017年まで旭川医科大学内科学講座病態代謝内科学分野(旧第2内科)。2017年から2019年2月まで自由が丘横山内科クリニック。日本内科学会認定医、日本糖尿病学会専門医

	月	火	水	木	金	土
午前 9時-12時	—	○	—	—	○	※月1回不定期
午後 14時-16時	—	○	—	—	○	—

※北斗クリニックにて診療いたします

外来診療予定

市民公開講座

こんなことも
できるようになった
脳の治療



どうしようもないとあきらめられてきた脳の病気。それを微細な脳手術や特殊な器械を用いて、安全に有効的に治療することができるようになってきている事を知っていますか？ そんなアナタの知らない治療法をご紹介します！



講師

東京女子医科大学脳神経外科 臨床教授
平 孝臣 先生
たいら たかおみ

神戸大学医学部卒。東京女子医科大学脳神経外科 臨床教授。英国バーミンガム大学、アムステルダム大学、筑波大学大学院、鹿児島大学などで講師等を務める。日本脳神経外科学会専門医・認定医、外国医師臨床修練指導医

●座長 / 社会医療法人 北斗 北斗病院 副院長 金藤 公人

日時 **3月29日** 金
開場 / 17:30
開演 / 17:45~
3階会議室
十勝リハビリテーションセンター
帯広市稲田町基線2番地1

申込
締切 3/25

参加ご希望の方はお名前・電話番号・医療従事者の方は医療機関名をお知らせの上、お電話にてお申し込みください

☎0155-48-8000〈北斗コールセンター〉

北斗クリニック 無料Wi-Fiご利用いただけます

社会医療法人 北斗
北斗病院

- 関連施設
- 北斗病院 (帯広市)
 - 北斗クリニック (帯広市)
 - 十勝リハビリテーションセンター (帯広市)
 - サービス付き高齢者向け住宅「あやとり」 (帯広市)
 - 十勝自立支援センター介護老人保健施設「かけはし」 (帯広市)
 - ほくと自立支援ホーム/あおぞらクリニック (帯広市)
 - 上士幌クリニック/介護老人保健施設かみしほろ (上士幌町)
 - 新得クリニック (新得町)
 - 熊谷総合病院 (埼玉県熊谷市)
 - HOKUTO画像診断センター (ロシア・ウラジオストク)
 - HOKUTOリハビリテーションセンター (ロシア・ウラジオストク)