



社会医療法人 医翔会

札幌白石記念病院 Heart Net

は〜とねっと

Vol.35

秋
2019

札幌白石記念病院と患者さん&地域の方々とのコミュニケーション誌

ご自由にお持ちください

特集

か し じょう みやく りゅう

下肢静脈瘤の日帰り手術治療



患者さんの安全管理に貢献します

診療情報管理士のお仕事

札幌白石記念病院
スタッフボイス

ひとこと



リハビリ
ポイント

生活のひろがり
LSAの紹介

今年の夏は例年に無く、非常に暑い日が続きました。体調は崩さず過ごせましたか？これからは徐々に涼しくなり、散歩など運動を行いやすい季節になります。冬の到来に向けて今のうちに体力をつけておくことが大切です。さて皆さんは、自分がどの程度「生活のひろがり」を持てているか考えたことはありますか？「生活のひろがり」が狭いと、体力や頭の動きが低下してしまう恐れがあります。本稿では、当院でも使用している「生活のひろがり」の評価であるLSA(Life Space Assessment)を紹介したいと思います。LSAとは、①家の中 ②敷地内 ③近隣の場所 ④町内 ⑤町外 の5つの生活空間における活動度を評価するものです。

この評価用紙を用いて、「生活のひろがり」を評価します。

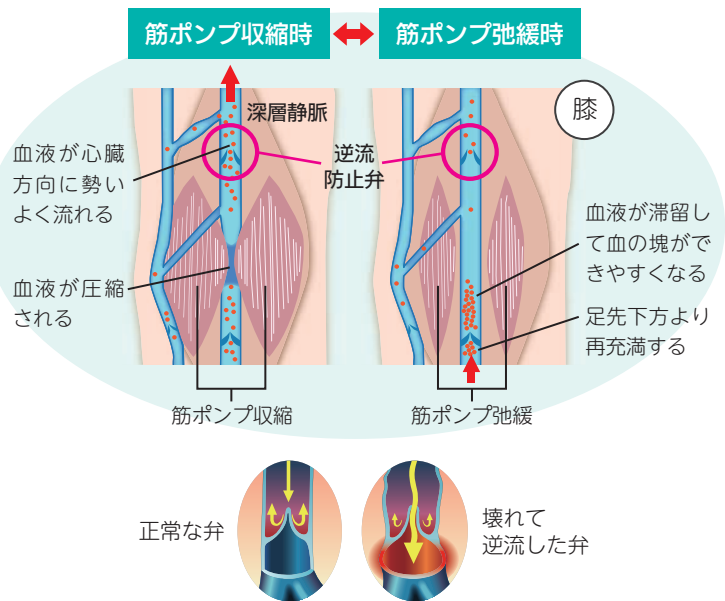
使用方法是簡単です。本人、または家族がそれぞれの項目ごとに1つずつ選ぶだけです。どの程度、生活のひろがりを持てていればいいかというと、年齢や病気の有無などによって個人差はありますが、一般的には、「家の中～近隣の場所であれば、他者の助けは必要とせず毎日

出かけており、1週間に3～4回ほどは誰かと町内、町外へ出かけている。」くらいが基準になります。

「生活のひろがり」は本人だけでなく、周りの家族も気に掛けることが大切です。現状の生活範囲で十分か、また1ヶ月毎に評価し徐々に生活範囲が狭くなっているか確認してみましょう。

(1)「生活のひろがり」項目ごとにそれぞれ一つだけお選びください。

生活空間レベル1	a この4週間、あなたは自宅で寝ている場所以外の部屋に行きましたか。	① はい ② いいえ
	b この4週間で、上記生活空間に何回行きましたか。	① 週1回未満 ② 週1～3回 ③ 週4～6回 ④ 毎日
	c 上記生活空間に行くのに、補助具または特別な器具を使用しましたか。	① はい ② いいえ
	d 上記生活空間に行くのに、他者の助けが必要でしたか。	① はい ② いいえ
生活空間レベル2	a この4週間、玄関外、ベランダ、中庭、(マンションの)廊下、車庫、庭または敷地内の通路などの屋外に出ましたか。	① はい ② いいえ
	b この4週間で、上記生活空間に何回行きましたか。	① 週1回未満 ② 週1～3回 ③ 週4～6回 ④ 毎日
	c 上記生活空間に行くのに、補助具または特別な器具を使用しましたか。	① はい ② いいえ
	d 上記生活空間に行くのに、他者の助けが必要でしたか。	① はい ② いいえ
生活空間レベル3	a この4週間、自宅の庭またはマンションの建物以外の近隣の場所に外出しましたか。	① はい ② いいえ
	b この4週間で、上記生活空間に何回行きましたか。	① 週1回未満 ② 週1～3回 ③ 週4～6回 ④ 毎日
	c 上記生活空間に行くのに、補助具または特別な器具を使用しましたか。	① はい ② いいえ
	d 上記生活空間に行くのに、他者の助けが必要でしたか。	① はい ② いいえ
生活空間レベル4	a この4週間、近隣よりも離れた場所(ただし町内)に外出しましたか。	① はい ② いいえ
	b この4週間で、上記生活空間に何回行きましたか。	① 週1回未満 ② 週1～3回 ③ 週4～6回 ④ 毎日
	c 上記生活空間に行くのに、補助具または特別な器具を使用しましたか。	① はい ② いいえ
	d 上記生活空間に行くのに、他者の助けが必要でしたか。	① はい ② いいえ
生活空間レベル5	a この4週間、町外に外出しましたか。	① はい ② いいえ
	b この4週間で、上記生活空間に何回行きましたか。	① 週1回未満 ② 週1～3回 ③ 週4～6回 ④ 毎日
	c 上記生活空間に行くのに、補助具または特別な器具を使用しましたか。	① はい ② いいえ
	d 上記生活空間に行くのに、他者の助けが必要でしたか。	① はい ② いいえ
合計		点



皮膚変色・むくみ・潰瘍形成

足の静脈の役割は、足で使われ古くなった血液を心臓に戻すことです。つまり、重力に逆らって下から上へ血液を送らなければなりません。そのため、下肢の運動時の筋肉の収縮と弛緩によるポンプ機能により血液を押し上げて血液を送っています。押し上げられた血液が再び下に落ちてこないように、静脈の中にはところどころに逆流防止弁がついています。この弁が壊れると、せっかく押し上げてきた静脈血が逆流し、血管内に血液が溜まってしまつてコブ(瘤)のように膨れ上がることに静脈瘤が形成されます。

下肢の静脈のメカニズムと静脈瘤のできる原因

足がむくんだり、血管がボコボコ浮き出てきてはいませんか？それは、下肢静脈瘤という病気かもしれません。下肢静脈瘤とは、足の血管がふくれてコブのようになる病気です。日本人の10人に1人、出産経験のある女性には2人に1人が患っていると言われるほど、多くの方が抱える身近な病気です。では、どうしてそのようなことが起こるのでしょうか？

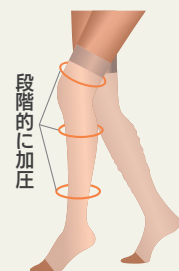
下肢静脈瘤の日帰り手術治療

治療法

1 保存的治療

(弾性ストッキングによる圧迫)

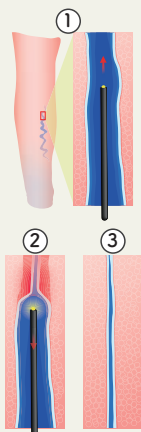
足首からふくらはぎ、太ももまで段階的に足全体を圧迫することにより下肢静脈の血流を改善し、むくみを取ります。自分の足のサイズに合わせたものを着用しなければなりません。



2 高周波カテーテル治療

今までは逆流している静脈を引き抜く「ストリッピング手術」が一般的でしたが、本治療法が2014年6月より保険適用となりました。これは、①局所麻酔下で静脈の中に細い管(カテーテル)を挿入し、②カテーテルの先端から出る120℃の高周波により静脈壁を血管内側から焼灼し、③熱変性することにより静脈を閉塞させる手術です。

この手術の良いところは、手術時間や侵襲が小さく合併症が少ない、日帰り手術が可能、という点です。



日常生活でできること

- 1 適度な運動をおこなう
- 2 下肢を清潔に保つ
- 3 バランスの取れた食事
- 4 締め付けすぎる下着の着用は避ける
- 5 弾性ストッキングの着用

下肢静脈瘤セルフチェックリスト

- ☐ 足がむくみやすい
- ☐ 足がだるい・すぐに疲れる
- ☐ 歩くとすぐに疲れる
- ☐ 就寝中や明け方に足がつる
- ☐ 足がはてる・熱感がある
- ☐ 足に湿疹・かゆみがある
- ☐ 足に皮膚の変色・硬いところがある
- ☐ 足の血管がボコボコと浮き出ている
- ☐ 足にクモの巣のような血管がある
- ☐ 家族に下肢静脈瘤の人がいる

下肢静脈瘤が起りやすい方の特徴

- ・立ち仕事が多い
- ・女性(男性の2～3倍)
- ・足の筋力低下
- ・加齢(高齢者に多い)
- ・体重増加(肥満)
- ・妊娠(中)、出産後
- ・遺伝的要因(まれ)

札幌白石記念病院スタッフボイス

ひとこと



救急外来 看護主任
つじ まきこ
辻 真紀子

救急外来は、救急搬送される患者さんの初期対応をしています。様々な症状や、重篤な状態で運ばれてくるケースもある為、丁寧かつ迅速な処置を行い、付き添われる家族の方へのきめ細かなケアを行なっています。

診療情報管理士 本田智宏

このように【診療情報管理士】は表舞台に立つ仕事ではありませんが、皆さんへ安全な医療を提供できるように専門的な立場からサポートし、「カルテ」が持つ情報価値を最大限活用できるように、日々奮闘しています。

また、集められたデータは院内のみならず、国へ情報提供することもあります。提供された情報は、新しい治療方法の考案や、研究・医療従事者の教育など多方面に役立てられています。その際はもちろん同意の上、匿名で個人が特定されることは一切ありませんのでご安心下さい。

「カルテ」は医師法で5年間の保管義務が定められており、必要な時にスムーズに情報提供できるよう保管され、患者さんの大切な個人情報として厳重に管理を行うのが、われわれの役割となります。少しお分かりいただけただけでしょうか。

その他には「カルテ」の情報から様々な統計データを作成することもあります。多くの情報を分析し、患者さんの安全管理や質の向上に繋がっています。

病

院では様々な職種のスタッフがいます。その中に【診療情報管理士】という職種があることをみなさんご存知ですか？

患者さんと直接関わる機会はほぼありませんので、認知度は低いのが現状です。

そんな「診療情報管理士」のお仕事はどんなものなのか、簡単に紹介いたします。

「カルテ」といえば聞き馴染みのある言葉ではないでしょうか。病院を受診すると「カルテ」と呼ばれる診療録が患者さん1人1人に作成され、住所・氏名・生年月日・症状・治療方針・検査結果・服薬や病名など診療に関係する情報全てが対象となり漏れなく記載されています。

患者さんの安全管理に貢献します 診療情報管理士のお仕事



医療法人社団 大屋医院
大屋 隆樹院長への

Q&A



大屋 隆樹先生

Q 診療の特徴を教えてください

A 当院は、父の代も含め開業以来約36年が経ちました。高血圧、糖尿病、高脂血症などの生活習慣病、風邪などの感染症、小児の診療も行っております。

レントゲン、経鼻内視鏡、超音波装置を備えています。

Q 診療において心がけておられることを教えてください

A 限られた診療時間の中であるべく基本に忠実に診療しようと考えております。

Q 患者さんや、地域の皆さんへ

A メッセージをお願いいたします

一人ですることは限りがありますが、少しでも地域医療の役に立つことができればと思います。

ささいな事でもご相談くだされば幸いです。

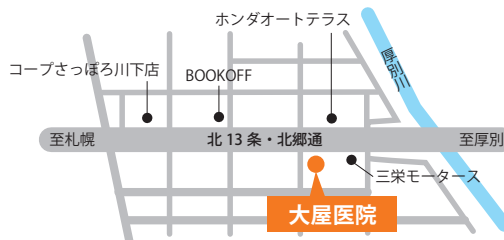
医療法人社団 大屋医院 ☎011-873-1123

〒003-0862 北海道札幌市白石区川下二条7丁目2-5

【診療科目】 内科・小児科

【診療時間】 9:00～11:45 13:30～17:00(土曜午後休診)

【休診日】 土曜午後・日曜日・祝日・お盆期間・年末年始

<http://www.oya-iin.com/>

🕒 外来医予定表 [2019年9月より]

* 出張医師

診療科		月	火	水	木	金	土
脳神経外科	午前	野中	大坊	本田	本田	大坊	当番医
		恩田	米増	野村	佐々木*	稲村	
		岡*					
	午後	野中	大坊	野村	本田	野中	
		野村	米増	恩田	佐々木*	稲村 (もの忘れ外来)	
		岡*				橋本 (13:30～15:00)	
循環器内科	午前	宮田	藤井	大村	藤井	宮田	当番医
		宮本(不整脈外来)			宮本(不整脈外来)		
	午後	宮田	宮本	大村	藤井	大村	
リハビリ テーション科	午前	橋本	橋本 (9:00～10:00 再診のみ)	橋本 (9:00～10:00 再診のみ)	橋本	橋本	
心臓血管外科	午前					角野	
	午後			角野			

診療・受付時間

平 日：午前／9時～12時(受付：8時40分～11時30分) 午後／13時～17時(受付：11時30分～16時30分)
土曜日：午前／9時～12時(受付：8時40分～11時30分)

※ご予約の受付はお電話でも可能です。平日のみ。土日祝除く。

(電話受付時間 午前：9:00～11:30 午後：13:00～17:00 TEL：011-863-5151)

※都合により、担当医師は変更になる場合がございます。ご理解・ご協力をお願いいたします。

社会医療法人 医翔会
札幌白石記念病院

〒003-0026 札幌市白石区本通8丁目南1-10

診療科目／脳神経外科・循環器内科・リハビリテーション科・
麻酔科・放射線科・心臓血管外科

ご予約の受付はお電話でも可能です。

☎011-863-5151(代表) FAX: 011-863-5161

