



上天草市立上天草総合病院

地域医療連携通信

あこう

上天草総合病院理念
信頼される地域医療
基本方針

1. 私達は患者様中心の医療をめざします。
2. 私達は、地域に根ざしたところあたたかな医療を提供します。
3. 私達は、患者様に快適で安全・安心な医療を提供します。
4. 私達は、退院後も安心して療養できる病院をめざします。
5. 私達は、常に自己研鑽に努め、医療水準の向上に励みます。
6. 私達は、健全な病院経営をめざします。

上天草市立上天草総合病院 地域医療連携室

FAX : 0969-62-1547(直通)

住所: 866-0293 熊本県上天草市龍ヶ岳町高戸1419-19

電話: 0969-62-1122(代) FAX: 0969-62-1546

URL : <http://www.cityhosp-kamiamakusa.jp/>Eメール : kamiama@cityhosp-kamiamakusa.jp

発行責任者: 地域医療連携室長 福田 誠



はじめまして

代謝内科医師 守田 雄太郎
(非常勤医師; 熊本大学医学部附属病院より派遣)

初めまして。平成27年4月から上天草総合病院内科に非常勤医師として赴任致しました、守田雄太郎と申します。上天草総合病院では、毎週木曜日、主に糖尿病及び内分泌疾患の患者様の外来診療を担当させていただきます。

私は、生まれてから高校卒業までの期間を天草で過ごしました。中でも、6歳までは龍ヶ岳町高戸に住んでおりました。以降、なかなか龍ヶ岳町を訪れる機会に恵まれなかったのですが、上天草総合病院に赴任してから町の中を見て回ったところ、住んでいた家を含めて、昔のままの姿を残している場所が沢山あり、とても懐かしく思いました。上天草総合病院の現在の建物が竣工した際のことにも記憶にあります。当時お世話になっていた病院に、今度は医師として赴任することになり感慨深いものがあります。既に数人の同級生や当時の私をご存知の方と再会し、嬉しさと同時に、襟を正して診療に臨まなければならないという思いです。

さて、私の外来にかかれる患者様の大半が糖尿病の患者様になるかと思えます。生活習慣や社会環境の変化から、動脈硬化症の危険因子である糖尿病の患者数は、今や成人男性のおよそ6人に1人、女の10人に1人を数えるほどに増えています。糖尿病は、失明や四肢の切断、人工透析、果ては心筋梗塞や脳卒中などにより、患者様やご家族の生活の質を落とした

り、時には命に関わる事態を招いたりしてしまおう、非常に怖い病気です。しかし、付き合い方を間違えなければ、そのような事態を防ぐことができる病気でもあります。外来診療を通して、糖尿病の正しい知識や、糖尿病との正しい付き合い方を皆様にお伝えし、生まれ育った町の方々を、糖尿病の怖い合併症から守る手助けが出来ればと思っております。

糖尿病診療の大きな特徴として、同じような状態の患者様であっても、その生活習慣ごとに適切な治療方針が大きく異なるということが挙げられます。糖尿病診療は、患者様の普段の生活の様子を聞かせて頂いた上で、適切な食事・運動療法や薬を提案させて頂くという構図で成り立っていますので、より良い糖尿病のコントロールを行うためには、患者様の普段の生活についての情報が非常に重要です。「赴任したばかりの若造に何が出来る」とお思いになられて当然と思いますが、糖尿病と付き合い中で気になっていることや困っていることがあります。糖尿病と明るく向き合える生活を目指すお手伝い出来ればと思っております。

非常勤のため、いつでも病院にいる訳ではないため、皆様にはご迷惑をおかけすることもあるかと思っておりますが、よろしくお願い申し上げます。

糖尿病透析予防指導の取り組み（減塩編）

糖尿病予防指導チーム ○山下真奈美 濱崎浩子 尾上令子
須崎晶子 山城武司

糖尿病になって30年経つと3~4割の人が透析寸前の慢性腎不全になります。糖尿病から透析になることは、日本だけでなく世界中で大きな問題になっています。特に糖尿病性腎症は新規透析導入患者の原疾患第1位となるほど急増しています。

(背景) 天草では、透析患者が多く、原因は糖尿病、高血圧からくる腎硬化症が多いということもあり、減塩指導が大切となる。実際の食習慣の何と塩分が関係しているだろうかと思ひ調査した。

(方法) * 塩分摂取量に関するアンケートによる聞き取り調査
[あなたの塩分チェックシート]使用
* 随時尿からの推定塩分摂取量の算定
* アンケートの各項目との得点と塩分摂取量の相関をみた。

(結果) 当院の患者では、漬け物を多く食べる人ほど、塩分摂取量が多い傾向だった。

(考察) 今回の調査では、当院の患者における減塩指導は、漬け物を減らす指導が、減塩ひいては透析予防に繋がる可能性もあると思われる。

そこで、当院でも腎機能低下の予兆がある方への透析にならないために、糖尿病透析予防チームによる「糖尿病透析予防指導」を行っています。天草では透析患者が多く、高血圧からくる腎硬化症が多いということもあり、減塩指導が大切となります。指導室では繰り返し減塩指導を行っていますが、その効果が実際の食行動に繋がっているのだろうか？と思ひ、今回、塩分摂取量に関するチェックシートでの聞き取りと随時尿からの推定塩分摂取量の算定で調査しました。

方法

期間：平成26年10月~12月

対象：外来の糖尿病透析予防指導の患者80名（男性43名 女性37名）
平均年齢（男性65.3歳 女性68.7歳）

分析方法：みそ汁、つけ物、麺類など食塩を多く含む食品の摂取頻度に、しょうゆやソースをかける頻度、外食などの食習慣に関する項目の計13項目を聞き取り、項目ごとに最大3点、合計35点満点で評価と随時尿からの推定食塩摂取量を用いて評価した。

項目	1点	2点	3点	4点
みそ汁、スープなど	1日1回以上	1日1回以下	2~3回/週	毎日食べてない
つけ物、梅干しなど	1日1回以上	1日1回以下	2~3回/週	毎日食べてない
漬物、お茶漬などの漬物類	よく食べる	2~3回/週	毎日食べてない	毎日食べてない
乾物の佃煮、おひんすし、漬物など	よく食べる	2~3回/週	毎日食べてない	毎日食べてない
ハンバーグやソーシ	よく食べる	2~3回/週	毎日食べてない	毎日食べてない
うどん、ラーメンなどの麺類	毎日食べる	1回/週以下	2~3回/週	毎日食べてない
おまんこ、お好み、お好み焼など	よく食べる	2~3回/週	毎日食べてない	毎日食べてない
しょうゆやソースをかける頻度	よくかける（毎日頻回）	よくかける（毎日）	時々かける	ほとんどかけない
うどん、ラーメンなどの汁を飲む頻度	毎日飲む	2回/週以下	1回/週以下	ほとんど飲まない
漬物や外食やコンビニ食品をよく食べるか	毎日食べる	2回/週以下	1回/週以下	ほとんど食べない
漬物や外食やコンビニ食品をよく飲むか	毎日飲む	2回/週以下	1回/週以下	ほとんど飲まない
漬物や外食やコンビニ食品をよく食べるか	毎日食べる	2回/週以下	1回/週以下	ほとんど食べない
漬物や外食やコンビニ食品をよく飲むか	毎日飲む	2回/週以下	1回/週以下	ほとんど飲まない
漬物や外食やコンビニ食品をよく食べるか	毎日食べる	2回/週以下	1回/週以下	ほとんど食べない
漬物や外食やコンビニ食品をよく飲むか	毎日飲む	2回/週以下	1回/週以下	ほとんど飲まない

(日本栄養士会雑誌 第57巻 第7号 2014年 P.8 参照)

結果①

* 結果の見方
人数が1番多い点数へチェック
男性 ■
女性 ■
男女共 ■

* 塩分チェックシートの平均点数
(男性) 12.8点
(女性) 9.8点

* 結果から、随時尿からの推定塩分摂取量と相関がありそうと考えられる、以下の項目について関係性をみた。

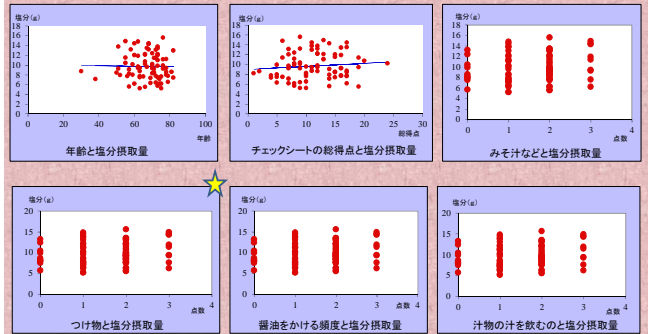
- ① 年齢
- ② 塩分チェックシートの総得点
- ③ みそ汁、スープなど
- ④ つけ物
- ⑤ しょうゆをかける頻度
- ⑥ 麺類の汁を飲む

項目	年 月 日 時 分			
	1	2	3	4
みそ汁、スープなど	1日1回以上	1日1回以下	2~3回/週	毎日食べてない
つけ物、梅干しなど	1日1回以上	1日1回以下	2~3回/週	毎日食べてない
漬物、お茶漬などの漬物類	よく食べる	2~3回/週	毎日食べてない	毎日食べてない
乾物の佃煮、おひんすし、漬物など	よく食べる	2~3回/週	毎日食べてない	毎日食べてない
ハンバーグやソーシ	よく食べる	2~3回/週	毎日食べてない	毎日食べてない
うどん、ラーメンなどの麺類	毎日食べる	1回/週以下	2~3回/週	毎日食べてない
おまんこ、お好み、お好み焼など	よく食べる	2~3回/週	毎日食べてない	毎日食べてない
しょうゆやソースをかける頻度	よくかける（毎日頻回）	よくかける（毎日）	時々かける	ほとんどかけない
うどん、ラーメンなどの汁を飲む頻度	毎日飲む	2回/週以下	1回/週以下	ほとんど飲まない
漬物や外食やコンビニ食品をよく食べるか	毎日食べる	2回/週以下	1回/週以下	ほとんど食べない
漬物や外食やコンビニ食品をよく飲むか	毎日飲む	2回/週以下	1回/週以下	ほとんど飲まない
漬物や外食やコンビニ食品をよく食べるか	毎日食べる	2回/週以下	1回/週以下	ほとんど食べない
漬物や外食やコンビニ食品をよく飲むか	毎日飲む	2回/週以下	1回/週以下	ほとんど飲まない
漬物や外食やコンビニ食品をよく食べるか	毎日食べる	2回/週以下	1回/週以下	ほとんど食べない
漬物や外食やコンビニ食品をよく飲むか	毎日飲む	2回/週以下	1回/週以下	ほとんど飲まない

チェック	得点	評 価
0~8	食塩はあまりとっていないと考えられます。食習慣を継続しましょう。	
9~13	食塩摂取量は平均値と増えられます。減塩に向けてもう少し頑張ってください。	
14~19	食塩摂取量は多めと考えられます。食生活のなかで減塩の工夫が大切です。	
20以上	食塩摂取量が多いと考えられます。減塩指導のお願いが必要です。	

(日本栄養士会雑誌 第57巻 第7号 2014年 P.8 参照)

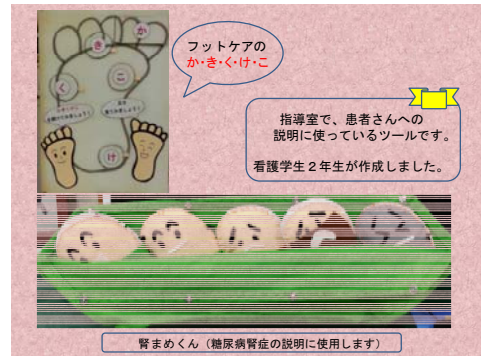
結果②



つけ物、梅干しなどを食べる頻度と塩分摂取量に相関関係($r_s=0.24, n=60, P=0.03$)が認められた。

年齢、総得点、ゼアソンの相関係数
その他：Spearmanの順位相関係数
 $P<0.05$

結果、漬け物を多く食べる人ほど塩分摂取量が多い傾向でした。当院の患者における減塩指導は、漬け物を減らす指導が、減塩ひいては透析予防につながる可能性もあると思われます。また、塩分摂取量に関するチェックシートを活用することで、減塩への意識づけ・目標の設定・日頃の食生活の振り返りを行うなど、行動変容へのきっかけに繋がりました。



腎まめくん（糖尿病腎症の説明に使用します）

* 糖尿病透析予防指導は、5月より月・木曜日に行っています。

診察の流れ



腎症の治療は早期からがなにより大切です。日頃の生活全般のお話を聞かせていただきながら、改善方法を一緒に考えていきましょう。

リレー・フォー・ライフ・ジャパン2015くまもと

上天草がんサロン事務局 東矢 義光

今年も5月16日（土）～17日（日）の2日間、熊本市内の白川公園を会場として、がん患者や家族を支援する24時間チャリティイベント「リレー・フォー・ライフ・ジャパン2015くまもと」が行われました。当院も上天草がんサロンと病院職員・看護学生の総勢40名が「チーム・アクアマリン」として交替でたすきを繋ぐ24時間ウォークに参加し、お茶会も開催しました。

初日は朝から雨でお茶会ができるのかと心配しながら熊本市内へ向かいましたが、準備を行う10時頃には雨も上がり、開会式以降は天気にも恵まれて野外の野点形式で行ったお茶会もウォーク途中の皆さんから「今年も一服できました」と好評のうちに無事終了。

24時間ウォークには今回36チームの参加があり、夜通したすきを繋ぐリレーを行いました。夜には天に旅立たれた家族への手紙やがんに負けない決意など、それぞれの思いが綴られたルミナリエ（紙灯笼）が歩道を照らし、公園全体が幻想的な雰囲気

に包まれます。

そんな中、「チーム・アクアマリン」は公園の外周約300mを338周（101.4km）しました。差し入れ持参で応援に駆けつけて下さった先生方にも力を分けてもらい、白川公園から上天草総合病院までの距離以上をたすきリレーしたことになります。諸事情で最多周回数の表彰はありませんでしたが、チームワークの良さが際立っていたことは言うまでもありません。今年参加できなかった方も来年は是非参加してみませんか。特にルミナリエが灯る夜はお勧めです。

追伸、5月17日（日）の熊日にアクアマリンの写真付きで記事が掲載されています。



ベリーダンスショーに飛び入り参加

研修会・勉強会の行事予定表

6月3日（水）	S-QUE院内研修1000' Eナース 「院内急変でのファーストエイドとアセスメント」 講師；笠原 真弓 氏（浜松医療センター救急看護認定看護師）	17：40～ 当院6階講堂
6月7日（日）	社団法人熊本県臨床検査技師会 第47回熊本県医学検査学会 市民健康講座 「ご存じですか？天草で多発！！マダニ媒介性疾患 ～身を守る方法と発症した場合の対処とは～」 診療部長兼内科部長 和田 正文	14：00～ 天草市民センター
6月9日（火）	マザークラス おっぱいマッサージ・妊娠経過・母児同室について	13：30～ 当院6階講堂
6月10日（水）	天草眼疾患講演会 座長 副院長兼眼科部長 竹下 哲二 演者 熊本大学大学院生命科学研究部眼科学分野 准教授 福島 美紀子 先生 『糖尿病網膜症の最近の話題』	18：00～ 当院6階講堂
6月17日（水）	S-QUE院内研修1000' Eナース 「症例から考えるドクターコールのポイント」 講師；濱本 実也 氏（公立陶生病院集中ケア認定看護師）	17：40～ 当院6階講堂
6月19日（金）	心臓リハビリテーション教室 「狭心症と心筋梗塞について」 副院長兼循環器内科部長 脇田 富雄	13：30～ 当院6階講堂
6月26日（金）	がんサロン	13：30～ 当院6階講堂

医療施設の皆様の勉強会・研修会への参加をお待ちしています。

参加申し込み・内容等については、地域医療連携室『TEL0969-62-1122（代表）』までお問い合わせ下さい。

編集後記

○唱歌「夏は来ぬ」にある、うのはな（ウツギ）や、おうち（梅檀）の花が咲き、初夏となった。蛍をみて「怠りいさむる」と映じた明治の人の向上心に驚かされる。間もなく梅雨の季節に移っていくが、すでに真夏日の報道があるなか今年の夏の暑さが気になる。（福田）

6月 診療案内

	月	火	水	木	金	休診日
内科 (代謝内科 消化器内科 呼吸器内科)	坂本 興美 和田 正文 石塚 俊紀 熊大代謝内科	和田 正文 谷口 純一	樋口 定信 坂本 興美 石塚 俊紀 志摩 清 (10時～)	樋口 定信 和田 正文 石塚 俊紀 守田 雄太郎	坂本 興美 中本 弘作 応援医師	
循環器内科	脇田 富雄	脇田 富雄	脇田 富雄	脇田 富雄	脇田 富雄	
※ペースメーカー外来は(3、6、9、12月)に行います。						
小児科	田原 正英	田原 正英	田原 正英	田原 正英	田原 正英	
外科・肛門外科 消化器外科	福田 誠	城野 英利	福田 誠 ／ 蓮尾 友伸	城野 英利	蓮尾 友伸	
整形外科	藤松 晃一	上原 悠輔	藤松 晃一	【午後2時～】 久米慎一郎 (岩橋 頌二)	藤松 晃一	19日(金)
※毎週木曜日(予約制)は午後2時から午後5時まで診察を行います。 ※6月2日(火)は受付11時までとなります。						
産婦人科	姫野 隆一	姫野 隆一	姫野 隆一	姫野 隆一	姫野 隆一	
耳鼻咽喉科	—	熊大	—	—	熊大	2日(火) 12日(金)
眼科	粟井 麻衣子	竹下 哲二	竹下 哲二	竹下 哲二	竹下 哲二	
※午後は、検査の予約外来です。ただし、月・水曜日は手術日です。 ※6月19日(金)は熊大医師による代診となります。						
皮膚科	—	—	—	尹 浩信	—	11日(木)
泌尿器科	—	小川 愛一郎	—	—	—	
超音波・ 内視鏡センター	蓮尾 友伸 城野 英利	福田 誠 蓮尾 友伸	城野 英利 和田 正文	福田 誠 蓮尾 友伸 國友 耕太郎	福田 誠 城野 英利	
歯科・口腔外科	福田 敏博	福田 敏博	福田 敏博	福田 敏博	福田 敏博	
※午後は、1時～4時30分まで受け付けます。						
教良木診療所 応援	樋口 定信	坂本 興美	応援	応援	石塚 俊紀 (午前・午後)	
御所浦診療所 応援	竹下 哲二 (午前)					

※診療受付時間は午前8時30分～11時30分まで行います。

※脳神経外科は月2回(第2、第4水曜日)の午後2時より診療を行います。(予約制)

※歯科口腔外科は月～金の午後も診療を行います。

※内科は木の午後5時～午後6時まで診療を行います。