

- “褒めて育てる”
- え?こんなところに超音波?(その2)
- 栄養部通信 食物繊維について
- 診療統計
- 職員旅行記
- 防災宿泊研修

☎ 当院では病院の1Fフロアで「FON」の無料インターネット接続サービスが利用できます。ご希望の方は医事課までお問い合わせください。

“褒めて育てる”

副院長・脳神経外科部長 須山嘉雄

先日、徳島市で行われました脳外科学会中四国地方会に参加してきました。脳外科学会には専門医制度があり、専門医を維持するためには学会で開催される「医療安全講習」と「FD(Faculty Development の略=“指導を行う者に対するトレーニング”)講習」というものを定期的に受けなければなりません。そのFD講習会での話を少しさせていただこうと思います。

若手医師、特に研修医に対する指導を、上級医師はどのような態度で行うのかということを知ってきたのですが、そこで言われたことが、「褒めて、落として、褒めて」を実践しなさいということでした。とにかく、褒めなければいけない、時に厳しく叱責することがあっても、最後は褒めて終わるよとのことでした。

私自身、受けてきた指導が厳しかった(と思っています)ために、どちらかというと病院スタッフに厳しい対応をしてきましたが、今後は考え方を改めないといけないのかな?とっております。

そういえば、山本五十六(やまもと いそろく 1884年4月4日-1943年4月18日:第26,27代連合艦隊司令長官)の言葉にも、「やってみせ、言ってみせて、させてみせ、ほめてやらねば、人は動かじ」という名言があります。

しかし、決して患者様の不利益になるようなことがあってはいけませんので、締めなければならぬところはきちっと締めて、今後もスタッフや後進の指導を行っていきたいと考えております。

時には厳しく



え？こんなところに超音波？（その2）

～頸部血管エコー検査～

脳神経内科医長 向井智哉

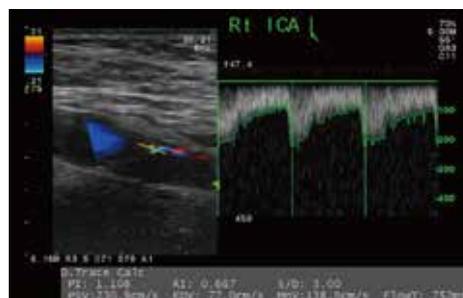
突然ですがクイズです。庭にホースで水をまく時、遠くの植木鉢に水を飛ばすにはどうしますか？「蛇口を目一杯回す」というのも正解ですが、「ホースの先端を押し潰す」という人も多いと思います。さて、それでは細くなったホースの先端では何が起きているのでしょうか。水の流速は増し、空気混じりの乱流が生じる気泡現象が起きています。頸部血管エコー検査には、この現象が密接に関係しています。はてさて、どういうことでしょうか。

ヒトの体で、脳に血流を供給する血管はいくつか有りますが、その中で最も大事な血管の1つが内頸動脈です。心臓から拍出された血液は、総頸動脈から分岐した内頸動脈を経て頭蓋内に到達します。これらの血流は概ね 60～90cm/秒です。喫煙や高血圧、糖尿病などを背景に、血管壁に沈着した脂質など（プラークという）が増大し、徐々に血管が狭窄してゆく現象を動脈硬化と言いますが、狭窄した頸動脈は脳梗塞の原因となる危険な状況です。動脈硬化が重度な人の場合、流速が上昇し、200～300cm/秒にもなります。頸部血管エコーでこのような所見が観察された際には、MRI やカテーテル検査などと組み合わせ、より精密な血管の評価を行い、治療の方針を決めます。また手術やカテーテルなどで狭窄部位を解除すると血流も下がるので、手術後の効果判定にも有用です。

所要時間は概ね 30 分程度であり、痛みを伴わない優れた検査法ですが限界もあります。首の短い体型の人では、しばしば観察が困難です。東洋人は西洋人に比べ頸部血管の分岐部分が生まれつき高い（頭側に寄っている）ために、解剖学的に観察が難しいことが知られています。また、動脈硬化のため血管が石のように硬くなる「石灰化」のある場合、やはり観察は困難です。



①このような姿勢で検査をします



②狭窄のため、流速が上昇した内頸動脈の波形（230cm/秒）



食物繊維について

管理栄養士 河手智子

食物繊維とは「ヒトの消化酵素で分解されない食物中の総体」として定義されており、消化管の中で消化液の中の酵素の作用を受けず小腸を通過して大腸に到達します。食物繊維摂取量の増加は、生活習慣病の予防因子となることがすでに明らかとなっており、糖尿病や脂質異常症の治療ガイドラインにおいても食物繊維による栄養治療としての有効性が示唆されています。



不溶性食物繊維

種類 セルロース（野菜類）ヘミセルロース（野菜類） など

主な働き 胃や腸で水分を吸収して大きく膨らみ、腸を刺激して腸の運動を活発にします。腸内細菌（善玉菌）を活発にし、腸内環境を改善

水溶性食物繊維

種類 アルギニン酸（海藻類）、グアーガム（豆類） など

主な働き 水に溶けると高い粘性を示し胃腸内をゆっくり移動します。小腸内で糖質の消化・吸収をゆるやかにし、急激な血糖値の上昇を抑えます。体内でコレステロールから作られる胆汁酸の体外（便中）への排泄を促進し、血中コレステロール値を下げる手助けとなります。

食物繊維は、魚介類や肉類などの動物性食品には、ほとんど含まれていません。不溶性、水溶性ともに豆類、麦などの雑穀類、野菜類、きのこ類、藻類などに多く含まれています。現在、多くの日本人が不足気味ですので、積極的に摂取することが勧められる食品成分です。

調理例 ひじきのサラダ(1人分) 実際に病院で提供している献立のレシピです。

ひじき（乾燥）..... 3g
だしの素 少々
胡瓜（千切り）..... 20g
人参（千切り）..... 5g
胡麻クリーミードレッシング（市販） 10g
いりごま 0.5g

付け合わせ ミントマト 1/2 個
 サニーレタス 3g

（作り方）

- ・ひじきを水で戻して薄味のだし汁で茹でて下味をつける
- ・胡瓜は軽く塩もみしておき、人参はさっと茹でる
- ・胡瓜、人参、茹でたひじきの水気をしっかり切ってドレッシング、いりごまで和える
- ・適当な大きさにちぎったサニーレタスの上にサラダを盛つけ、彩りにミントマトを添える

*ドレッシングはお好みに合わせ量を調節してください

退院患者疾患別統計

	2009年	2010年	2011年	2012年	2013年
脳血管障害	910	981	952	896	912
虚血性脳血管障害	611	679	699	674	625
脳動脈瘤	103	127	86	70	105
脳内出血	177	157	153	140	155
その他	19	18	14	12	27
頭部外傷	155	164	117	62	71
慢性硬膜下血腫	65	69	66	55	62
脳腫瘍	55	33	14	25	24
その他	384	407	352	392	353
総数	1569	1654	1501	1430	1422
脳外科 手術件数	223	250	244	219	242
t-PA施行件数	13	20	17	17	23

職員旅行記

2013年11月16日～17日、11月30日～12月1日の2班に分かれての職員旅行を行いました。今回は「大阪、USJの旅」でした。大阪到着後、その足で串カツを食べに新世界へ。さすが本場! どの店も行列で結局1時間並びようやく念願の串カツにありつけました。2日目はUSJへ。初めてのUSJでテンション上がりましたがここでも行列…。遊園地などは子供のころから苦手でしたが、様々なアトラクションになんとか乗り、エンジョイすることができました。このたびは、自由行動がメインとなりましたが、道中様々なハプニングに見舞われながらも、楽しい旅を満喫できました。また次回の旅行を楽しみにしながら仕事に励みたいと思います。(看護部M・S)



防災宿泊研修

総務部 村上裕樹



2013年11月21、22日の2日間、広島市総合防災センターで1泊2日の防災宿泊研修に参加致しました。煙の中での移動や、2階から避難器具を利用して地上への降下、夜間の火災を想定した訓練など、普段の防災訓練では行えない事を数多く体験させて頂きました。また、防火扉や消火栓、避難経路を事前に確認しておくことが重要と習いました。今回の研修により得た知識や経験をもとに、今後の防災活動に役立てたいと思います。

医療法人 翠清会 梶川病院

TEL 082-249-6411
FAX 082-244-7190

〒730-0046 広島市中区昭和町8-20
<http://www.suiseikai.jp>

