雲南病院だより

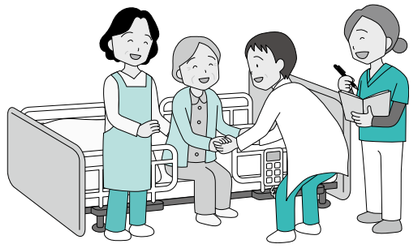
雲南市立病院の在宅医療

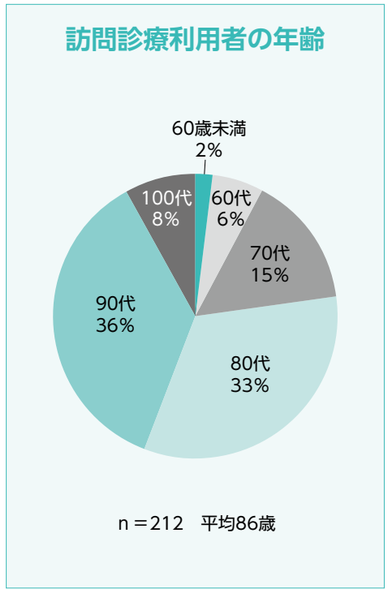
地域ケア科　医員　堀西祐多

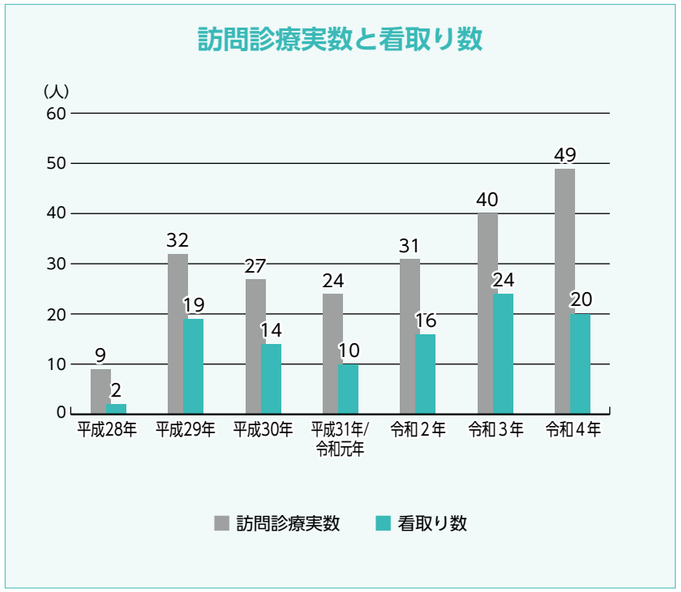
今月は当院の在宅医療について紹介します。

令和2年度の雲南市の人口は3万5647人、死亡者数は624人でした。在宅死（自宅と施設の合計）の割合は24・8％でした。内訳は自宅死が13・8％、施設死が11・0％でした。高度経済成長期ごろまでは自宅で亡くなられる方が多かったですが、疾病構造や社会構造の変化で現在では病院死が在宅死を上回っています。ただ、「最期は家で過ごしたい」という市民の方のニーズは大きいです。当院では平成28年8月から雲南圏域の開業医の先生方のご支援・ご教授のもと、かかりつけ医がなく、通院困難となった方を対象に在宅医療を行っています。

在宅医療と聞くとどんなイメージでしょうか。病院医療は病気を治療する場であるのに対し、在宅医療は生活を支えるための医療です。ですが、できることはたくさんあります。がんの方の痛みのコントロールはもちろん、胃瘻（いろう）栄養や点滴の管理、腹水穿刺（ふくすいせんし）（お腹に針を刺し、腹水を抜くこと）もできます。いずれも患者さんの在宅生活を支える手段です。当院では、年間40人から50人程度の方と関わらせていただき、20人前後の方の看取りをさせていただいています。疾患としては、がんと非がんの割合は半数ずつ程度です。医師や看護師、ケアマネージャーをはじめ、たくさんのスタッフの方々と連携し、在宅での生活のお手伝いをさせていただいています。ご家族の介護や自身の過ごす場所についていつでも相談いただけますと喜びます。今後ともよろしくお願いします。







地域医療連携推進法人 雲南市・奥出雲町地域医療ネットワーク 理事会・総会・評議会開催

6月27日㈫に令和5年度理事会、定時社員総会、地域医療連携推進評議会を開催しました。令和3年6月に雲南市立病院と町立奥出雲病院で設立し今年で3年目を迎え、設立時の2病院から、この4月には「平成記念病院」と「奥出雲コスモ病院」に加入いただき、今年度から4病院で事業を推進していくことになりました。これから新たな枠組みで事業を展開していくために、事業計画の一部を見直しましたので、参加病院にとっても実りある取り組みを進めていきます。

理事会・定時社員総会では、令和4年度事業の取り組みを報告し、令和5年度の事業計画について審議され、承認されました。会議の中では、主に専門の医師や看護師などの医療職の人材確保や派遣について議論されました。

令和4年度の主な事業

「医療連携推進コーディネーター※の活用」

雲南医師会などとの在宅医療の分担や業務の連携および推進等に向けて、各関係機関との連携・調整をするパイプ役となるコーディネーターを選任し、本年4月1日より活動が開始できるよう、雲南医師会や保健所の会議でコーディネーターの役割や取り組みについて説明を行い、補助金の申請に伴う協定の締結を行いました。現在、雲南市立病院から1人を選任してコーディネーター事業を行っていますが、今後は、奥出雲町から1人選出し、2人体制で活動を行いたいと考えています。

「職員の相互派遣」

令和4年度も引き続き雲南市立病院から町立奥出雲病院へ耳鼻科（3回／月）、産婦人科（1回／月）、内分泌代謝内科（毎週木曜日）医師を派遣しました。

町立奥出雲病院から雲南市立病院へ総合診療科医師を認知サポート支援（1、2回／月）の派遣をしました。

「周産期医療に機能（役割）分担」

町立奥出雲病院の分娩取り扱いの休止に伴い、その受け皿として雲南市立病院が役割を担っています。奥出雲町の妊産婦の雲南市立病院での分娩は令和2年度9件に対し、令和3年度は26件、令和4年度は36件と増加しました。

令和5年度の主な事業計画

「安全かつ安心な医療提供体制を追求する」

安定的に医師の確保ができる体制や地域で求められている総合診療医を育成するための医療機関の連携・システムを構築します。また、医療職の確保や育成を参加医療機関病院間で体制を構築し、医療従事者の確保が困難な施設に対しては、職員派遣などを行います。

「医療従事者がやりがいをもって働くことができる職場づくりを追求する」

参加医療機関相互で職員の研修派遣が可能となる体制と特定行為修了看護師や認定看護師などの資格を有する看護師が活躍できる体制、各種研修の共同開催ができる体制を構築していきます。

「参加法人の安定的経営を追求する」

島根県保健医療計画および島根県地域医療構想を踏まえた機能分担・業務連携の協議を進めます。また、共同購買の仕組みづくりとして医薬品、診療材料、医療機器の共同調達の仕組みを構築していきます。

「地域包括システムの推進に寄与する」

地域包括システムの構築に向けて、医療連携推進コーディネーターと連携し、在宅・医療・介護連携を推進します。

評議会では、雲南保健所長の柳樂評議員より「雲南圏域医師の年齢構成」について情報提供いただき、意見交換を行いました。

今後も雲南圏域の医療機関・両市町において良質かつ適切な医療を効率的に提供できる体制を確保し住民の皆さんが安心して暮らせるまちをめざして、協議を進めていきます。

また、診療所や介護事業所との連携が重要ですので、引き続き、医療機関や介護施設などの法人参画の働き掛けを行っていきます。

※医療連携推進コーディネーター…医師会などに在宅医療の供給についての検討や病院・行政等との各種調整を行う人材

総合診療医が答える

「こんな症状や疑問 持っていませんか？」

第37回：「塩分ってどれだけ控えればいいんですか？」

このシリーズでは総合診療医が患者さんからいただいた質問をもとに市民の皆さんが困っている症状や疑問について解説します。

先日いただいた質問はこれです。

「塩分ってどれだけ控えればいいんですか？」

塩分摂取に関しては、世の中では、１日６gや９gがいいと指導されています。

しかし実は最近の研究で、「塩分摂取量は人それぞれで、体調に合わせてその量を変える必要がある」ことが分かってきています。

一般的に、減塩は健康にとって重要だとされています。ただ過度の減塩は筋痙攣（きんけいれん）や全身倦怠感の原因となります。最近の病院の外来で、高血圧症がない方が、塩分を頑張って減らし脱水症状になり、足の筋肉が痙攣して腎臓が悪くなっていることがあります。

高血圧がある方々は積極的に６～９g程度に減塩を行った方がいいですが、減塩によって、夜中に筋肉が痙攣して足が痛くなる方は、減塩による健康被害もあります。どんな食事制限も自分の体調に合わせて行っていきたいですね。

これからどんどん暑くなり、脱水症の方々が増えますので、塩分摂取は自分の血圧や体調をみながら調整していきたいですね。

夜間の足の痛みは塩分と水分の摂取不足の可能性あり

市民健康講座のお知らせ

テーマ：“夏の危険”から身を守る

８月25日（金）　雲南市立病院４階大会議室　14時～16時
予約締め切り：８月18日（金）　参加無料

「“夏の危険”の対処方法」	小原（おはら）　潤也（じゅんや）（地域ケア科医師）
「食中毒について」	茂富（しげとみ）　良太（りょうた）（感染管理認定看護師）
「夏バテしないための食生活」	景山（かげやま）　岬（みさき）（管理栄養士）
「夏を乗り切るための運動」	影山（かげやま）　哲士（てつし）（理学療法士）
「各種検診について」	渡部（わたなべ）　初枝（はつえ）（保健師）

予約・問い合わせ先　雲南市立病院　保健推進課　TEL0854-47-7510

あなたの健康をサポート♪

病院保健師からのちょっと役立つ話

Vol.20 ドックのオプション、「脳ドックAI解析付き」が登場しました。

高齢化が進んでいる日本では、認知症患者の増加が課題の一つとなっています。

認知症の調査研究によると平成24年時点で患者数が約460万人でしたが、令和７年には700万人以上になると推計されています。※ 島根県も高齢化率は全国上位であり、認知症対策は大切です。

一方で認知症にならないようにする予防医療についてもさまざまな視点から研究が進められています。認知症は、生活習慣病と言われる高血圧、脂質異常症、糖尿病などが関連しているといわれています。早期発見できれば運動や食事などの生活習慣の改善等により、発症を抑制したり病気の進行を遅らせたりできると言われています。

認知症には、いくつかの種類がありますが、中でも一番多いのがアルツハイマー型認知症です。脳の一部、特に記憶の中枢である海馬が萎縮するためにおきる認知症です。

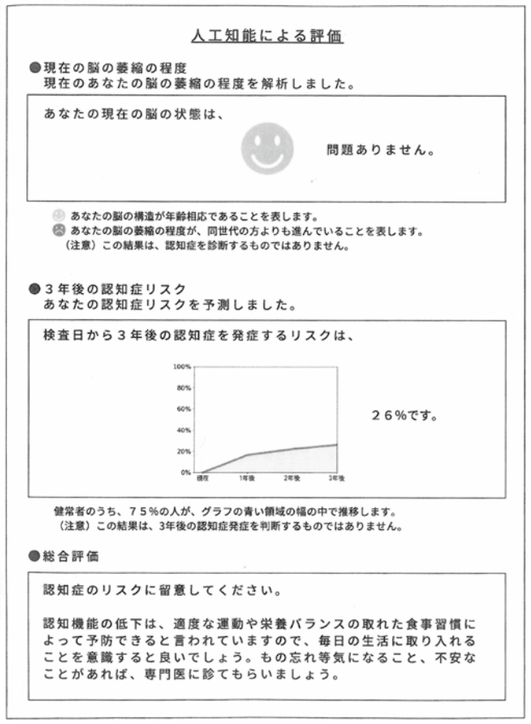
「脳ドックＡＩ解析付き」とは、脳ドックでのＭＲＩ画像を人工知能に読み込ませて、３年後にアルツハイマー型認知症になるリスクを予測します。

検査結果は右図のように出ます。脳の萎縮の程度は、現在の脳の状態が健常な脳に近いか、認知症の脳に近いかが分かります。また３年後の認知症になるリスクの確率が分かります。

当院では、脳ドックに追加して受けることができます。

最近もの忘れがあるなど気になる症状がある方は、ぜひ受けることをお勧めします。

（図：結果の例）



※「日本における認知症の高齢者人口の将来推計に関する研究」（平成26年度厚生労働科学研究費補助金特別研究事業）

どうやって受けられるの？

人間ドックなどの健診に併せて「脳ドックＡＩ解析付き」をオプションとして申し込みください。
雲南市立病院保健推進課に連絡してください。

料金は？

２９，７００円です。

申し込み・問い合わせ先　雲南市立病院　保険推進課　TEL 0854-47-7510