

きらきら星

市立旭川病院だより



目次	病院のお仕事ー薬剤科ー	2
	地域包括ケア病棟から	3
	あさひかわ食育推進月間の取組について	4
	がん患者サロン「笑いヨガ」講座を開催！	4
	スキンケアについて（乾燥対策編）	5
	旭川市内で栽培された花を飾りました	6
	市立旭川病院建物めぐり	6
	出張健康講座のご案内	7
大腸ポリープのガイドラインについての解説 第6回	8	

きらきら星について

市立病院があるのは金星町。
金星はヴィーナス（美の女神）です。皆さんに
きらきら輝いてほしいとの願いを込めました。

【薬剤科】

薬剤師は、薬のプロフェッショナルとして専門性の高い薬剤業務を行うことで、患者さんの薬物療法に貢献しています。具体的な内容として、医薬品の適正使用と安全性を確保するため病院の特性や規模に応じた調剤、製剤、医薬品管理、服薬指導、医薬品情報管理などの業務を行っています。また、院内外の研修、学会参加や発表を行うことにより知識を高め、現在では数名の専門および認定資格を取得した薬剤師が在籍しています。



【チーム医療】

各医療スタッフが、職種の壁を越えて連携して患者さんの治療にあたることを「チーム医療」といいます。私たち薬剤師も、患者さんにより質の高い医療を受けていただくため、緩和ケアチーム(PCT)、感染対策チーム(ICT)、栄養サポートチーム(NST)に参加し、薬物療法の支援を行っています。



【情報発信】

地域医療の一環として、市民の皆さまに貢献するため、市民公開講座、糖尿病教室などを通じて積極的に薬剤情報の発信を行っています。



【がん専門薬剤師コメント】

寺田和文 日本医療薬学会認定がん専門薬剤師

私は10年以上に渡り、主に血液腫瘍のがん薬物療法に関わってきました。この知識と経験を活かし、今後もがん薬物療法を支えていきたいと考えております。また、後進育成のための教育も行って参ります。

【病棟業務】

入院病棟では、薬剤師が患者さんへの薬の説明、相談、処方内容や副作用確認、薬物血中濃度管理などの支援を行うことで、安心・安全な薬物療法に貢献しています。

具体的な内容として、入院患者さんの持参薬を確認することで現時点での薬物療法に支障がないか点検しています。また、安全管理が重要な薬剤を使用するときは、薬剤師が患者さんと面談し、薬物療法スケジュールや副作用と副作用軽減・回避のための対策などの説明を行います。このほか最適な薬剤の選択あるいは用法・用量などの情報を、医師をはじめ医療スタッフに提案するなどの処方支援も行っていきます。



【薬剤科長コメント】

薬学博士 栗屋敏雄

未曾有の高齢化社会を迎え、厚生労働省は、2025年に向け「地域包括ケアシステム」を推進しています。これは病院の機能分化と在宅治療を柱とするもので、市立旭川病院が属する急性期病院群においては、外来のみならず、手術や重篤な疾患の入院治療を扱うことが求められています。



ほとんどの患者さんは、慢性的な疾患を持ちながら入院してくることが多く、薬の飲み合わせや、手術への影響の判断など、われわれ病院薬剤師に求められる職能はどんどん広がっています。

また、術後・退院後においては、正しく薬を服用することが必要です。そのためには、まず第一に、各々の患者さんが薬に関する正しい知識を持つことが肝要です。私たちは、患者さんに対して、入院から退院そして外来に至るまで、薬に関する様々な情報を整理・提供し、そして理解していただくことを目指しております。

お薬のことで心配事やわからないことがありましたら、薬剤師にお尋ねください。

市立旭川病院では、平成28年5月に地域包括ケア病棟を開設しました。

地域包括ケア病棟は、急性期治療を終え病状が安定した患者さんに対して、在宅や介護施設への在宅復帰支援を行う病棟です。在宅での療養に不安があり、「体力をつけるため、もう少しリハビリを続けたい」「在宅療養の環境を整えたい」「住み慣れた家や地域に帰りたい」など患者さん・ご家族の思いを尊重し、安心して退院できるよう支援させていただきます。また、退院後も患者さん自身やご家族による医療処置やケアが安全に継続して行われるようサポートしています。

看護師は毎月勉強会を開催し、日々知識の向上に努め、患者さん・ご家族の意向に沿った安全で安心な看護の提供を心がけています。また、医師、看護師、理学療法士・作業療法士、医療ソーシャルワーカー、在宅復帰支援担当者、薬剤師、管理栄養士など多職種で毎週カンファレンスを開催し、情報を共有して様々な視点から意見交換を行い、質の高い治療・看護を提供するよう努めています。

地域包括ケア病棟における治療・看護の詳細につきましては、主治医もしくは看護師にお尋ねください。また、他院から地域包括ケア病棟に転院を希望されたり、レスパイト入院（※）を希望される場合などの相談窓口は地域医療連携課となっています。入院中の医療機関やケアマネジャーなどを通じてのご相談となります。ご不明な点は、お気軽に地域医療連携課にお尋ねください。

（東病棟7階ナースステーション）

※レスパイト入院

在宅で患者さんのケアにあたっているご家族（介護者）が、一時的な都合により介護が困難になる場合に、患者さんの入院を受け入れることで介護者を支援するための入院



▲専用のリハビリテーション室

▼地域包括ケア病棟（東7）スタッフ



▼あさひかわ食育推進月間の取組について

旭川市では、地場産物が豊富に収穫される8月と9月を「あさひかわ食育推進月間」として
います。食育は、大切な「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を
実践できる人を育てるものとして、その推進が求められており、国も毎年6月を食育月間、毎
月19日を食育の日と定めています。

市立旭川病院では、地場の食材を活用した日を設けて、食育の日にちなんだ取組を行って
います。地場の食材は新鮮なことから栄養価が高いと言われています。食事が患者さんの回復を
支えて1日でも早く退院できますことをお祈りしております。 (栄養給食科)



お膳にカード
を添えました

平成29年6月19日(月) 夕食
地場の野菜を使った料理を提供しました。
とても甘い苺で季節を感じました。
8月19日にも実施し、次は9月を予定しています。



- メニュー
- ご飯
 - 魚の磯部揚げ
 - カレーソテー
 - ★かぶ(剣淵)とラディッシュ(旭川市)のサラダ
 - フルーツ
 - ★いちご(比布)、キウイ

▼がん患者サロン ひまわりミニセミナー

「笑いヨガ」講座を開催!

がん患者さんとお家族を対象に、がん患者サロン「ひまわり」の開設日に合わせて、ミニセミナーを開催しています。

他院に通院されている方もご参加いただけます。療養生活に役立つ知識等を学ぶことができますので、どうぞお気軽にご参加ください。

9月27日(水)は「笑いヨガ」講座です。準備の都合により、事前の申込みをお願いしています。ご連絡をお待ちしています。

(がん相談支援センター)

がん患者サロン ひまわりミニセミナー
笑って元気!
「笑いヨガ」講座

笑いヨガとは「笑いの体操」と「ヨガの呼吸法」を合わせた誰でも理由なく笑える健康法です。
笑いヨガ インストラクターから「笑いヨガ」を学びましょう!

対象者: がん患者さんとそのご家族

開催日時: 9月27日(水)

13:00~14:00

場所: 外来棟3階 集団指導室

参加費: 無料

※事前参加申し込みを承っております

TEL または FAX でお申し込み下さい

申し込み用紙は、ホームページからダウンロードできます

※駐車場をご利用の方は、駐車券を会場にお持ちください

申し込み・問い合わせ先: がん相談支援センター

TEL: 0166-24-3181 内線5372

FAX: 0166-26-0008

市立病院以外の
病院に通院
中の方も
参加できます

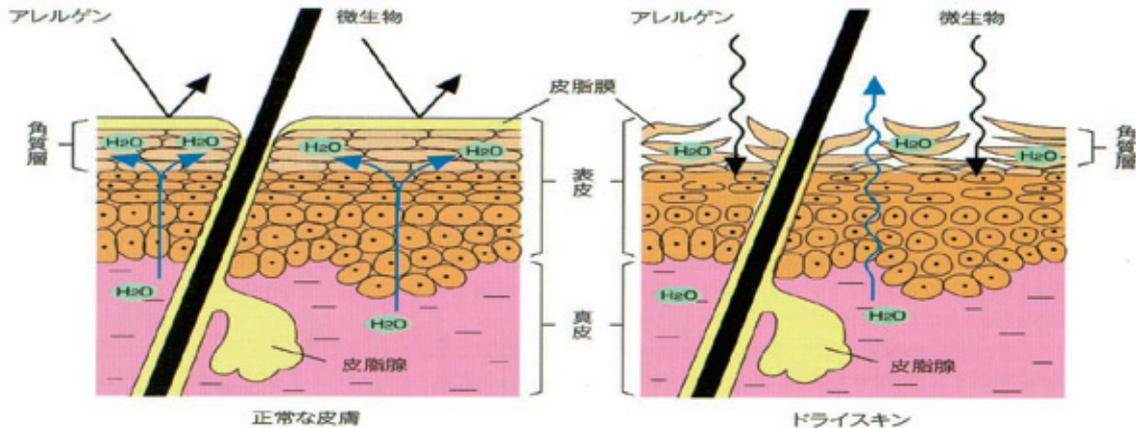
認定看護師 シーエッセイ

認定看護師は、特定の看護分野において、熟練した看護技術と知識を用いて水準の高い看護実践のできる看護師を社会に送り出すことにより、看護現場における看護ケアの広がりや質の向上を図ることを目的として公益社団法人日本看護協会により認定された看護師です。

スキンケア（乾燥対策編）

皮膚・排泄ケア認定看護師 水野あゆみ

皮膚の健康を守ることはいろいろな皮膚トラブルを予防します。皮膚の表面の『皮脂膜』には、外からの刺激から守る『バリア機能』があります。その下の『角質層』は潤いをキープする『保湿機能』があります。



ナース専科 第34巻第1号より引用

ドライスキン（乾燥肌）とは

乾燥してカサカサしている肌は、皮脂膜（皮膚のあぶら）がなく、角質の細胞の隙間がスカスカになります。水分が逃げやすく、外からの刺激も入りやすいので傷つきやすいのです。かゆみも伴うので、掻くとさらに皮膚は傷つき、悪循環です。



ドライスキンの原因

加齢、湿度の低下、皮膚が乾燥しやすい疾患などですが、洗いすぎが原因になることもあります。

皮膚の汚れは、洗浄剤をよく泡立ててやさしくなでるだけで十分落ちます。物足りないと思う方もいるかもしれませんが、ナイロンタオルなどで強く擦ると、皮脂膜や角質が過剰にはがれ、皮膚には細かい傷ができてしまいます。また、熱いお湯につかると皮脂や保湿成分が流れ出ます。乾燥が強い、かゆみのある方は、できればぬるめのお湯につかるのが良いです。

保湿剤の塗り方

洗った後は保湿剤の登場です。皮膚に水分を補うことで乾燥を防ぎ刺激から守ります。

大人の手のひら2枚分に塗る適量は、乳液タイプなら1円玉大、軟膏やクリームタイプなら人差し指の先から第一関節までの長さです。目安としては、塗った皮膚に光沢が出るくらい、ちり紙が皮膚にくっつくくらいです。



強く擦り込むのではなく手のひらでやさしく押さえるように塗ります。入浴後や洗浄後10分以内に塗ると効果的です。もちろん時間が過ぎても塗ったほうが良いのは言うまでもありません。1日1~2回、またはカサカサに気づいたらその都度塗ります。

保湿することは、かゆみなどの症状を和らげ、皮膚を刺激や傷から守ります。日々のスキンケアでいつも元気なお肌に整えましょう。



旭川市内で栽培された花を飾りました。

旭川市農政部が市内の花づくりをPRする一環として、7月18日から24日まで当院内に花が展示されました。

旭川は戦前から花を栽培していた道内でも歴史ある産地です。現在、永山、東旭川、旭正、西神楽地区を主な産地として、約30人ほどの生産者が、スターチス、トルコギキョウを中心に多様な洋花を栽培しているとのことです。

なお、当院としても、外来スペースなど8か所に切り花を飾り、患者さんに観ていただいております。毎週アレンジを変えていますので、来院の際には注目してご鑑賞いただければと思います。



市立旭川病院 建物めぐり



石狩川側からの眺め



夜のアトリウム



光庭の風景

新しく見える市立旭川病院の建物ですが、入院病棟は平成7年（1995年）、外来棟は平成12年（2000年）完成ですので、傷みも目につくようになりました。古くなってきても、患者さんが気持ちよく過ごせる空間であるよう大切にしていきたいと思っております。

地域住民の皆さんの健康づくりをお手伝いするため、市立旭川病院の医師や看護師、薬剤師、理学療法士、管理栄養士などが、町内会や学校などに出向いて、要望に合ったテーマでお話しています。

平成27年度は延べ17団体、平成28年度は延べ22団体から依頼を受けました。申込方法につきましては、市立旭川病院のホームページにも掲載しておりますが、ご不明な点はお気軽に地域医療連携課までお問い合わせください。

ホームページ

<http://www.city.asahikawa.hokkaido.jp/hospital/3301/d054782.html>

市立旭川病院 出張健康講座

講師派遣
無料

病院スタッフが、希望される日時・会場に出向いてお話しします。

市立旭川病院は、健康と生きがいにあふれた街づくりを担う地域の基幹病院として、皆さんから信頼される病院を目指しています。地域の皆さんの健康作りのお手伝いの一環として、当院職員による出張講座を開設しましたので、是非ご利用ください。

開 講	平成27年5月から開始しています。
開 催 日 時	曜日は問いません。(ただし、12月30日～1月4日は除く) ■講座開始時間■ ・平 日：午後1時から午後7時まで ・土、日、祝日：午前10時から午後6時まで ※調整がしやすいように、申込みの際は第2希望日まで記入してください。
講 座 内 容	テーマは医療や健康に関して知りたいこと、聞きたいことなんでも結構です。1講座60分程度。
申 込 み 対 象	市内の各種団体(市民委員会、町内会、サークル、学校、企業など。参加人員がおおむね20人以上とし、政治、宗教、営利活動に該当すると認められる場合は除く。)
派 遣 講 師	市立旭川病院の医師、看護師、薬剤師、管理栄養士、理学療法士、ソーシャルワーカーなど
会 場	申込み団体の指定する場所(住民センター、地区センター、公民館など)
経 費 負 担	講師派遣の費用は無料です。 ただし、会場借上げ料など準備にかかる経費(会場借上げ料、設営費用等)は申込み団体で負担してください。
申 込 み 方 法	講座実施2か月前までに、所定の申込書によりFAX又は郵送で地域医療連携課に申し込んでください。

お申込み
お問合せ

市立旭川病院 地域医療連携課
〒070-8610 旭川市金星町1丁目1番65号
TEL (0166)72-4002
FAX (0166)26-0008

市立旭川病院 出張健康講座の内容例

※内容は例示です。ここにお示しする例以外も検討できますのでご相談ください。

	テーマ
血管の話	エンド・オブ・ライフ
下肢静脈瘤の最新治療	症状マネジメント
閉塞性動脈硬化症の最新治療	リンパ浮腫について
大動脈瘤の治療について	手術に関するアレルギーについて
弁膜症と最新の治療	手術を取り巻く環境
大腸癌は怖くないー診断と治療	手術室看護師の役割
胃癌なんて怖くないー診断と治療	褥瘡の予防について
慢性肝炎の診断と治療	スキントラブルを予防する皮膚のケアについて
肝臓がんの診断と治療	ストーマを保有する方へのケアや合併症について
アレルギーへの対応とエピペンについて (学校の教職員向け)	抗がん剤治療と日常生活について
生活習慣と糖尿病	抗がん剤治療の皮膚障害と対策
糖尿病の食生活	抗がん剤治療と感染症の予防
糖尿病の運動療法(これからはじめる運動療法、続けられる運動療法、運動療法の間違いなど)	インフルエンザ対策(予防から罹ってしまった後まで)
転倒の予防 (転倒予防教室、高齢者転倒の理解と運動など)	ノロウイルス対策(予防から罹ってしまった後まで)
腰痛・膝痛の予防(腰や膝への負担を軽くする方法、腰痛・膝痛のリハビリテーションなど)	病院で行われている感染対策の実際 (患者さんを守るためにすること)
らくらく介助法教室 (体の不自由な方を介助する方法など)	家庭で注意が必要な感染症
ストレッチの実践と効果	糖尿病の一次予防、二次予防、三次予防のための日常生活
心臓の病気を患ったあとのリハビリテーション	糖尿病と仲良く生活していく方法
くすりのイロハ、身近な薬の知識	腎移植ってどんな治療? どんな人ができるの?
薬の正しい使い方	慢性腎不全の方の療法選択
院外薬局(かかりつけ薬局)について、お薬手帳の管理について	献腎移植登録について
ジェネリック医薬品の活用	そ の 他

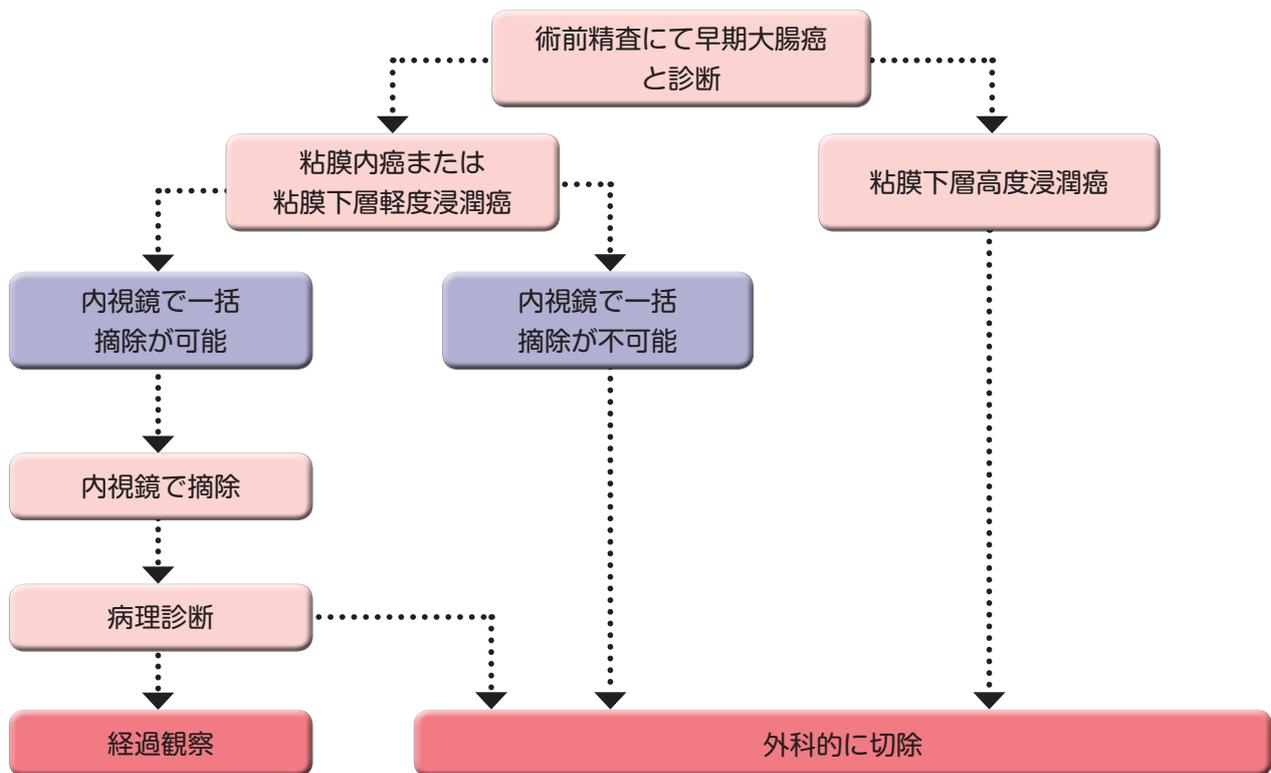
近年、日本人の大腸がんは急速に増加しており、がん死亡において大腸がんは男性で第3位、女性では1位を占めています。大腸がんによる死亡を減少させるためには、大腸がんとはどのようなものか、大腸がんの「もと」されている、大腸ポリープについての理解が重要です。

2014年に、日本消化器病学会から、大腸ポリープガイドラインが刊行されましたが、大腸ポリープガイドラインについてわかりやすく解説したいと考えます。お読み頂き、大腸がん、ポリープの理解を深め、消化器内科医師と一緒に大腸がん、ポリープを克服しましょう。今回はその第6回目です。

Q6 どのような大腸ポリープが内視鏡治療の適応でしょうか？

原則的に、「径6mm以上の良性腫瘍（腺腫）」と「リンパ節への転移の可能性がほとんどなく内視鏡を使って一括で切除できるがん」が内視鏡による治療の適応となるポリープです。ただし、径5mm以下の良性腫瘍でも、平坦あるいはへこんだ形のものや、がんとの区別が難しい場合には内視鏡治療の適応です。直腸やS状結腸でよく見られる白色の径5mm以下の多発するポリープ（過形成性ポリープ）は経過観察で大丈夫です。

良性腫瘍（腺腫）やがんが粘膜だけにとどまる場合には、リンパ節への転移はありませんので、病変の部分だけを切除することで治ります。ただし、内視鏡で摘出した病変（標本）を顕微鏡で調べて、がんが粘膜下層まで深く入り込んでいることがわかった場合は、リンパ節への転移が約10%に生じます。図6に示すように、早期大腸がん（粘膜にとどまる、あるいは粘膜下層に入り込むがん）の治療はさまざまな条件を考えて、リンパ節を取り除く追加手術を行うかどうかを検討します。



大腸癌治療ガイドライン医師用2014年版(改)

図6 早期大腸がんの治療方針

文責：消化器内科 齊藤裕輔