

はなみずき

第29号

(平成28年10月号)



手術後早期回復のための ERAS(イーラス)プログラムのご紹介

外科副部長 兼 ERASチーム長 真貝 竜史

当院外科で採用しております、大腸手術の患者さん向けのシステムをご紹介します。

胃腸の病気が見つかり、腹部手術を受けることになったとしたら、どのくらいの入院期間になるかということは、心配なことの一つです。ひと昔前までは、どのようなご病気であっても術前数日、術後も4～5日は絶飲食でベッド上の安静が安全であるという管理が標準でした。近年は慣習に似た管理の一つ一つが見直され、よりストレスが少なく、より入院期間が少なくなる工夫がされています。大腸外科手術で採用しているERASプログラムは、2005年ヨーロッパで提唱されました。採用病院ごとに、施設の状況にあわせて採用方法を工夫しています。多職種の力が必要なため、当院では早期からERASチームを結成しております。

当院での流れをご提示します。①外来看護師によるプログラムの説明：手術前手術後の流れを外来特別予約(30分)でご説明します。②入院までの日常生活の中で、体力づくりをお願いしております。そのための測定器を貸与いたします。③通常、手術前日に入院です。病棟看護師や薬剤師から、プログラムに沿った説明を再度します。④手術当日朝、3時間前まで特殊な栄養剤を摂取していただき、脱水を防ぎます。⑤手術後夕方からベッドを起こして飲水やガムを食べていただきます。⑥翌日から提供食を開始し、病棟内の歩行をお手伝いします。⑦退院までの一定期間、理学療法士によるリハビリ指導を行います。

長期入院は必ず筋力が落ちてしまい、退院後の回復力も低くなってしまいますので、手術後10日程度での退院目標を設定しています。ご高齢の患者さん、ほかのご病気をお持ちの患者さんもおられますので、すべての患者さんに適用されるわけではありませんが、おひとりおひとりの状況に合わせてご提案します。「早く日常生活に戻りたい」という方からだけでなく、「心配な入院生活で多職種からのサポートが励みになった」という感想もいただき、こちらも勇気をいただいています。



当院のERASスケジュール

	ERASプログラム
手術前外来	プログラム説明
入院日	手術3時間前まで栄養剤摂取
手術直後(手術日当日)	ベッドを起こして飲水や、ガム摂取
手術翌日	提供食開始、点滴終了 歩行開始
手術後2日目～	リハビリ開始
手術後8日目～	退院

当院ご利用案内

診療受付時間

初めて当院をご利用される方(初診)は、かかりつけ医からの紹介状をご持参ください

☆月～金曜日 8:30～11:30 ※午後完全予約制(一部診療科を除く)

☆土曜日 8:30～11:30

☆休診日 日、祝、国民の休日、12/31～1/3(年末年始)

※千里救命救急センターは365日24時間対応(3次救急)

※日曜日、祝日、年末年始は、吹田市立休日急病診療所(豊津駅)をご利用ください

※夜間の救急に関するお問い合わせは、#7119(06-6582-7119)の「救急安心センターおおさか」まで

初診の方で紹介状をお持ちでない方には、別途保険外併用療養費として、5,400円いただきます。歯科・口腔外科、耳鼻咽喉科、心療内科、神経内科への受診は、予約の上紹介状が必要となります。詳しくは当院ホームページの外来診療のご案内をご覧ください。

医療相談窓口

患者さんやご家族の方々から下記のような様々なご相談をお受けしています。誰に相談していいかわからないことがあれば、まずは医療相談窓口にご相談ください。

- (1)医療に関すること
- (2)当院での受診に関すること
- (3)病院に対するご意見、ご要望、苦情等に関すること
- (4)個人情報保護に関すること
- (5)医療安全に関すること

なお、医療相談窓口でお受けしたご相談内容でご希望があれば、日時を調整の上当院の第三者委員を交えて相談することができます。

お忙しい方のための 2泊3日糖尿病教育入院

糖尿病内科部長 鈴木正昭

糖尿病内科においては、最新の診療を行なっております。新しい治療薬等が出てきておりますが、最新の情報を総合的に判断して診療しております。糖尿病は自覚症状が少ないことが多く、食事療法など、治療への意欲が湧きにくい事もありますが、わかりやすい説明をこころがけております。

この様に、自覚症状に乏しい糖尿病の治療は、薬を飲んで血糖を下げればよいというだけではありません。生活習慣、食事のカロリー、栄養素のバランスなどを考え、自己管理をしていただくことが大切です。このため糖尿病に関する知識を得ていただくことが、非常に大切になります。

この点に対応するため、当科では糖尿病教育入院を

糖尿病教育入院パス2泊3日スケジュール

	1日目(入院)	2日目	3日目(退院)	退院後外来
説明	入院オリエンテーション 蓄尿について説明 入院中に薬剤師による服薬指導 入院中に管理栄養士による栄養指導	糖尿病についてのDVDを視聴 糖尿病の理解度チェック	蓄尿が終了すれば退院 糖尿病の理解度チェック	必要時フットケア外来受診 診療情報提供書の交付 近隣またはご希望の 診療所に紹介させていただきます
処置	1日3回血糖測定(11:30、17:30、22:00) ※自己血糖測定をされている方は手技を確認	1日7回血糖測定 (7:00、9:30、11:30、14:00、 17:30、20:00、22:00)	1日2回血糖測定(7:00、11:30)	
検査	蓄尿検査(尿検査)	蓄尿検査	蓄尿検査	
内服	持参薬の確認			
注射	※インスリン導入中の方は手技を確認			
経口摂取	指示食(1日の摂取カロリーの制限)			
安静	病院内☒ 医師の指示があり、検査がなく血糖値が安定していれば散歩程度の外出は可能			
清潔	シャワーができる			

※内容はあくまでも標準的な場合の予定です。患者さんの状態によっては入院期間や内容が変更となることがあります。

おこなっています。1週間、2週間のコースなどがあり、実際に指定のカロリーの治療食を食べていただき、実感としての食事量や食事内容を把握していただくことができます。また糖尿病合併症の知識などを知っていただき、その予防に努めることの大切さなどを学んでいただきます。ただ、お忙しくてとても1週間、2週間の入院は出来ないという方のために、金曜日の午前中より入院していただき、日曜日の午前中に退院するという、2泊3日の糖尿病教育入院をおこなっています。この期間に集中的に糖尿病の知識を学び、血糖検査なども行います。

まず当科外来を受診していただき、毎週金曜日より実施しているこの2泊3日の糖尿病教育入院の入院日を決めていただきます。当日帰りに血液、尿検査そして心電図、胸のレントゲンなどを撮って帰っていただきます。教育入院に入ってから来た時にはこれらの結果が出ており、入院中の検査も合わせて、退院時には総合的に結果説明もさせていただきます。

糖尿病チームの紹介

糖尿病チームは糖尿病内科・循環器内科の医師、看護師、薬剤師、理学療法士、臨床検査技師、管理栄養士、ソーシャルワーカー、事務員がチームとなり、糖尿病のよりよい治療のために取り組んでいます。月に1回開催している糖尿病教室では、患者さんやそのご家族、糖尿病に興味をお持ちの方に向けて各職種のスタッフがお話をさせて頂いております。教室には毎月来て頂いている患者さんも多くいらっしゃいます。また、当院には糖尿病患者さんの相互交流の場として千歩会(千里糖尿病歩こう会)という患者会があり、様々な楽しい行事を年に数回行っています。教室の後には茶話会を開き、患者さん同士の親睦や医師への質問の時間をとっています。普段はなかなか聞けないことも気軽に質問できる機会となっています。



① 世界糖尿病デーイベントのご案内

11月14日は世界糖尿病デーです。毎年、世界糖尿病デーには糖尿病の予防・治療の啓発を目的として世界各国でイベントが開催されます。当院でも糖尿病イベントを開催します。参加費無料、申し込みは不要です。お気軽にお越しください。

- 日時：平成28年11月14日(月) 10:00 ~ 12:00
- 場所：病院棟1階 外来スペース
- イベント内容：
 - 簡易血糖測定、健康相談、糖尿病に関するポスターの掲示など

えいようだより eiyo-dayori

秋の味覚を使った おすすめの1品

～エネルギー、塩分控えめ～

～さんまのきのこあんかけ～

栄養科 管理栄養士 佐々木 真弓



《材料》(1人分) 【1人分あたり カロリー266kcal/塩分1.1g】

さんま	60 g	A	だし汁	50ml
片栗粉	5 g		淡口醤油	4 ml
サラダ油	3 g		みりん	2 ml
しめじ	20 g		砂糖	1 g
えのき	20 g		酢	2 ml
人参	15 g		片栗粉	2 g
青ねぎ	2 g			

《作り方》

- ①しめじとえのきは石づきをとってさっと洗い、食べやすい大きさに切る。人参は皮をむいて薄切りにし、青ねぎは小口切りにする。
- ②さんまは頭とはらわたを除いて3等分に切り水洗いし、キッチンペーパーで水気をふきとる。
- ③さんまの表面に片栗粉をまんべんなく付ける。
- ④熱したフライパンにサラダ油を入れ、さんまの両面にきれいな焼き色がつくまで焼く。
- ⑤鍋にAと人参を入れて加熱し、人参がやわらかくなったらしめじ・えのきを加えてさっと煮る。
- ⑥⑤に水溶き片栗粉を加えてとろみをつける。
- ⑦お皿に④のさんまを盛りつけ、⑥のあんをかけた後最後に青ねぎを盛りつける。

野菜やきのこは食物繊維が多く、食後の血糖値の上昇を緩やかにする働きがあります。料理にたっぷり加えることでボリュームアップにもつながります。また、塩分を控えるため、さんまには下味を付けず“あん”をかけてさんまの表面に味を付け、少ない塩分でもおいしく食べられるよう工夫しています。酢を加えて酸味を活かすのもポイントです。

① 無料低額診療事業の相談について（ご案内）

当院は社会福祉法人の病院であり、社会福祉法に規定された経済的な事情により必要な医療が受けられない人々に対して適切な医療を受けることができるように支援することを目的とした無料低額診療事業を行っています。

「急な入院で支払いができない」「介護もしているので、費用負担が重い」「非課税世帯で収入が少ない」「障害者手帳を持っていて医療費助成制度の対象になっている」など医療費の負担ができないといった相談を具体的に解決していきます。また、さまざまな保険制度に関することや医療費の支払いに関する相談も受け付けています。相談は、産科・婦人科の奥にある福祉相談室にてソーシャルワーカーが承っています。

このほか「介護が必要になりそうだが、どうしたらいいかわからない」「がんで治療をしているが、今後のことについて情報提供してほしい」「離れて暮らしているので、一人暮らしの父親のことが心配だ」などの生活に関する相談も受け付けています。

■ 福祉相談室受付時間：平日10時～16時・土曜10時～12時（受付状況によりお待たせする場合があります、ご了承ください。）

■ 医療の提供の結果に関する事項（厚生労働省「医療広告ガイドライン」に準拠）

項 目	単位	H27年 7月	8月	9月	10月	11月	12月	H28年 1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月
新 入 院 患 者 数	人	897	836	807	809	807	872	831	780	821	794	799	834	826
退 院 患 者 数	人	899	841	796	809	795	941	770	765	829	827	754	845	861
入 院 延 べ 患 者 数	人	9,707	9,441	8,660	9,424	9,074	9,552	9,753	9,028	9,471	9,069	8,952	8,870	9,303
1 日 平 均 在 院 患 者 数	人	313.1	304.6	288.5	304.0	302.6	308.4	314.6	311.3	305.5	302.5	288.8	295.7	300.1
平 均 在 院 日 数	日	10.6	11.1	10.3	11.1	10.9	10.0	12.0	11.6	10.9	10.7	11.2	10.2	10.5
手 術 件 数	件	314	285	272	281	273	303	282	289	278	259	252	292	277
1 日 平 均 外 来 受 診 患 者 数	人	525.1	505.2	545.9	529.1	552.3	540.2	536.7	538.4	526.6	515.5	541.6	517.6	502.6

※病床数343床、そのうち救命救急センター43床

行事予定

済生会千里病院

平成28年
10月～12月

※変更になる場合があります。
予めご了承下さい。



■ 糖尿病教室

【日時・演題】 10月3日(月) 「普段から気をつけること」
11月7日(月) 「演題未定」 「糖尿病腎症について」
12月5日(月) 「未定」 ※いずれも13:00～14:00
【開催場所】 災害管理棟1階 会議室1 【お問い合わせ】 栄養科 06-6871-0121 内線208

■ 心臓病教室

【日時】 毎週水曜日 11:30～
【開催場所】 病院4階 心臓リハビリテーション室 【お問い合わせ】 心臓リハビリテーション室 06-6871-0121 内線680

■ 北千里地区公民館主催健康講座

【日時・演題】 11月19日(土) 13:30～ 「いつの間にか骨折はなぜ怖い」 「骨に効く食生活」
【開催場所】 北千里地区公民館 2階 大会議室 【お問い合わせ】 北千里公民館 06-6834-2921

■ 南千里地区公民館主催健康講座 (※要予約)

【日時・演題】 12月10日(土) 13:30～ 「疲れたら血尿が出る。それって本当ですか？」 「高血圧と心臓病」
【開催場所】 千里ニュータウンプラザ 2F 大ホール 【お問い合わせ】 南千里公民館 06-6833-5153

■ 母親教室 (※要予約)

助産師が妊娠後半期のマイナートラブルや分娩経過・入院方法について分かりやすく説明しております。
ご家族の参加もお待ちしております。

【日時】 毎月2回(第1木曜日・第3土曜日)
【開催場所】 病院3階デイルーム 【お問合せ先】 産婦人科外来 06-6871-0121

セカンド・オピニオンについて

他院で治療を受けている方が、当院の医師に意見を聞きたいというご希望に応える為に、セカンド・オピニオン外来を行っております。

【お問合せ】
1階総合受付カウンター (医事課)

患者さんへのお願い

- 療養環境向上の為、敷地内禁煙となっておりますのでご理解いただきますようお願いいたします。
- 携帯電話のご利用は「携帯電話エリア」にてお願いします。なお職員が使用しております携帯電話(赤色ストラップ付)は、一般の携帯電話とは異なるものです。

卒後臨床研修病院について

当院は臨床研修医に対する教育病院(臨床研修病院)です。
指導医の指導の下、日々研鑽を積みながら患者さんの診療に当たっております。
臨床研修医に対し、お気付きの点があれば、何なりとご意見をお寄せ下さい。

済生会千里病院の理念

「心のこもった医療」

基本方針

私たち、済生会済生会千里病院の職員は、

- 1.窮境にある人々の医療を積極的に支援します。
- 2.安全で良質な医療を心をこめて提供します。
- 3.医療の透明性とアカウンタビリティ(説明責任)に忠実である病院を実現します。
- 4.地域の中核病院として、また救急医療を含む急性期医療の実践により地域医療に貢献できる病院を実現します。
- 5.常に研鑽を積み、最高、最適の医療を追求します。

職員の信条

私たち職員は、患者さんのために、地域のために、心をこめて最高最適の医療を提供します。

個人情報保護方針について

個人情報保護法の趣旨を尊重し、患者さんの個人情報を厳重に管理し、これを担保するために「個人情報保護方針」「個人情報保護規程」「個人情報保護計画」を定めております。

患者さんの権利と責務

(患者さんー医療者のパートナーシップの強化)

- 1.どなたにでも常に人格を尊重し、良質で安全な医療を公平に提供します。
- 2.あなたの病気やその診療について、わかりやすい言葉で詳しく説明をするよう努めています。もし、わからないところがあれば質問してください。
- 3.あなたが、気になること、疑問に思うこと、希望することなど、遠慮なくご相談下さい。
- 4.他の医師の意見(セカンド・オピニオン)や他の医療機関に転院を希望される場合は、おっしゃってください。
- 5.治療方法などをご自分の意思で決めていただけるよう、十分な説明と情報提供を行います。
- 6.診療の過程で得られた個人情報の秘密を守ります。また、病院内での私的な生活が、可能な限り他人にさらされず、乱されないように努めます。
- 7.良質な医療を提供するため、あなたの健康に関する情報をできるだけ正確に伝えていただくようお願いします。
- 8.すべての患者さんが適切な医療を受けられるように、他の患者さんの診療に支障をきたさないよう、ご配慮をお願いします。
- 9.お互いに理解を深め、ともに治療を進めていきましょう。



地域医療支援病院 大阪府がん診療拠点病院

社会福祉法人

恩賜財団

大阪府済生会千里病院

(編集・発行) 広報ホームページ委員会・経営戦略課

〒565-0862 大阪府吹田市津雲台1丁目1番6号 TEL.06-6871-0121(代)

ホームページ <http://www.senri.saiseikai.or.jp/>

■ 本紙についてのご意見・ご感想などございましたら、下記までお寄せ下さい。
E-mail: hanamizuki@senri.saiseikai.or.jp (右のQRコードからもアクセスできます)

