

はくい



病院理念

人にやさしく 信頼される病院

基本方針

- 私たちは 皆様の権利や意思を尊重し、納得のいく医療を提供します。
- 私たちは 地域に必要な医療を提供し、健やかで豊かな地域社会の実現を目指します。
- 私たちは 安全で良質な医療を提供するため、日々研鑽いたします。

日本医療機能評価機構認定病院  
羽咋郡市広域圏事務組合

はくい

公立羽咋病院

〒925-8502 石川県羽咋市の場町松崎24番地  
TEL(0767)22-1220 FAX(0767)22-5598  
<http://www.hakuihp.jp/>

# 糖尿病と歯周病の深い関係



内科医長 喜多 裕樹

糖尿病の慢性合併症に「網膜症」「腎症」「神経障害」の「3大合併症」があることはよく知られていますが、「歯周病」も糖尿病の第6の合併症と言われるようになってきました。これまでに行われてきた調査研究から、以下のようなことがわかっています。

1. 糖尿病の人は歯周病になりやすい
2. 糖尿病の人は歯周病がより重症化しやすい
3. 糖尿病を指摘されてからの期間が長いほど歯周病になりやすい
4. 血糖コントロールが良くない人ほど歯周病が重症化しやすい
5. 歯周病が重症化している人ほど血糖コントロールが良くない
6. 歯周病の人は糖尿病になりやすい
7. 糖尿病の人が歯周病をしっかり治療すると血糖コントロールが改善する



歯周病が進行すると歯と歯肉の間に歯周ポケットという溝が形成されます。その溝に歯垢(プラーク)や歯石がたまり長期間ほうっておくと歯周病はさらに悪化し、歯周ポケットはしだいに深くなっていきます。悪化した歯周ポケットの歯肉の血管は炎症により傷つき出血を引き起こしますが、この傷ついた血管から、歯周病菌や歯周病菌が放出した内毒素(細菌の細胞壁に含まれる細菌が死滅しても残る毒物のこと)などが血液内に自由に入り込むことができるようになります。歯周病菌が放出した内毒素は、白血球の1種であるマクロファージという細胞を刺激して「TNF- $\alpha$ 」と呼ばれる炎症性サイトカインの産生を促します。TNF- $\alpha$ は、血糖値を下げる作用をもつインスリンの働きを妨げるため、血糖値を上昇させてしまいます。

糖尿病の人が歯周病になりやすい要因として以下のものがあげられます。

1. だ液の分泌量が減少するため口腔内が乾燥しやすくなり、だ液による自浄作用の効果が低下し、歯病菌が繁殖しやすくなる。
2. 歯肉溝滲出液の糖分濃度が上昇することなどにより、歯周病菌が増殖しやすい環境がつけられる。
3. 細菌の攻撃に対する免疫機能が低下しているため、炎症による組織破壊が進行しやすく、歯周病菌にも感染しやすくなる。

このように糖尿病と歯周病に密接な相関関係があるといえます。

先にもふれましたが歯周病は糖尿病を悪化させる要因の一つである一方、糖尿病をもつ歯周病患者に歯周治療を行うと、血糖値が改善したという報告があります。歯周病を予防するためには、歯磨きによるブラッシングにより、歯周病の原因である歯垢を除去することが大切です。そのほかにも定期的に歯科医療機関で診療を受けておかれることをおすすめします。

現在、羽咋郡市医師会主導で医院病院—歯科医院の連携を勧めております。糖尿病にかかっている患者さんは、是非自分の歯に関心をもっていただきたく思います。起床時に口の中がネバネバする、歯磨きの時に出血する、口臭が気になる、などの症状があれば、是非医療機関へ相談してください。

かかりつけ歯科医  
(歯周病の治療)

連携

かかりつけ医  
(糖尿病の治療)



# 糖尿病教室ってどういうの？

当院の糖尿病教室は、医師、看護師、薬剤師、理学療法士、臨床検査技師、管理栄養士が2階の講義室で月に6回のシリーズで1時間程度行っています。食事と検査は同日で11時から、その他の教室は15時から開催しています。

教室の内容を紹介します。

医師からは、「糖尿病ってなに」と「糖尿病の合併症を知ろう」をテーマにして病気についてお話しします。



看護師からは、病気の時（シックデイ）の対処方法と足の手入れ方法（フットケア）を中心に日常生活についての注意をお話しします。

薬剤師からは、糖尿病薬の飲み薬、インスリンが必要になるときとインスリンの種類・使用方法について、低血糖の時の対応方法をスライドを元に説明しています。

理学療法士からは、『今日から始める楽しい運動教室』というタイトルで行っており、糖尿病になぜ運動が必要なのかを説明して、最後には椅子のできる簡単な体操を行っています。運動のポイントは継続です。継続して行うには個人に合った楽しい運動を見つけてもらうことが重要だと考えています。そのお手伝いを教室でできるように心がけています。糖尿病に限らず運動に興味のある方、ぜひ参加してみてください。

臨床検査技師からは、「生活習慣病は検査が発見」と題して糖尿病を診断するための血液検査や、糖尿病特有の合併症の検査方法や必要性を説明しています。糖尿病になっても種々の合併症を予防、生活の質を維持して健康な人と変わらない寿命とするために、目標とする血糖値やヘモグロビンA1c値を理解してもらい、正しい知識で未来を明るくしていただけるように努めています。

管理栄養士からは、「知っておこう上手な食事のとり方」と題して糖尿病の食事について話しています。

食事療法の目的は、血糖を良好にコントロールして、合併症の発症や進展を防ぎ、健康な人と変わらない日常生活を送ることです。

食事会では、一人一人に合わせた食事をお出ししています。実際に召し上がっていただくことで、今後の療養生活に活かせるよう支援しています。

糖尿病委員会



## 糖尿病教室 11月

日程	内容	講師
10日(月)	糖尿病こんな事に気を付けて	当院看護師
12日(水)	糖尿病ってなに	当院医師 喜多 裕樹
14日(金)	生活習慣病は検査が発見 知っておこう上手な食事のとり方	当院臨床検査技師 当院管理栄養士
21日(金)	糖尿病合併症を知ろう	当院医師 喜多 裕樹
25日(火)	みんなで学ぼう 糖尿病のお薬	当院薬剤師
27日(木)	今日から始める 楽しい運動教室	当院理学療法士

**参加は 誰でも できますよ お待ちしています**

【開催日】 上記のとおり

【時間】 午後3時から（約1時間）

※「生活習慣病は検査が発見」のみ午前11時から

【場所】 公立羽咋病院 2階講義室

※なお、「知っておこう上手な食事のとり方」は予約が必要です。



# 新採職員紹介

よろしくおねがいします



内科 <sup>おおつじ</sup> 大辻 <sup>ひろし</sup> 浩

血液型・星座：O型 かに座  
趣味：読書  
色々と至らない所もあると思います。ご迷惑おかけすると思いますが、よろしくお願ひします。



看護師 <sup>たかしま</sup> 高島 <sup>ひであき</sup> 秀明

血液型・星座：O型 おうし座  
趣味：ドライブ  
8月1日より当院で働かせて頂いています。先輩方に1日も早く追いつき追い越せるように頑張りたいと思います。これからよろしくお願ひいたします。



看護師 <sup>やまざき</sup> 山崎 <sup>はるみ</sup> 晴美

血液型・星座：O型 ふたご座  
趣味：散歩  
初めてのことが多くあり、助けてもらいながらの毎日です。「初心 忘るべからず」で頑張りますので、よろしくお願ひします。



看護師 <sup>とみまきこ</sup> 富 満 電子

血液型・星座：B型 ふたご座  
趣味：買い物  
患者さんやご家族に「羽咋病院で良かった」と言ってもらえるような看護をしていきたいと思ひます。よろしくお願ひします。

## いしかわ診療情報共有ネットワークのご案内

患者さまの診療情報を病院や診療所・クリニックなどの施設が閲覧（共有）することで、投薬や検査の重複を抑制し、診療情報共有ネットワークを利用した切れ目のない質の高い医療を受けることができる仕組みです。

このネットワークを利用することに関して、患者さんへの費用負担はありません。

個人情報保護のために診療情報は暗号化されており、外部からは見ることはできなくなっています。

ご利用の際には、患者さんの「同意書」が必要となります。同意書に記載された施設でなければ患者さんの診療情報を見ることができません。また、中止を希望される場合は「同意撤回書」を提出頂ければ利用を中止することができます。

総務課 村井 光一

## やすらぎコンサート

8月28(木) 1階情報プラザ前ホールにて、アンサンブルユニットミルフィーユによる女声合唱コンサートが行われました。『さくらさくら』、『お江戸日本橋』、『通りゃんせ』などを熱唱され会場の皆さんと共に『虫の声』や『夕焼け小焼け』を歌いました。

ミルフィーユの女声合唱は、歌声がとても綺麗で会場に響き渡るほどの迫力もあり、合唱コンサートならではの臨場感が味わえました。

10月7日(火) 1階情報プラザ前ホールにて、武藤次郎さんによるハーモニカコンサートが行われました。『青い山脈』や『上を向いて歩こう』、『お祭りマンボ』など全9曲を演奏していただきました。『青い山脈』や『お祭りマンボ』では、ハーモニカ演奏に合わせて皆さんと一緒に唄う場面も見られ、楽しく過ごされていました。

アンコールに『好きになった人』を演奏し、しっとりとした雰囲気の中コンサートを終えました。生のハーモニカ演奏を聞くのは初めてのことでしたが、心安らぐ音色を奏でてとても素敵な演奏でした。 医療サービス推進室 社会福祉士 西井 寿文





# 行事紹介

## 災害訓練

平成26年7月26日（土）当院で災害訓練を行いました。災害の想定は「のと里山海道の千里浜地内で大型観光バスに乗用車が追突、観光バスが横転し15名の被災者が発生した」というもので、平日の時間内診療体制中と仮定し、災害拠点病院としての確実な傷病者受け入れ対応と、スムーズな院内情報伝達が行えることを目標としました。訓練に際して羽咋消防署と国際医療福祉専門学校の学生さんにご協力頂き、職員一丸となって取り組みました。



訓練当日は災害対策本部機能・トリアージ訓練・診療エリア設置・搬送手順機能の確認を主たるものとし、複数同時に搬入される患者のトリアージ技術の取得、診察準備の確立をめざし、昨年設置されたDMATの災害時の出動訓練を同時に行いました。

DMAT 千綾 千鶴子

\* DMAT: 災害発生時直後の急性期（概ね48時間以内）に活動を開始できる機動性を持った、専門的な研修・訓練を受けた災害派遣医療チーム

## 職場体験



今年も中学生・高校生の職場体験を受け入れました。生徒さんは医師・薬剤師・看護師・放射線技師・臨床検査技師・リハビリテーション療法士と様々な職業を体験され、自らの将来へつないだようです。

「3日間体験させてもらい感じたのは挨拶の大切さです。どの先生も挨拶を大切にしていることが診察時や外来で分りました。挨拶には人と人を繋げる力があり、人から不安を取り除く力もあることを学びました。挨拶は病院で働くことだけでなく、どんな仕事にも通用する事なので、挨拶を大切にしたいです。」

何通もの感想文を頂き大変嬉しく思っています。多職種が協働している病院へ多くの生徒さんがいらっしゃることを来年も楽しみにしています。

総看護師長 山中 由貴子

## 事業所病院連絡会

8月19日（火）当院で事業所病院連絡会が開催されました。この会は、医療や介護に関する情報を、病院・事業所間で共有する目的で年4回開催しています。今回の内容は、「急変時の初期対応」です。インストラクターの資格を持つ当院看護師が講師になり、実技をまじえて講義を行いました。

ポイントをいくつか紹介します。

- ① 呼びかけて意識が無ければ、まず人と物を集める。
- ② 胸の動きで呼吸を確認。
- ③ 胸骨圧迫（心臓マッサージ）1分間に100回のペースで。
- ④ AEDがあればAEDを付けて、適応があれば行う。

グループに分かれての実技指導では、参加者から活発な質問が飛び交い、十分に情報共有ができていたようでした。参加したケアマネージャーの一人からは、「講習を受ける機会があまりないので勉強になる」というお声を頂き、日頃の支援に役立つ実習ができたかなと思っています。

社会福祉士 井上 麻有子



# 病院駐車場及び駐輪場のご利用について

来院者用駐車場については、正面と時間外出入口ピロティ駐車場の他、西側にも来院者用の駐車場（主に入院中の方用）を8台設けております。

また、自転車等の駐輪場は、時間外出入口と正面駐車場の2ヶ所に設置しております。

なお、来院者の皆様が安全に駐車場を利用できるように、次の点にご留意、ご協力をお願いします。

- ① 緊急車両の妨げになりますので、公道での駐車は禁止です。
- ② 本院にご用いない方の駐車はご遠慮願います。
- ③ 駐車場内における盗難・事故について本院は一切関与いたしません。
- ④ 本院は、駐車場を含め敷地内禁煙となっております。

総務管理係



## さつきの手入れ

ボランティアさんが中庭のさつきの剪定をしてくださりました。来春には綺麗に咲いて患者さんを癒してくれることでしょう。ありがとうございました。



## ありがとうございます

- ♥ なぎさ表紙題字・絵手紙 辻口 敦子様
- ♥ 写真 羽咋写真協会の皆様
- ♥ 絵画 羽咋美術協会の皆様
- ♥ 書字 羽咋市書道協会の皆様
- ♥ 俳句 宝達志水町若草会 岡部 和子様 他
- ♥ 園児の絵 千里浜保育所 こそす保育園



## いきいき健康づくり教室

♪どなたでも参加できます♪

### コレステロール・あぶらで血がドロドロ

開催予定日: 11/5(水)、12/3(水)、1/7(水)

第1水曜日 15:00~

場所: 3階病棟 食堂談話室

内科医師、管理栄養士、理学療法士

### 高血圧・塩で血管がパンパン

開催予定日: 11/10(月)、12/8(月)

月1回不定 月曜日 15:00~

場所: 3階病棟 食堂談話室

内科医師、管理栄養士

### ねたきりにはならない!

開催予定日: 11/26(水)、12/24(水)、1/28(水)

第4水曜日 15:00~

場所: 2階病棟 食堂談話室

整形外科医師、作業療法士、管理栄養士