



## JSPEN・JCNT両機構によるNST稼働施設認定をうけました

当院NST(栄養サポートチーム)は「主治医」「診療科」の枠を超えた医療チームとして2005年8月より活動を開始しました。いかに治療の効率と患者様へのサービスを両立させるがDPCが導入された当院での現在の課題です。

このたび日本静脈経腸栄養学会(JSPEN)認定に加えて、日本栄養療法推進協議会(JCNT)によるNST稼働施設認定も取得いたしました。私たちは「医療者側」ではなく「患者様側」にたった治療を推進しています。当院で治療を受けられていても、必ずしも患者様のご期待通りに治療が進むとは限りませんが、なにか私たちがお手伝いできることがあれば御遠慮なくお申し付けください。あらゆる問題に対しての解決法を検討いたします。



三菱京都病院  
NST委員長(栄養管理部長・消化器外科部長)  
光吉 明

## ACCESS



- 市バス**
  - 73系統(京都駅~洛西バスターミナル) 上桂前田下車徒歩3分
  - 70系統(太秦天神川駅前~桂駅東口) 上桂東ノ口下車徒歩5分
  - 69系統(みぶ~桂駅東口) 上桂西居町下車徒歩10分
- 阪急電車**
  - 京都線「桂駅」下車北へ徒歩15分 タクシーで約5分
- 車**
  - 京都方面からは西大橋から信号4つ目左折50m左折
  - 亀岡方面からは阪急のガードを越え次の信号右折50m左折
- 京阪京都交通バス**
  - 27・21系統(桂坂中央~京都駅前) 上桂前田下車徒歩3分
  - 亀岡・園部方面から27・21系統への乗り継ぎは1・2系統 国道中山(下車)乗り換え

**無料送迎バス**  
■阪急桂駅西口より約20分間隔で運行中  
※開院日以外は運休しております。

時間	阪急桂駅西口発	三菱京都病院発
8時	00 20 40	13 33 53
9時	00 20 40	13 33 53
10時	00 20 40	13 33 53
11時	00 20 40	13 33
12時		50 43
13時	10 30 50	03 23 43
14時	10 30 50	03 23 43
15時	10 30 50	03 23 43
16時		03 23 43

※予告なく変更・中止する場合がございます。  
※道路事情・その他諸事情により乗車場所が移動する場合がございます。  
※定典オーバー、交通事情により遅れる場合があります。ご了承下さい。  
※開院日以外は運休しております。

◎面会時間は13:00~20:00です。 ※日曜・祝日も同じ時間です。



救急告示病院 人間ドック・検診施設機能評価認定施設  
日本医療機能評価機構認定病院 厚生労働省指定臨床研修病院

〒615-8087 京都市西京区桂御所町1番地 TEL 075-381-2111 FAX 075-392-7952



予約専用ダイヤル

075-381-7811 http://www.mitsubishi-hp.jp



Vol.17  
SUMMER  
2009



診療科のご案内 ..... 2  
「歯科口腔外科」

わたしたちはこんな看護をしています... 4  
「心臓リハビリチーム」  
「緩和チーム」

入院患者様満足度調査のご報告 ..... 6

元気な食事「トマト」..... 7

最近の話題  
「1kg減らすには？」



三菱京都病院



## 診療科のご案内

## 歯科口腔外科



歯科口腔外科  
医長 久保田 崇

## 専門

歯科口腔外科

## 資格

歯科博士  
臨床研修指導医

## 自己紹介

H6年朝日大学卒業。  
H10年朝日大学大学院修了。  
H10年名古屋第一赤十字病院にて研修。  
H11年より三菱京都病院に入職。  
趣味は映画鑑賞、F1観戦(テレビで)。



顔面ならびにその隣接組織に現れる先天性および後天性疾患をあつかう科です。

この領域には歯が原因のものから、癌までさまざまな病気があります。また交通事故などの外傷や顎変形症、唾液腺疾患などに加え、口腔粘膜の疾患や神経性疾患、口臭症などの内科的疾患も含まれます。治療により口腔・顔面全体の自然な形・機能を回復すると顔全体がいきいきとした健康的な美しさを取り戻します。そのお手伝いをするのが口腔外科です。

これから代表的な疾患治療について書かせていただきます。

## 親知らずの抜歯

当科で最も多い手術が親知らず(智歯)の抜歯です。硬いものを食べなくなった現代人は歯の大きさは遺伝的に変わりませんが顎の発育は悪く小さいため親知らずが並びきらずなめとか横向きの状態で歯の大部分が骨や歯肉に埋まっている人が多いです。完全萌出ができず歯肉が歯冠を部分的におおったままになりやすいため、不潔で、歯肉の炎症をおこしやすくなります。これが智歯周囲炎で、周囲の軟組織や顎骨に波及して顔が腫れたり、口が開きにくくなったりすることがあります。そうなるまでにあらかじめ抜歯をすることがお



矢印は親知らずが横向きに埋まっているところです。

勧めです。埋まっている親知らずを抜歯するには歯肉を切り周囲の骨を削り抜歯します。また、手前の歯に引っ掛かっている場合は、さらに分割して抜歯します。

## 顎関節症

顎の関節やその周囲に痛みが生じたり、口をあけることができないなどの顎関節の疾患を治療いたします。顎関節症は歯科の三大疾患の一つともいわれ顎を動かしたときの痛み、口が開けられない、カクカク音がするなど症状を伴う顎運動機能の障害を特徴とし、口腔内にスプリント(マウスピースに似た装置)を装着したり、関節腔に注射や洗浄したりして治療を行います。

## 嚢胞(のうほう)

体のなかに形成された病的な袋状のものを嚢胞といいます。ここで扱うのは、あごの骨のなかにできる嚢胞と、口腔の軟組織に発生する嚢胞で、成り立ちから先天性のものや後天性のものがあります。

顎の中の嚢胞で代表的なのが歯根嚢胞です。むし歯(う蝕)が進行し、歯髄に感染が起こり、それが歯根の先端に波及すると、歯根嚢胞ができます。

日常臨床でしばしば遭遇するもので、顎の中に生じる嚢胞の50%以上を占めます。治療は嚢胞の全摘出を行います。歯の骨植が良い場合は嚢胞の摘出に加えて感染した歯根の先端を切除(歯根端切除術)します。歯の骨植が悪い場合は原因歯の抜歯と同時に嚢胞を摘出します。

## 口腔顎顔面外傷

口腔顎顔面外傷は顔面皮膚や口腔粘膜などの軟組織の損傷だけにとどまらず、歯の損傷・上顎骨・下顎骨・顎関節突起・頬骨・頬骨弓・鼻骨など顔面を形成する骨の骨折を伴う場合が多くみられます。その結果、かみ合わせの機能まで損なうことがあります。口腔外科では外見の損傷の治療だけでなく、かみ合わせなどの機能の回復を重視した治療を行います。



左側の下顎骨折です。3DCTが診断に有効です。

## 良性腫瘍

口腔内の良性腫瘍には歯源性腫瘍と非歯源性腫瘍に大きく分かります。歯源性良性腫瘍の代表にエナメル上皮腫があります。

原因は主として歯の芽(歯胚(しいい))のうちエナメル器と呼ばれる部分が腫瘍化することにより生じます。

顎の骨のなか、とくに下顎の後方に発生し、大きくなるとあごの骨がはれ、顔貌も変形します。大きな外力が加わると骨折することもあります。

治療はいずれも手術により摘出したり、大きなエナメル上皮腫では、あごの骨を切断したり、開窓療法によって腫瘍の縮小をはかってから摘出したりします。大きい腫瘍では摘出後の骨欠損部に骨移植を必要とすることもあります。



下顎のエナメル上皮腫です。矢印が骨が溶けているところです。

## 悪性腫瘍

悪性腫瘍には癌腫、肉腫、悪性黒色腫、悪性リンパ腫、悪性唾液腺腫瘍などがあります。悪性腫瘍の大部分は癌腫で舌癌、歯肉癌(下顎癌、上顎癌)、口底癌、頬粘膜癌が多くみられます。口腔領域で最も多いのが舌癌で口腔癌の約30%を占めると言われています。

明らかな原因は不明ですが、臨床的には喫煙や飲酒、虫歯や合っていない義歯などが慢性的に粘膜を刺激することなどの関与が示唆されています。また、前癌病変(現在は癌にはなっていないが、そのうち癌になる可能性があるもの)である白板症から癌化したと思われるものも多くみられます。

小さい癌は外科的治療を第一選択としていますが化学療法や放射線治療を併用するときは当院の腫瘍内科と連携し治療を行っています。



左側の舌下部に出来た舌癌です。

最後に病院基本理念でもある「高度であたたかい医療」を提供できるようにスタッフ一同努力してまいりますのでよろしくお願い申し上げます。

## はじめに

三菱京都病院 歯科口腔外科は2009年4月より亀谷部長の退職に伴い常勤歯科医師が3名から、久保田と滝沢の2名に変わりました。新しくスタートする体制として、まずは近隣の歯科医院、病院の医療機関との連携を強めていき歯科における地域の2次医療機関を目指していきます。そのため原則的に紹介患者様のみの診療体制に変更させていただきました。

治療内容といたしましては親知らずの抜歯、炎症、外傷、嚢胞、腫瘍、顎関節症、顎変形症、先天性疾患、唾液腺疾患、口腔粘膜疾患、神経疾患など口腔領域の外科的疾患を中心に診断・治療を行ってまいります。入れ歯の作製や虫歯、歯周病の治療などの一般歯科治療は行いませんので、かかりつけの歯科医院などの1次医療機関で治療を受けていただくことをお勧めし、逆紹介もさせていただきます。当科は京都市西部、乙訓地区における唯一の口腔外科病院として多くの先生方に紹介をいただいております、月当たりの紹介患者様は130名を超え院内で最も紹介患者数が多い科になっています。今後も地域の口腔外科のニーズに応えるために専門性を発揮する形の病診連携を一層推進していく所存です。

## 口腔外科とは

口の中だけの外科のように思われがちですが、口腔、顎、



## わたしたちはこんな看護をしています。

当院には現在223名の看護職員が在籍しています。看護師、助産師として配属部署での日々の日常業務はもちろん、院内の組織横断的なチームの一員としても活躍しています。少しでも、患者さまやご家族の方のお役に立つことができるように院外の勉強会にも積極的に参加し、自己研鑽につとめています。今回は、緩和チームと心臓リハビリチームの看護師の役割についてご紹介します。



看護部長  
蛸原 桂子

## 心臓リハビリチーム

リハビリテーションには様々なジャンルがあり、その中の一つに心臓リハビリテーションがあります。狭心症や心筋梗塞、心不全、心臓や血管の手術を受けられた方が対象となります。手術や急性疾患により低下した心臓や体力を全身の状態を考慮しながら徐々に運動量を増やし社会復帰を目指すものです。他のリハビリテーションと違うところは、運動療法だけでなく、生活全般の改善が必要となることです。心臓病の原因は生活習慣に由来するものが多く、急性期治療が終了した後も食事療法、薬物療法、運動療法、生活習慣の見直しを継続していかなければなりません。そのために医師、看護師、理学療法士、栄養師、検査技師など多職種がチームを組み心臓リハビリテーションの継続を支援しています。これらを指導するためには最新の高度な専門知識が必要であり、そのため心臓リハビリテーション



### 主な活動内容

- リハビリ室には専任の看護師が業務にあたり心臓リハビリテーションをサポート
- 患者様が退院後も自己管理を継続して行えるように、生活上の注意事項を記載し、更に血圧や体重などを毎日記入できる心臓リハビリテーションノートを作成
- 患者様やご家族に向けての生活指導プログラムの作成
- 集団指導の実施

当院の取り組みは、昨年日本心臓カテーテル学会で発表し、学会誌にも掲載されました。

患者様の質の良い生活をサポートしていくためには地域の先生方との連携が必要不可欠となります。病院と地域の先生方と、退院後の治療や指導内容を共有するための手段として地域連携パスというものがあります。当院では心臓リハビリテーション指導士が中心となって心臓リハビリテーションの地域連携パスを作成中です。患者様が安心してかかりつけの先生の元に帰っていただけるように連携体制を強化していく態勢作りを今後も進めていこうと思っています。

## 緩和チーム

がんによる死亡は年間30万人を超え、現在は死亡原因の1位になっています。今後は、さらに高齢化が進むことで、がん医療の充実が求められています。当院では、7年程前から緩和ケアに関する活動が始まり、現在は、腫瘍内科医を中心に、各病棟リンクナース・薬剤師・臨床心理士・管理栄養士など複数の職種からなる緩和委員会を設置しています。そして、治療の初期段階から緩和ケアの実施を推進しています。



病棟定期カンファレンス

### 緩和ケアとは

緩和ケアとは、「生命を脅かす疾患に伴う痛みをはじめとする身体の不快感、気持ちの不快感、生きている意味や価値についての疑問、療養場所や医療費のことなど、患者様やご家族が直面するさまざまな問題に対し援助する医療」のことです。従来、緩和ケアは「看取りの医療」と捉えられがちでしたが、2002年のWHOの定義では、「身体や心の不快感」に焦点があてられ、がんと診断された患者様が、可能な限り快適に過ごす為に、がんの痛みをはじめ、さまざまな症状を和らげる緩和ケアが早期から行われることが大切であると述べられています。

当院の緩和ケア委員会の具体的な活動内容は、全病棟を巡回する週1回の緩和回診で、診療科を問わず、緩和ケア対象患者のコンサルテーション(相談)を行っています。また、院内外の勉強会を開催し、知識の向上と情報の交換などを行っています。事例検討も積極的に行い、治療や看護を振り返り、お互いの役割から意見を述べ、問題の共有が出来るように働きかけています。そして、病棟のチームワークの強化に力を入れています。



緩和ケア委員会

### 緩和ケアの特徴

次に、当院の医師達の治療方針のもと、看護師が行う日常生活援助について、緩和ケアの特徴をご紹介します。がん患者様はその病状の進行に伴い、それまでの生活習慣を維持することに困難を覚えるようになります。しかし、ほとんどの患者様は、できる限り自分のことは自分でやりたいと思っておられます。私たちは、患者様のそのような気持ちを理解し支えながら、患者様が、今までの生活習慣を出きる限り維持できるように援助を心がけています。例えば食事は、管理栄養士と相談し栄養摂取に主眼をおくよりも、食べたいものや好きなものを中心にしたり、盛り付けや匂いものを取り入れたりなど献立の工夫をしています。また、清潔の援助では、基本的欲求の基準を出来るだけ満たせるように、活動低下をきたしていても可能な限り、特浴(寝たまま湯船につかることが出来る)を施行しています。

今後は、来年、当院にも待望の「緩和ケア認定看護師」が誕生する予定です。「急性期病院における緩和ケア」という特徴を最大限に生かし、緩和ケアの更なるレベルアップがはかれると確信しています。そして患者様に今以上に満足していただける看護を提供していきたいと思っています。



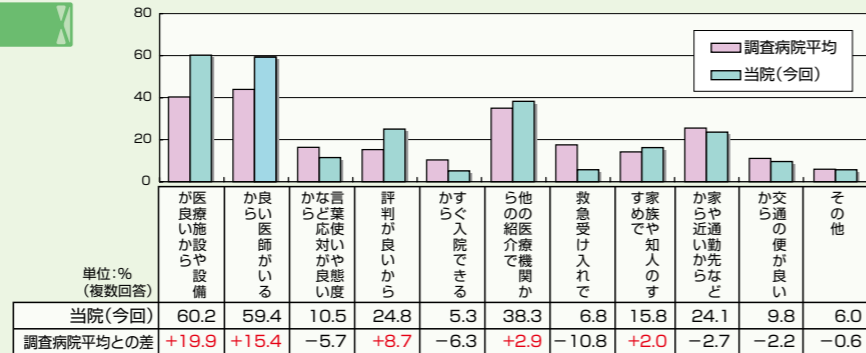
## 入院患者様満足度調査のご報告

当院では問題点の改善や満足度の向上のために定期的に患者様満足度調査を行っております。

入院患者様についての結果を御報告いたします。今回の結果では他の病院に比べ接遇面、診療サービス面ともに平均より高い評価をしていただきました。『接遇面全般について』は「非常に満足」の割合が39.7%、「満足」が53.4%で、全体の93.1%が「満足」と感じています。よりよい接遇、診療をめざして努力してまいります。今回はその調査結果の一部をご紹介します。

### 当院の選択理由

当院の選択理由をお聞きしたところ、「医療施設や設備が良いから」(60.2%)と「良い医師がいるから」(59.4%)の2項目が特に高く、ともに調査病院平均を大幅に上回る。

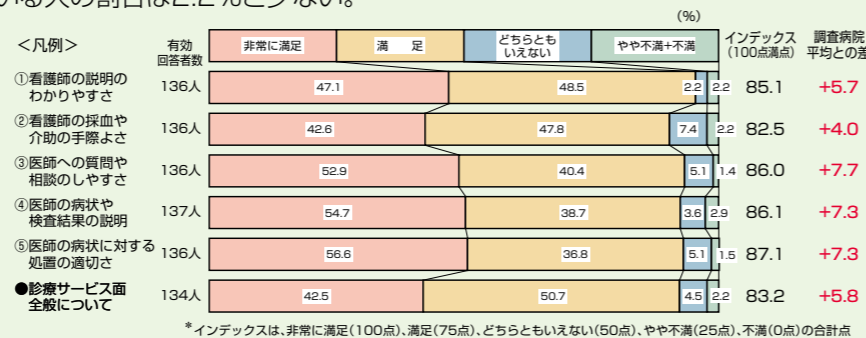


### 診療サービス面満足度

『診療サービス面全般について』は「非常に満足」の割合が42.5%、「満足」が50.7%で、全体の93.2%が「満足」と感じている。「不満」(「やや不満」+「不満」)と感じている人の割合は2.2%と少ない。

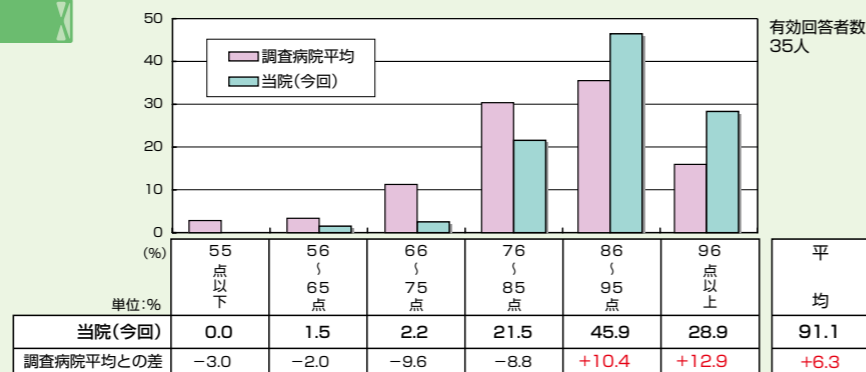
インデックスは83.2で、調査病院平均に比べ、5.8ポイント高い。

全ての項目で「満足」と回答した人が90%以上を占め、満足度が高い。特に『医師』項目では、「非常に満足」の割合が半数以上を占め、インデックスは調査病院平均を、7ポイントあまり上回る。



### 総合評価点(100点満点での回答値)

100点満点で当院の総合評価をお聞きしたところ、その平均は91.1点で、調査病院平均に比べ、6.3ポイント高かった。



### 調査の概要

- 調査対象: 当病院の入院患者さま
- 調査内容: 対象者の属性、当院の選択理由、個別満足度、総合評価点、紹介・推薦意向、自由意見
- 調査方法: 入院受付にてアンケート用紙を手渡し配布し、院内設置の回収箱及び郵送返送の併用方式で回収し、サーベイリサーチセンターに委託。
- 調査時期: 平成21年2月2日~4月30日の間にアンケート票を配布。
- サンプル: 配布数(準備枚数)……500件 有効回収数……138件 有効回収率……27.6%



## 元気な食事 食品についての情報を分かりやすく紹介します。

## 栄養管理科

### 旬の食材 ÆgÉÉgÀv 南瓜と豚のトマトマリネ



1人分 エネルギー 280kcal  
タンパク質 9.5g  
塩分 1.0g

カロリーの気になる方は南瓜は蒸して、豚肉は揚げずに焼いて調理を

#### 材料4人分

南瓜……………400g  
豚肩ロース……………150g

酒……………各小さじ1  
醤油……………各小さじ1  
片栗粉……………各小さじ1

トマト……………大1個  
塩……………小さじ1/2  
コショウ・パジル…少々  
サニーレタス……………4枚

#### 作り方

- 1 南瓜はわたと種を取り除き、2~3cm各に切る。豚肉も同様に切り、Aで下味をつけ、る。トマトも同様に切っておく。
- 2 180℃の油で南瓜・豚肉を揚げる。
- 3 トマトに塩・コショウ・パジルを加え、南瓜・豚肉と和える。
- 4 サニーレタスの上に盛り付けてできあがり。

### トマトの栄養



管理栄養士 小林 文香

抗酸化作用のあるβカロチンやビタミンC、クエン酸などの相乗効果で、老化や生活習慣病、感染症の予防にも効果があると言われています。リコピンはポリフェノールの一種でβカロチンの2倍もの強力な抗酸化作用を持ち、体内で活性酸素の害を防ぎがんの予防などにも効果のある優秀成分です。リコピンは脂溶性なので、油脂と摂取すると吸収率も高まり、ビタミンEを含むゴマやアーモンドと組み合わせるとさらに効果は高まります。高血圧・ストレス緩和にも効果的なGABAも含まれています。他にもカリウムなどのミネラルや食物繊維など体にうれしい成分がぎっしり。これからの季節、夏バテにも心強い味方です。

### トマト

太陽の光を浴びて真っ赤に熟れたトマトはこれからが美味しい夏野菜の主役! 「旨味」「酸味」「甘味」3つの味を持つのは数ある野菜の中でもトマトだけです。フランスでは「愛のリンゴ」、イタリアでは「黄金のリンゴ」の愛称で親しまれていますが、初めは毒であると信じる人が多く、なかなか食用にはならず、観賞用にされていたようです。「トマトが赤くなる」と「医師が青くなる」ということわざがあるほど、美味しいだけではなく、様々な栄養がぎゅっと詰まっています。

## TOPICS

### 最近の話題

## 1kg減らすには?

特定保健指導が始まり、メタボリックシンドローム改善のため食事・運動と生活改善に取り組まれている方も多いと思います。

体重1kg・腹囲1cm減らすには約7000kcalのエネルギーを減らす必要があります。7000kcalと聞くととんでもない数字に聞こえますが、例えば1ヶ月で体重を1kg減らそうと思うと、7000kcal÷31日=約230kcal、つまり毎日230kcal減らす事となります。運動のみでまかなおうとすると毎日1時間以上のウォーキングをしなくてはなりません。なかなか毎日続けるには難しいですね。しかし、20分程度のウォーキングと毎日簡単に口にしているお菓子や缶コーヒー、ビール等を少し減らすだけでも、合わせると230kcalを減らす事はできるのです。一般的な嗜好品のカロリーを表にしましたので参考にしてください。

毎日の適度な運動と少しの食事の努力が、生活習慣病の予防やメタボリックシンドロームの改善につながります。まずは生活習慣を見直すことから始めてみませんか。

チョコレート	1枚(70g)	400kcal	炭酸飲料	1本(500ml)	200kcal
ショートケーキ	1個(60g)	300kcal	缶コーヒー	1本(190ml)	70kcal
大福	1個(70g)	160kcal	ビール	1本(350ml)	150kcal
ドーナツ	1個(50g)	200kcal	焼酎	1合(180ml)	260kcal
アイスクリーム	1個(100g)	200kcal	日本酒	1合(180ml)	200kcal
ポテトチップス	1袋(90g)	560kcal	ワイン	グラス1杯(60ml)	50kcal