

News Letter

病気ひとくちメモ 「女性の腹圧性尿失禁」

泌尿器科 小松 文都

走ったり、物を持ち上げたり、せきやくしゃみやみをした場合など、お腹に力を加える動作時に尿が漏れることを腹圧性尿失禁といいます。腹圧性尿失禁は圧倒的に女性に多く、これは女性の尿道とその周囲の筋肉の構造に起因するものです。

女性の尿道は男性に比べると短く、長さ約3cmくらいで、出口は内臓を支えている骨盤底筋という筋肉で囲まれています。この筋肉は出産や老化でゆるみやすく、その結果尿道の締めまりが悪くなり腹圧性尿失禁が起こるようになります。

60歳以上の女性の5人に1人に腹圧性尿失禁があるといわれるくらい頻度の高い疾患ですが、十分な情報が無いままに「恥ずかしい」「治らない」と認識され、適切な治療を受けられずに放置されることが多いのです。

治療法は、漏れが少ない場合はゆるんだ骨盤底筋を鍛える骨盤底筋体操が効果があり、漏れが多い場合は尿道を狭くするコラーゲン注入療法や尿道をテープで支える尿道スリング術などの簡単な手術で完治可能です。腹圧性尿失禁でお悩みの方は恥ずかしがらずに気軽に御相談ください。



部署だより 「集中治療室」

ICU（集中治療室）の紹介をさせていただきます。

ICUは5階の東病棟と西病棟の間にある自動扉の奥にあります。心電図や血圧呼吸監視モニターおよび人工呼吸器、血液浄化装置など多くの機械に囲まれています。4床の病室には、大きな手術の後や病気が重症化してしまった、あるいは事故で重体となられた患者様が、各科診療スタッフの知恵と技術を総動員した文字どおり、集中的な治療を受けてられています。昨年は318名の患者様が入室されました。

患者様の御容態は刻々変化し、急変の恐れも大きいため、16名の看護スタッフは、1名が受け持つ患者様をお二人までとして、日夜交代で看護させて頂いております。

治療中の患者様は機械やチューブ類につながれ、苦痛もたいへん大きいと存じますが、合併症の予防はもちろん、お身体や口腔の保清などこく日常的なケアにも気を配りながら、安心して治療を受けて頂けるよう努力致しております。危篤状態にあった患者様が快方に向かわれ、一般病棟に移られる時が私たちスタッフの一番嬉しい瞬間です。

御家族には御面会の時間を制限させて頂いたり、待機して頂く設備が不十分など、ご不便をおかけし

ておりますが、できる限り患者様と御家族の思いに沿えられるよう一生懸命頑張っております。



9月の統計

外来患者数	17,137人
新患者数	2,225人
紹介患者数	254人
新入院患者数	504人
新退院患者数	496人
平均在院日数	18日
救急車・時間外患者数	1,363人
手術件数	169件



病院の理念

1. 幡多けんみん病院は幡多地域における医療の中核となる病院として、地域の他の医療機関や保健・福祉介護施設などとの連携のもとに、地域で完結できる、良質な医療の提供を目指します。
2. 地方公営企業として、地域医療をととして地域の福祉の増進を目指しながら、企業としての経済性を発揮する運営をおこないます。

私たちの目指す医療（基本方針）

1. 正確で間違いのない医療
2. 十分に説明をする医療
3. 透明性を大切にする医療
4. 患者さんの希望を大切にする医療

季節の食卓 「おなかのくすり」

〈栄養科〉



ドイツのことわざで「1日1個のりんごは医者を選ばない」と言われています。

これは栄養的にも裏づけされています。甘酸っぱくさわやかな味は、食欲を増進させて疲労回復に効果的です。糖質やリンゴ酸、クエン酸のほか、カリウムや水溶性食物繊維ペクチンをたくさん含んでいることも特徴です。カリウムには体内の過剰な塩分を排出して血圧を下げる作用があります。リンゴの産地に高血圧症の人が少ないというデータもあります。ペクチンは、下痢の時には過敏な腸壁を守りながら食べカスをふき取ってくれます。また、便秘の時には乳酸菌を増やして腸の働きを高め、便通をスムーズにします。りんごのすりおろしやジュースは、消化がよく胃腸に負担をかけることなくすぐにエネルギーになるので、病状回復期の方や離乳食におすすめてです。皮をむいた後の変色はよく冷やして塩水につけることで抑えられます。

研修予定

《病院職員向け》

- 10月25日 メディカル・コントロール研修
- 11月1日 ACLS研修
- 11月15日 ACLS研修
- 11月16日 安全管理研修

《患者様向け》

- 10月28日 母親学級
(分娩経過と呼吸法、
乳房マッサージ・病棟案内)
- 11月2日 糖尿病教室
(日常生活の注意点、
食品交換表)



- 11月16日 糖尿病教室
(インスリン療法、
献立のたて方)



医療相談室さらに充実

10月1日から、医療相談室に細川梓(あずさ)さんが採用されました。採用前は、老人保健施設で相談業務に従事され、社会福祉士の資格も取得しています。採用されて間もない細川さんに、当院の印象や今後の抱負について伺いました。

けんみん病院の印象は？

診療料が多いこともあり、相談内容は想定外のことも多く、何が起こるか分からないという印象です。

仕事はどんな感じですか？

以前と同じ相談業務なのでお話を聴くことには慣れていますが、相談を解決できるように、これまで以上に経験していない新しい分野(医療保険・障害・児童関係)を勉強したいです。周辺の病院・施設・行政機関の方とも一緒に仕事をすすんでほしいですね。院内で解決できなくても、他機関と連携して初めて進むような仕事も多いと思うので、連絡をとりながら仕事を進めたいです。

患者さんや患者さんのご家族へ一言

医療費等の経済的なことに限らず、誰に聞けばよいのかわからない時、「ちょっと聞いていいですか?」と気軽に声をかけてほしいです。とりあえず一緒に考えて、必要な時は周囲の方に協力してもらいながら解決していきたいと思えます。

病院の職員の方へ

病院の仕組みなど、とにかく、まだ何もわからず、「誰に何を聞いていいのかわからない状態」です。何を聞きだすかわからないので、わかる範囲で協力してください。よろしくお願います。



細川 梓 さん