



HOSPITALITY

SATISFACTION

PARTNERSHIP

INNOVATION

TASK

LIFE

病院・診療所のみなさまへ

城陽江尻病院だより 2018年1月号

病院・診療所のみなさまへ

新年あけましておめでとうございます。また、いつも当院をご利用くださり、誠にありがとうございます。定期的に配信してまいりました当院の『地域連携課だより』ですが、前号より内容・デザインを一新して、『城陽江尻病院だより』として再出発いたしました。今後もお高覧いただけますと幸いです。今号の特集は、「当院での前立腺肥大症診療について」と「外来糖尿病教室について」となっております。ぜひご一読ください。

当院での前立腺肥大症診療について

国全体の高齢化とともに、泌尿器科の治療対象の中心は、泌尿器癌に加えて前立腺肥大症を含む排尿障害になってきました。下の表「本邦における前立腺肥大症の有病率」（前立腺肥大症診療ガイドライン 2011）は、年齢が上がるとともに2) 前立腺が大きくなり、3) 尿の勢いがなくなって残尿が増え、1) 前立腺肥大に伴う症状が悪化していく様子を表していると言えます。1) 2) 3) を満たす前立腺肥大症の有病率は、40 歳代と 50 歳代でそれぞれ 2%、60 歳代で 6%、70 歳代で 12% と推定されています。当院では国際前立腺症状スコアの正確な計測に始まり、経直腸エコーによる前立腺体積の測定（図 1）、尿流量と残尿量の測定をきちんと行ったうえで治療計画を立て、実行していくように心がけています。

本邦における前立腺肥大症の有病率（前立腺肥大症診療ガイドライン2011より）

年齢（歳）	(1) % IPSS>7	(2) % PV>20	(3) % $Q_{max}<10$	(4) (1)+(2)+(3)
40~49	47	20	4	2
50~59	44	35	6	2
60~69	52	39	19	6
70~79	63	37	42	12

IPSS: 国際前立腺症状スコア（点）、PV: 前立腺体積（mL）、 Q_{max} : 最大尿流量（mL/秒）

また、前立腺肥大症患者さんの中には、前立腺癌を合併されている方がいらっしゃいます。そのため、前立腺特異抗原（prostate-specific antigen、以下 PSA）を必ず測定するようにしています。一般に PSA の基準値は 4.0ng/ml 以下とされていますが、年齢階層別の基準値が存在し、64 歳以下は 3.0ng/ml 以下、65～69 歳は 3.5ng/ml 以下、70 歳以上は 4.0ng/ml 以下とされています。この年齢階層別の基準値を採用しつつ、MRI 画像も参考にし、必要に応じて前立腺生検（図 2）を行うという流れで前立腺癌の精査を進めるようにしています。



図 1：正常な前立腺の経直腸エコー所見



図 2：前立腺生検の風景



泌尿器科部長の市川靖二医師

外来糖尿病教室について

当院で外来糖尿病教室が始まって、もうすぐ3年半を迎えます。チームは、舵取り役の管理栄養士に、医師・看護師・薬剤師・理学療法士・検査技師という構成になっています。当院で外来糖尿病教室を始めることになったきっかけは、患者さんの“栄養指導嫌い”でした。たとえば、糖尿病の栄養指導を受けた患者さんからは「あれを食べてはダメ、これを食べてはダメと言われる」「栄養指導を受けてしまったら、食べることを我慢しなくてはいけない」といった否定的な言葉が出ていました。従来、栄養指導は一対一で行われ、患者さんひとりひとりに合わせた指導をできるのがメリットですが、どんなに優しく指導しても患者さんによってはネガティブなイメージをもたれてしまうようでした。そこで、一対一の個人指導ではなく集団指導はどうだろうかと考え、外来糖尿病教室を始めることにしました。



いざ始めようとする、たくさんの課題が浮上しました。たとえば、

- 一食に食べてよい量を、出来るだけ自然に身につけてもらうにはどうしたらよいか
- 2型糖尿病という病気をどのように理解してもらえばよいか
- 専門用語が多い中、どこまで簡単な言葉で説明したらよいか
- 継続して教室にお越しいただくにはどうしたらよいか
- 年齢、性別、病状が異なる患者さんに、どのように指導していくのがよいか

など。すべてというわけではありませんが、これらの課題を解決したうえで外来糖尿病教室を始めました。

その解決方法ですが、まず、一食に食べてよい量を身につけていただくべく、実際にお食事を提供していくことにしました。また、楽しく飽きずに学び続けられるよう、献立は毎回変えるようにしました。そうすることで、食事を楽しみにしてくださる患者さんが増え、開始から現在までの3年半の間、ほぼ皆勤という患者さんも出てきました。

お食事以外の要素についても、できるだけ簡単にすることを心がけつつ、ゲーム形式にしたり、実際に体験してもらうようにしたりすることで、少しでも記憶に残るよう工夫しました。毎回アンケートを行っているのですが、参加された患者さんの満足度は上々です。患者さんが楽しめることで、スタッフも嬉しくなり、次回も頑張ろうというやる気をいただいています。

直近の外来糖尿病教室は、年に2回行われるバイキングでした。バイキングでは、沢山あるお料理の中から自分の好きなものをどれくらい食べられるのか、ゲームのように楽しみながら実際の食事体験していただきます（図1、図2）。

まず、患者さんにお料理と交換できるコインを渡します。お渡しするコインの数は、一食に食べてよい量と同等になっています。患者さんは、そのコインを使って自分の献立を組み立て、一緒にお食事をします。お食事が終わった後、自分が選んだものがどれくらいのカロリーだったのかなどを確認し、「思いのほか多かった！」「少なかった！」と楽しみながら一喜一憂されます。予想外の結果であったと感じられる方が多く、学びに繋がっているようです。

このような教室を年に12回開催しています。今後もスタッフで知恵を出し合い、新しい企画を考え、患者さんが糖尿病のことを楽しく学んで前向きに付き合っていけるよう、頑張っていきたいと思えます。



図1：バイキングのお料理



図2：お料理を選ぶ患者さんたち

2017年11月・12月の院内研修



11月 救急蘇生研修

人形や練習用のAEDを用いて、一次救命処置の研修が行われました。



12月 感染対策研修

手指衛生の講義が行われました。委員による手作り動画が分かりやすく、研修参加者に好評でした。

忘年会の風景



2017年の忘年会は、ホテルの大会場を貸し切り、ビュッフェ形式で行われました。クイズ大会や永年勤続表彰も行われ、楽しい時間を過ごしました。

患者さまのご予約方法

入院・転院のご依頼
外来診療のご依頼
上部・下部消化管内視鏡のご依頼

- ➔ 079-225-1231にお電話ください。
担当医と調整の上、予約を入れさせていただきます。

CT・MRI・超音波・骨密度・サーモグラフィー・マンモグラフィーのご依頼

- ➔ 079-225-1231にお電話ください。

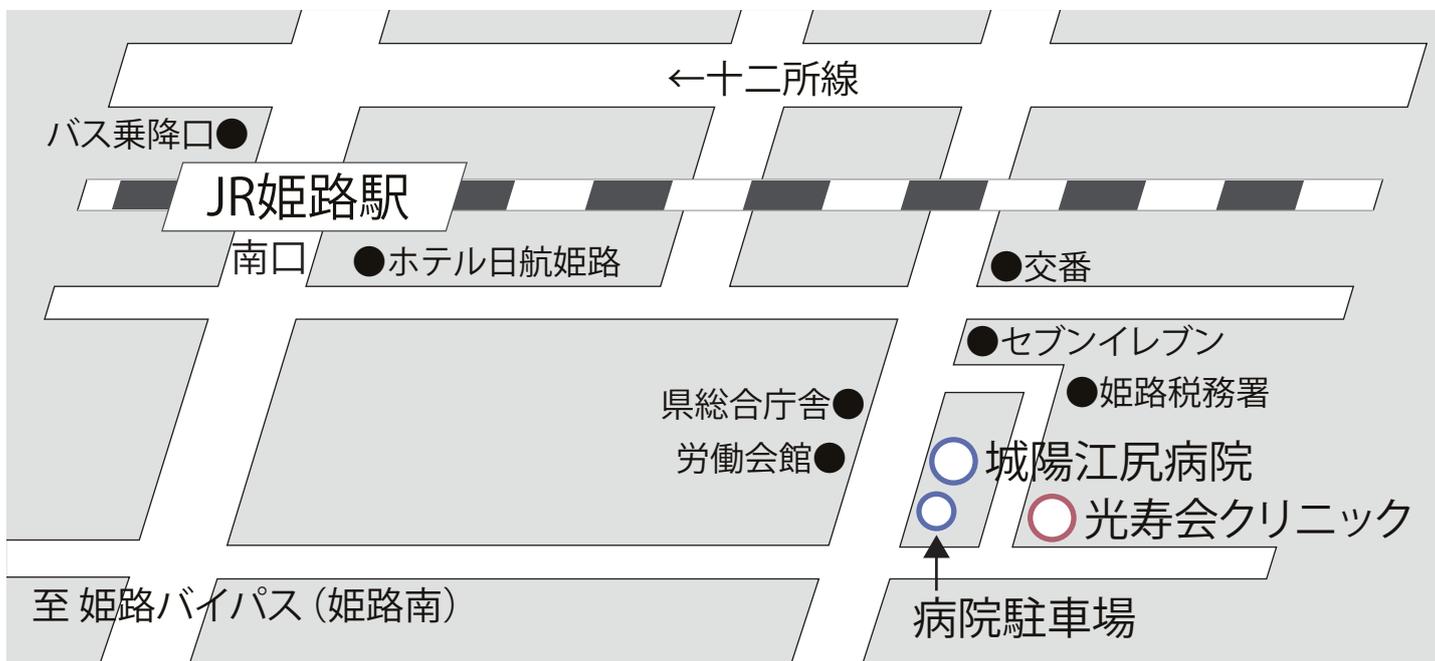
※ 受付時間は 8:30 ~ 19:00 となっております（日曜、祝日を除く）。

ご予約後の流れ

患者さまに、以下のものをご持参いただくようお願いください。

貴院からの診療情報提供書（紹介状）
（CT・MRI をご依頼の場合は所見用紙）
健康保険証
当院受診歴のある方は、当院の診察券
（必要に応じて）貴院での血液検査結果、投薬情報

患者さまに、来院当日は1階総合受付にお越しいただくようお願いください。
スタッフがご案内いたします。



EJIRI HOSPITAL
城陽江尻病院

〒670-0947 兵庫県姫路市北条1丁目279
ホームページ：www.ejirihospital.or.jp
代表 Tel：079-225-1231
Fax：079-222-0154