



11月8日はいい歯の日

歯科口腔外科部長

とうもり ひでとし
東森 秀年

日ごろ歯を粗末にしている人はいませんか? 「**元気で長生き!**」を支えるのは歯とお口の健康です。

歯周病は、全身の健康に影響を与えることが明らかになってきています。歯が抜けたりするだけでなく、肺炎、心疾患、糖尿病、認知症など多くの病気や、最近話題となっているフレイルの原因になったりすることも言われています。

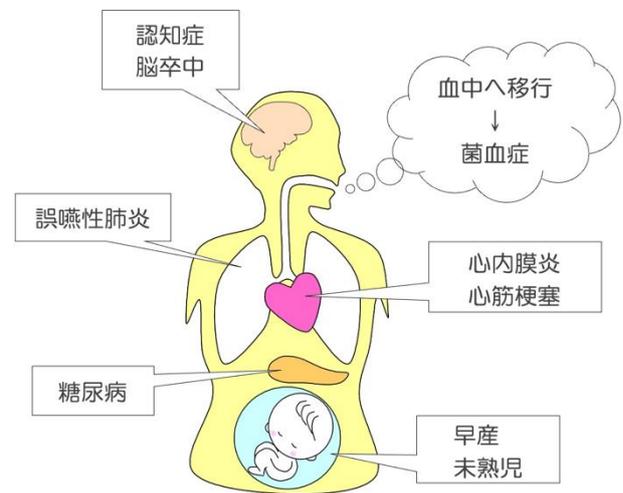


■歯周病と全身との関係

お口の中の細菌が、誤嚥により肺に入ったり、血中に移行して全身に広がると、さまざまな病気が引き起こされます。時には命にかかわることもあります。

歯周病の予防・治療には日々の適切な歯みがき(ブラッシング)が大切ですが、歯ブラシだけでは6割程度しかきれいにならず、歯間ブラシやフロス(糸ようじ)を使って、ようやく8~9割です。残りの1~2割は、歯科医院で歯科衛生士に専門的な口腔ケアを受けないと除去することはできません。

口腔細菌と全身との関わり



その他：骨粗鬆症、男性機能、炎症性腸疾患、がん(免疫)

■オーラルフレイルについて

年齢とともに体が弱っていくことを**フレイル**といいます。これに先立って弱ってくるのがお口の働きで、これをオーラルフレイルといい、要介護や死亡のリスクが2倍以上になります。

歯科では口腔機能低下症の病名で治療やリハビリが行われ、老化や病気の進行を遅らせて若返りや治療に貢献します。

オーラルフレイルの人が抱えるリスク

新規発症

身体的フレイル	2.4倍
サルコペニア(筋肉が <small>おとろ</small> 衰えること)	2.1倍
要介護認定	2.4倍
総死亡リスク	2.1倍

大規模長期縦断追跡健康調査(柏スタディ)

Tanaka T. et al, J Gerontol A Biol Sci Med Sci. 2018;73:1661-1667.

当院は、地域の歯科医院と密に連携をとりながら市民の皆様の**お口の管理**に努めております。健康に長生きするために、**かかりつけの歯科医院**で定期受診を是非受けましょう。



Nurse to meet you
職 場 紹 介

約束事(クレド)を実行するため、 呉市民から愛され信頼される病院を目指す

国家公務員共済組合連合会 呉共済病院 外来師長 重田 奈美

呉共済病院は気候温暖、人情豊かな街として知られる呉市の中心部に位置し、病床数は397床です。

当院のキャッチコピーである「まもりたい、あなたの明日と地域の医療。」を実行するための約束事(クレド)として、

1. 心のこもった挨拶と笑顔で接します
2. 患者さんに寄り添った医療サービスを提供します
3. 先進的な医療を提供します
4. 全ての職員がプロフェッショナルとしての自覚を持ち行動します

という4つがあります。

当院の外来は23診療科の一般外来・化学療法ほか治療室・放射線科や内視鏡センターの検査・治療室・人

間ドック検診部門の4つのエリアから構成されており、1日外来患者数は平均約600名です。

外来にはほとんどの患者さんが利用する処置室(採血や注射、輸血、導尿や侵襲的な検査や処置など)

があり、多い日は1日250人以上の患者さんの採血を実施しています。

従来、看護師は常勤1名のほかパート看護師を含む計5名が配置されており、日々各科からの応援者により多忙な業務を遂行していました。当院の75歳以上の外来患者の割合は48.2%(2022年度)であり、番号で呼びだしても気づかれない方、処置台の椅子に辿り着くまでに転倒する方、椅子に安定して座るまで見届ける必要がある方、椅子に座られても腕を露出するまでの準備に時間を要する方、忘れ物をする方など採血前後の患者さんを取り巻く環境管理に時間と労力を必要とし、結果患者さんの待ち時間



にも影響していました。そこで採血の集中する午前中にナースアシスタントを1名配属してもらい、それぞれの課題に対し支援できる体制を整えました。すると、これまで採血実施者が一連にすべて関わっていた時間や労力が緩和され、患者さんの安心と安全が確保されただけでなく、落ち着いて準備や確認ができるようになりました。そのことは心の余裕にもつながり採血の技術面だけでなく、接遇面や待ち時間も好転し、患者さんからはとてもありがたい意見をいただいています。

今後もクレドを実行するため、呉市民から愛され信頼される病院を目指し、多様な課題に取り組んでいきます。



処置室の様子



ナースアシスタントによる援助

「がん教育」訪問授業を行いました



9月15日(金)、杉本龍士郎医師(胸部外科部長兼地域医療連携室副室長)が呉港高等学校(呉市広)を訪問しました。

「みんなに知ってほしいがんのこと」と題し、日本のがんの現状、若いうちからできる予防策や検診の大切さ、また、がんになったときの治療や支援などについて、講義を行いました。

当日は、1年生の生徒のみなさんに対面で授業を行い、同時に各教室にもウェブ配信され、全校生徒約600名が聴講されました。皆さん熱心にメモをとっていらっしゃいました。

がん教育

現在、日本人の2人に1人が生涯でなんらかのがんにかかっています。

健康に安心して暮らせる社会になるには、早い時期からのがんについての正しい知識と理解が大切です。

また、がん患者さんやご家族など、がんと向き合う人々に対する理解を深めることを通して、健康と命の大切さを学ぶことを目的とした、健康教育の一環として小中高生に対する「がん教育」が行われるようになってきました。



10月30日(火)、児玉寛治医師(診療部長兼内視鏡室部長)が広島県立呉工業高等学校定時制(呉市阿賀)を訪問しました。



「がんについて」と題し、がんとはどんな病気か、また、みんなができるがん予防として、適度な運動と規則正しい生活習慣が大事であることを講義しました。

みなさん熱心に授業を受けていらっしゃいました。



～当院のフレッシュさん～

こんにちは！医療ソーシャルワーカーです



地域医療連携室 (MSW)

なかだいら

中平

たいし

大士

医療ソーシャルワーカー (MSW) の役割

早速ですが、皆さんは病院の中にソーシャルワーカーがいることをご存じですか？
当院では、患者さん・ご家族さんが安心して治療に専念していただけるよう、医療ソーシャルワーカー (MSW : Medical Social Worker) が配置され、ご相談等を承っています。

私たちの仕事は簡単に言うと、「患者さんの今後の治療・その後の生活について、社会福祉の立場からさまざまな調整をする仕事」です。

具体的な相談例と支援

例えば…

- 「退院後、介護が必要となったので介護サービスを利用したい」
- 「障害が残ったので、利用できる制度などについて知りたい」
- 「医療費が払えそうに無いため、どうしたらいいのかわからない」
- 「手術は終わったが、体力的にまだ家で生活するには不安があるので、他病院でリハビリを行いたい」などといった不安やご希望はありませんか？

私たちは、病気や怪我に伴う、「今後の日常生活に対する不安」や「生活環境の問題」、「金銭的な問題」、「精神的な不安」などに対し、実際に患者さんやご家族さんから話を伺い、今後の通院生活や退院後、できるだけ安心して生活していただけるよう支援させていただいております。

具体的な支援内容には、介護保険制度や障害者福祉制度などをはじめとする社会福祉制度の活用、転院先の病院・行政等の関係機関との調整、治療と仕事・学業の両立を図るために、職場や学校などに支援を働きかけることもあります。院内においては医師、看護師をはじめとする多くの職種と連携しながら、よりきめ細かな支援体制の整備を図っています。

患者さんの今後の治療と生活を結びつける

皆さんは病院という場所にどのようなイメージを持たれていますか？病気や怪我を治すだけだと思いませんか？

私自身、以前はそんなイメージしかありませんでしたが、患者さんと関わっていくうちに考えが一変しました。病気や怪我をしたからこそ、今の生活を見つめ直すことができたり、家族と今後の将来について話し合う機会ができたり、そのような場面を多々見してきました。

治療と日常生活はきってもきり離せないものだと思います。そこを結びつけていくのが医療ソーシャルワーカーの役割だと思います。医師や看護師に言うのは少し気が引けてしまうような事や、誰に聞けばいいのかわからないような事でも、遠慮せずにご相談いただければと思います。



ごあんない

◆医療福祉に関する相談窓口◆

時 間 : 8 : 30 ~ 17 : 00

場 所 : 1階地域医療連携室

現在、当院の地域医療連携室には、国家資格である社会福祉士を取得した医療ソーシャルワーカーが7名在籍しています。地域の皆さんが、安心して治療に専念できるよう精一杯支援させていただきます。

