

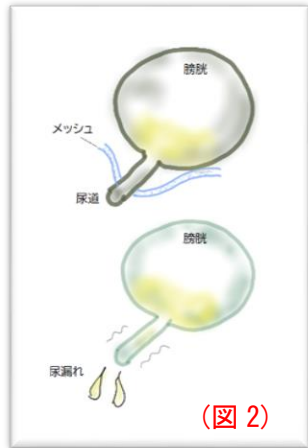
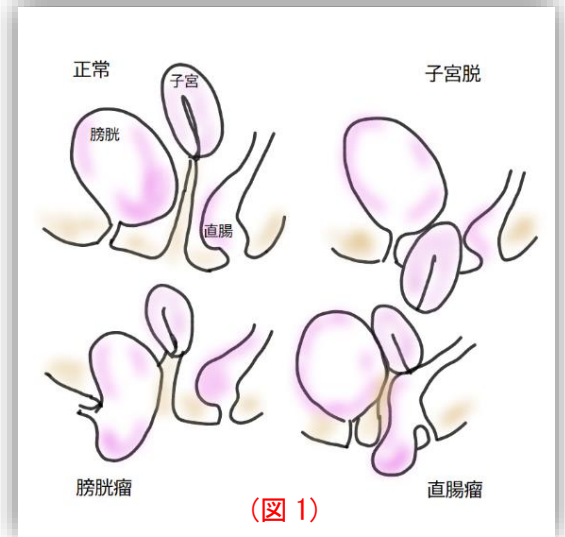
## 女性泌尿器科

泌尿器科 安東 栄一

あなたのその悩み、実は治療法がたくさんあります。

さて「女性泌尿器科」をご存じでしょうか。

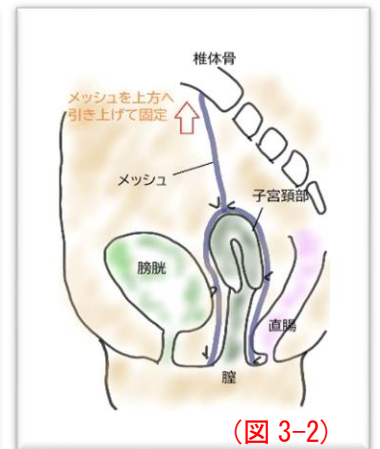
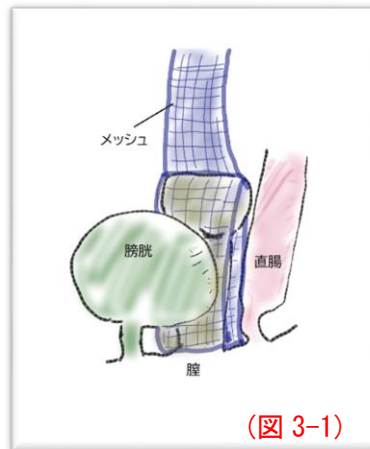
**女性特有の骨盤臓器におこる泌尿器疾患**を診て治す部門です。いわゆるおしものトラブルです。具体的には、「尿失禁」、あるいは子宮、膀胱あるいは腸が膣口から脱出、またの部分に激しい違和感や、排尿障害を引き起こす「**骨盤臓器脱**」(図1)が代表的な疾患です。出産、閉経、加齢により、臓器の支えが弱ってくるのが原因です。



**失禁治療**は、①骨盤底筋体操(いわゆるリハビリテーション)、②内服治療、③手術療法などがあります。状態をみながら段階的に治療をすすめてゆきます。手術療法は、尿道を支えるテープを膣の壁に2cm 小さな傷から尿道を支えるように挿入します。5日前後の入院で治療可能です。(図2)

**骨盤臓器脱の治療方法**を説明します。ごく初期のものは体操などで対応可能です。膣内にペッサリーと呼ばれるリングを挿入し、臓器の脱出を抑えることもあります。脱出の程度によっては、手術療法が必要となります。手術は、シート状の医療用メッシュ(みかんのネットのようなイメージ)を、おなか側から膣壁を覆うようにたて、弱まった支えを補強し、臓器が落ち込まないようにします。

つまり、フェンスをたてる感じです。(図3)手術は1cm 前後の穴をおなかに4か所あけ、そこからカメラや道具を入れてメッシュを挿入する内視鏡手術(LSCと呼ばれます)です。翌日から食事・歩行可能で、1週間程度の入院で行います。



これらの病気はむかしからあるものですが、患者さん、医療者側とも病気としての認知が低かったため、正しく治療がされてこなかった経緯があります。恥ずかしさもあり、医療機関を受診できないでいる方も多いと思われます。しかし、あなたのその悩み解決するかもしれません。

**泌尿器科で一度相談して、快適な生活を取り戻しませんか？**



# 人生会議（ACP）をやってみよう

呼吸器外科 杉本龍士郎

皆さん、人生会議って聞いたことがありますか。

人生会議とは、かかりつけ医や看護師のような普段から関わりのある医療者と自分の健康について相談しながら、これからの人生の間であなたが望むこと、大切にしたいことや病気になったときのことなどを、家族や友人のような信頼のおける近しい人と話し合うことです。前もって話し合っておくことで、事故や突然の病気など予期せぬ状況においても本人の意向に沿った医療が実現できることを目的としています。

もともと、アドバンス・ケア・プランニング（Advance Care Planning）と呼ばれていた取り組みで、頭文字をとってACP（エーシーピー）という略称で呼ばれていましたが、2018年に人生会議とも呼ばれることになりました。

人生会議（ACP）では具体的には、① 今後の人生をどう生きたいか、何を大切に生きたいかについて考え、② さらに現在の御自身の健康状態と今後の見通しを知った上で、③ 病気や事故であなたが自分で判断出来ない状況になったときに備えて、あなたの思いを代わりに伝えてくれる人を決めましょう。伝えてくれる人が決まったら、④ ①で考えた、あなたが今後の人生に望むことや、病気になったときにあなたが受けたい医療、受けたくない医療などを話し合い、お互いの理解を深めた上で、⑤ 話し合ったことを文書にして書き残しておきます。この文書は記録が目的であって、書いた通りにしないとイケないわけではありません。その後何度か書き直すことが可能です。

人生会議（ACP）を行う上での注意点として、決して強制されるべきものではなく、希望しない方への配慮が必要です。また、希望や思いは健康状態、社会状況などを反映して時間とともに変化しますので、人生会議は一度すれば終わりというものではありません。何度か繰り返し、どう気持ちが変わったかを話し合うことで、お互いのより深い理解につながり、予想外の事態にそなえる助けとなります。

皆さんも人生会議を行ってみてはいかがでしょうか。重く受け止めずに気軽に行ってみることをお勧めします。

## ■Information

映画「ぼけますから、よろしくお願いします。」でおなじみの信友直子監督とお父さんによる人生会議を呉共済病院のYouTubeチャンネルで公開しています。ぜひ一度ご覧ください。



呉共済病院公式 YouTube

広島県地域保健対策協議会が作成した人生会議を行う手引きとなる「私の心づもり」と呉市が作成した「人生の彩（いろどり）ノート」は、呉市役所や当院1階、呉市内の医療機関などで配布されています。



# 看護部紹介⑥



## ～ ICU ・ 中央手術室 ～

昨年より7回（予定）にわたって、看護部紹介をお届けしています！  
第6回となる今回は、ICU・中央手術室について紹介いたします。

### 集中治療室 ICU

#### －病棟の特徴－

ICUは5床で稼動し、集中ケア認定看護師1名を含め15名の看護師が従事しています。重症度の高い術後患者さん、救急搬送され高度な治療・管理を必要とされる患者さんなど、緊急時にも備え幅広く対応しています。

#### －病棟の雰囲気－

重症度の高い集中治療と管理が求められるため、各勤務帯のスタッフ間の連携とチームワークが不可欠な現場です。リーダー看護師を中心に各科医師をはじめ、メディカルスタッフ（臨床工学技師・理学療法士・薬剤師・医事課・医療ソーシャルワーカーなど）と協働し、安全で確実な医療・看護が提供出来るように、情報共有を大切にしている職場です。

### 中央手術室

#### －部署の特徴－

当院の手術室は7部屋あり、一般外科・整形外科・泌尿器科・呼吸器外科・心臓血管外科・脳神経外科・耳鼻科・頭頸部外科・形成外科・皮膚科・歯科口腔外科・婦人科など年間約2600件の手術を行っています。

また24時間体制の救急診療に対応し、緊急手術を可能な限り受け入れる体制を整えています。

#### －部署の雰囲気－

手術には、医師・看護師だけでなく、多くのメディカルスタッフ（臨床工学技士・診療放射線技師・臨床検査技師など）が携わります。患者さんが安心して手術を受けられるように、手術室スタッフがー丸となり安全を第一に考え、お互いが声を掛け合いながら手術が円滑に進むよう心がけています。

※次回は『外来・救急診療室』についてお届けします。

#### －病院の理念－

高度・良質の医療  
最善の奉仕  
研鑽と協調  
地域医療の支援

#### －病院の基本方針－

一 良質で適切な医療の提供に努めます  
二 患者さんの権利を尊重し、患者さんの満足・安心・信頼を追求します  
三 新しい知識と技術を積極的に習得し、常に質の高い先進的医療を行います  
四 地域の中核病院として、地域社会の要請に応える医療を提供します  
五 職員が意欲を持って働ける病院をめざします  
六 次代を担う有能な医療従事者の育成をめざします  
七 専門的ながん医療の提供に努めます  
八 国内での医療救護活動に積極的に参加します



当院管理栄養士オススメ おうちで出来るかんたんレシピ



栄養成分 (1人分)

エネルギー293 kcal たんぱく質 16.1 g 塩分 1.4 g

疲労回復効果のある食材と食欲増進効果のあるカレー粉で、夏バテを予防しましょう!

夏バテ予防

豚肉とニラの

カレー炒め

### 材料 (2人分)

豚肉 (肩ロース)	140 g
ニラ	50 g (半束)
長芋	120 g (小1個)
エリンギ	50 g (1本)
カレー粉	大さじ 1/2
砂糖	大さじ 1/2
みりん	大さじ 1
しょうゆ	大さじ 1
酒	大さじ 1
水	1/2 カップ (100 cc)

### つくり方

1. ニラは 1 cm に切る。  
長いものは皮をむき長さ 5 cm、1 cm 角の棒状に切る。  
エリンギは薄切りにする。  
豚肉は 2~3 等分に切る。
2. フライパンに豚肉を入れて炒める。  
色が変わったらカレー粉をまんべんなく入れて炒め、  
香りが立ったら酒と水を加える。  
煮立ったら、砂糖、みりん、しょうゆと長いもを加え、  
蓋をして中火で 5 分煮る。
3. 蓋を取ってニラとエリンギを加え、しんなりしたら完成。



### 管理栄養士からコツ・ポイント!

- スパイスであるカレー粉は、炒めることで香りがひきたちます!
- エネルギー制限のない方は、豚肉を豚バラ肉 (しゃぶしゃぶ用) に変えても◎

ニラ



ニラの独特なおいのおいの元である「アリシン」は、にんにくにも含まれている栄養素です。

豚肉や長いもに含まれるビタミンB1 と結合して体内に長時間とどまり、疲労回復効果があります。

長いも



長いもは加熱すると、ホクホクとした食感を味わえます。

ぬめり成分には、胃腸の粘膜を保護する働きがあります。