



公立芽室病院 第97号 だより

ホームページアドレス
http://memuro.com
または芽室町ホームページのトップ
ページからアクセスできます。

自分や家族が病気になって、 不安なことはありませんか？

医療ソーシャルワーカー 吉田 かおり

病気になると、治療のことに加え、様々な不安や問題が起こります。例えば、病気のために仕事ができない、生活が苦しく医療費の支払いが難しい、体が不自由になってこれまで通りの生活ができない、寝たきりや認知症のお年寄りを家で介護することが難しいなど、今までの生活では考えられなかったことに直面します。また、医療保険・介護保険・社会福祉・年金などは初めてサービスを利用する立場となり、利用の仕方や申請方法が分からず、戸惑いを感じる方は少なくありません。このようなときに患者さんや家族のお力になれるよう医療ソーシャルワーカーがご相談をお受けしています。医療ソーシャルワーカーとは、医療現場で働く福祉に関する専門職として公立芽室病

院にも配置されています。相談をお受けする際は、まずゆっくりとお話を伺い、問題点を整理し、それに対するサービスの説明、紹介をさせていただきます。また、患者さんやご家族の同意のもとに、医師や看護師をはじめとする院内スタッフや地域の関係機関と連携を取り、問題解決のために必要な情報共有や調整を図ることも大切にしています。なお、相談内容の秘密は固くお守りいたします。ご相談を希望される方は、公立芽室病院の受付窓口で「医療ソーシャルワーカーに相談がある」とお申し出ください。電話でのご相談も受け付けております。どうぞ、お気軽にお声かけください。



- ・妊娠中の方、子育て中の方、そのご家族などどなたでも参加OK
 - ・助産師・保育士も毎回参加しています。妊娠中から出産後の疑問、不安なこと気軽に何でもきくことができます。
- 場 所：公立芽室病院 3階研修室
日 時：毎月第1・第3水曜日(10時30分～11時30分)
参加費：100円
予定しているテーマ
- 8月21日 「お産のはなし」はぐHug人気のテーマ。お産のはなしを聞きたい妊婦さんも大歓迎
 - 9月4日 マタニティカフェ 「ヨガ」
 - 9月18日 「助産師さんに聞く女性のカラダづくり」
 - 10月2日 マタニティカフェ 「タッチケア」
 - 10月16日 「絵本とおもちゃの選び方」トムテの家保育士坂本真智代さんからおもちゃの話とおすすめの絵本を紹介してもらいます。

健康診断は受けることが目的ではなく、その結果をどうにかすかが大切です。健康診断で精密検査や再検査が必要とされた方は、どうすればよいのか、医師や保健師からのアドバイスをお知らせします。

血糖が高いといわれたら...
健診担当医 伊井 宏一

血圧と違い、血糖測定はどこでもできるわけではありません。多くは健康診断や医療機関を受診して採血したら「高いよ！」といわれることがほとんどでしょう。その時点で、あなたは「そういわれても自分ではどうもない」と感じている。

糖尿病患者さんのなかには、目が見えなくなる(失明)、むくみ(腎不全)ができるようになって、初めて、血糖測定を受け、糖尿病と診断されるかたもいらっしゃいます。血糖値が300も400もあるかたでも「今まではどこも悪くなかった」(苦しい・痛いなどなかった)とおっしゃいます。失明とか腎不全の症状ができるには相当長年に、血糖が高い状態が続いているはずで、そこまですると、病気は相当進んでいます。そこから治療する(元に戻す)のは非常に大変です。戻らないこともあります。

症状が出る前に、血糖が高いといわれたら、…早めにまずは医師、保健師にご相談ください。そして聞いてみてください。

どうしたら良いか?・・・と

保健師の
プラス
ひと言

医師や保健師、栄養士から栄養指導や運動指導を受けご自分の生活習慣を振り返り、生活改善に取り組みましょう。血糖が高め(110～125mg/dl)の方には糖尿病か境界型か正常かを判定する糖負荷試験を受けることをおすすめします。



緑内障(疑い)といわれたら...
眼科診療部長 大西 通広

緑内障は視神経線維が眼圧(眼の中の圧力)に耐えられなくなり死んでしまう病気です。視神経が障害を受けると網膜に映った情報を脳に伝えられなくなり視野(見える範囲)が狭くなりますが、緑内障の初期には自覚はありません。ある報告では40歳以上の約5%が緑内障とされています。その90%が御自身で緑内障と気づいていない潜在患者と見積もられています。視神経が“死んでしまう”と再生しませんので早期発見、早期治療が重要です。治療の基本は眼圧を下げることです。治療法は点眼薬の他、レーザー治療や手術治療があります。手術は最後の手段ですが人工的にバイパスを作り目の中の水を目の外(正確には結膜の下ですが)に流し出す治療です。しかしこの手術は薄い結膜一枚で外界と隔てられる為、手術後の眼内炎発生率が白内障手術より10倍近く高く、可能な限り手術を回避すべきと考えております。幸い私が大学を卒業した20年以上前に比べ緑内障の点眼薬は数多く世に出され眼圧がコントロールされることが多いので手術に至る例は少ないです。

当院の健康診断では“緑内障(疑い)”の有無を判定しています。健診で撮影した眼底写真から視神経乳頭の凹み具合を観察します。しかし3次元の立体写真ではないので正確には凹んでいる状態を評価するのは難しく、視神経乳頭上の血管走行や視神経乳頭の色合いの違い、視神経乳頭周囲の出血の有無や網膜神経線維の色調を参考にしています。異常所見を見逃さないため結果的に正常な眼に“緑内障(疑い)”と判定することがありますが、同判定となりましたら速やかな眼科受診をお勧めいたします。