

地域医療連携をつなぐ、みなとの玄関  
 みなとさぼーと ～入院支援部門～

患者総合支援センター(みなとさぼーと)の入院支援部門では、患者さんの治療や入院について説明したり、病歴などの情報を直接聞いて院内外他職種へ共有したりすることで連携をはかっています。患者さんが安心して入院生活を送り、退院後も継続して住み慣れた地域で生活できるように“さぼーと”しています。

先日、若い頃はマラソンランナーで、現在も食事管理を徹底し日々の筋トレを欠かさない、という70代後半の方の対応を行いました。話し好きな方で、これまでの実績や頑張っていることなどユーモアを交えて話され、話の途中に突然立ち上がり「これだけ動けるんだよ」



とダンスを踊るかのように動かれ、笑顔でお話してくださいました。対応している看護師も笑顔をもらおうと同時に、この笑顔を退院後も地域へつなげていきたいと感じました。

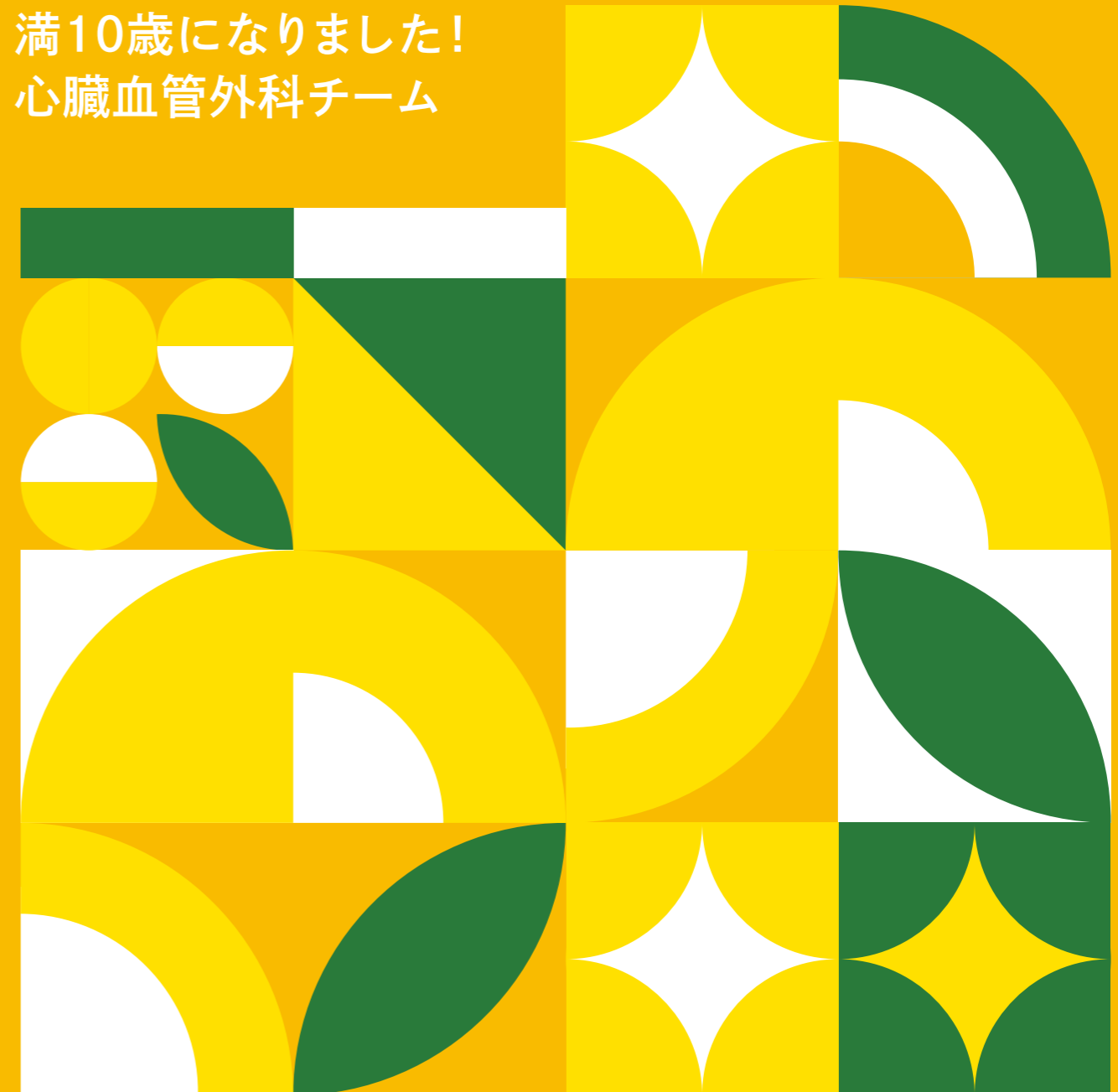
入院は患者さんや家族にとって、とても大きなイベントです。時には涙を流しながらお話しされる方もいらっしゃいます。様々な思いを抱えながらご自身の情報を話していただけるので、私達もみなさんの不安を少しでも取り除いていけるよう努めていきたいと思えます。

[患者総合支援センター] 看護師長 村山 杏子 看護師 築城 祐子



TOPICS

満10歳になりました!  
 心臓血管外科チーム



INFORMATION

お知らせ掲示板

院外講座、がんばってます!

市内の公民館や公共施設を利用させていただき、医師や看護師、コメディカルによる院外での講演を定期的に行っています。開催情報や講演の様子は、ホームページやSNSで公開しておりますので、ぜひご覧ください。(完全予約制)

(これまでの講演テーマ)

がんの治療について、高齢者に向けた薬の注意点、乳がんの治療と診断、ロボット手術について、脳卒中について、ACP(アドバンスケアプランニング)について



受診のご案内

[診療時間] 8:45～17:00

[受付時間] 予約のある方 予約時間にあわせてお越しください。  
 予約のない方 月曜～金曜 8:30～11:00

[休診日] 土曜/日曜/祝日/年末年始  
 ※救急は随時受け入れています。

- ・初診で紹介状をお持ちでない方は、選定療養費として別途7,700円(税込)をいただきます。
- ・再診予約時間の変更は、平日の14時～16時にお電話ください。(お電話口で診療科をお伝えください。)
- ・正面玄関は8時から開錠します。
- ・外来診療担当医表はHPに掲載しています。右のQRコードからご覧ください。



外来診療担当医表

面会のご案内

[面会時間] 14:00～17:00(1日1回30分まで)

[人数] 2名様まで

[その他] 院内ではマスク着用をお願いします

電話でのお問い合わせ 095-822-3251(代表)



発行・編集  
 長崎みなとメディカルセンター 総務課 広報担当

## 満10歳になりました！ 心臓血管外科チーム

2014年3月に新病院開院とともに産声を上げた「心臓血管外科チーム」も今年で満10歳を迎えました。これまでに心臓・胸部大血管手術は750例、腹部大動脈手術は280例、末梢血管手術は150例、合計1,200例を超える手術を経験させていただきました。

患者さんにとって心臓血管外科手術のイメージは、やはり「怖い」「体が耐えられるかな」などのマイナスイメージがあると思います。それに対して我々も低侵襲の治療、例えば



MEDICAL  
HOTLINE

## 診療ホットライン

心臓血管外科チーム

ステントグラフト内挿術や右小開胸の心臓手術、内視鏡下大伏在静脈採取なども随時取り入れております。またカテーテル治療と外科治療を組み合わせた末梢血管治療も積極的に取り入れています。外来受診を勧められても、怖がらなくて大丈夫です。気軽に外来受診いただき、患者さんにとって最適な治療法と一緒に選んでいきたいと思っております。



[心臓血管外科 診療科長 橋詰 浩二]

## 教えて！先生 すこやか 広場

[脳卒中]



**Q** 脳卒中になって血液サラサラの薬を飲んでいますが、ずっと飲み続けなければならないのでしょうか。

**A** 虚血性脳卒中（脳梗塞）を発症した場合、再発予防のために原則血液サラサラの薬を永続的に飲み続けることになります。血液サラサラの薬の副作用で注意が必要なのは、出血イベント（脳出血や消化管出血）です。消化管出血は気づきにくいので、便の性状（赤い・黒っぽい）に注意をしましょう。



[脳神経内科 医長 金本 正]

**Q** 脳卒中にならないために日々の生活で気を付けなければいけないことはありますか？(食事など)

**A** 脳卒中予防のためには、高血圧や脂質異常症、糖尿病などの生活習慣病の管理が重要です。食塩の取りすぎは高血圧を助長させるため、注意しましょう。動物性脂肪は LDL(悪玉) コレステロールや中性脂肪が増える要因となりますので、できるだけ控えるようにしましょう。また、過度な飲酒は避けましょう。喫煙は脳卒中リスクを上昇させるので、控えましょう。

## あなたのまちのお医者さん



一般社団法人 是真会  
長崎リハビリテーション病院

院長 鬼塚 伸也 先生

右：地域連携室 下平さん(室長・看護師)  
左：地域連携室 村下さん(社会福祉士)

### ■病院の特徴

平成20年2月開院。回復期リハビリテーション病棟(143床)として、集中的なリハビリテーション医療を提供しています。

当院は「生活を再建する場」であり、基本的ケア方針として、食事は食堂やデイルームで摂ること、排泄はトイレを極力利用すること、入浴は週3回以上など、どのような障害があっても、住み慣れた地域で安心してその人らしく暮らせるよう、多職種によるチーム医療を実践しています。

### ■基本情報

〒850-0854 長崎市銀屋町4-11  
TEL:095-818-2002(代表)  
▲問合せ時間：10:00～16:00(平日)

### ■対象となる患者さん

#### 外来診療

脳血管疾患等の後遺症をもつ患者さん、外来リハビリが必要な患者さん、当院を退院した患者さん(フォローアップ)が対象です。(要予約)

#### 入院対象

回復期リハビリテーション病棟の入院適応(診療報酬上)の方が対象です。

脳卒中や頭部外傷の患者さん、股関節や膝関節骨折などの整形外科疾患の患者さん、外科手術または肺炎等の後の廃用症候群の患者さんも対象です。(診療情報提供書が必要)



院内探検隊！  
患者さんを1秒でも早く搬送します。

ヘリポートを探検！



▲2024年6月に行われた、海上保安庁ヘリ離着陸訓練の様子

当院の屋上には、ドクターヘリ等が発着できるヘリポートが設置されています。搬送専用のエレベーターがあり、受け入れ患者さんを速やかに救命救急センター(1階)へ搬送することができます。

一般的なドクターヘリの大きさは全長10.25m・全高3.9m・7人乗り(大型バスと同程度の長さ/ビル1階分の高さ)で、かなりの迫力があります。

当院の受け入れ実績などは、ホームページ(救命救急センター実績)からご確認いただけます。

当院の搬入実績などは、ホームページ(救急科実績)からご確認いただけます。▶



[財務管理課]

## 季節の知恵袋



## 旬の果物を上手に摂ろう ～2型糖尿病をお持ちの方へ～

果物は糖分(果糖やブドウ糖、ショ糖など)が多い食品ですが、ビタミンや食物繊維、カリウムなど、体の機能を整える栄養素もたくさん含まれます。**ビタミンC** 皮膚を健康に保ち、シミ生成を予防します。免疫力を高め、がんや老化などを抑える抗酸化作用を持っています。

**食物繊維** 便秘予防の他、腸内善玉菌を増やし、コレステロールの吸収を抑え動脈硬化を予防します。消化管での糖質吸収を遅くし、食後血糖値上昇を抑えます。

**カリウム** 余分なナトリウムを体外に排泄し、血圧を下げる効果があります。

果物により含まれる糖分の割合は異なります。ブドウ糖やショ糖は果糖に比べ血糖値を上げやすく、これらを多く含む柿やぶどうなどは食べすぎ注意です。日本糖尿病学会は、糖尿病をお持ちの方の果物摂取目安量を80kcal/日としています。みかんであれば中2個、柿なら中1個、ぶどうなら中10粒程度になります。また市販の果物ジュースは食物繊維が取り除かれているものが多いので、固形で食べることで食物繊維を効率よく摂取できます。

果物は、適量であれば糖尿病のある方でも安心して食べることができます。適量を知り、旬を上手に味わいましょう。



[糖尿病・内分泌内科 診療科長 兼 栄養管理部長 野崎 彩]